

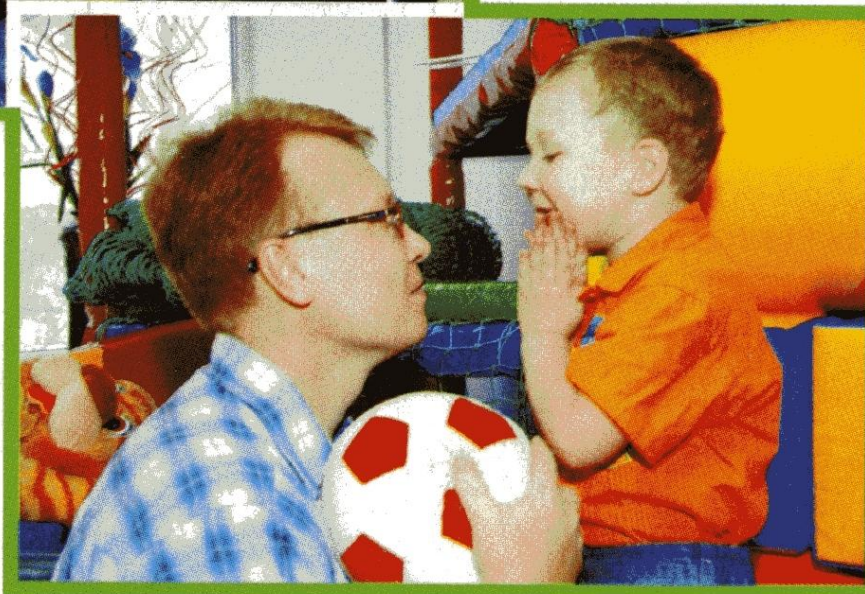
Главное управление Алтайского края по социальной защите населения и преодолению последствий ядерных испытаний на Семипалатинском полигоне

КГУСО «Краевой кризисный центр для мужчин»
ГОУ ВПО «Алтайский Государственный Университет»
Факультет психологии

Профилактика семейного неблагополучия: перспективы социальной работы с отцами



по итогам реализации проекта
«Под отцовским крылом»



УДК 364.044.68

ББК 60.991.2

П84

Составители:

Костенко М.А., канд.социол.наук,

Васильева Е.В., канд.социол.наук,

Говорухина С.П.

Боровкова Н.С.,

Эрбас Л.Н.

Головина Л.А.

П84 Профилактика семейного неблагополучия: перспективы социальной работы с отцами /под общей редакцией Л.Д.Деминой, доктора социол.наук, С.П.Говорухиной- Барнаул: 2010.-154 с.

Материалы сборника подготовлены по итогам реализации проекта «Под отцовским крылом» (проект осуществлялся при содействии Фонда поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации)

© Краевое государственное учреждение
социального обслуживания

«Краевой кризисный центр для мужчин»,
2010

При использовании материалов, ссылки
обязательны

Главное управление Алтайского края по социальной защите
населения и преодолению последствий ядерных испытаний
на Семипалатинском полигоне

КГУСО «Краевой кризисный центр для мужчин»
ГОО ВПО «Алтайский государственный университет»
Факультет психологии

Профилактика семейного неблагополучия: перспективы социальной работы с отцами

по итогам реализации проекта
«Под отцовским крылом»

**Методическое пособие
«Профилактика семейного неблагополучия:
перспективы социальной работы с отцами
(на примере реализации проекта
«Под отцовским крылом»)»**

Содержание

Введение.....	4
Глава 1. Отцовство как социальный феномен и жизненная практика мужчины. Основные подходы к изу- чению.....	7
Глава 2. Активная поддержка родительства. Методология и практика работы с отцами. Опыт Алтай- ского края.....	12
Глава 3. Психосоциальная поддержка семей в разводе. Реализация программы «Дети разведенных родителей: между травмой и надеждой».....	22
Глава 4. Социально-психологическая реабилита- ция детей, переживающих травматический опыт потери матери, средствами арт-терапии. Реализация програм- мы «Тропой красоты».....	32
Заключение.....	57
Библиографический список.....	59
Информация о Фонде поддержки детей, находя- щихся в трудной жизненной ситуации.....	63
Информация о деятельности КГУСО «Краевой кризисный центр для мужчин».....	64
Приложения.....	67

ВВЕДЕНИЕ

На современном историческом этапе для России одним из актуальных вопросов становится обеспечение перехода к устойчивому социальному развитию, что требует модернизации социальной стратегии, сбалансированной в трех основных направлениях: экономико-экологическом, организационно-политическом и социокультурном. Социальная стратегия, направленная на создание условий для устойчивого развития Российской Федерации, предполагает включение и компонентов, обеспечивающих равные права и возможности мужчин и женщин (т.е., гендерных компонентов), что в конечном счете позволяет более результативно использовать потенциал роста страны.

Особое звучание вопрос равенства прав и возможностей мужчин и женщин приобрел в 2000 году, когда руководители 189 ведущих стран мира встретились на Саммите тысячелетия Организации Объединенных Наций, где были разработаны основные цели развития, провозглашенных в Декларации тысячелетия, а 2015 год был определен как рубеж их достижения. Среди основных целей развития необходимо выделить первую — искоренение крайней нищеты и голода, т.е. необходимость внедрения национальных стратегий сокращения бедности, и третью — содействие равноправию мужчин и женщин, расширение возможностей женщин. Российская Федерация в полной мере разделяет принципы ООН и понимание гендерного равенства как необходимого условия достижения устойчивого социального развития страны, ее субъектов и создания условий для всесторонней реализации человеческого потенциала.

Гендерное равенство ни в коей мере не может и не должно пониматься как ликвидация гендерных различий (т.е. стремление к одинаковости мужчин и женщин). Его главное предназначение — создание политических предпосылок и необходимых социальных условий для наиболее полной реализации природных способностей мужчин и женщин во всех сферах социальной жизни с целью обеспечения устойчивого развития общества. Подлинное равенство прав и свобод можно обрести только на основе

признания ценности каждой личности, создания устойчивых условий для саморазвития интеллекта человека, наиболее полной реализации его созидательного потенциала и творческих способностей, всестороннего раскрытия существенных сил и дарований, что позволит обеспечить полноценный вклад каждого в развитие общества.

Принципы равенства прав и возможностей мужчин и женщин легли и в основу Российского законодательства, региональных законодательных и нормативных актов.

Так в Конституции РФ провозглашены общие положения о равенстве граждан, например: равенство граждан в сфере труда и в реализации семейных отношений — равное право и обязанность родителей в заботе о детях и их воспитании. Подтверждение Конституционного принципа равных прав мужчин и женщин отражается в Гражданском кодексе (равенство лиц, участвующих в гражданско-правовых отношениях), Уголовном кодексе (равенство граждан перед законом), Избирательном законодательстве (гендерно нейтрально), Семейном законодательстве, которое основано на соблюдении принципа равенства между супругами, Трудовом кодексе. Вместе с тем, проблемой являются неравные подходы к реализации родительских функций и прав. К сожалению, социальные нормы и укоренившиеся традиции, предусматривающие, что женщины несут основную ответственность за благополучие детей и уход за ними, приводят к неумению, порой — к нежеланию многих отцов оказывать поддержку семье и своим детям после развода, а существующая судебная практика в ситуации развода исходит, в первую очередь, из интересов женщины. Тем временем результаты многочисленных исследований показывают, что на развитие детей пагубно влияет отсутствие в семье отца, а также отсутствие его духовной и материальной поддержки, что выражается в неблагоприятном воздействии на психическое, социальное и познавательное развитие ребенка. Такая семья в большей мере уязвима с точки зрения воздействия бедности и нищеты. С другой стороны, исследования подтверждают, что для многих мужчин отцовство улучшает их положение в обществе и придает цель и смысл их жизни; фактор отцовства даже может заставить мужчин отказаться от рис-

кового образа жизни: алкоголя, криминального поведения и т.п.

Именно поэтому на Международной конференции по народонаселению и развитию под эгидой ООН в середине 1990-х годов ко всем странам мира был обращен беспрецедентный призыв: содействовать оказанию поддержки мужчинам в их действиях, направленных на укрепление равенства мужчин и женщин; стимулировать их участие во всех сферах семейной жизни и охране репродуктивного здоровья. Реализуя на практике данный призыв, новаторские проекты во всем мире предусматривают ведение идеологической и практической социальной работы с мужчинами, в рамках которой предоставляются социальные услуги различным категориям мужчин: мужьям, отцам, подросткам, преподавателям и учителям, работникам здравоохранения, журналистам, государственным чиновникам, представителям силовых структур и т.д.

Данный вид работы имеет место и в Алтайском крае. Он связан с активной деятельностью специалистов Алтайского краевого государственного учреждения социального обслуживания «Кризисный центр для мужчин», которые в 2009–2010 г.г. при финансировании Фонда поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, реализовали новый проект «Под отцовским крылом», направленный на комплексную активную поддержку отцов и их детей. Некоторые результаты этого проекта, а также описание технологий и форм работы с отцами, приведены в данной публикации.

ГЛАВА 1. ОТЦОВСТВО КАК СОЦИАЛЬНЫЙ ФЕНОМЕН И ЖИЗНЕННАЯ ПРАКТИКА МУЖЧИНЫ. ОСНОВНЫЕ ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ

В последнее время мы являемся свидетелями усиления дискуссий в профессиональном и непрофессиональном сообществах о природе, роли и функциях отцовства как социального феномена и жизненной практики каждого конкретного мужчины.

Очевидно, что феномен отцовства тесно связан с такими понятиями, как эмоциональная, мотивационная и ценностно-смысловая сферы; с самооценкой, самосознанием, я-концепцией, удовлетворенностью жизнью и стилем жизни, а также социальной ролью отца, различающейся в зависимости от общественной системы, социальной, экономической и политической сфер общества, от статуса мужчины в данном социуме, от социальных стереотипов, предписывающих определенные правила выполнения этой роли, в том числе и гендерных стереотипов.

С этих позиций определение отцовства как врожденного чувства, которое побуждает мужчину поступать в отношении своего ребенка (или своих детей) с сопереживающей ответственностью не является удовлетворительным. Поэтому отцовство это скорее интегральная совокупность социальных и индивидуальных характеристик личности, включающая в себя все уровни жизнедеятельности человека, одной из важнейших характеристик которой является комплексность, а также социальная детерминированность.

И. С. Кон обозначает ряд вопросов [27; с. 23], возникающих при исследовании отцовства, среди которых наиболее актуальными являются следующие. Чем отличается «современное» положение и поведение отцов от «традиционного»? Чем отличается «современный» стереотип, нормативный образ отцовства от «традиционного»? Какова степень совпадения стереотипа отцовства и реального поведения сегодняшних отцов?

На эти и другие вопросы ищут ответы исследователи отцовства как социального феномена, фактора развития

ребенка и личности самого отца и демонстрируют наличие двух основных тенденций [41; с. 58].

С одной стороны, акцентирование особой роли отца в становлении личности ребенка, принципиального отличия этой роли от роли матери. Например, результаты ряда исследований показали, что в отличие от матерей, которые значительную часть проводимого с ребенком времени тратят на уход и заботу, отцы, прежде всего, играют с ребенком, ведут себя с ним как товарищи по играм. Они тратят на это в 4–5 раз больше времени, чем на кормление, переодевание и т.п.

Ряд отличий в отцовских и материнских функциях был также выявлен в исследованиях Р. Парке [41; с. 58], считающегося одним из ведущих исследователей роли отца в развитии ребенка:

— дети, которых отец помогал пеленать, купать и кормить, оказываются в дальнейшем более терпеливыми к присутствию незнакомого человека;

— уже в раннем детстве ребенок по-разному относится к отцу и к матери: если ему требуется забота и ласка, он обращается к матери, а если ему хочется поиграть — к отцу и т.п.

Наблюдение за поведением родителей по отношению к новорожденным показывает, что, несмотря на сходность психофизиологических реакций мужчин и женщин на младенцев, их поведенческие реакции различны: женщина тянется к ребенку, стремится приласкать его, тогда как мужчина отстраняется и часто испытывает при тесном контакте с младенцем эмоциональный дискомфорт. Подобные различия наблюдаются даже в тех семьях, в которых отцы полностью разделяют все заботы о ребенке. Чрезвычайно интересные результаты получены в ходе наблюдений за взаимодействием матерей и отцов с грудными детьми. Мать, даже играя с ребенком, старается, прежде всего, успокоить его; материнская игра — своего рода продолжение и форма ухода за ребенком. Напротив, отец, и вообще мужчина, предпочитает силовые игры и действия, развивающие собственную активность ребенка. Небезразличны для понимания специфики отцовского стиля отношений и такие предположительно врожденные черты, как

хорошее пространственное восприятие, хороший двигательный контроль, острота зрения и более строгое разделение эмоциональной и когнитивной реактивности [40; с. 73].

С другой стороны, очевидна тенденция сближения мужской и женской роли в воспитании детей, вплоть до отказа признать, что такая специфика вообще существует. Сегодня женщины все активнее осваивают роли, традиционно считавшиеся мужскими: заняты карьерой, все меньше времени проводят дома, все меньше заняты домашним хозяйством, а мужчины, напротив, все больше занимаются домашними делами, больше занимаются детьми. Кстати, обследование канадских семей показало, что при выровненных социальных факторах, таких, как количество вне-рабочего времени, отцы проводят с детьми столько же времени, сколько и матери [41; с. 60].

Вместе с тем, большинство исследований сходятся на том, что феномен отцовства является комплексным образованием, в котором можно выделить структурные элементы. Так в работах Ш. Барта, Э. Фтенакиса, Г. Г. Филипповой, Р.В. Овчаровой [40; с. 89] разработана структурная модель отцовства, включающая следующие компоненты:

- потребностно-эмоциональный: биологические, социальные аспекты мотивации, потребность в контакте, эмоциональные реакции, переживания;
- операциональный: осведомленность и умения, операции по уходу за ребенком и общение с ним;
- ценностно-смысловой: отношение отца к ребенку, включая экзистенциальные переживания.

Кроме того, в данную структуру включается интегральный сквозной компонент — оценочный, в который, во-первых, входит самооценка как элемент Я-концепции, принятие или непринятие роли отца, рациональная и эмоциональная оценка себя как отца и своего ребенка. Во-вторых, социальная оценка окружающих, базирующаяся на принятых в данном конкретном обществе социальных стереотипах и предписаниях по выполнению роли, требований, которые необходимо соблюдать для соответствия статусу. Социальная оценка является базой для формирования собственной оценки, так как через социальные сте-

реотипы формируются образы Я-идеального. Именно поэтому существуют различные представления об отцовстве, а специфический стиль отцовства как жизненной практики мужчины зависит от множества социокультурных условий и существенно варьируется от культуры к культуре. Оценочный компонент является интегральным, так как пронизывает и влияет на все остальные компоненты структуры [40; с. 90].

Таким образом, отцовство — интегральное психосоциальное образование, которое в развитой форме включает совокупность ценностных ориентаций родителя, установок и ожиданий, родительских чувств, отношений и позиций, родительской ответственности и стиля семейного воспитания. Каждый компонент содержит эмоциональные, когнитивные и поведенческие составляющие.

Особо ценными в контексте практической деятельности социальной службы представляются исследования, направленные на выявление особенностей влияния отца на развитие ребенка.

По мнению Й. Лангмейер, З. Матейчек [39; с. 51], роль отца представляет собой определенный пример поведения, источник уверенности и авторитета. Он — олицетворение дисциплины и порядка. Часто ребенок, растущий без отцовского авторитета, недисциплинирован, асоциален, агрессивен в отношении взрослых и детей. Отец как «наиболее естественный источник познаний о мире, труде и технике» способствует «ориентировке на будущую профессию» и создает социально полезные цели и идеалы.

Как отмечает Э. Берн [40; с. 32], для ребенка ценны теплые отношения с отцом: «...ребенок, воспитанный в присутствии нежного мужчины, в зрелом возрасте будет обращаться с людьми лучше, чем мальчик, выросший без отца. Такой мальчик может впоследствии компенсировать свои потери, но у него будет невыгодным старт». Исполнение отцовской роли для любого мужчины усложняется отношением с собственными отцами, многие из которых или отсутствовали вообще, или были эмоционально далеки от своих детей. Любовь отца учит и сына, и дочь тому, как может мужчина проявлять любовь к детям, к жене и к окружающим.

Ряд исследований показывает, что при сравнении детей, выросших с отцами и без них, обнаружено: дети, выросшие без отцов, часто имеют пониженный уровень притязаний, повышенный уровень тревожности, у них чаще встречаются невротические симптомы. Отсутствие отца отрицательно сказывается на учебе и самоуважении детей. Дети эмоционально «холодных» отцов бывают чаще застенчивы, тревожны. Напротив, эмоциональная близость с отцом положительно отражается на ребенке. В серии исследований мальчиков в возрасте от 6 до 11 лет, которых растили отцы, сравнивали с мальчиками, живущими с матерями, и детьми из полных семей. Мальчики, которые жили с отцами, проявляли лучшую адаптацию в различных жизненных ситуациях, по сравнению с мальчиками, воспитываемыми только матерями [41; с. 59].

М. О. Ермихина [16; с. 11] отмечает, что деятельностная позиция отца в семье, которая проявляется в активном вмешательстве в мир ребенка, зависит от ценностной значимости семьи для мужчины, желания увидеть результаты воспитания своего ребенка. Активная отцовская позиция говорит о принятии им ответственности за воспитание ребенка и семью в целом. Нередко проявление мужчиной ответственности выражается в стремлении чрезмерно опекать ребенка, навязывать свою волю, ограничивать свободу самовыражения.

В случаях высокой ценностной значимости семейной жизни и высокой оценки родительской компетентности возрастает и ценность сохранения собственной индивидуальности отцов. Причем, высокая родительская компетентность мужчин-отцов связана с реализацией отношений доминирования, то есть быть компетентным родителем для мужчины – это означает передачу своего жизненного опыта с позиции «сверху». Успешность мужчины в основных сферах жизни, а также возрастание их субъективной значимости и значимости терминальных ценностей влечет формирование родительской позиции «сверхавторитета».

Неадекватность отцовских позиций иногда связана с доминированием женщины в семье или с возвышением

отца над ребенком за счет подавления его воли. Дисбаланс родительских позиций влечет снижение эмоционального фона родительских чувств, поскольку мужчина начинает ощущать выполнение родительской роли как самопожертвование, а также может проявлять тенденцию к гиперопеке, восприятию своего ребенка как зависимого и не самостоятельного. Подлинное отцовство усложняется также отношением с собственными отцами, многие из которых или отсутствовали вообще, или были эмоционально далеки от своих детей.

В этой связи все большее значение приобретает изучение и транслирование социальных практик и технологий работы с отцами, направленных на то, чтобы помочь им стать ближе к своим детям, восстановить утраченные связи и создать условия для благополучного развития детей в кровной семье.

ГЛАВА 2. АКТИВНАЯ ПОДДЕРЖКА РОДИТЕЛЬСТВА. МЕТОДОЛОГИЯ И ПРАКТИКА РАБОТЫ С ОТЦАМИ. ОПЫТ АЛТАЙСКОГО КРАЯ

Как известно, вовлеченность отцов в жизнь детей является одним из факторов, наименее используемых в российской системе социального обслуживания населения для сохранения и восстановления благополучия детей в настоящее время. Вместе с тем современная концепция отцовства многомерна и не ограничивается только лишь пониманием роли отца как кормильца. Отцы могут быть активно и непосредственно вовлечены в жизнь и воспитание своих детей, и эта вовлеченность способна оказывать решающее позитивное влияние на детей. К сожалению, большинство социальных служб ориентированы на поддержку семьи с позиции диады «мать–ребенок», отец же зачастую не попадает в категорию клиентов социальной работы. Тем не менее, существует достаточное количество семейных проблем, для решения которых необходимо активизировать и поддерживать взаимодействие отца и ребенка.

Реализация проекта «Под отцовским крылом» как раз нацелена на создание условий, при которых бы отцы

активно заботились о своих детях: об их развитии, воспитании, общении, укреплении навыков самостоятельного решения сложных жизненных ситуаций. Данный документ предусматривает обучение мужчин планированию и организации свободного времени с детьми.

Основная задача данного направления работы с отцами — создание реабилитационного досугового пространства для активных, развивающих коммуникаций «отец-ребенок», где в естественных условиях взаимодействия происходит обучение мужчин конструктивным методам вовлечения детей в различные виды совместной деятельности, в первую очередь — игровую, формирование взаимной привязанности между отцом и ребенком. Идея технологии реабилитационного досуга заключается в возможности создания эмоционально близких отношений между отцом и детьми через переживание нового социально-психологического опыта, для получения которого в повседневной жизни нет подходящих условий. Сверхзанятость отцов на работе, отсутствие традиций совместного времяпрепровождения, низкий уровень психолого-педагогической компетентности родителей и многое другое — все это порождает отчуждение в отношениях современных отцов и их детей.

Организация реабилитационного досуга отца и ребенка — это психолого-педагогическая деятельность, направленная на активизацию личностных ресурсов каждого из них, взаимную коррекцию ценностных установок и мотиваций, формирование и развитие позитивных, эмоционально близких, доверительных отношений, формированию или восстановлению утраченных эффективных навыков общения и методов воспитания и последующего успешного взаимодействия друг с другом.

Отец изначально является для ребенка позитивным взрослым человеком, с помощью которого можно с легкостью усваивать социально приемлемые формы поведения. Реабилитационный досуг создает условия для установления доверительных и дружественных отношений взаимной помощи и поддержки между взрослым и ребенком. Через совместную, стабильную деятельность ребенка и отца, где взрослый несет ответственность за ребенка, обеспечивает

его безопасность, акцентирует ситуацию успешности ребенка, отделяет поступок от личности ребенка, идет процесс построения доверия к отцу, а через доверие к значимому взрослому восстанавливается доверие к миру.

Методологической основой работы с отцами, их детьми, другими членами семьи стала концепция «активной поддержки родителей» [4; с. 7], разработанная учеными и практиками Школы социальной работы Стокгольмского Университета (Швеция). Основные принципы концепции:

«Рано». Организованная профилактическая работа на самой ранней стадии, которая при необходимости дополняется мерами, проводимыми в помощь конкретным людям в конкретной ситуации. Работа по формированию ответственного отношения к родительству начинается уже с детьми и подростками и продолжается с молодыми семьями во время беременности и после рождения ребенка.

«Все». Должны быть охвачены все родители, а не только те семьи, в которых имеются проблемы. Фокус внимания лишь на проблемных семьях создает ложное впечатление, что гармоничная семья является чем-то само собой разумеющимся и не требует поддержки.

«Группы». Группы родителей, занимающиеся под руководством команды опытных специалистов, являются существенным вкладом в процесс создания позитивного сетевого окружения, важным шагом на пути естественного укрепления роли родителей в семье. Сетевое окружение также используется с целью оказания помощи как в рамках группы, так и индивидуально.

«Знания». Группы должны создаваться с образовательной целью. Половина времени, отведенного на занятия, должна использоваться для обучения.

«Преемственность». Необходимо сделать все возможное, чтобы семьи продолжали встречаться и после окончания работы группы. Особенно необходима помощь и поддержка социального сетевого окружения при решении проблем подросткового возраста.

«Сотрудничество». Для оказания адресной помощи необходимо обеспечить взаимодействие между спе-

циалистами самого разного профиля, а также привлечь к сотрудничеству волонтеров. В этой связи возможно возникновение групп само- и взаимопомощи.

«Место проведения занятий». Уровень и качество занятий во многом определяются обстановкой и местом их проведения. Создание места для встреч, где можно в доброжелательной и доверительной обстановке выпить чай, кофе, что-нибудь смастерить вместе с ребенком и т.п.

Приоритетным направлением работы в рамках концепции активной поддержки родителей является развитие родительской компетентности и ответственности, в качестве критериев рассматриваются:

1. В личности конкретного родителя (отца):

— На уровне ценностно-смысловой сферы: осознание ценностей ребенка и семьи, нахождение баланса между этими и другими жизненными ценностями; принятие ценностей здорового образа жизни и самообразования как условий оптимального развития ребенка.

— На уровне эмоционально-личностной сферы: субъектное, личностно-ориентированное отношение к ребенку; способность получать положительные эмоции от взаимодействия с ребенком; безусловное принятие ребенка; развитие эмпатии.

— На когнитивном и операциональном уровнях: основы психолого-педагогических и медицинских знаний о развитии ребенка; владение навыками общения с ребенком и совместные игры на всех этапах его развития; владение навыками по уходу за ребенком; умение совмещать уход и общение с ребенком с другими повседневными обязанностями.

2. Во всей семейной системе:

— Принятие супруга/супруги в новой роли родителя, адаптация к новому члену семьи, далее — благополучное прохождение возрастных кризисов в развитии ребенка.

— Отсутствие воспитательной конфронтации.

— Гибкость и адекватность родительских установок, позиций, отношения к ребенку.

— Отсутствие жесткого разделения ролей по половому признаку, включенность отца в уход за ребенком.

Задачи работы по активной поддержке родительства заключаются в следующем:

1. Психолого-педагогическое просвещение родителей.

2. Создание условий, в которых родители могли бы общаться друг с другом, обмениваться опытом и выстраивать свою сеть социальных контактов.

3. Формирование социально-психологических условий для развития у родителей факторов родительской компетентности.

4. Проведение диагностики и коррекции отклонений в развитии родительской сферы личности.

5. Профилактика негативных социальных явлений, связанных с проблемами семейного функционирования (подростковой беременности, разводов, социального сиротства, эмоциональной депривации и жестокого обращения с детьми).

Работа по активной поддержке родительства ведется в соответствии со следующими принципами:

Системный подход. Родительство рассматривается как системное личностное образование, которое испытывает на себе влияние общественных факторов, ближайшего социального окружения, семейной системы, а также во многом зависит от личностных особенностей самого родителя — отца или матери.

Возрастной подход. Учитываются психологические, физиологические, социальные закономерности каждой из возрастных групп, с которыми проводится работа. Вместо создания многих программ, направленных на профилактику различных негативных явлений (социального сиротства, делинквентного, аддиктивного поведения и т.д.), активная поддержка родительства подразумевает под собой работу, направленную на формирование психологического благополучия детей в семье, начиная с самого раннего возраста. Так, например, известно, что и аддиктивное поведение, и неспособность установить теплые отношения со своим ребенком берут начало в нарушениях привязанности и детско-родительских отношений.

Деятельностный подход. Родительство рассматривается не только как личностное образование, но и как деятельность матери и отца по воспитанию конкретного ребенка. Работая в рамках активной поддержки родительства, специалисты анализируют родительскую деятельность семьи и вносят коррективы в наиболее проблемные составляющие деятельности, опираясь на сохранные ее звенья. Например, мать может владеть операциями по уходу за ребенком, но иметь слабый мотивационный компонент, тогда программа коррекции будет направлена на повышение потребности в общении с ребенком через внесение разнообразия, творческого компонента в отлаженные рутинные режимные моменты. В работе также учитывается ведущая деятельность детей каждого из возрастов. При недостаточной психолого-педагогической компетентности родителей (или чрезмерной ориентации на ранние достижения) обычно страдает совместная с ребенком деятельность, направленная на ребенка: эмоциональное общение, ролевая игра. Родители часто делают акцент на предметно-манипулятивной деятельности, которая к старшему дошкольному возрасту уже переходит в учебную. Поэтому большое внимание уделяется обучению родителей играм с детьми разного возраста.

«Субъектный подход». Родители являются активными субъектами деятельности, поэтому основная задача специалистов в направлении активной поддержки родительства состоит в том, чтобы дать им знания, умения и навыки, указать направление для самостоятельного раскрытия воспитательного потенциала семьи и гармонизации детско-родительских отношений.

«Индивидуальный подход» реализуется в учете индивидуально-личностных особенностей детей и родителей, их жизненного опыта на момент обращения к специалистам, а также индивидуальных характеристик семьи (национальной и религиозной принадлежности, социального статуса). Важным признается учет гендерных различий в родительском отношении к ребенку — отцовском и материнском.

В работу по активной поддержке отцов, как правило, включены три основных аспекта: психолого-педагогические услуги (клубная работа и группы взаимопомощи, тренинги, образовательные семинары по развитию родительских компетенций, развивающие занятия, спорт и др.), создание реабилитационной среды (изменение установок и мотивации), система досуговых традиций/ритуалов (совместные праздники, походы, поездки, чаепития и т.д.).

Эффективность реализации такого подхода в работе с отцами может объясняться различными обстоятельствами:

- во-первых, особенностями мужской гендерной роли в российском обществе: часто, не допуская мысли просить помощи у посторонних людей, тем более специалистов в сфере воспитания детей, мужчины более охотно принимают участие в досуговых мероприятиях со своим ребенком, чем участвуют в работе психотерапевтических групп или индивидуальных консультациях психолога;

- во-вторых, организация и модерация профессионалом реабилитационно-досуговых мероприятий помогает обучать отцов конструктивным, ненасильственным навыкам коммуникации и взаимодействия с ребенком, методам развития его личности, разрешения конфликтных ситуаций и т.д.

Для практической реализации концепции активной поддержки отцов, как минимум, необходимо соблюдение следующих условий:

- оборудование специализированного игрового пространства для организации (самоорганизации) совместного досуга отцов с детьми;

- систематическое (еженедельное) проведение мероприятий в формате «Воскресенье вместе с папой», которые носят реабилитационный, образовательный, психокоррекционный характер;

- проведение выездных психолого-педагогических семинаров-интенсивов «Вовлекая отцов» для семей с детьми.

Соблюдение данных условий способствует активному и продолжительному по времени (что очень важно в

«отцовской терапии») участием отцов (и других членов семьи, конечно) вместе с детьми в предлагаемых мероприятиях, начиная с совместного посещения интересных мест по месту жительства. Например, в г. Барнауле это были кинотеатры, парки культуры и отдыха, боулинг-центр, каток, Театр кукол «Сказка», Алтайский художественный музей, лыжная база «Динамо», Алтайский краеведческий музей, различные выставки. Заканчивали специализированными социотерапевтическими мероприятиями: тренингами в игровой комнате «Веселые джунгли», открытой на базе Алтайского краевого кризисного центра для мужчин в рамках Проекта, и выездным семинаром-интенсивом «Вовлекая отцов» для семей с детьми, проходившем в 2010 году в красивейшем месте Горного Алтая.

Активная поддержка родительства и интегрированные в эту концепцию технологии реабилитационного досуга в рамках реализации Проекта «Под отцовским крылом» имела наибольшую результативность в группе разведенных отцов, проживающих отдельно от своих детей; отцов и детей из семей, находящихся в трудной жизненной ситуации; отцов, самостоятельно воспитывающих своих детей (неполных отцовских семей). Работа строилась в формате совместных досуговых мероприятий «Воскресенье вместе с папой», игровой комнаты для отцов с детьми «Веселые джунгли». На базе игровой комнаты фактически было создано пространство, куда мужчины могут прийти со своим ребенком для совместной деятельности в специально организованной развивающей среде и общения с другими детьми и родителями. В такой работе используются преимущественно групповые формы, поскольку являются одним из самых эффективных средств в познании родителем как своего ребенка, так и самого себя; дают возможность снять у родителя ощущение единственности и уникальности собственных трудностей в воспитании; снижают тревожность; дают обратную связь со стороны психолога, воспитателя, других родителей.

Главные задачи работы с отцами в игровом пространстве заключаются в том, чтобы помочь им на ранней стадии взаимодействия с ребенком выстроить конструктивные коммуникации, а также создать сеть социальных

контактов между родителями с целью активизации механизмов естественной взаимоподдержки.

В задачи специалистов игровой комнаты входит, во-первых, обучение родителей развивающему (в первую очередь — игровому) взаимодействию с детьми соответственно их возрасту; во-вторых, наблюдение за детско-родительским взаимодействием, в случае необходимости — коррекционные психолого-педагогические воздействия.

Занятия в специализированной игровой комнате всегда должны проходить в атмосфере радости, доброжелательности, эмпатии, поддержки, в противном случае все пути для формирования мотивации совместной деятельности отца и ребенка будут закрыты. Поэтому программа занятий не предусматривает психотерапевтических сеансов, скорее это обучение родителей и детей навыкам конструктивных, ненасильственных коммуникаций, способам решения конфликтных ситуаций. Кроме того, игровое пространство должно предполагать возможность поиграть в настольные игры, порезвиться в игровом лабиринте, посмотреть интересные фильмы, порисовать и просто отдохнуть. Важным также является время работы игровой комнаты: конечно, это в первую очередь должно быть удобно как для работающих, так и неработающих отцов. Обязательно нужно обеспечить доступность всех названных мероприятий для людей с ограниченными двигательными способностями. Поэтому в рамках Проекта игровая комната открывала свои двери с 10.00 до 21.00 ежедневно, включая субботу, воскресенье и все праздничные дни.

Выездной семинар-интенсив «Вовлекая отцов» в домашней обстановке позволяет его участникам в новых условиях жизнедеятельности, порой экстремальных, посмотреть на отношения отцов и детей, почувствовать всю полноту отцовской ответственности, разделить возникающие новые впечатления, совместно познавать непознанное. Возникает новый стиль взаимоотношений, позволяющий более конструктивно осуществлять как процесс общения, так и выстраивать гармоничные отношения в диаде «отец-ребенок».

Как правило, в семинаре-интенсиве принимают участие около 40 человек: примерно половина детей и поло-

вина отцов. В состав группы отцов входят участники реабилитационных программ, принимающие активное участие в них в течение года (в п.о., отцы-одиночки, отцы в разводе и др.). В 2010 году в состав группы также были включены участники краевого парада колясок и победители конкурса «Мой папа — суперпапа!»

Программа семинара-интенсива «Вовлекая отцов» (приложение № 2) включает следующие блоки:

1. Тренинговые занятия отдельно для отцов, отдельно для детей и совместные занятия.
2. Экскурсионные походы по окрестностям.
3. Досуговые массовые мероприятия.
4. Свободное время.

В результате проведенных занятий многие участники отметили, что отношения с ребенком стали более гармоничными: отцы стали лучше понимать особенности характера, интересы и потребности ребенка, видеть имеющиеся способности у своих детей, появились навыки эффективных приемов и методов воспитания. Одним из очевидных показателей результативности мероприятий, проводимых в рамках проекта, является постоянное увеличение количества отцов, вовлеченных в заботу о своих детях.

ГЛАВА 3. СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА СЕМЕЙ В РАЗВОДЕ. РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ «ДЕТИ РАЗВЕДЕННЫХ РОДИТЕЛЕЙ: МЕЖДУ ТРАВМОЙ И НАДЕЖДой»

В рамках программы «Дети разведенных родителей: между травмой и надеждой» происходила поэтапная реализация мероприятий в соответствии с целями, задачами и концепцией Проекта «Под отцовским крылом».

Цель программы — содействие созданию благоприятной для развития и воспитания ребенка социальной среды в ситуации распада семьи, активное привлечение биологических отцов к участию в жизни ребенка независимо от обстоятельств их проживания.

Для достижения данной цели были поставлены следующие задачи:

Выработка алгоритма межведомственного взаимодействия специалистов Центра со структурой органов мировых судов.

Организация информационно-психологического консультирования семей в разводе на базе КГУСО «Краевой кризисный центр для мужчин».

Организация информационного просвещения населения через распространение тематических информационных материалов и освещение проблематики в СМИ.

Можно выделить основные шаги достижения выше обозначенных задач программы:

1. Установление контактов с Управлением Алтайского края по обеспечению деятельности мировых судов.

2. Проведение обучающего семинара для консультантов по специфике информационно-психологического консультирования родителей в ситуации развода, а также по социально-психологической феноменологии детской травматизации в переживании развода.

3. Проведение консультирования разводящихся семейных пар и их детей.

4. Разработка приемов отслеживания результативности консультаций.

5. Разработка дизайна и выпуск информационных материалов, установление контактов со СМИ.

Установление контактов с Управлением Алтайского края по обеспечению деятельности мировых судов состояло из ряда переговоров с начальниками отделов управления. Данные переговоры были направлены на продвижение идей социальной значимости проекта, на необходимость консолидации ведомственных подходов к решению социальных проблем в обществе, в первую очередь вопросов, касающихся социально-психологического благополучия детей как ресурсной и потенциальной части общества. Было направлено письмо на имя руководителя Управления, после чего состоялись переговоры, где были определены основные приоритеты, этапы и условия сотрудничества. Основная тема переговоров заключалась в построении эффективного алгоритма информирования специалистами мировых судов разводящихся супругов, имеющих несовершеннолетних детей, о консультативных услугах по снижению последствий развода для детей. Обсуждались способы организации доступности информации, возможности сотрудников мировых судов для направления на консультации. С целью погружения в проблематику было принято решение о проведении установочных встреч со специалистами мировых судов, о размещении в местах доступа клиентов настенных плакатов, ориентирующих на бережное отношение к ребенку в момент развода, с приглашением на информационно-психологические консультации в Центр.

После чего состоялась установочная встреча со специалистами всех судебных участков г. Барнаула, на которой были пояснены цели и задачи Проекта, его социальная значимость для снижения количества детей, остро переживающих развод родителей. Специалисты мировых судов были весьма заинтересованы и активны. Ежедневно видя возрастающее количество разводов и детские страдания в связи с этим, специалисты оказались высоко мотивированными на совместную деятельность по улучшению положения детей во время и после развода. Далее были посещены все судебные участки и проведены индивидуальные беседы со специалистами по направлению на

консультации, подготовлены и подписаны соглашения о сотрудничестве в рамках Проекта.

С октября 2009 года в помещениях мировых судов г. Барнаула были размещены настенные плакаты, всем разводящимся семьям стали раздаваться флаеры с адресами помощи, также специалистами мировых судов проводились беседы о необходимости обращения за помощью.

Параллельно с данной работой велись переговоры с отделами ЗАГСов администраций районов г. Барнаула. В отделы ЗАГСов разводящиеся семьи с детьми попадают сразу после судебного процесса, имея на руках судебное решение о расторжении брака для оформления актов гражданского состояния. Именно в этот момент родители более доступны для помощи, поскольку семья, находящаяся непосредственно в процессе развода, эмоционально погружена в правовые, имущественные, жилищные, алиментные ситуации, требующие незамедлительного решения и являющиеся приоритетными, т.к. они касаются основных моментов жизнедеятельности семьи. После бракоразводного процесса правовые вопросы, как правило, уже урегулированы и решены, вследствие чего клиенты более ориентированы на получение социально-психологической помощи именно после вынесения судебного решения.

С сентября 2009 года все отделы ЗАГС г. Барнаула снабжены тематическими информационными материалами, установлены контакты со специалистами, непосредственно занимающимися оформлением развода. В доступных для разводящихся семей местах размещены настенные плакаты, расположены флаеры и буклеты.

Таким образом, на подготовительном этапе созданы эффективные условия для направления клиентского потока целевой группы на консультации в виде построения межведомственного взаимодействия государственных структур, обслуживающих процесс расторжения брака. Важно отметить, что был охвачен весь спектр таких структур, и на любом этапе расторжения брака у разводящихся родителей теперь есть возможность получить квалифицированную и своевременную консультативную помощь по снижению «разводной» травматизации детей.

Следующим шагом стала работа, направленная на подготовку специалистов по оказанию качественных консультативных услуг семьям в ситуации развода с акцентом на обеспечение социально-психологической безопасности детей, снижение эмоционального ущерба и просвещение родителей о действиях, которые необходимо предпринять, чтобы помочь ребенку. Поэтому был разработан и проведен образовательный семинар, программа которого состояла из двух тематических разделов: технологического и содержательного. В технологическом разделе представлены особенности информационно-психологической практики консультанта, в содержательном разделе дана матрица информационной консультации разводящимся супругам, имеющим несовершеннолетних детей. В ней в развернутом виде объяснены переживания ребенка, наиболее частые ошибки родителей в отношениях с детьми во время развода, проблемы дисфункций постразводных взаимоотношений бывших супругов, касающиеся общих детей (приложение № 3).

В ходе семинара специалисты освоили технологические особенности формата информационно-психологической консультации, феноменологию детской разводной травматизации и универсальные специфические рекомендации родителям.

После обучения специалистов был сделан еще один шаг — начало специализированного консультирования разводящихся, разведенных семей, а также супругов состоящих в браке, но переживающих предразводную ситуацию. Данный процесс сопровождался супервизией консультантов.

В качестве клиентов данного консультационного процесса выступают здоровые люди, предъявляющие проблемы разрыва отношений с супругом, осуществления собственного будущего, сохранения психического, физического, социального и духовного здоровья субъектов ситуации. Поэтому важным было сформировать у специалистов-консультантов позицию восприятия клиента как дееспособного субъекта, ответственного за решение своей проблемы, что является ключевым компонентом информационного психологического консультирования.

При этом стоит отметить принципиальное отличие психологического консультирования от психотерапии и дружеской поддержки, которое заключается в первом случае, используя транзакционную терминологию, в коммуникации типа «Родитель — Ребенок», во втором — в коммуникации типа «Ребенок — Ребенок», в то время как консультация осуществляется на уровне «Взрослый — Взрослый».

Информационное психологическое консультирование специфично тем, что не требует от консультанта применения специальных личностно-, проблемно- или решенчески-ориентированных технологий, а предполагает, в первую очередь, психологическое просвещение клиентов и мотивирование (при необходимости) на поиск и получение специальной профессиональной помощи.

Психологическое просвещение в нашем случае предполагает «насыщение» реальности клиента знаниями о возможных причинах возникшей жизненной ситуации (в частности, развод), о возможных последствиях данной проблемной ситуации, а также о продуктивных способах выхода из сложившихся обстоятельств с учетом возможности привлечения специалистов Центра (по желанию и запросу клиента).

Однако помимо предоставления формализованной психологической информации по проблеме развода, работа консультанта должна содержать следующие компоненты, понимаемые нами и как профессиональная позиция специалиста, и как определенные технологические этапы его деятельности в работе с клиентом (что также соответствует требованиям Национальных стандартов качества РФ в области социального обслуживания населения).

Цели и задачи консультации:

1. Эмоциональная поддержка клиента и внимание к его переживаниям.

2. Расширение сознания и повышение психологической компетентности.

3. Изменение отношения к проблеме (от «тупика» к «выбору решения»).

4. Повышение стрессовой и кризисной толерантности;

5. Развитие реалистичности и плюралистичности мировоззрения.

6. Повышение ответственности клиента и выработка у него готовности к творческому освоению мира.

Технические этапы консультации:

1. Установление контакта профессионального консультирования.

2. Предоставление клиенту возможности выговориться.

3. Предоставление клиенту эмоциональной поддержки и информации о позитивных аспектах его ситуации.

4. Совместная переформулировка проблемы.

5. Заключение динамического контракта: обсуждение организационных аспектов и доли ответственности клиента и консультанта, выявление и коррекция нереалистичных ожиданий клиента.

6. Формирование регистра возможных решений проблемы: консультант предлагает свой профессиональный опыт только после того, как клиент сформулировал 2–3 решения.

7. Выбор оптимального решения из выявленного регистра с точки зрения клиента.

8. Закрепление мотивации и планирование реализации выбранного решения может осуществляться прямой поддержкой либо парадоксальной — критикой и сомнениями консультанта.

9. Завершение консультирования с предоставлением клиенту права повторного обращения при необходимости, либо назначение поддерживающей встречи.

Опыт показывает, что такую программу удается реализовать в течение одной встречи, продолжающейся от 1 до 2 часов, или в курсе из 2–3–5 встреч по 1 часу с интервалами от одного дня до 2–3 недель.

Для оценки результативности программы был разработан специализированный инструментарий. Для сбора входных данных о социально-демографическом статусе клиентов и результатов консультации использован талон статистического учета, заполняемый клиентом после консультации в режиме самоотчета. Статистический талон содержит сведения об особенностях семейного положения: клиент разведен, или переживает момент развода, или состоит в браке; наличие и количество несовершеннолетних детей. Немаловажные сведения, предоставляемые клиентом, — это информация об организациях, направивших его на консультацию, что позволяет отслеживать эффективность алгоритма межведомственного взаимодействия. С целью оценивания результативности имеются поля для обратной связи о степени удовлетворенности и результатах консультации. Консультант предлагает клиенту после консультации самостоятельно заполнить бланк статистического талона. Далее информация обрабатывается количественно и качественно, после чего статистические талоны архивируются. Данный талон сопровождается консультативным листом, где специалист после консультации описывает содержание консультации, ее результат и рекомендации, данные клиенту.

Для осуществления просветительской деятельности был разработан дизайн макетов и содержание издаваемых тематических информационных материалов: буклетов «Одиноким отец», «Роль отца в жизни ребенка», «Отец в разводе», «Как быть хорошим отцом». Тематика данных материалов направлена на просвещение мужчин в отношениях с детьми, на предотвращение искажений отцовской роли и выработку навыков ответственного отцовства. Буклеты снабжены доступной и понятной информацией с конкретными практико-ориентированными рекомендациями. В буклетах были использованы высказывания детей, членов Клуба отцов и стихотворения, ресурсная информация об услугах Алтайского краевого кризисного центра для

мужчин, а также помещено приглашение к участию в мероприятиях Проекта «Под отцовским крылом».

С целью проведения мониторинга и оценки реализации Проекта проводился скрининг всех документов, оформляемых на клиентов. Информация, содержащаяся в данных документах, позволяет выявить следующие содержательные моменты:

1. Уровень удовлетворенности полученными консультациями.
2. Социально-демографический статус клиентов.
3. Источники получения информации о консультациях.
4. Результаты консультации.

Следует отметить, что **82% клиентов** центра остались **полностью довольны** полученной консультативной услугой, для остальных характерна частичная удовлетворенность. Причина частичной удовлетворенности консультациями может крыться, с одной стороны, в нереалистических запросах клиентов, с другой — в ограниченности формата информационной консультативной помощи. Клиентов, недовольных консультациями, нет. **Основная часть клиентов (92%) обращалась за услугами в центр впервые.**

На диаграмме 1 представлены данные, иллюстрирующие результат полученных клиентами консультаций. Как видно из данных, большинство клиентов **приняли решение участвовать в мероприятиях центра и стали более заинтересованными в сохранении любви к ребенку после развода.** Такие результаты свидетельствуют о центрированности родителей после консультаций на помощь ребенку.

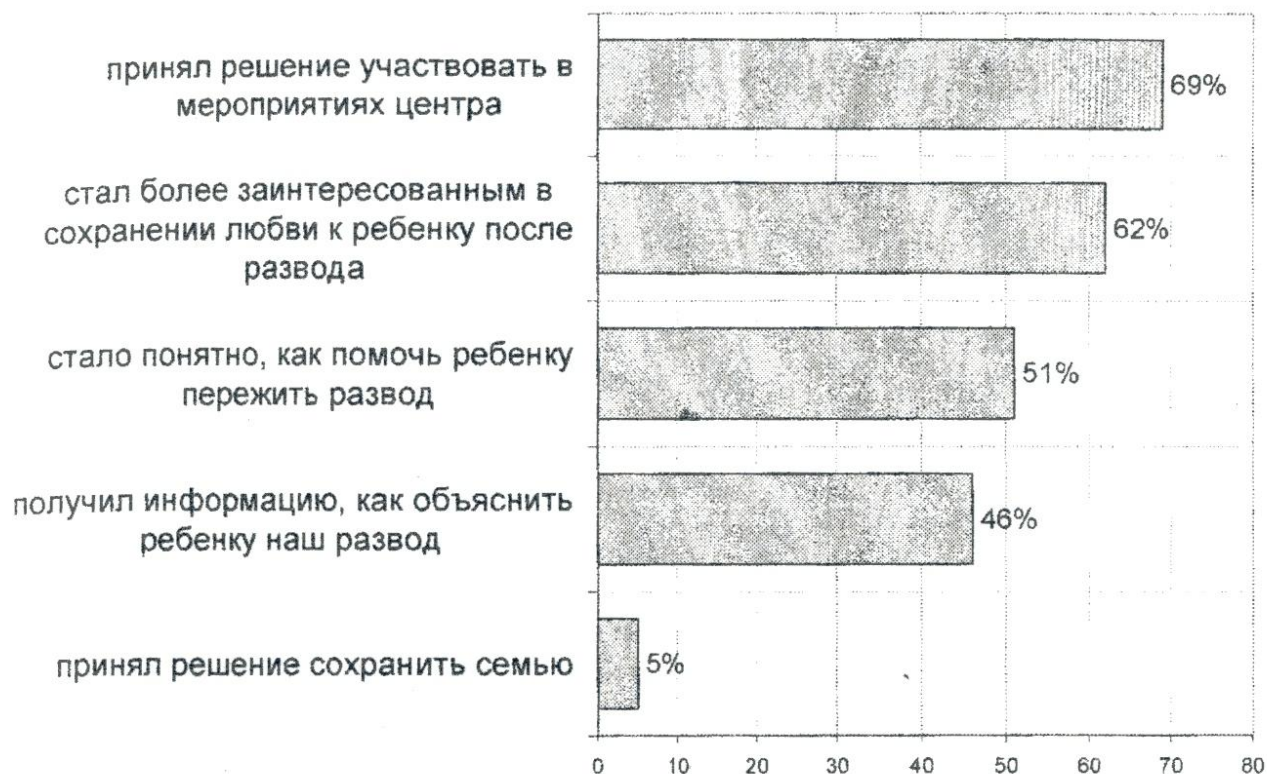


Диаграмма 1. Результат консультаций

Результаты свидетельствуют о центрированности родителей после консультаций на помощь ребенку благополучно пережить развод. Совместное с детьми посещение мероприятий Проекта «Под отцовским крылом» способствует улучшению отношений, эмоциональному сближению родителей, в большинстве случаев — отцов с детьми, что дает детям чувство безопасности и эмоциональной стабильности. Решение стать более заинтересованными в сохранении любви к ребенку после развода означает осознание отцами настоящей необходимости проявления заботы, ласки и внимания к детям, независимо от того, проживают ли они вместе или нет. Отрадно отметить тот факт, что небольшая часть консультаций закончилась принятием клиентами решения о сохранении семьи, хотя подобной цели консультирования специалисты не ставили перед собой. В основном это были семьи, направленные на консультации из мировых судов, когда дается 3-х месячный срок для примирения перед бракоразводным процессом.

Основная часть клиентов находится в стадии развода, на этой стадии помощь наиболее эффективна, т.к. это позволяет предотвратить нежелательные последствия

и тем самым предотвращать развитие неблагополучия у детей. При этом у всех клиентов, обратившихся за консультацией, есть дети, возраст которых варьирует от 1 года до 15 лет, с преобладанием от 5 до 10 лет.

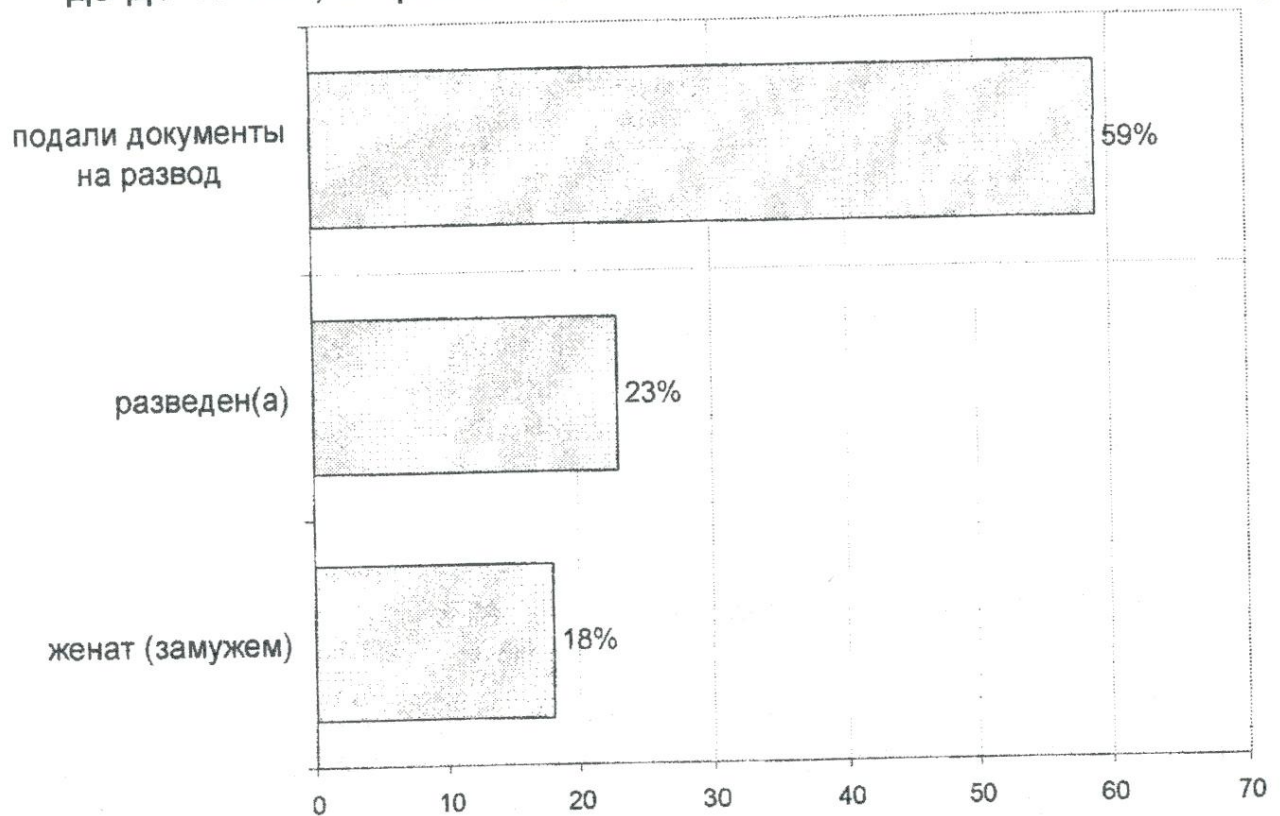


Диаграмма 2. Семейное положение клиентов центра

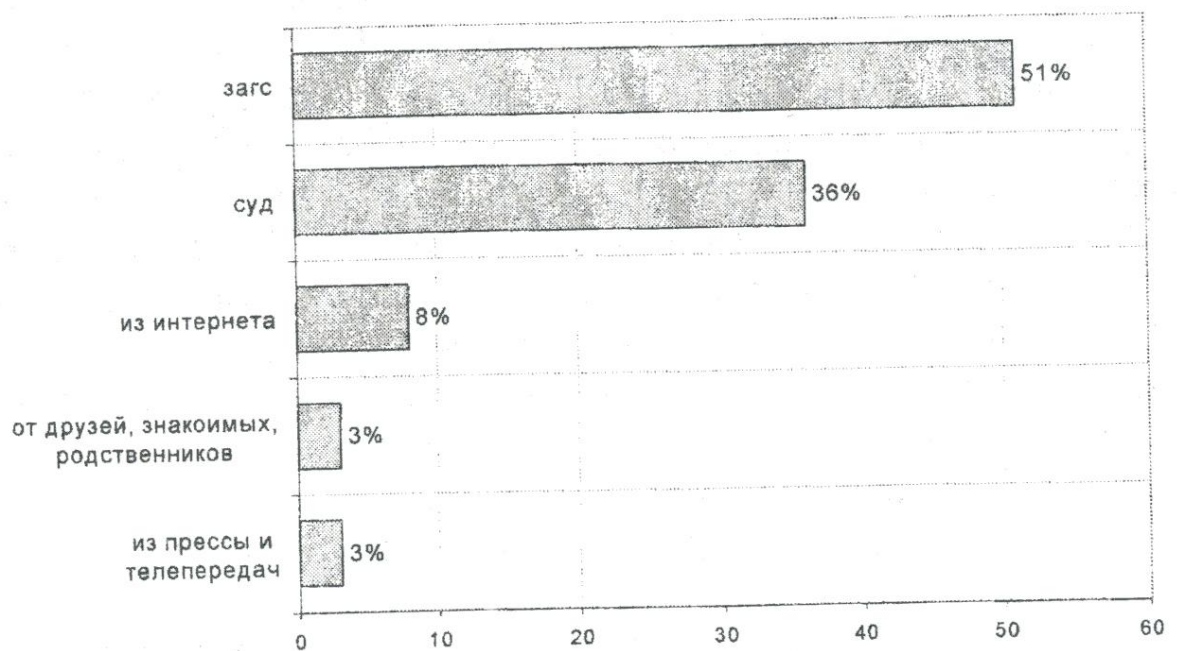


Диаграмма 3. Источники информации об услугах центра

Как видно из данных диаграммы 3, большинство клиентов **узнали** об услугах **от специалистов ЗАГСов и судов**. Данный факт позволяет сделать вывод об эффективном функционировании механизма межведомственного взаимодействия государственных структур, предоставлении разводящимся супругам информации о консультативной помощи в ситуации развода по снижению детской «разводной» травматизации.

ГЛАВА 4. СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ДЕТЕЙ, ПЕРЕЖИВАЮЩИХ ТРАВМАТИЧЕСКИЙ ОПЫТ ПОТЕРИ МАТЕРИ СРЕДСТВАМИ АРТ-ТЕРАПИИ. РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ «ТРОПОЮ КРАСОТЫ»

Семья — один из самых важных и влиятельных факторов социализации ребенка. Поэтому семейные условия воспитания, социальное положение семьи, род занятий ее членов, материальное обеспечение и уровень образования родителей в значительной мере определяют жизненный путь ребенка. Кроме сознательного, полноценного и целенаправленного воспитания, которое дают родители, на ребенка воздействует вся внутрисемейная атмосфера, причем эффект этого воздействия с возрастом накапливается, преломляясь в структуре личности [26, с. 10].

Особенности взаимодействия ребенка с родителями, степень их отзывчивости, наличие эмоциональных связей и отношений привязанности оказывают влияние на протяжении всего периода детства, да и в дальнейшей жизни являются своеобразным эталоном построения его отношений с другими людьми. Поэтому так важно, чтобы у каждого ребенка были и отец, и мать.

Но, если в семье только один родитель? Каковы социально-психологические последствия воспитательного влияния такой семьи на формирование личности ребенка? Ответы на эти вопросы лежат не на поверхности, как может показаться на первый взгляд. Однако многое в психическом развитии и личностном становлении ребенка зави-

сит не только от одного либо двух родителей. Принципиально важно, как складываются отношения между ребенком и тем родителем, с которым он живет, и в какой форме поддерживаются связи с родителем, который по той или иной причине не может жить вместе с семьей [26, с. 57].

Детские психологи, занимающиеся изучением проблем семейного воспитания, отмечают, что полная семья сама по себе не гарантирует успеха в воспитании ребенка, а лишь создает предпосылки успешного формирования его личности. Тем не менее воспитание в неполной семье таит в себе целый ряд трудностей, с которыми рано или поздно придется встретиться каждому одинокому родителю.

Традиционно принято считать, что неполной называется такая семья, которая состоит из одного родителя с одним или несколькими несовершеннолетними детьми. Психологи выделяют еще дополнительную категорию неполных семей — это так называемые функционально неполные семьи, где есть оба родителя, но в связи с профессиональными либо другими обстоятельствами мало уделяют времени для семьи либо вообще забывают о своих воспитательных функциях.

Неполные семьи образуются в результате развода, смерти одного из супругов, а также, если один из родителей живет и трудится в другом месте или если родители ребенка никогда не жили вместе. В зависимости от того, кто из родителей занимается воспитанием детей, выделяют материнские и отцовские неполные семьи.

По мнению О.В. Даниленко, каждый из выделенных типов неполных семей создает особую социальную ситуацию развития ребенка и характеризуется своими специфическими чертами [12, с. 36].

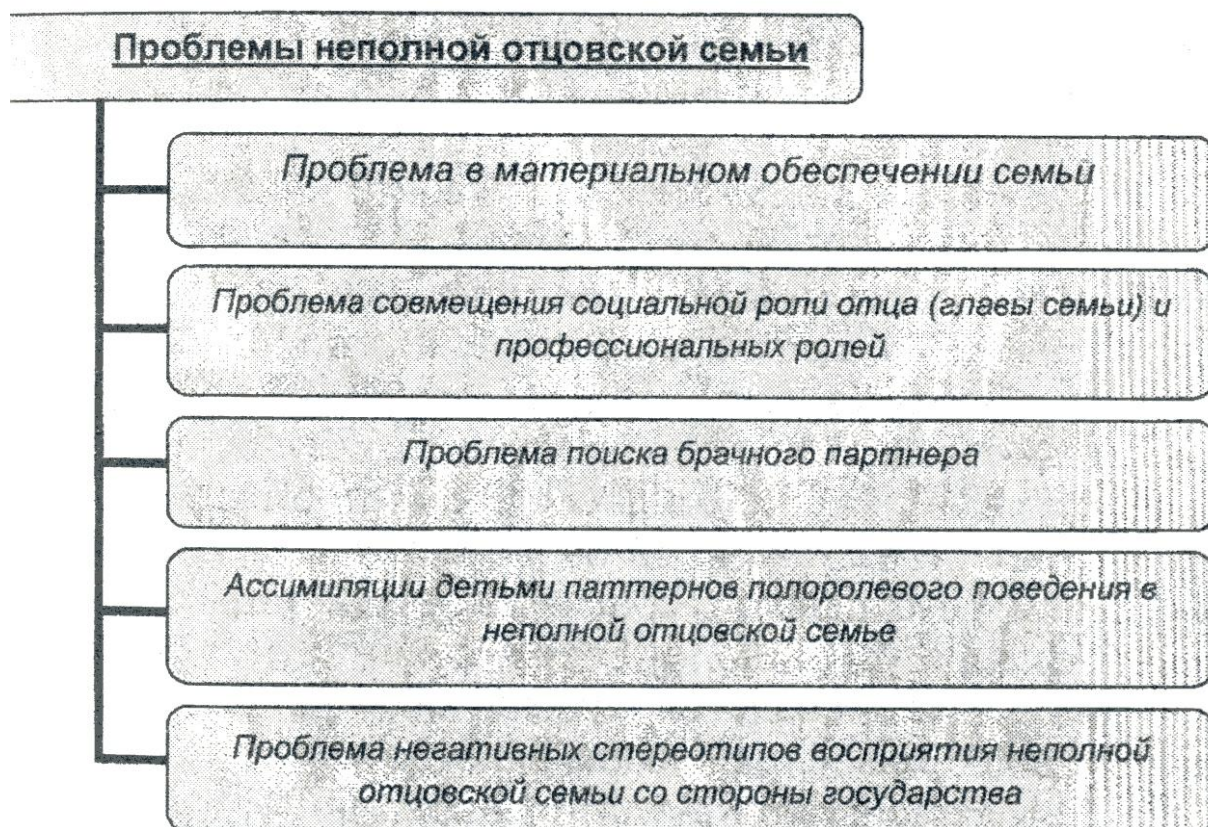
— В разведенных семьях ребенок в большинстве случаев наблюдал конфликтные, дисгармоничные отношения между родителями;

— в овдовевших семьях воспоминания о совместной жизни родителей чаще сопровождаются положительными эмоциями;

— в материнских семьях ребенок фактически не наблюдает реального процесса семейного общения и функционирования.

Неполная отцовская семья характеризуется наличием главы семьи (отца) и ребенка либо нескольких детей. В некоторых случаях имеют место расширенные неполные отцовские семьи, они, как правило, отличаются совместным проживанием или ведением совместного хозяйства с близкими родственниками: бабушками, дедушками, тетями, дядями. Функции совместно проживающих родственников заключаются преимущественно в помощи главе семьи в уходе за детьми, присмотре за ними во время отсутствия отца, обеспечении детей питанием, организации досуга, контроле за посещением детских дошкольных и образовательных учреждений. Неполная отцовская семья подвергается многим социальным рискам, которые ставят под угрозу ее благополучие.

Е. Зачепило выделяет проблемы, характерные для неполных отцовских семей, которые могут препятствовать их адекватному функционированию в социуме [18, с. 19].



Проблема в материальном обеспечении семьи. Большинство неполных семей, в том числе отцовских, имеют один источник дохода, и в связи даже со временной нетрудоспособностью отца финансовое благополучие се-

мы подвергается угрозе. При несоответствии уровня заработной платы реальным нуждам неполной семьи в современных российских условиях одинокие отцы к тому же лишены возможности пользоваться теми социальными гарантиями, которые есть у одиноких матерей, исключение составляют только выплаты по потере родителя, однако такие суммы небольшие. Кроме того, чтобы обеспечить ребенка всем необходимым, выплачиваемого пособия наверняка не хватит.

Одинокие отцы, как правило, сталкиваются с дискриминацией со стороны работодателей при приеме на работу и начислении заработной платы, что частично объясняется структурой спроса на рынке труда. Данная ситуация вызывает у мужчин дистресс, который является причиной чувства неадекватности, появляющегося из-за несоответствия собственных представлений о роли мужчины (отца) в семье. Чувство неадекватности и снижение самооценки зачастую выливается в деструктивное русло и выступает в роли фактора, повышающего уровень агрессивности одиноких отцов. Фрустрационная агрессивность, следовательно, сильно повышает уровень конфликтности в семьях, что отмечает большинство опрошенных одиноких отцов.

Проблема совмещения социальной роли отца (главы семьи) и профессиональных ролей. Господствующие гендерные нормы поддерживают четкую дифференциацию социальных ролей супруга и супруги в семейной системе. Так социальная роль отца семейства предполагает ответственность за материальное благополучие семьи, безопасность, обеспечение адаптации семьи к изменившимся условиям существования; функции женщины, как правило, сводятся к воспитанию детей и ведению домашнего хозяйства. Неполные отцовские семьи, как правило, характеризуются нехваткой времени у родителя на занятия с ребенком. Это объясняется тем, что отцы вынуждены работать в нескольких местах, чтобы обеспечить свою семью, в частности ребенка. В данных семьях зачастую складывается ситуация, когда работающему родителю не с кем оставить ребенка, за которым требуется присмотр, она к тому же может осложняться частыми болез-

нями детей. Родственники в этом случае могут оказать в основном временную помощь, а чтобы нанять специалиста, большинству мужчин не хватает средств. Проблема в адекватном совмещении данных ролевых позиций провоцирует сбои в организации досуга в семье, снижение внимания к детям, особенно это касается эмпатического общения. Любой промежуток свободного времени в выходные, отпуска, праздничные дни одинокие отцы склонны рассматривать как время для дополнительного заработка. Таким образом, они чрезмерно перегружены на работе и не имеют достаточно времени для совместного проведения его с детьми. Ситуация усугубляется тем, что в неполной семье родитель должен возмещать недостаток внимания, возникший после потери другого родителя. В связи с этим у одиноких отцов значительно сужается набор тактик и стратегий развития семейной системы в условиях лишения детей материнского внимания.

Ассимиляции детьми паттернов полоролевого поведения в неполной отцовской семье. Неполная отцовская семья испытывает затруднение в усвоении паттернов полоролевого поведения в силу своей структурной неполноценности. Семья является институтом первичной социализации, где индивид постепенно усваивает социальные нормы и роли, обретает статусную позицию. Формируясь в семье, ребенок идентифицирует себя как мальчика или девочку и начинает проявлять соответствующее поведение, затем он определяет себя как юношу или девушку, мужчину или женщину. Паттерны поведения и стереотипы полоролевого восприятия складываются под влиянием значимых взрослых соответствующего пола, в неполной отцовской семье отсутствует мать, паттерн женского полоролевого поведения формируется под влиянием прочих значимых взрослых людей, преимущественно родственников, старших друзей, учителей. Наряду с этим происходит процесс копирования с женской составляющей отца, которому приходится сочетать в своем поведении социальные роли как отца, так и матери. Одним из благоприятных факторов для неполной отцовской семьи является преобладание женщин в кадровом составе таких институтов социализации, как детские сады, школы, вузы.

Так как это в некоторой степени облегчает формирование половых ролей и паттернов полоролевого поведения, хотя для неполной материнской семьи данный факт представляет собой серьезную проблему.

Таким образом, процесс половой идентификации, то есть осознание ребенком своей половой принадлежности и приобретения психологических особенностей поведения, характерных для представителей определенного пола, во многом зависит от состава семьи и влияния матери или отца на формирование у ребенка жизненных и ценностных установок. Именно в условиях семейного воспитания дети получают первый опыт личного поведения, эмоционального реагирования на различные ситуации, учатся познавать окружающий природный и социальный мир, организовывать свой быт, эффективно участвовать в межличностном и межполовом общении.

Проблема поиска брачного партнера. Многим одиноким отцам сложно решиться на поиски второй половины. Состояние острого горя, вызванного потерей объекта привязанности, приводит мужчину к экзистенциальному кризису, который отражается на всех сферах его жизнедеятельности. У таких мужчин повышается уровень социальной тревожности, они начинают опасаться повторения подобной ситуации, появляется страх сделать неверный выбор, сомнения в собственной компетентности в партнерских отношениях. В связи с этим у них начинает формироваться страх перед будущими отношениями и неосознаваемое стремление их избежать. Помимо этого имеются препятствия со стороны детей, которые испытывают серьезные психологические трудности в принятии новой жены отца (особенно, если дети являются подростками). Как показывают данные зарубежных и отечественных социологических исследований, одинокие отцы с детьми находятся на последних позициях брачных предпочтений большинства женщин. Основное затруднение при образовании новой семьи заключается в создании позитивных взаимоотношений между детьми и новой женой отца. При наличии своих детей у новой жены отца появляются дополнительные трудности в установлении контактов почти во всех субсистемах семьи. В связи с данными фактами, несмотря на

численное превосходство женского населения, одинокие отцы, как правило, не пытаются создать новую семью до ухода из нее ребенка.

Помимо вышеперечисленных, существует множество социально-психологических проблем, возникающих во внутриличностной сфере и межличностных отношениях членов неполной семьи [18, с. 20].

1. С потерей значимого объекта привязанности на некоторый промежуток времени социальная жизнь мужчины практически полностью приостанавливается, он замыкается в себе, переживая данную утрату. Адаптивные возможности семьи в этот период резко снижены.

2. Острое горе у детей значительно повышает эмоциональную нагрузку на мужчину, так как ему приходится служить детям практически единственной опорой.

3. Мужчина после потери супруги склонен идеализировать ее и проявляет тенденцию сравнивать будущего брачного партнера с идеализированным образом, что, разумеется, усложняет образование новой семьи.

4. Такие люди зачастую после утраты супруги испытывают перед ней или перед детьми чувство вины из-за кажущейся им неадекватности в отношениях с детьми, неумения понять их эмоции и выразить свои.

По мнению ряда авторов [32, с. 87], у большинства мужчин после потери супруги наблюдаются изменения вида мотивации и структуры интересов, они начинают ориентироваться на детей, на преодоление сложившихся негативных обстоятельств. Кризис самоидентификации, наступающий у мужчин вследствие расширения ролевого набора и изменения «Я-образа», заставляет их обращать большее внимание на детей при одновременном наличии потребности в обретении нового брачного партнера. В ситуации потери партнера вызывает у одиноких отцов чувство беспомощности, дезориентации, потери смысла существования, вины [32, с. 89].

Е. Зачепило отмечает что, если умирает брачный партнер, у мужчины формируется представление о «незавершенности» собственной миссии [18, с. 20].

Многие отцы склонны полагать, будь у них шанс «все исправить», отношения с умершим членом семьи стали бы

совсем иными. Смерть жены заставляет мужа испытывать мучительное чувство вины. В некоторых случаях он пытается исполнить свои обязательства перед умершей супругой через своих детей. Когда родитель пытается таким образом «исправить» свои отношения с покойной, он невольно передает детям переживаемый им комплекс вины [18, с. 21].

У многих мужчин в результате потери жены искажается восприятие социальной реальности, его случай кажется единственным, он считает, что до него ни один отец не занимался воспитанием детей без супруги. Подобные искажения характерны для многих стрессовых ситуаций и, как правило, препятствуют усилиям, направленным на разрешение кризиса. На определенном этапе мужчины остаются предоставленными сами себе, и попытки защититься от отрицательных эмоций выливаются в большинстве случаев в деструктивное русло: резкое повышение употребления алкоголя, аморальный образ жизни, реактивные депрессии [32, с. 88].

Происходит трансформация всей семейной системы и формирование новых субсистем семейных связей и отношений, расширение спектра социальных ролей, компенсирующих утрату одного из родителей. Наряду с данными внутрисемейными процессами изменяются модели отношений с социальной сетью семьи, от которых в не меньшей степени зависит дальнейшее благополучие семейной системы.

Для взрослого смерть близкого человека часто становится травмирующим событием, как и для ребенка. Такой факт может стать серьезным вмешательством в его развитие (приложение № 4). Горевание, сопутствующее утрате объекта во взрослом возрасте, было справедливо охарактеризовано как процесс адаптации. На некоторый период, пока происходит процесс адаптации, все остальное временно приостанавливается до тех пор, пока горевание не будет завершено, и скорбящий взрослый не вернется к нормальной жизни. Но ребенок, в отличие от взрослого, не есть еще «готовый продукт». Он не завершил множество процессов, связанных с развитием во всех областях и направлениях — процессов, которые требуют

для своего нормального развертывания присутствия того объекта, которого неожиданно не стало. Естественно, при таких обстоятельствах бессмысленно ожидать, что развитие в целом будет остановлено, или наступит пауза с тем, чтобы мог произойти процесс горевания, ведущий к адаптации к потере, и нормальная жизнедеятельность сможет возобновиться позже, как это происходит в случае с взрослым человеком. Давление внутренних сил развития препятствует паузе на горевание. Поэтому любое горевание, возможное при таком сложном давлении со стороны развития, должно происходить одновременно с ним и быть подчинено тем потребностям развития, которые соответствуют возрасту ребенка, и эта ситуация осложняется искажениями и влияниями, непосредственно вызванными перенесенной утратой [5, с. 8].

В случае смерти родителя ребенок вынужден продолжать психологически развиваться в ситуации отсутствия важной фигуры. Это часто ведет к искажениям развития и, по меньшей мере, имеет тенденцию осложнять разрешение многих детских и подростковых конфликтов развития, которые в ином случае являются нормальными и типичными.

Характер потребности ребенка в родителях различается на разных фазах развития. Совершенно очевидно влияние потери матери на ранних стадиях. Это не так в случае с отцом, кроме как в той степени, в какой горе и страдание матери влияют на ее отношения с ребенком. Тем не менее, смерть отца и, как результат, его отсутствие станут по праву значимыми позже, когда ему нужно будет сыграть множество ролей в развитии ребенка, назначенных ему природой, а его не будет рядом [5, с. 9].

Одно из самых важных отличий между реакциями горя у детей и у взрослых состоит в том, что ребенок часто реагирует на смерть первичного объекта аномальными проявлениями, во многих случаях очень напоминающими манифестации, которые можно наблюдать при невротическом конфликте или собственно неврозе. Другими словами, они реагируют тревогой, многочисленными формами регрессии в области влечений, порой в форме отказа от определенных достижений и отклонениями в поведении.

Хотя ребенок совершенно не способен к длительной и непрерывной реакции горя, которая наблюдается у взрослых, он часто вместо этого развивает симптомы совершенно иной природы. Они демонстрируют особую ситуацию стресса развития, в котором находится ребенок (например, прогулы и воровство как поиск наказания, чувствуя вину за смерть родителя). В нормальном взрослом горевании такая реакция обычно не наблюдается.

По результатам исследования М. Раттера [38, с. 115], дети и подростки могут вести себя несвойственным им образом. В крайних случаях они могут испытывать депрессию, убегать из дома, менять друзей, употреблять наркотики, становиться сексуально распущенными или даже иметь суицидальные тенденции. Подростки могут пытаться защитить оставшегося родителя, храня молчание о своих чувствах.

Характерные реакции детей, переживающих горе и утрату, по мнению У. Нагеры [37, с. 7]: краткий период печали; неспособность поддерживать процесс горевания; массивное использование отрицания и реверсии аффекта; неспособность понять сущность смерти; поиск замещающих объектов (до утраты, если ребенок знал о приближающейся смерти, и после утраты, если он не знал о ней); одновременное (явное или незаметное) образование симптомов и нарастающие искажения характера; страх «заражения», которое приведет к собственной смерти, часто идущий рука об руку с фантазиями о воссоединении. Какой бы ни была непосредственная реакция, можно заключить, что смерть значимого объекта представляет собой вмешательство в развитие.

Следовательно, переживание горя и утраты особенно актуальны при исследовании их влияния на личностное самоопределение, на эмоциональное состояние ребенка.

Таким образом, смерть значимых объектов сама по себе приводит к серьезному срыву процесса развития, не говоря уже об особом значении, которое это событие может иметь для ребенка в соответствии с его возрастом, качеством отношений, тяжестью травмы, особыми обстоятельствами, сопутствовавшими смерти, реакциями на это событие со стороны оставшихся в живых значимых членов

семьи, возможными переменами к худшему в жизненных обстоятельствах ребенка.

Взрослые реагируют на переживание детского горя следующим образом: либо уверены, что ребенок не способен к переживанию и тогда стремятся объяснить ему утрату, возвратить в горевание отвлекшегося малыша. Либо взрослый опасается, что ребенку непосильна внутренняя боль, он с ней не справится, и отсюда стремление оградить от переживаний, а иногда и скрыть саму информацию о случившемся. Известен случай: от мальчика скрыли факт смерти матери, с которой ребенок находился в эмоционально близкой связи, он не участвовал в похоронах, не был на могиле. Как результат — консервация горя; симптоматика — дезадаптация.

Родитель не должен сдерживать горе, нужно приглашать ребенка к переживанию (но не требовать). Ребенок обучается переживанию горя в совместном действии со взрослым. В своем реагировании на утрату ребенок по мере взросления постепенно приходит к взрослым способам восприятия и переживания потери. Конечно, дети даже одного возраста реагируют на смерть близкого по-разному, все же можно выделить наиболее характерные **возрастные особенности переживания горя детьми**. Новозеландские специалисты приводят эти особенности, рассматривая случай наиболее значимой утраты — смерть родителя [54, с. 38]:

1. *Возраст до двух лет.* Смерть родителя не может быть понята. Однако ребенок заметит отсутствие родителя и эмоциональные перемены в тех, кто о нем заботится. Даже маленький ребенок может стать раздражительным, более крикливым; могут измениться привычки питания; возможны расстройства кишечника или акта мочеиспускания.

2. *От двух до трех лет.* В возрасте около двух лет дети знают, что если люди отсутствуют в поле зрения, то их можно позвать или найти. Поиски умершего родителя — типичное выражение горя в этой возрастной группе. Может потребоваться время для того, чтобы ребенок осознал, что родитель не возвращается. Эти дети нуждаются в надежном, стабильном окружении, поддержании

заведенного порядка питания и сна. Им особенно необходимы внимание и любовь.

3. *От трех до пяти лет.* Понимание смерти в данном возрасте все еще ограничено. Детям этой возрастной группы нужно знать, что смерть не является сном. Им нужно мягко объяснить, что папа (мама) умер и никогда не вернется. Хотя периоды печали, вероятно, будут короткими, возможны проблемы с кишечником и мочевым пузырем, боли в животе, головные боли, кожные высыпания, падения настроения, возврат к прошлым привычкам (сосание пальца и др.). Ребенок может вдруг начать бояться темноты, испытывать периоды печали, гнева, тревоги, плача. С этого возраста дети могут также думать, что нечто из того, что они сделали или не сделали, могло стать причиной смерти, (например, если не дал родителю игрушку, рисунок или подарок) их нужно уверить, что это не так. Детям важно знать, что о них будут заботиться и что семья останется вместе. Полезно вспоминать с детьми некоторые позитивные или особенные вещи, которые родитель делал с ними, такие как совместные игры, праздники и т. д.

4. *От шести до восьми лет.* В этом возрасте дети все еще испытывают трудности в понимании реальности смерти. Чувствуют неопределенность и ненадежность, имеют склонность цепляться за живого родителя. Горюющие дети могут вести себя в классе несвойственным своему характеру образом, проявлять гнев в адрес учителей. Детей желательно подготовить к вопросам со стороны других людей, посоветовать им говорить просто: «Мой папа (или другой близкий человек) умер». Им нужно сказать, что это нормально — не вдаваться в подробности смерти родителя. Ребенок должен сам решить, кому он хочет открыться.

5. *От девяти до двенадцати лет.* Переживание утраты на данной стадии может приводить к чувству беспомощности тому, что прямо противоречит в этом возрасте стремлению быть более независимым. У детей могут развиваться проблемы, связанные с идентичностью. Они могут скрывать свои эмоции, но, тем не менее, обижаться на замечания, сделанные в школе. Они

могут не достигать ожидаемого образовательного уровня, драться в школе или бунтовать против авторитетов. Дети этой возрастной группы также могут пытаться принять на себя роль матери или отца. Это не должно поощряться, особенно эмоционально, но взрослым следует осознать, что «структура» семьи изменилась, и оставшимся членам семьи необходимо перегруппировать и отсортировать их правила, привычки. У ребенка должно быть достаточно времени для игры, спорта и досуга. Важно, чтобы у него были друзья его возраста. Горюющим детям нужно дать понять, что быть все-таки счастливым и радоваться текущим событиям — это нормально.

6. *Подростковый возраст.* Подростки часто поверяют свое горе и ищут помощи вне дома. Некоторые молодые люди чувствуют себя в изоляции, потому что ощущают, что друзья избегают их или смущаются и не знают, что сказать. Подростки могут вести себя несвойственным им образом. В крайних случаях они могут испытывать депрессию, убегать из дома, менять друзей, употреблять наркотики, становиться сексуально распушенными или даже иметь суицидальные тенденции. Подростки могут пытаться защитить оставшегося родителя, храня молчание о своих чувствах. Они могут нуждаться в «позволении» выражать то, что они думают и чувствуют, в поощрении здоровых путей высвобождения эмоций через спорт или культурную деятельность. Подросткам нельзя говорить, что они будут занимать место умершего родителя, скорее им нужно помочь сфокусироваться на их потребностях, связанных с будущим, таких как образование или подготовка к работе. Старшие подростки будут ясно видеть, как смерть родителя влияет на семью и их собственную жизнь. Они могут думать, что должны теперь заботиться о маме (папе) и других членах семьи. Тем не менее, им нужно помочь принимать решения, фокусирующиеся на их собственных потребностях.

Продолжая тему переживания утраты в подростковом возрасте, отметим, что стремление подростка поддерживать горюющих близких, помогать им разделять с ними скорбь, не должно игнорироваться, а тем более пресекаться из-за боязни, что оно может пойти в ущерб его ин-

тересам. Безусловно, очень важно, чтобы ребенку предоставляли возможность развиваться своим путем. Однако участие в семейном горе и забота о родных, когда они не затмевают собственных перспектив и не навязываются извне, скорее, наоборот, помогут преодолеть горе. С другой стороны, в подростковом возрасте распространенной реакцией на потерю является замкнутость, стремление к одиночеству. В таких случаях не стоит беспокоить ребенка, уединение бывает необходимо ему для совершения работы горя. [54, с. 70]

В процессуальном плане **детское горе** так же, как и взрослое, **проходит ряд стадий**: шок и оцепенение, отрицание, поиски, гнев, вина, страдание, реорганизация и завершение. Основные фазы: [54, с. 25]

1. Фаза шока — длится от нескольких минут до недели (типично дня три) — защитное отрицание реальности (этого не может быть).

2. Фаза поиска — он только что прошел, я его видел в толпе, иллюзии, иногда человек пугается своих состояний, думает, что он сходит с ума.

3. Фаза острого горя — длится от 7 дней до 6–7 недель — острая душевная боль, чувство вины, нарушение бытовой и социальной деятельности.

4. Фаза остаточных толчков — с 40-го дня до года, протекает приступообразно на фоне относительного благополучия: в день рождения, в праздник, во время отъезда в отпуск.

5. Фаза завершения — наступает после года.

Вмешательство психолога требуется тогда, когда горевание принимает патологические формы.

Так фаза шока может быть слишком продолжительной (более 7 дней). Или возможно вообще отсутствие фазы шока (консервация горя). Возможно нормальное протекание всех фаз, но фаза завершения не наступает — встречается в пожилом возрасте, когда человек все время оглядывается назад в прошлое, завершение ему ничего не сулит; или если человек прежде был лишен поддержки и сочувствия. Психотерапевтический смысл работы с горем не в том, чтобы забыть, а в том, чтобы помочь вспомнить

(народные похоронные и поминальные обряды связаны с необходимостью вспомнить) [50, с. 203–211]

Наименее доступным человек представляется в фазе шока, здесь психологу важно обозначать свое присутствие (рука на плече, умение молчать рядом). Тогда в фазе шока человек не испытывает чрезмерно острых эмоциональных реакций. Фаза поиска может рассматриваться как переходная, застреваний обычно не происходит. В фазе острого горя прорабатываются воспоминания, в том числе те, которые представляются клиенту как негативные, возбуждая сильное чувство вины, все намерения нужно превратить в воспоминания. В фазе остаточных толчков психолог помогает выстраивать новую деятельность — в случае с детьми и подростками важна работа со временем, разворачивание временной перспективы. В фазе завершения и прощания — умерший поселяется в памяти, полностью принимается реальность его отсутствия во внешнем мире.

Проанализировав различные взгляды в современной научной психологической литературе можно отметить, что многие авторы расходятся во мнении относительно возраста, в котором дети становятся способными к гореванию. Одни, как например, Боулби [54, с. 95], полагают, что горевание становится возможным и наблюдается, начиная с шестого месяца жизни, другие, например, Фурман [35, с. 60], считает, что горевание можно наблюдать только с третьего или четвертого года жизни. Есть другие авторы Шамбу и Рохлин [13, с. 187], считающие, что процесс горевания у взрослого и ребенка отличаются, и Вольфенштейн [54, с. 95], которая считает, что горевание становится возможным только с разрешением подростковой фазы, после того как произошло соответствующее обособление от родительских фигур.

Типичные особенности поведения детей, переживших утрату родителя. Ребенок плачет об ушедшем родителе, иногда надеется на его возвращение, иногда начинает искать его, иногда описывает отчетливо-яркое ощущение его присутствия, иногда злится из-за утраты и винит окружающих, иногда обвиняет умершего родителя, иногда страшится потерять выжившего родителя. В результате он может казаться тревожным, и его поведение может выглядеть стран-

ным.. Особенно такое поведение выражается, когда родители стараются скрывать от детей свои чувства по поводу утраты, объясняя это тем, что не хотят расстраивать детей. Но часто причина состоит в том, что они сами не в состоянии вынести интенсивности эмоций ребенка.

Если родители избегают разговоров об утрате близкого человека и не выражают своих чувств, дети также начинают прятать свои эмоции и вопросы. Однако сокрытие факта смерти родителя или запрет на выражение чувств не несет ничего кроме патологических реакций. Меняются способы взаимодействия ребенка с окружающим миром, значимыми людьми. Ребенок лишается тесной эмоциональной связи и близости, которую давала мать, поэтому становится более эмоционально бедным, замкнутым, тревожным. От этого страдает физическое, психическое и социальное развитие ребенка.

Таким образом, для ребенка смерть близкого родственника может стать травмирующим событием, но, что еще более важно, серьезным вмешательством в развитие. Смерть значимых объектов сама по себе приводит к серьезному срыву процесса развития, не говоря уже об особом значении, которое это событие может иметь для ребенка в соответствии с его возрастом, качеством отношений, тяжестью травмы, особыми обстоятельствами, сопутствующими смерти, реакциями на это событие со стороны оставшихся в живых значимых членов семьи, возможными переменами к худшему в жизненных обстоятельствах ребенка.

Тяжелые потери накладывают отпечаток на все стороны нашей жизни, но об этом надо быть готовым говорить. Восстановление после тяжелой утраты — одна из труднейших задач.

Горе — это «ядерная энергия» наших эмоций. Если его понять, обуздать и направить, оно станет созидательной силой. Но если горе выходит из-под контроля, если оно искажено и непонятно, оно может стать деструктивной силой.

В близком окружении ребенка могут отсутствовать условия, способствующие развитию умения в трудную минуту восстанавливать эмоциональное равновесие, т.е. на-

ходить опору в прошлом и ставить цели, которые помогут пережить тяжелый жизненный период.

В процессе психологического сопровождения детей и подростков, утративших одного из родителей, могут применяться самые разные методы и методики, адекватные возрасту и уровню психического развития маленького клиента. В распоряжении психолога имеются методы арт-терапии, сказкотерапии, анималотерапии, игровой терапии, символ-драмы и др. Зарубежные авторы также говорят о возможности использования рисования как метода, помогающего ребенку выразить свое горе; например, это может быть рисунок умершего. Детское горе достаточно часто бывает неочевидным, протекает скрыто, а ребенок оказывается не в состоянии внятно сообщить взрослым, что он тоже очень страдает, только по-своему. Тогда *способы косвенного выражения и проработки горя* становятся наиболее эффективными, а иногда — единственно приемлемыми вариантами психологической помощи горящему ребенку.

Анализ теоретических подходов к изучению феномена утраты позволяет сделать следующие **выводы**:

Утрата близкого — сложнейшее событие, затрагивающее все стороны жизни, все уровни телесного, душевного и социального существования человека. Горе уникально, оно зависит от единственных в своем роде отношений с ним, от конкретных обстоятельств жизни и смерти, от всей неповторимой картины взаимных планов и надежд, обид и радостей, дел и воспоминаний.

Переживание горя и утраты особенно актуальны при исследовании их влияния на личностное самоопределение, самоактуализацию в подростковом возрасте, так как в этом периоде происходит зарождение и становление самосознания, как единства знаний и представлений о себе, о своем месте в обществе.

Наряду с нормальными реакциями подростка на смерть одного из родителей могут появиться отсроченные переживания горя, слишком затянувшееся или необычное беспокойство, отсутствие переживаний, длительное неуправляемое поведение, острая чувствительность к разлуке, полное отсутствие каких-либо чувств, бессонница.

Профессионально-психологическая помощь горюющим детям в определенной мере отличается от аналогичной помощи взрослым. Это отличие обусловлено в основном тем, что дети не в состоянии осмыслить случившееся несчастье на том уровне, на каком способны это сделать взрослые. Соответственно, роль бессознательных процессов в переживании горя ребенком существенно больше, по сравнению с взрослыми. Указанное отличие постепенно сглаживается по мере взросления, но, как правило, сохраняется вплоть до подросткового периода.

Поэтому целью практической деятельности специалистов становится создание условий для стабилизации эмоционального состояния ребенка, потерявшего родителя через развитие самосознания личности. Достижение такой цели будет способствовать не просто стабилизации эмоционального состояния, но и развитию умения конструктивно в созидательной деятельности переживать тяжелые жизненные ситуации в будущем.

В процессе психологической и социальной работы возможны выявления детей и подростков, имеющих серьезные поведенческие нарушения. Эти нарушения могут быть связаны с длительным эмоциональным напряжением в социальной ситуации, закрепляющей негативные проявления. В этих случаях грамотно построенной психосоциальной работы бывает достаточно для выведения ребенка, подростка из этого состояния. Но может быть и так, что этих мер недостаточно, или причина такого состояния связана со здоровьем ребенка, подростка. Тогда необходимы консультация врача и, возможно, врачебное сопровождение психологической и социальной работы. Медицинское сопровождение дополняет и делает всесторонней психосоциальную работу.

В настоящее время социальная работа располагает широким спектром технологий, позволяющих оказывать оптимальную социально-психологическую поддержку всем видам и типам семей. Тренинговая группа с элементами арт-терапии получила широкое распространение на Западе как форма социальной поддержки неполной семье. Организация подобных групп в условиях современной России позволит активизировать внутренние ресурсы адаптации

неполной отцовской семьи при относительно небольших затратах на их поддержание.

В свете вышеперечисленных проблем (хотя ими ни в коем случае не исчерпываются все трудности неполной отцовской семьи), основная задача социальной поддержки данного вида семей видится в оказании адекватной социальной помощи и активизации внутренних ресурсов адаптации к возникшим деструктивным условиям, а также в развитии адресной социальной поддержки неполных отцовских семей. Рассматривая этот вид семьи как объект социальной поддержки, следует подчеркнуть важность создания благоприятной обстановки для развития нормальных отношений внутри семьи, устранение социальной изоляции, которой они подвергаются на некоторых этапах своего развития, гармонизацию внутрисемейных отношений. Любой тип неполной семьи, отцовской или материнской, предусматривает наличие проблем, требующих при их разрешении учета личностных особенностей всех членов семьи и затрат ресурсов как со стороны государственной системы социальной поддержки, так и их собственных.

В целях психосоциальной поддержки детей и подростков из неполных отцовских семей, утративших мать, была разработана программа психологического сопровождения «Тропой красоты» (приложение № 5). Данная программа направлена на коррекцию эмоционального состояния и отклонений в поведении подростков; создание условий для формирования новых способов поведения в отношении «отец—подросток» как самостоятельной семьи; создание условий для гармонизации детско-родительских отношений; развитие самосознания и самоисследования участников для коррекции или предупреждения эмоциональных нарушений на основе внутренних и поведенческих изменений; содействие процессу личностного развития, реализации творческого потенциала, достижения оптимального уровня жизнедеятельности и ощущения счастья и успеха; повышения психологической грамотности родителей посредством индивидуальных консультирования; гармонизации детско-родительских отношений в совместных практических занятиях; улучшения социально-

психологической атмосферы в семье; снижения уровня внутрисемейных конфликтов.

Основная цель программы «Тропой красоты»: социально-психологическая поддержка детей и подростков из неполных отцовских семей, а также их отцов.

Задачи:

1. Психологическое сопровождение детей и подростков, переживших утрату матери.
2. Коррекция эмоционального состояния и отклонений в поведении детей и подростков средствами арт-терапии.
3. Создание условий для формирования новых способов поведения в отношении «отец–ребенок» как самостоятельной семьи.
4. Создание условий для гармонизации детско-родительских отношений.

Целевая группа: дети и подростки из неполных отцовских семей 7–12 лет.

Этапы реализации программы:

Подготовительный

1. Взаимодействие со школами города — обновление базы данных о неполных отцовских семьях.
2. Набор целевой группы для тренинговых занятий.
3. Составление программы социально-психологической поддержки детей, потерявших или утративших мать.
4. Создание материально-технической базы реализации программы.

Основной

1. Арт-терапевтический тренинг для детей. Количество занятий — 7. Количество детей — 10 человек. Периодичность встреч — 1 раз в неделю по 2 часа.

2. Арт-терапевтический тренинг для детей совместно с отцами. Количество занятий — 2. Количество участников — 20 человек. Периодичность встреч — 1 раз в месяц по 2 часа.

3. Организация семейных культурно-массовых и досуговых мероприятий.

Завершающий

Включает в себя заключительное анкетирование и тестирование. Подводятся итоги работы группы.

Методы и средства, используемые в программе:

1. Сбор информации.
2. Личностные и проективные психологические методики.
3. Методы арт-терапии.
4. Методы телесно-ориентированной терапии.
5. Психогимнастические процедуры.
6. Методы песочной терапии.
7. Консультирование.

Телесноориентированная терапия, психогимнастика помогают установлению эмоциональной близости между участниками группы, снятию напряжения, творческому самовыражению и отреагированию накопившихся эмоций и чувств.

Ожидаемый результат:

- проработка психотравмирующих ситуаций на символическом уровне;
- личностный рост каждого участника группы;
- формирование самосознания и адекватной самооценки подростка;
- изменение отношения к себе, к своему прошлому, настоящему и будущему, к другим значимым, в целом к своей судьбе;
- гармонизация детско-родительских отношений.

Принципы:

1. Принцип добровольного участия как во всем тренинге, так и в его отдельных занятиях и упражнениях. Участник должен иметь естественную внутреннюю заинтересованность в изменениях своей личности в ходе работы группы.
2. Принцип организации постоянной самодиагностики каждого участника. В содержание занятий включаются во-

просы и упражнения, рассчитанные на самораскрытие участников, осознание и формулирование их собственных личностных особенностей.

3. Принцип взаимодействия в стиле диалога. Основанный на взаимном уважении участников, на их полном доверии друг к другу, готовности выслушать собеседника и признать его право иметь свою точку зрения.

4. Принцип постоянной обратной связи. Постоянное получение участником информации от других членов группы.

5. Принцип моделирования. В тренинге моделируются различные ситуации, в которых участникам демонстрируются как позитивные, так и негативные формы поведения.

6. Принцип направленности на применение результатов в жизни. Перенесение полученного опыта в ходе тренинга на практику.

Основные принципы арт-терапевтических упражнений:

1. Безоценочное восприятие всех работ: в арт-терапии нет «правильного» или «неправильного», и это нужно четко объяснить. Детям нужно чувствовать себя в безопасности, знать, что создание образов — это способ передачи своего опыта, мыслей и чувств, и что их не будут оценивать.

2. Дети как эксперты: упражнения созданы таким образом, что отправной точкой является опыт каждого ребенка. В этом смысле дети являются «экспертами» в отношении своих работ.

3. Важен вклад каждого: каждый ребенок делает важный и уникальный вклад. Все работы нужно рассматривать с равным уважением.

4. Нужно охранять детские тайны, поскольку упражнения, возможно, задействуют личный уровень.

5. Условия для рассказа и обсуждения работы ребенка не должны быть директивными. Нельзя интерпретировать работу ребенка (это может делать только сам автор, по желанию), и детей нельзя заставлять раскрывать больше, чем они того желают.

6. Процесс и продукт: хотя метод арт-терапии делает акцент на процессе создания образа, важным является и сам продукт творчества, который помогает ребенку почувство-

вать законченность процесса и уверенность в себе.

7. Упражнения строятся с высокой или с невысокой степенью структурированности. Способ работы определяется уверенностью и отношением детей и прежде всего — поставленными целями.

8. Нужно найти способ сохранять работы ребенка, поскольку он гордится ими.

Художественные материалы

Художественные материалы оказывают непосредственное воздействие на художественную работу клиента. Они побуждают его видеть и осязать. Они порождают эмоциональный подъем и осознание. Сами по себе, являясь частицами реальности, эти материалы побуждают клиента к соприкосновению с реальностью. Таким образом, между творцом и художественным материалом происходит динамическое взаимодействие. Арт-терапевту особенно интересно выяснить, какой материал вызывает наибольшую экспрессивность клиента. Тем самым свободный выбор материала — важнейшая движущая сила в процессе художественной работы [25, с. 35].

Арт-терапевтическая работа предполагает большой набор различных изобразительных материалов:

1. Краски, карандаши, восковые мелки, пастель.
2. Для создания коллажей или объемных композиций используются журналы, газеты, обои, бумажные салфетки, цветная бумага, фольга, пленка, коробки от конфет, открытки, тесьма, веревочки, текстиль.
3. Природные материалы — кора, листья и семена растений, цветы, перышки, ветки, мох, камешки.
4. Для лепки — глина, пластилин, дерево, специальное тесто.
5. Бумага для рисования разных форматов и оттенков, картон.
6. Кисти разных размеров, губки для закрашивания больших пространств, ножницы, нитки, разные типы клеев, скотч.

Качество материалов по возможности должно быть достаточно высоким, так как в противном случае может снизиться ценность самой работы и ее результатов в глазах клиентов.

Основная цель совместных родительско-детских занятий — помочь понять своего ребенка, а детям поверить в свои силы, способствуя при этом установлению отношений партнерства и сотрудничества. Взаимодействие ребенка с родителем является первым опытом взаимодействия с окружающим миром. Этот опыт закрепляется и формирует личность и поведение. Многие родители осознают недостатки своего воспитания, но им не хватает психологических знаний, чтобы решать проблемы. Анализ семейных ситуаций в арт-терапевтической группе поможет взглянуть родителям со стороны и тем самым осознать свое поведение. Детско-родительские отношения — это особый тип отношений, нарушение которых приводит к необходимости их коррекции. Арт-терапевтический процесс позволяет увидеть ребенка не только просто что-то рисующим, а вникнуть в суть его внутреннего мира, в котором отражаются и возрастные проблемы, и своеобразие детского взгляда на жизнь, и отношение к собственным родителям.

Кроме того, тренинг в детско-родительских группах — это не только возможность детско-родительского контакта, но и знакомство с другими семьями и их детьми, что расширяет поле видения самых разных взаимоотношений детей и взрослых.

Творческая деятельность, используемая как психологическая помощь, стимулирует самые разные способности ребенка и его родителей, активизируя взаимоотношения родителей и детей, повышая ощущение собственной значимости, развивая чувственное восприятие.

У каждого человека из жизни уходили близкие люди. Мы называем утратой событие потери, т.е. саму смерть. Сильные эмоции, переживаемые человеком, когда он лишается близкого, любимого человека в результате его смерти называются горем. Горе — это также процесс, при помощи которого человек работает с болью утраты, вновь обретая чувство равновесия и полноты жизни. Это процесс необходимый, и его нельзя считать проявлением слабости, так как это способ, посредством которого человек восстанавливается после ощутимой потери [5, с. 9].

Любые причины утраты матери ребенком переживаются очень остро и болезненно [51, с. 42]. По мнению В.М. Целуйко, период переживания горя у подростка обычно короче, чем у взрослого, но при столкновении с новыми жизненными ситуациями чувство невосполнимой утраты может актуализироваться [53, с. 181].

Используя представленные рекомендации и практические разработки, специалисты, работающие с подростками, могут уже сегодня содействовать развитию у подрастающего поколения самопринятия, самоуважения, адекватной самооценки, появлению осознания реальности времени, осознанию своих целей, жизненных устремлений, выработки жизненных планов и способности заботиться о своем эмоциональном состоянии и состоянии близких людей.

Именно поэтому данная проблема представляет научный интерес и открывает перспективы поиска эффективных путей и методов психологической работы с вышеуказанной категорией.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Современные социальные отношения характеризуются полной занятостью мужчины материальным обеспечением семьи, поэтому, как правило, в современной семье ослаблена отцовская воспитательная функция. Жесткие экономические требования и наваливающиеся со всех сторон социальные трудности вырывают отца-воспитателя из семьи. Исторически произошло закрепление приватной сферы за женщиной, а публичной — за мужчиной, все это приводит к отчуждению мужчины от семьи. Наиболее яркая практика — дети после развода (права отца на детей оказываются ущемленными). К этому можно добавить, что в семейном законодательстве не закреплена долгосрочная ответственность мужчины, являющегося отцом, в области прав и обязанностей. Кроме того, ни международное, ни отечественное законодательство не стимулируют отцовство. Изменить подобное положение отцовства, которое складывалось годами, будет нелегко. Исследования показывают, что это во многом является причиной алкоголизма и тунеядства. Формула «мужчина-добытчик» доведена до логического абсурда. Сегодня размыты поколения дедов и прадедов, которые могли бы транслировать положительный опыт отцовства. Старшее поколение мужчин — деды — выключены (в основном из-за физического отсутствия) из процесса воспитания. Обретение и сохранение мужской статуса мужа и отца стало серьезной социальной проблемой, поскольку жизнь вне семьи означает и жизнь вне родительства.

На наш взгляд, одна из главных задач современного общества — сохранение и поддержание главного его института — семьи. Только духовно здоровая семья способна воспитать высоконравственное поколение, от которого будет зависеть будущее нашего государства. Сегодня как никогда ранее мужчины-отцы нуждаются в помощи и активной поддержке со стороны государственных и общественных структур. Прежде всего, эта помощь должна выражаться в признании отцовства как одной из основных функций жизни каждого мужчины, наряду с другими функциями — «защитника» и «кормильца». Реализация учреж-

дениями социального обслуживания населения специализированных программ и проектов, направленных на комплексную поддержку и сопровождение отцов, их детей, семей в целом, позволит в значительной степени ускорить достижение обозначенной выше задачи в области семейной политики.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Абакумова Н. М., Неопубликованная дипломная работа «Самоактуализация подростков из неполных отцовских семей». Науч. рук-ль Волкова Т.Г. — Алт.ГУ, 2007.
2. Акивис Д. С., Отцовская любовь. — М.: Профиздат, 1989. — С. 26–42.
3. Алфеева Е. В., Особенности работы психолога с семьей. — Курган: Изд-во Курганского гос. ун-та, 2000. — 60 с.
4. Арчакова Т. О., Лебедева Г. А., В здоровой семье — здоровые дети. Методическое пособие. — М., 2007.
5. Батуркина Н. В., Особенности консультирования лиц, переживших горе // Журнал практической психологии и психоанализа. — 1999. — № 6.
6. Бетенски М., Что ты видишь? Новые методы арт-терапии. — СПб.: Эксмо-пресс, 2002.
7. Бондс Л., Магия цвета. — СПб.: Питер, 1997.
8. Гребенщиков Л. Г., Основы куклотерапии. Галерея кукол. — СПб.: Речь, 2007. — 80 с.
9. Варга А. Я., Структура и типы родительского отношения: Дис... канд. психол. наук. — М.: Изд-во МГУ. — 1986. — 206 с.
10. Грегг М., Тайный мир рисунка. — СПб.: Дементра, 2003.—150 с.
11. Гурко Т. А., Родительство в изменяющихся социокультурных условиях // Социс, 1997. — №11. — С. 72–79.
12. Даниленко О. В., Некоторые аспекты социально-психологической поддержки детей из неполных семей//Социальная работа с детьми и подростками группы риска/ Под ред. А. А. Реана. — СПб.: Благотворительный некоммерческий фонд «Здоровое будущее», 2000. — 71 с.
13. Дейтс Б., Жизнь после потери. — М: Фаир-Пресс, 1999. — 304 с.
14. Диагностика в арт-терапии. Метод «Мандала»/ Под ред. А. И. Копытина. — СПб.: Речь, 2002. — 80 с.
15. Дружинин В. Н., Психология семьи. — Екатеринбург: Деловая книга, 2000. — 208 с.

16. Ермихина М. О., Формирование осознанного родительства на основе субъективно-психологических факторов: Автореф. дис...канд. психол. наук. — Казань: Изд-во КГТУ, 2004. — 22 с.
17. Жигалин С. С., Формирование адекватных родительских позиций как способ коррекции воспитательной практики в семьях подростков: Автореф. дис...канд. психол. наук. — КГУ, 2004. — 26 с.
18. Зачепило Е., Проблемы социальной поддержки неполной отцовской семьи/ Мир психологии. — М., №3, 2000.
19. Захаров А. И., Дневные и ночные страхи у детей. СПб.: Союз, — 2000 — 200 с.
20. Зинкевич-Евстегнеева Т. Д., Грабенко Т. М., Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии. СПб.: Речь, 2005.—340 с.
21. Зинкевич-Евстегнеева Т. Д., Тихонова Е. А., Проективная диагностика в сказкатерапии. СПб.: Речь, 2003. — 160 с.
22. Зиновьева М. В., Психолого-медико-социальное сопровождение эмоционального состояния детей и подростков в постэкстремальный период: Методические рекомендации. — М.: МГППУ, 2006. — 208 с.
23. Истратова О. Н., Справочник по групповой психокоррекции. — Ростов нД: Феникс, 2006. — 443 с.
24. Карабанова О. А., Психология семейных отношений и основы семейного консультирования. — М.: Гардарики, 2004. — 320 с.
25. Киселева М. В., Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для психологов, педагогов, работающих с детьми. — СПб.: Речь, 2006. — 160 с.
26. Колисниченко Е. А., Социально-психологические особенности формирования личности ребенка в неполной семье. Тезисы второй всероссийской научной конференции «Психологические проблемы современной российской семьи» В 3-х частях. — 2 часть/Под общей редакцией Шабельникова В. К., Лидерса А.Г. — М., 2005. — 360 с.
27. Кон И. С., Этнография родительства. — М., 2000.

28. Копытин А. И., Руководство по групповой арт-терапии — СПб.: Речь, 2003. — 320 с.
29. Копытин А. И., Теория и практика арт-терапии — СПб.: Питер, 2002. — 368 с.
30. Копытин А. И., Корт Б., Техники аналитической арт-терапии: исцеляющие путешествия. — СПб.: Речь, 2007. — 144 с.
31. Костенко М. А., Социальная работа с мужчинами: к постановке проблемы. — Барнаул, 2003. — 190 с.
32. Костенко М. А., Жабина Н. С., Организация социальной работы с неполной отцовской семьей: Методические рекомендации. — Барнаул, 2000. — 55 с.
33. Кочюнас Р., Основы психологического консультирования. М., 1999. — 240 с.
34. Лебедева Л. Д., Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий — СПб.: Речь, 2007. — 256 с.
35. Малкина-Пых И. Г., Справочник практического психолога. — М.: Изд-во Эксмо, 2005. — 784 с.
36. Матейчик З., Некоторые психологические проблемы воспитания детей в неполной семье. — М.: «Прогресс», 1980. — 206 с.
37. Нагера У., Реакции детей на смерть значимых объектов // Журнал практической психологии и психоанализа. М., 2002, № 1.
38. Обухова Л. Ф., Шаграева О. А., Семья и ребенок: психологический аспект детского развития. — М.: Жизнь и мысль, 1999. — 168 с.
39. Овчарова Р. В., Психологическое сопровождение родительства. — М.: ЗАО «Институт психотерапии», 2003. — 295 с.
40. Овчарова Р. В., Психология родительства. — М., 2005.
41. Прихожан А. М., Толстых Н. Н., Психология сиротства. — СПб., 2007.
42. Прутченков А. С., социально-психологический тренинг в школе. 2 — е изд. дополнительное и переработанное. — М.: Изд-во ЭКСМО — Пресс, 2001. — 640 с.
43. Психодиагностика. Коллекция лучших тестов Истратова О. Н., Эксакусто Т. В. — Изд. Ростов н/Д: Феникс, 2006. — 375 с.

44. Рамендик Д. М., Тренинг личностного роста: Учеб. Пособие.— М.: ФОРУМ: ИНФРА — М., 2007.— 176 с.
45. Родионов В. А., Ступницкая М. А., Прививка от стресса. Метод. рекомендации по профилактике негативных последствий воздействия стресса на детей.— Ярославль: Академия развития, 2006.— 272 с.
46. Рудестам К., Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика/ Пер. с англ./Общ. ред. Л.П. Петровской. 2-е изд. М.: Прогресс, 1993.
47. Сакович Н.А., Технология игры в песок. Игры на мосту. — СПб.: Речь, 2006.-170 с.
48. Спиваковская, А. С., Психотерапия: игра, детство, семья. — М.: ООО Апрель Пресс; ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. — Том 2. — С. 398–437.
49. Фалькович Т. А., Толстоухова Н. С., Подростки XXI века. Психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях: 8–11 классы. — М.: ВАКО, 2006. — 256 с.
50. Фрейд З., Печаль и меланхолия / Психология эмоций. М., 1984. — с. 203–211
51. Хухлаев О. Е., Обычная работа в необычных условиях: психологическое консультирование, осложненное травматическим стрессом. Методическое пособие — Московский городской психолого-педагогический университет, 2005. 73 с
52. Хэгман Дж., Роль другого в горевании/ Журнал практической психологии и психоанализа. — М., №3, 2002.
53. Целуйко В. М., Психология неблагополучной семьи. — М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2006. — 271 с.
54. Шефов С. А., Психология горя — СПб: Речь, 2006. 144 с.
55. Шнейдер Л. Б., Психология семейных отношений. Курс лекций. — М.: Апрель-Пресс; Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. — 512 с.
56. Эйдемиллер Э. Г., Юцтискис В. В., Психология и психотерапия семьи. — СПб.: Питер, 1999. — с. 6–7, 20–21, 35.

**ФОНД
ПОДДЕРЖКИ
ДЕТЕЙ** находящихся
в трудной
жизненной
ситуации



ИНФОРМАЦИЯ О ФОНДЕ ПОДДЕРЖКИ ДЕТЕЙ, НАХО- ДЯЩИХСЯ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ

Фонд создан по инициативе Владимира Путина. Соответствующий Указ подписан 26 марта 2008 года. Учредителем Фонда выступило Министерство здравоохранения и социального развития Российской Федерации. Основная цель деятельности Фонда — поддержка социальных программ и проектов, направленных на решение проблем детей и семей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации (www.fond-detyam.ru).

Деятельность Фонда направлена на создание нового механизма управления, позволяющего в условиях разделения полномочий между федеральным центром и субъектами Российской Федерации значительно сократить распространенность социального неблагополучия детей и семей с детьми, стимулировать развитие эффективных форм и методов работы с нуждающимися в помощи семьями и детьми.

При содействии Фонда в Алтайском крае на сегодняшний день реализуются четыре краевых целевых программы, в том числе и краевая целевая программа «Раннее выявление социального неблагополучия и работа с семьями «группы риска» в Алтайском крае «Свет в родном окне» на 2009–2011 годы», а также проект «Под отцовским крылом».

ИНФОРМАЦИЯ О ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КГУСО КРАЕВОЙ КРИЗИСНЫЙ ЦЕНТР ДЛЯ МУЖЧИН

Учредителем Центра является Главное управление администрации Алтайского края по социальной защите населения и преодолению последствий ядерных испытаний на Семипалатинском полигоне (Главалтайсоцзащита), являющееся правопреемником комитета администрации Алтайского края по социальной защите населения (постановление администрации Алтайского края от 15.03.2005 года № 132 «Об образовании Главного управления администрации Алтайского края по социальной защите населения и преодолению последствий ядерных испытаний на Семипалатинском полигоне»).

Предметом деятельности Центра является социальное обслуживание мужчин, оказавшихся в трудной жизненной (кризисной) ситуации (инвалидность, потеря работы, конфликты и жестокое обращение в семье, одиночество, участие в локальных военных конфликтах, ситуативные и возрастные кризисы), их ближайшего социального окружения, а также мальчиков-подростков, находящихся в социально опасном положении, (далее — клиенты Центра и члены их семей).

Деятельность Центра направлена на следующие цели:

- сохранение, поддержание и восстановление, психического и социального здоровья мальчиков и мужчин, проживающих в Алтайском крае.

Для достижения уставных целей Центр осуществляет следующие виды деятельности:

- определение и предоставление (постоянно, временно, на разовой основе) конкретных видов и форм социально-экономических, медико-социальных, социально-психологических, социально-педагогических и иных социальных услуг;

- проведение социального патронажа семьи клиента Центра, нуждающегося в социальной помощи, реабилитации и поддержке;

— оказание содействия клиентам Центра в их социальной адаптации и реабилитации;

— осуществление мероприятий по повышению стрессоустойчивости и психологической культуры населения, укрепление ценности семьи и здорового образа жизни, в том числе через пропагандистскую, издательскую, просветительскую деятельность, организацию выступлений в СМИ по актуальным проблемам деятельности Центра;

— осуществление мероприятий, направленных на профилактику девиантных форм поведения, суицидов, неблагоприятных форм эмоционального реагирования и стереотипов поведения, конфликтных взаимоотношений, насилия в семье и других социальных рисков;

— привлечение государственных, муниципальных органов, организаций и учреждений (здравоохранения, образования, миграционной службы и т.п.), а также общественных и религиозных организаций и объединений (ветеранских, комитетов Общества Красного Креста, ассоциаций многодетных, неполных семей, организаций инвалидов, и т.п.) к решению проблем клиентов Центра, которые они не могут преодолеть самостоятельно;

— осуществление правозащитной деятельности, представление интересов клиента Центра в суде;

— участие в разработке и реализации целевых программ социальной защиты населения;

— внесение предложений в органы государственной власти по совершенствованию законодательства в области охраны прав семьи, работы социальных служб по профилактике кризисных явлений;

— методическое обеспечение учреждений социального обслуживания населения края по профильным направлениям деятельности Центра, повышение квалификации работников учреждений социального обслуживания;

— проведение мероприятий по повышению профессионального уровня работников Центра, увеличению объема предоставляемых социальных услуг и улучшению их качества;

— проведение научно-исследовательской работы, апробации, внедрения и отработки инновационных форм,

методов и технологий социального обслуживания, подготовки научно-методических рекомендаций, сборников статей, тезисов и т.д.

— изучение и адаптация к условиям региона зарубежного опыта, развитие международного сотрудничества в области социального обслуживания.

В состав Центра входят:

- отделение консультативного приема;
- отделение по работе с неполной отцовской семьей;
- отделение профилактики насилия в семье;
- отделение профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних;
- отделение «Кризисная линия для мужчин»;
- филиал Центра в г. Рубцовске;
- филиал Центра в г. Славгороде.

ПРИЛОЖЕНИЯ

ПРИЛОЖЕНИЕ № 1

ПРЕДСТАВЛЕНИЯ МУЖЧИН ОБ ОТВЕТСТВЕННОМ ОТЦОВСТВЕ. НЕКОТОРЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

В исследовании приняли участие 156 мужчин (жители г. Барнаула), из которых 88% состоят в браке, остальные либо разведены, либо являются вдовцами. Основная часть опрошенных мужчин относится к возрастной группе от 26 до 40 лет (см. диаграмму 1).

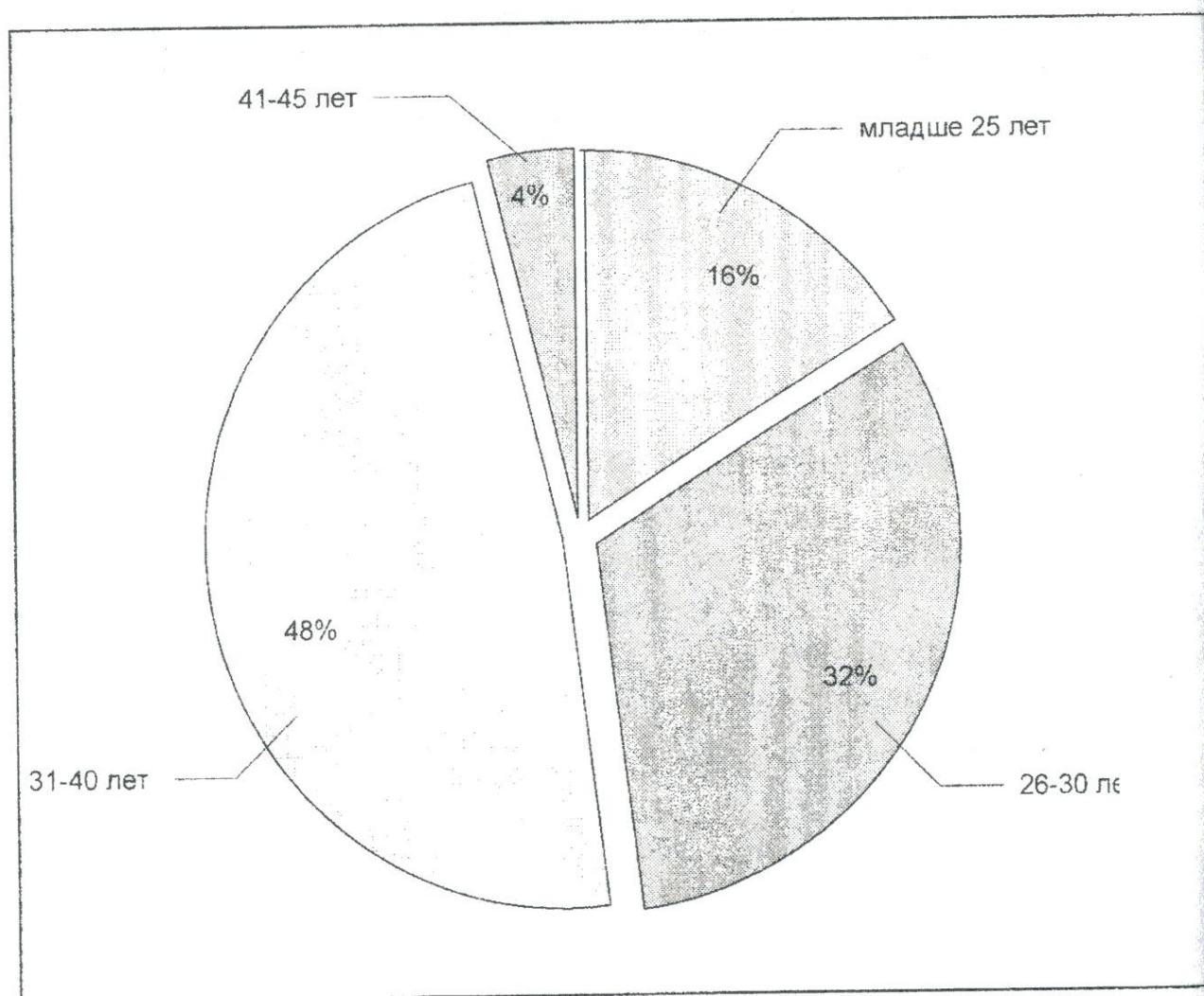


Диаграмма 1. Возрастной состав респондентов.

Все респонденты являются отцами, из них 60% имеют одного ребенка, 31% — двух, остальные трех и более детей.

В рамках исследования респондентам предлагалось закончить следующие два предложения: «Ответственный родитель тот, который» и «Безответственный родитель тот, который».

Полученные ответы позволяют утверждать, что **ответственный родитель** в представлении отцов тот, который **заботится о ребенке и принимает участие в его воспитании (уделяет ему время, занимается с ним и т.п.)**.

В восприятии респондентов **безответственный родитель** — это тот, кто **не участвует в воспитании ребенка** (чаще всего просто не живет с семьей) либо живет в семье, но **абсолютно не уделяет внимание детям** и, как правило, **пьет**.

Диаграмма 2 иллюстрирует ответы респондентов на вопрос: «Как Вы считаете, какие из перечисленных задач, являются наиболее важными для родителей?» (можно было выбрать не более 5-ти вариантов ответов).



Диаграмма 2. Представления отцов о приоритетных задачах родителей

Как видно из приведенных данных, в представлении большинства отцов **суть родительства** сводится к **сохранению здоровья ребенка, его обучению и воспитанию «правильного» поведения**.

Таким образом, для большинства мужчин ответственным родительством является уже сам факт участия отца в воспитании ребенка, при этом содержание этого участия сводится, как правило, к трем составляющим «сохранить здоровье», «обучить» и «научить правильно себя вести».

Следует отметить, что в единичных ответах респондентов встречаются такие составляющие ответственного родительства, как «слышать детей», «не подгонять их под себя», «уметь видеть и уважать их интересы и потребности».

Самооценки респондентов собственного родительства свидетельствуют о том, что основная часть отцов **считает себя полностью либо преимущественно ответственными родителями** (см. диаграмму 3).

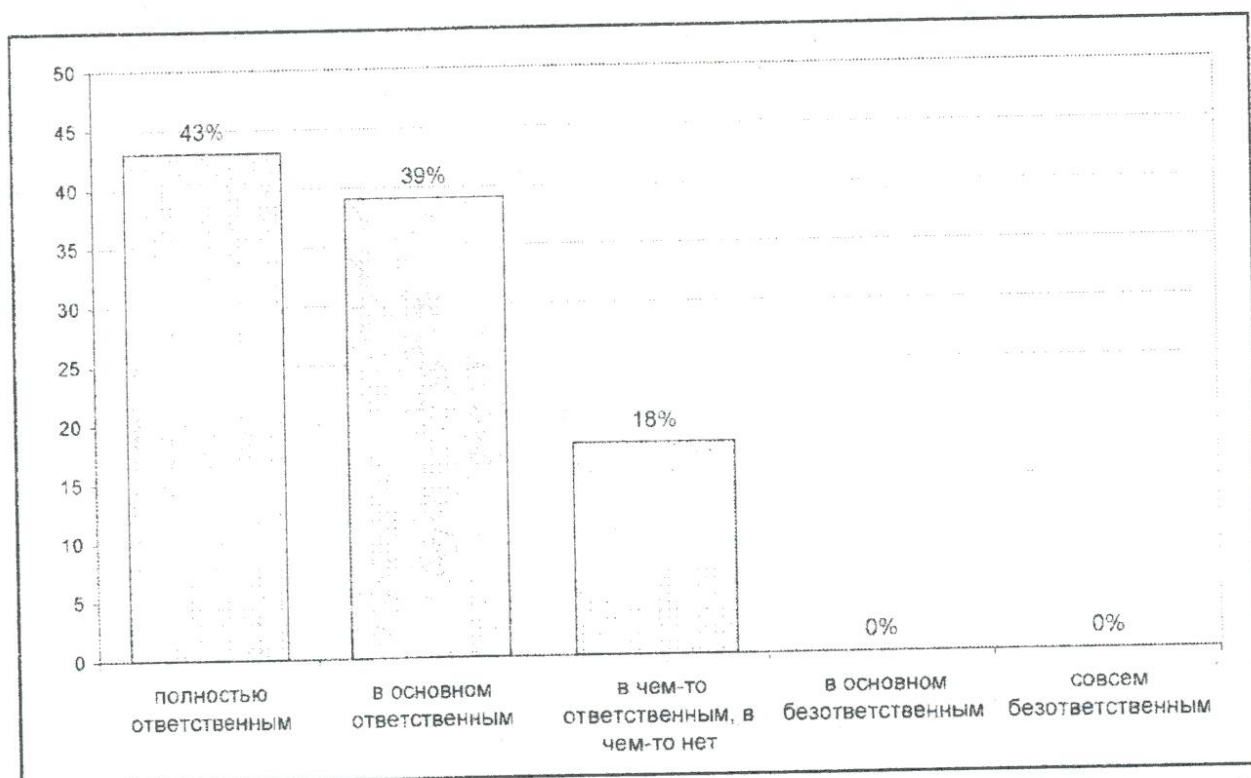


Диаграмма 3. Распределение ответов респондентов на вопрос: «Насколько ответственным родителем Вы себя считаете?»

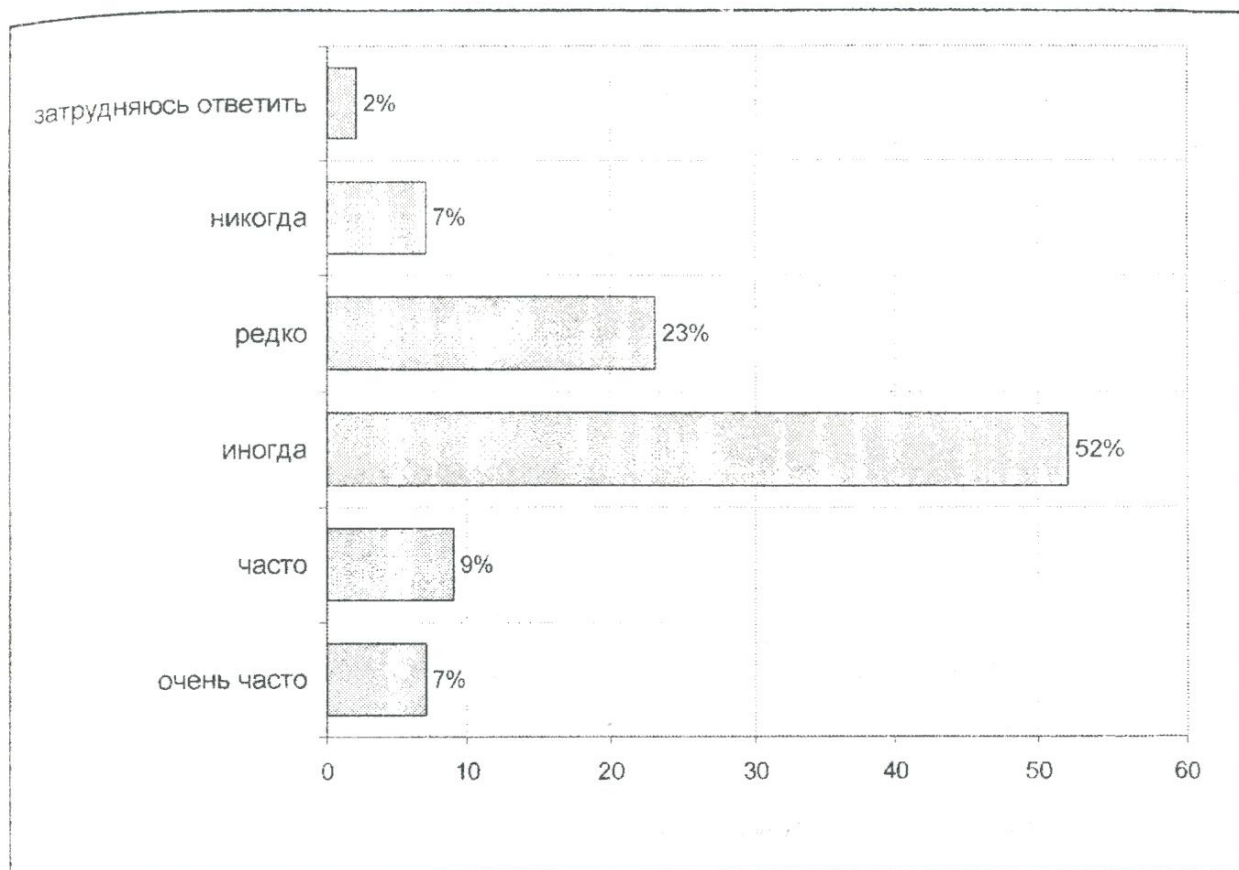


Диаграмма 4. Распределение ответов респондентов на вопрос: «Насколько часто у Вас как у родителя возникают какие-то проблемы, сложности?»



Диаграмма 5. Распределение ответов респондентов на вопрос: «В какой помощи Вы как родитель нуждаетесь или нуждались ранее?»

Следует отметить, что около 70% отцов периодически сталкиваются с проблемами, возникающими у них при выполнении роли родителя (см. диаграмму 5). При этом 60% мужчин признает, что им требуется помощь, в основном, в обучении уходу за маленькими детьми, им не хватает хороших книг, в которых говорится том, как строить отношения с детьми, наконец, отцы нуждаются в консультациях психологов.

Также следует отметить, что молодые отцы реже, по сравнению с более старшими по возрасту «коллегами», признают наличие проблем в сфере родительства и потребность в какой-либо помощи.

ПЛАНЫ ТРЕНИНГОВЫХ ЗАНЯТИЙ СЕМИНАРА-ИНТЕНСИВА «ВОВЛЕКАЯ ОТЦОВ»

Тренинг для отцов «Мужчина — отец»

Задачи: Повышение значимости роли отца; осознание влияния отца на развитие и воспитание ребенка.

Этапы:

1. Приветствие «Ладони».
2. Разминка.
3. Анализ проблемы.
4. Упражнение «10 правил плохих отцов».
5. Советы детей папам.
6. Проблемы глазами ребенка.
7. Мозговой штурм.
8. Рефлексия.
9. Самонаграждение.

Подготовка: предварительно дети делают рисунок по проективной методике «Кинетический рисунок семьи» (КРС), проводится опрос:

- Играет ли с вами папа по вечерам?
- Учит ли папа с вами уроки?
- С кем папы катаются на лыжах и коньках?
- Кому папа на ночь читает книжки?
- Кого папа берет с собой на прогулку?

Необходимые материалы: двухцветные «ладони» из картона; стикеры трех цветов, ватманы с надписью «Общение детей и родителей в лицах» (для разминки); два ватмана «10 правил плохих пап», оформленные советы детей папам, рисунки детей (КРС), ватманы для мозгового штурма «Роль отца в воспитании сына/дочери»; коробки с надписями «Обсуждаемые проблемы малоинтересны для меня», «Некоторые проблемы, обсуждаемые сегодня были мне интересны», «Все происходящее сегодня в группе было мне очень интересно»; жетоны для голосования.

1.

иветствие «Ладшки»

Каждый родитель получил «ладшки» из картона.

Ведущий: В течение одной минуты вам необходимо поприветствовать как можно большее число людей с помощью этих ладошек. Красный цвет — делюсь хорошим настроением, доброй энергией, синий — я сегодня немного расстроен и прошу вашей поддержки.

Теперь давайте проголосуем с помощью ладошек:
красный — да, синий — нет:

— Готовы ли вы работать в форме игры?

— Готовы ли вы сотрудничать во время игры?

Для начала используйте в своей группе самое лучшее средство, которое сближает людей. Что это? (Улыбка.) Улыбнитесь друг другу, почувствуйте энергию улыбки.

2. Разминка

«Общение детей и родителей в лицах» (карточки с пиктограммами)

Ведущий: Отвечая на вопрос, обсудив ответ в группе, нарисуйте на стикере ту пиктограмму, которая подходит для вашего ответа, и приклейте на общий лист.

— С каким лицом чаще всего вы общаетесь с ребенком?

— С каким лицом чаще всего общается с вами ваш ребенок?

— Каким вы желаете видеть лицо ребенка при общении с вами?

Обсуждение:

— Каких пиктограмм больше?

— Совпадают ли пиктограммы первого и второго вопросов?

— Есть ли разница в ответах на второй и третий вопросы?

3. Анализ проблемы

Ведущий: Отцовское влияние — это огромная и благородная сила в воспитании детей. Беда сегодняшнего общества, что эта сила часто не ощущается. В середине 50-х годов в США вышла книга под характерным названием «Отцы — тоже родители». Самим названием авторы несмело сообщили, что не надо, мол, совсем сбрасывать со счетов мужчину в воспитательном процессе. Прошло полстолетия, а проблема осталась. Когда говорят о влиянии семьи на ребенка, то обычно имеют в виду влияние матери. В школу на родительские собрания приходят в основном женщины — матери и бабушки, больничные листы в поликлинике выдают также чаще матерям. Такова укоренившаяся практика.

Различия в мужской и женской воспитательной стратегиях, безусловно, существуют. Знаменитый психолог и философ Эрик Фромм выделяет два типа любви: отцовскую и материнскую. Отцовская более взыскательна и справедлива — ребенка любят за достоинства и заслуги. Материнской любви чужда объективность — ребенка любят за то, что он есть.

По мнению Фромма, любой человек для нормального развития нуждается и в материнской, и в отцовской любви, любой крен в одну сторону ведет к искажению мироощущения и нарушению поведения. Фромм считал, что западное общество становится все более «безотцовским». Сетования феминисток на инфантильность современных женщин во многом не лишены оснований. Поколение современных детей формируется в атмосфере катастрофической утраты отцовского авторитета. Отсутствие отца даже при его формальном наличии — огромная беда.

Отец не способен свести концы с концами, не может дать ребенку положительный пример, у него нет материальных оснований для подлинного авторитета. Однако отец, слишком занятый зарабатыванием денег, вообще забывает о существовании семьи и детей. Это, конечно, крайности, но к ним тяготеет поведение современных от-

цов. Матери не могут заменить отца, им не по силам эта роль.

4. Упражнение «10 правил плохих отцов»

Ведущий: А сейчас я хочу попросить вас составить правила «Плохих пап» сначала индивидуально на листочке, затем составить общий свод и зачитать.

Примеры: «Никогда не играй со своим ребенком», «Не спрашивай его об увлечениях, интересах», «Никогда не бери сына с собой в поход, на рыбалку, в гараж».

Как вы думаете, зачем вы составили эти правила? (Чтобы никогда не следовать им). Мы попросили детей дать свои советы папам, давайте проанализируем их.

5. Советы детей папам:

- Получай больше денег;
- Побольше давай денег;
- Не будь таким строгим;
- Работай меньше;
- Пожалуйста, обращай на меня хоть чуточку побольше внимания;
- Будь добрым;
- Не соглашайся работать по выходным;
- Помогай маме во всем и люби ее очень сильно;
- Меньше смотри телевизор. (Стиль высказываний сохранен)

Обсуждение:

- Какие эмоции вызывают у вас советы?
- Как хочется их прокомментировать?
- Что вы заметили, анализируя советы?

(Советы наших детей чаще являются просьбами или требованиями, связанными с удовлетворением интересов ребенка и получением выгод, и лишь изредка можно заметить проявление искренней заботы об отце).

6. Проблемы глазами ребенка:

а) Анализ кинестетического рисунка семьи.

- Есть ли отец на рисунке?
- Чем чаще занят отец в рисунках детей?

— Какие детали вас тревожат, когда вы смотрите на рисунок? (Очень часто голова отца повернута назад, то есть показан затылок, отец нарисован за перегородкой или в отдалении, резкая штриховка — это тревожность ребенка).

— Часто ли видно на рисунках у детей, что отец занят совместной с ними деятельностью или игрой?

б) Анализ опроса детей.

Детям были заданы пять вопросов относительно отцов. Получены не очень утешительные результаты. Всего опрошено 22 ребенка.

Играет ли с вами папа по вечерам? (Да — 8 человек.) Учит ли папа с вами уроки? (Да — 10 человек.) Катается на лыжах и коньках? (Да — 12 человек.) Читает на ночь книжки? (Да — 4 человека.) Берет с собой на прогулку? (Да — 15 человек.)

в) Ситуация, когда отца нет.

Ведущий: Очень больно было смотреть на детей, у которых в настоящее время папы нет. В их выражении лица, позе читались горечь и страдание. Вообще ситуация очень травмирующая, когда отец «разводится» с ребенком. Может ли поделиться своими чувствами тот, кто рос без отца или с кем отец «разводился»? Расскажите, что творилось в вашей душе.

7. Мозговой штурм

Ведущий: Александр Сергеевич Грибоедов почти двести лет назад написал:

Не надобно другого образца,

Когда в глазах пример отца.

Актуальны ли они в наши дни?

Я предлагаю вам в течение 7 минут составить таблицу:

1-я группа — «Роль отца в воспитании сына»;

2-я группа — «Роль отца в воспитании дочери»

(Таблицы обсуждаются в группах, затем результаты мозгового штурма представляются всем.)

Непросто быть отцом, трудна, сложна, ответственна эта миссия. Сыновья подрастают, чем-то радуя вас, а чем-то разочаровывая. Мальчишки — особый народ, беспокойный и непоседливый. Чтобы ваш сын вырос настоящим мужчиной, нужен огромный труд вашей души, ум, такт, мужская строгость, твердость, терпение и взаимопонимание. Мальчику необходимо мужское влияние, воспитание мужских качеств, таких как мужское достоинство, умение брать на себя ответственность, трудолюбие, и множество других, присущих настоящему мужчине качеств.

Для полноценного воспитания девочек, для формирования гармоничного женского характера, как и мальчикам, им крайне необходима совместная деятельность с отцами. С момента рождения пусть дочь слышит такие слова: «Принцесса, красавица ты моя». Подобные высказывания сформируют в личности девочки уверенность в себе, женское достоинство. Воспитание дочери — дело особое, чрезвычайно тонкое, крайне ответственное. Отец присутствует во всей будущей жизни женщины: интуитивно она выбирает себе партнера такого же, как отец; папа является прообразом мужа; общение с отцом накладывает серьезный отпечаток на взаимодействие с другими мужчинами.

Именно в семье, наблюдая за отцом и матерью, дети получают представление о полноценных взаимоотношениях мужчины и женщины, об их родительских ролях, обязанностях, семейных заботах, проблемах, о разумных способах их разрешения.

Среди учащихся 9–11 классов был проведен опрос. Предлагалось ответить на вопросы: «Какие слова я чаще слышу от своего отца?» и «Какие слова я чаще хотел бы слышать от своего отца?» Посмотрите на результаты:

Установки для девушек:

Какие слова я чаще слышу от своего папы:	Какие слова я хотела бы слышать от своего папы:
— Молодец! Спасибо! — Солнышко, зайка, котенок. — Как твоё здоровье? Как дела в школе? Я тебя люблю. Вернись домой до темноты. — Хорошо, спасибо. Нельзя. — Моя любимая доченька, солнышко. — Помоги мне, моя хорошая. — Мат (плохие), редко хорошие. — Пойдем поставим машину в гараж, пойдем на природу, поедem к бабушке. — У нее и так полно одежды! Она должна лучше питаться! (обычно ко мне обращаются через маму)	— Самые добрые слова, которые есть в словаре. — Молодец! Ты послушная. Солнце! — Ты хорошая, умная, послушная. — Какая ты красивая, милая, добрая. Молодец, доченька! — Давай сходим в поход. — Как дела в школе? Как учеба? Я тебя люблю. Если у тебя проблемы, я готов помочь. — Привет! Как дела? Как настроение? — Я тебе куплю телефон. — Что тебе купить из вещей? Что тебе подарить? Деньги на столе!

Установки для юношей:

Какие слова я чаще слышу от своего папы:	Какие слова я хотел бы слышать от своего папы:
— Учись хорошо! Никого не трогай! — На сынок, денег. — Привет. Во сколько придешь? Как дела в школе? Чем занимаешься? Как здоровье? — Куда собрался? Что сегодня делал? С кем и где	— Тебе помочь чем-то? — Можешь взять машину. Деньги на столе. — Нужны ли тебе деньги? Хочешь покататься на машине? — Не знаю

был? (мне это не нравится)
— Как дела в школе?
Надолго пошел? Опять курил?
— Куда пошел? Что делал? Где был? Учи уроки!

8. Рефлексия

Ведущий: Я предлагаю вам проголосовать, оценив свое участие в нашей встрече, положив жетон в соответствующую коробочку:

— «Обсуждаемые проблемы не интересуют меня»

— «Обсуждаемые проблемы мало интересны для меня»

— «Некоторые проблемы, обсуждаемые сегодня, были мне интересны»

— «Все происходящее в группе было мне очень интересно»

9. Самонаграждение

Ведущий: Лучшие родители, конечно, достойны награды. Сегодняшней нашей наградой будет медаль «Замечательного родителя». Нарисуйте на ней то выражение лица (пиктограмму), которое соответствует вашей родительской позиции.

Делается пиктограмма на обратной стороне медали, медаль с помощью булабочки прикрепляется к одежде, как бейдж.

И в заключение поаплодируем настоящим папам, лучшим мамам, нашим детям и всем-всем!

Тренинг для отцов «Поможем ребенку расти счастливым»

Цель: оказание помощи родителям в осмыслении их позиций в процессе взаимоотношений с детьми.

1. **Упражнение «Какой я родитель».** Участники сидят в кругу и, передавая друг другу мяч, называют основное качество, присущее ему как родителю, которое чаще всего проявляется в его отношениях с ребенком.
2. **Упражнение, направленное на самоанализ взаимоотношений между родителями и детьми.** Каждый из родителей, передавая друг другу мяч, старается проанализировать, сколько в среднем времени (в день) они посвящают общению с ребенком. Как они, обычно, проводят это время? Есть ли у них общие увлечения? Есть ли у ребенка какие-то обязанности, сформированные родителями? Считают ли они правильными те принципы воспитания, которые используют по отношению к своим детям? и т.д.
3. **Упражнение «Ситуации».** Родителям предлагается вспомнить сложные ситуации, связанные с их ребенком, где они смогли оказать поддержку своему ребенку, приняли какое-либо правильное решение, которым могут гордиться. Ведущий благодарит всех за участие, дает положительную оценку деятельности родителей. Мотивирует их на то, как важно для ребенка чувствовать поддержку родителей, насколько это укрепляет их доверительные отношения, поднимает их авторитет в глазах ребенка и т.д.
4. **«Мозговой штурм».** С помощью данной методики выявляются наиболее частые наказания, которые родители применяют к своим детям. В дальнейшем ведущий обсуждает, к каким последствиям могут привести те или иные наказания, какие меры лучше применять в разных ситуациях, чтобы в последующем это сыграло положительную роль, и не сказалось бы отрицательно на психике ребенка. Главная задача ведущего доказать родителям, что физического наказания и наказаний, которые могут травмировать ребенка, следует избегать.

5. **Обсуждение в круге: «Основы безусловного принятия ребенка».** Ведущий вместе с участниками группы обобщают, что безусловное, безоценочное отношение к ребенку является залогом успешных взаимоотношений с ним.
6. **Упражнение «Мой сказочный герой».** Участники группы определяют, на какого сказочного героя и чем похож их ребенок.
7. **Обсуждение в круге «Меня радует — меня огорчает».** Каждому предоставляется возможность закончить фразу, отметив, что его радует в ребенке и что огорчает. Например, меня радует его трудолюбие, но меня огорчает его болтливость и т.д.
8. **Ведущий рассказывает участникам о важности тактильного контакта с ребенком.** Психологами доказано, что любовь, забота, ласка — это жизненные потребности ребенка. Никогда и ни при каких условиях у него не должно возникать сомнений в расположении родителей, в своей психологической защищенности. Эта потребность удовлетворяется, когда вы сообщаете ребенку, что он вам дорог, нужен и любим.

Семейный психотерапевт В. Сатир рекомендовала обнимать ребенка несколько раз в день, говоря, что четыре объятия совершенно необходимы для выживания, а для хорошего самочувствия нужно не менее 7–8 объятий в день не только ребенку, но и взрослому.

Не скупитесь на похвалу. А за особые заслуги — помыл посуду, убрал игрушки и т.д. — заслужил поощрение.

Рекомендации родителям о поощрении:

1. Не хвалите особенно часто, так как в этом случае потеряется важнейший смысл похвалы.
2. Употребляйте в адрес ребенка ласковые слова.
3. Чаще прижимайте к себе и обнимайте ребенка.
4. Целуйте своего ребенка часто и искренно.

5. Хвалите ребенка в присутствии других родственников, друзей.

Возможные методы наказания:

1. Учите ребенка умению самоконтроля.

2. В момент проявления недовольства обращайтесь к ребенку по-деловому. Например, Софья, а не Сонечка.

3. Оценивая поведение или поступок, осуждайте именно этот факт, а не личность ребенка.

4. Развивайте в ребенке способность к самооценке. С этой целью заведите шкатулку и жетоны 2-х цветов (красный и зеленый). Если за день хорошо себя вел — вечером помещает в шкатулку красный жетон, не очень — зеленый. А в воскресенье, желательно, подсчитать и поощрить ребенка за примерное поведение.

5. Лишайте на время любимой игрушки или другого предмета.

6. Помните, наказывая, вы не перестали любить своего ребенка.

Категорически нельзя:

1. Наказывать едой.

2. Наказывать физически.

3. Обзывать бранными словами.

4. Кричать.

5. Ставить надолго в угол.

6. Наказывать в публичном месте (в магазине, на улице).

7. Повторять свои требования множество раз, проявлять непоследовательность в их предъявлении (сегодня это запрещено — завтра разрешено).

9. Итоговая рефлексия. Ведущий благодарит всех за результативную работу, проводит обратную связь с участниками: Что больше всего запомнилось в работе группы? Какие задания показались наиболее результативными? Узнали ли что-то новое, и как это повлияло на вас и ваше отношение к ребенку?

Тренинг для детей «Вверх по радуге»

Цель: эмоциональная поддержка, развитие способности к выражению своих чувств.

1. **Упражнение «Приветствие королеве».** В центр круга ставится стул, на нем сидит «король» или «королева», остальные члены группы — «подданные».
2. **Упражнение «Ты и я».** Участники становятся в круг лицом к центру. Упражнение состоит из трех частей.
Часть первая. Один из участников выходит в круг, становится лицом к соседу справа и говорит ему: «Ты такой же, как и Я. Ты и Я... (называет признак общности)». Партнер отвечает ему аналогичной фразой, но с другим признаком общности. Затем начавший упражнение возвращается на свое место, а второй переходит к третьему партнеру и т.д., пока весь круг не вернется на исходные места. На этом первая часть упражнения закончена.

Часть вторая. Начавший игру, а затем и другие участники аналогично будут говорить друг другу фразу, начинающуюся со слов: «Я отличаюсь от тебя тем, что Я..., а Ты...»

Часть третья. Аналогично первой части, но участники задают друг другу, по очереди, вопрос: «Почему я тебе нравлюсь?» ответы должны быть полными и разными (по возможности).

3. **Упражнение «Божественный дождь».** Все участники стоят в кругу, один в середине круга. Легкими поглаживающими движениями участники касаются сверху вниз стоящего в середине (2–3 минуты). Тот, кто стоит в кругу с закрытыми глазами, отслеживает собственные ощущения. В середине круга должен побывать каждый участник. Рефлексия.

4. **Упражнение «Хвост дракона».** Группа стоит колонной, крепко держась за талию друг друга. Задача первого — поймать последнего, а задача того — увернуться.

5. **Упражнение «Мы тебя любим».** Все участники встают в круг. Каждый ребенок, по очереди, выходит в центр круга. Остальные выражают позитивное отношение к нему, используя при этом вербальные и невербальные средства.

6. Творческое задание «Открытка в подарок». Каждому ребенку предлагается нарисовать открытку и подарить ее любому члену группы, по желанию.

7. Ритуал завершения занятия.

Тренинг для детей «Время радости»

Цель: развитие навыков общения, умение сопереживать, понимать чувства друг друга.

1. Упражнение «Волшебный мяч». Тема упражнения: «Я радуюсь когда...» и «Я огорчаюсь когда...»

2. Упражнение «Делай как я». Все участники стоят в кругу, один из них показывает какие-нибудь движения, остальные в течение одной минуты точно отражают их.

3. Упражнение «Колючий еж». Упражнение проводится в парах. Один из пары «сворачивается в клубочек» и сохраняет положение. Задача второго создать условия, при которых «ежик» захочет сам развернуться. После чего участники меняются ролями. В конце — обсуждение.

4. Упражнение «Я дрозд — ты дрозд». Участники разбиваются на две группы и образуют внутренний и внешний круг. Партнеры, оказавшиеся перед друг другом произносят приветствие, которое заканчивается рукопожатием:

Я дрозд, и ты дрозд.

У меня нос, и у тебя нос.

У меня уши в трубочку, и у тебя уши в трубочку.

У меня губы в дудочку, и у тебя губы в дудочку.

Мы с тобой два друга, рады мы друг другу.

5. Упражнение « Коллективная работа». Участникам предлагается дорисовать что-либо в кругах других участников, написать добрые слова и пожелания около рисунков, зарисовать оставшееся свободное пространство листа узорами, символами, значками и др.

Обсуждение упражнения (каждый участник делится впечатлениями о совместной работе, показывает общие рисунки, рассказывает о замысле, сюжете, чувствах, зачитывает, при желании, вслух добрые слова, которые ему написали другие участники).

6. Упражнение «Мой образ». Участникам предлагается изобразить себя, используя различные ассоциации:

- Я в образе растения
- Я в образе животного
- Я в образе предмета
- Я в образе стихии и т.д.

7. Упражнение «Круг любви». Дети встают в круг и берутся за руки. Медленно раскачиваясь из стороны в сторону, мысленно медленно посылают друг другу чувство любви, добра и радости.

Совместный тренинг для отцов с детьми «Любовью дорожить умеете»

Цель: создание условий для выражения чувств и ощущений перед собственными детьми (родителями), освобождение от неосознаваемых подавленных эмоций.

1. Упражнение «Я очень рад тебя видеть, потому что...». Участникам предлагается закончить предложение, обращаясь к своему соседу.

2. Упражнение в семейных парах « Больше всего я люблю, когда ты...». Участники в парах, по очереди, признаются в том, что они больше всего любят друг в друге, что больше всего нравится.

3. Психогимнастика. *Инструкция:* повторять за ведущим движения и слова. Я горжусь собой (руки вверх). Я имею право на все самое лучшее (обхватывающий жест руками). Жизнь меня ломает и заставляет сгибаться (присесть, обхватить себя руками). Но я всегда нахожу в себе силы, чтобы подняться и дарить радость себе и людям (как будто поднять в руках что-то).

4. Диалог в семейных парах « Прости, иногда я бываю несправедлив к тебе...». Участники по очереди произносят друг другу данную фразу, вспоминая при этом ситуации, когда они были несправедливы к нему, или причины, которые этому способствовали.

5. Упражнение «Пойми меня». Упражнение проходит в семейных парах. Участникам раздаются карандаши и листы бумаги, предлагается общаться друг с другом, используя символы и рисунки. Обсуждение.

6. Творческое задание «Среда обитания». Участники видят 2 скрепленных между собой ватмана, на которых

предлагается нарисовать окружающую среду, в которой бы хотелось находиться всей группой. Представление коллективной работы.

7. Ритуал завершения занятия.

Совместный тренинг для отцов с детьми «Тропой красоты»

Цель: социально-психологическая поддержка детей и родителей средствами арт-терапии.

Материал: бумага формата А4, карандаши, краски, др. материал.

1. Упражнение «Приветствие без слов». Участникам предлагается поприветствовать в течение трех минут как можно большее количество членов группы без слов, используя лишь возможности тела (взгляд, мимику, жестикуляцию).

2. Упражнение «Спутанные цепочки». Участники встают в круг, закрывают глаза и протягивают перед собой правую руку. Столкнувшись, руки сцепляются. Затем участники вытягивают левые руки и снова ищут себе партнера. Ведущий помогает рукам соединиться и следит за тем, чтобы каждый держал за руки двух людей, а не одного. Участники открывают глаза. Они должны распутаться, не разжимая рук. Чтобы не происходило вывихов рук в суставах, разрешается «проворачивание шарниров» — изменение положения кистей без расцепления рук. В результате возможны такие варианты: образуется круг, либо несколько сцепленных колечек из людей, либо несколько независимых кругов или пар.

4. Упражнение «Продолжи рисунок». Отцам совместно с детьми предлагается нарисовать рисунок всей семьи.

Инструкция: возьмите лист бумаги и начните рисунок, затем попросите ребенка продолжить его, что-то дорисовав, малыш передает рисунок вам, и так, пока рисунок не будет готов.

5. Упражнение «Рисуем круги». Участникам дается задание нарисовать круг желаемого размера понравившимся цветом, затем еще один-два круга любого размера и цвета. Для тех, кто неудовлетворен результа-

тами работы и хотел бы изменить (уточнить, подправить) вид, цвет, местоположение своих кругов в пространстве бумажного полотна, могут сделать еще один или несколько рисунков. Далее контуры рисунков обводятся, соединяются линиями круги, которые особенно понравились. Затем пространство каждого из кругов заполняется сюжетными рисунками, значками, символами.

6. **Упражнение «Полет белой птицы».** Ведущий: «Расположитесь максимально удобно, расслабленно, глаза закройте, руки и ноги скрестите, правая рука и правая нога — сверху.

Я лежу на теплом желтом песке, надо мной — спокойное, чистое, синее небо. В небе плавно летит белая птица. Я поднимаюсь и лечу рядом с ней, я сама эта белая птица. Я лечу в спокойном синем небе, подо мной — спокойное синее море. Вдали показался желтый песчаный берег, он приближается. Я подлетаю, опускаюсь на теплый желтый песок, снова превращаюсь в человека и ложусь на спину.

Я лежу на теплом желтом песке, надо мной — спокойное синее небо, я расслаблен, отдыхаю.

Ступней моих ног коснулась приятная прохлада. Она заполнила мышцы ног. Мышцы — легкие и бодрые. Приятная прохлада заполнила живот, мышцы спины. Они — легкие и бодрые. Приятная прохлада заполнила грудь, руки. Мне легче дышать. Приятная прохлада заполнила шею и голову. Голова — ясная и чистая. Мышцы — легкие и бодрые... Три глубоких вдоха, открываю глаза, встаю. Я отдохнул!»

7. **Упражнение «Дерево пожеланий».** На ранее заготовленном изображении дерева (на ватмане) участники дорисовывают листья отпечатками ладоней. На изображениях листьев участники пишут свои впечатления от проделанной работы, пожелания.

**Информационное консультирование супругов,
находящихся в ситуации развода**

Структура методических рекомендаций

А) Содержательный раздел

1. Особенности консультирования семьи в ситуации развода.

- Информационно-психологическое консультативное сопровождение семьи в разводе в целях сохранения психического, физического и духовного здоровья ребенка.

2. Социально-психологическое содержание феномена развода.

- Причины развода супругов.
- Функции и дисфункции ребенка в разводе.
- Безопасность и экология поведения родителей в отношении ребенка в ситуации развода.

Б) Технологический раздел

1. Технологические особенности информационно-психологической практики консультанта Центра.

2. Информационно-психологическая консультация в контексте просветительской идеи Проекта.

1. Информационное психологическое консультирование семьи (мужа, жены, детей), находящейся в ситуации развода

Особенности консультирования семьи в ситуации развода

Любой развод, даже желанный, является серьезной травмой, которая усугубляется необходимостью полной реорганизации жизни (люди переживают развод как травму даже через пять и более лет после него). До развода большинство людей не представляют, с чем они могут реально столкнуться. С этой точки зрения, многим в подобной ситуации бывает полезно поговорить со специалистом о том, что и как следует предпринимать, для того, чтобы

убедиться, что варианты возможны и что есть силы для их осуществления.

Проблемы, которые стоят перед разводящимися, касаются буквально всего: раздела имущества, реорганизации жилищных условий, изменения взаимоотношений с друзьями и родственниками, с детьми и т.д. Одним из отличий консультирования разводящихся от других проблем является более ярко выраженная информирующая позиция консультанта. Важно также, чтобы психолог, беседующий с таким клиентом, был хорошо осведомлен в различных юридических аспектах проблемы развода, среди которых особенно важными являются вопросы, связанные с детьми.

Однако следует начать с другой, не менее глубокой, мы бы назвали ее фоновой, проблемы — страха одиночества.

Развод и страх одиночества

Проблема, которая особенно сильно переживается разводящимися даже в том случае, если развод является для них продуманным и желанным шагом, это проблема страха одиночества, боязнь, что, потеряв данную семью, какой бы плохой она ни была, клиент никогда уже не обзаведется другой. Для таких переживаний немало реальных оснований: недоброжелательное отношение к разведенным со стороны общества, сужение круга знакомых и друзей, возрастные барьеры и др. Все это может быть подробно обсуждено в ходе беседы, но прежде необходимо выяснить, что именно значит одиночество для конкретного человека, каких последствий развода он больше всего боится. Причем, дети могут выступать той компенсирующей целью, на которую может быть направлена вся сила нерастраченной любви или нереализованной ненависти и прочих проблем, которые взрослый совершенно по-детски перекладывает на беззащитного ребенка.

Обсуждая страхи клиента, связанные с разводом, целесообразно активно использовать приемы, предлагаемые рациональной или бихевиорально-когнитивной терапией. Например, говоря о возможном ухудшении от-

ношения к клиенту со стороны референтной группы, следует подчеркнуть, что к человеку во многом относятся так, как он позволяет к себе относиться. Если он чувствует себя изгоем, не достойным внимания, неинтересным, виноватым, к нему соответственно будут относиться и окружающие. Веселый, уверенный в себе и собственных решениях человек независимо от семейного положения будет вызывать к себе уважение и любовь.

В том случае, если клиента волнует дефицит общения и трудности вступления в повторный брак, его следует ориентировать на более активную позицию в отношениях с другими людьми. Так существует множество различных клубов и объединений, членом которых он может стать. Нередко сам человек бывает полон предубеждения против участия в клубах знакомств, работы в объединениях по интересам, считая, что те, кто туда обращается, люди «не того уровня» и никак не смогут его заинтересовать. За подобными высказываниями чаще всего кроется переживание собственной неуспешности и второсортности, страх снова оказаться отвергнутым и брошенным, что и следует обсудить вместе с клиентом.

Нередко разводящиеся полны сожаления о прожитых годах: «Я отдала ему столько лет, а он меня бросил». С такими клиентами можно обсудить эту проблему по принципу «лучше сейчас, когда вам ... лет, и вы ..., а не позднее». Часто успокаивающее действие оказывают различные социологические данные, например, свидетельствующие о том, что для человека любого возраста, состоявшего в браке, вероятность повторного брака гораздо выше, чем у его ровесника, который не был женат/замужем. Можно также помочь клиенту обнаружить как можно больше позитивных сторон в ситуации освобождения от конфликтных супружеских отношений: для одного это значит, что можно больше времени отдавать любимой работе, для другого — это надежда поправить расстроенное вследствие переживаний здоровье и т.д. Работая с разводящимися, нужно стараться всячески повышать самооценку клиента, используя для этого малейшую возможность: «У вас такая интересная работа», «Вы такая

привлекательная женщина», «Вы, наверное, очень сильный человек, раз смогли вынести такое» и т.п.

Обыденная мораль представляет развод чаще всего как женскую проблему. Но это далеко не так. Скорее над мужчинами в большей мере тяготеет стереотип, что нельзя проявлять свои чувства и переживания, нельзя раскидываться, необходимо сдерживать себя и т.д.

Результаты исследований показывают, что развод часто переживается мужчинами тяжелее, чем женщинами. Просто они пытаются это скрыть. С этой точки зрения, консультанту следует особенно внимательно беседовать с клиентами-мужчинами, проявляя терпение и доброжелательность и всячески демонстрируя, что в переживаниях по поводу развода нет ничего унижительного и что, только полностью приняв и осознав свои чувства, можно приниматься за строительство собственного будущего.

Информационно-психологическое консультативное сопровождение семьи в разводе в целях сохранения психического, физического и духовного здоровья ребенка

Многим родителям кажется, что, разводясь, они лишают ребенка будущего, и переживание вины перед детьми, связанное с разводом, часто усугубляет общее ощущение неуспеха и собственной обреченности.

Консультант может помочь клиенту по-другому взглянуть на эту проблему. Так, например, ссылаясь на данные многочисленных исследований, следует показать, что для ребенка гораздо лучше жить с одним из родителей, но в спокойной и доброжелательной атмосфере, чем в полной семье, в которой отношения напряжены и конфликтны, а скандалы следуют один за другим. Об этом свидетельствуют и данные об успеваемости детей в школе, об уровне их коммуникативности, невротичности и т.д.

Для того чтобы ребенок легче пережил травму развода, у него должны сохраниться максимально хорошие отношения как с отцом, так и с матерью. Беседуя с клиентом, находящимся в процессе развода, следует ориентировать его на то, чтобы родитель, который будет жить отдельно от ребенка (чаще всего — отец), максимально полно участвовал в его воспитании. К счастью, становится все меньше клиентов, принципиально настаивающих на ограничении контактов ребенка с ушедшим из семьи отцом, чтобы тот «не оказывал дурного влияния». Но все-таки многие стремятся сознательно или полусознательно наложить определенные ограничения на отношения отца с ребенком, особенно в том случае, когда у ребенка появляется «новый папа», то есть мать выходит замуж. Психолог может специально обсудить с клиентом, как организовать для ребенка ситуацию «двух отцов», чтобы не создавать для него дополнительной проблемы. В такой ситуации очень многое зависит от родителей: если они не будут осыпать друг друга взаимными обвинениями, настраивать ребенка один против другого и будут с ним максимально откровенны, он приспособится к новым условиям жизни достаточно легко.

К сожалению, родителям нередко кажется, что, скрывая факт развода от ребенка до последнего момента, они ограждают его от излишних волнений. Конечно же, в этом случае консультанту следует показать клиенту, что именно в действительности переживает ребенок. Часто само поведение ребенка — обострившаяся обидчивость, раздражительность, скрытность — указывают на то, что что-то владеет детской душой. В случае отсутствия достаточной информации о том, что волнует родителей, даже самый маленький ребенок будет домысливать происходящее, часто придавая ему более устрашающие и тревожные черты, чем все есть на самом деле. Консультанту следует объяснить родителям, что дети воспринимают события, во многом ориентируясь на реакцию взрослых. Если мать воспринимает происходящее как страшную трагедию, вероятнее, что точно так же будет чувствовать себя и ребенок. С этой точки зрения родителям, по крайней мере,

ради ребенка, не следует фиксироваться на негативных аспектах переживаемой ситуации.

Часто возникает вопрос, как лучше рассказать детям о случившемся? То, что они должны услышать, может звучать примерно следующим образом: «Нам с папой (мамой) стало трудно жить вместе, и мы решили жить отдельно друг от друга, но надеемся, что это не слишком сильно отразится на тебе и, главное, на твоих отношениях с каждым из нас. Мы оба очень любим тебя и будем продолжать любить так же сильно, как и раньше». Последняя фраза является особенно важной, поскольку для ребенка его отношения с родителями являются очень значимыми. К тому же страхи и переживания детей, связанные с разводом, во многом определяются возрастом ребенка, и на определенных возрастных этапах дети даже склонны приписывать себе вину за происходящее.

Организация контактов ребенка с обоими родителями после развода представляет особую задачу. Конечно, когда отец периодически навещает детей, берет их на прогулки и т.п. — это замечательно. Но еще лучше, когда ребенок имеет возможность какое-то время пожить с ушедшим родителем, например, съездить с ним в отпуск или провести каникулы. В многочисленных дискуссиях выяснилось, что стремление уравновесить вклад разведенных родителей в воспитание ребенка идет ему только на пользу.

При этом важно учитывать возраст ребенка, который попал в стрессовую ситуацию из-за своих бестолковых родителей.

Если ребенку до полугода, он практически не замечает перемен и забывает отсутствующего родителя за несколько дней при условии внимания со стороны остальных родственников.

В возрасте от полугода до двух с половиной лет у него может часто и резко меняться настроение в связи с отсутствием одного из родителей.

Ребенок двух с половиной—шести лет испытывает тяжелое эмоциональное потрясение. Он не понимает при-

чин развода, может считать себя виновным в случившемся, обещает исправиться, если родители помирятся.

У ребенка шести–девяти лет утрата одного из родителей может вызвать продолжительную депрессию. Он растерян, чувствует себя беззащитным, испытывает постоянную тревогу, ведет себя нервно. В школе появляются проблемы с успеваемостью и дисциплиной. Он может начать грубить, обманывать, настраивать родителей друг против друга, требовать от них подарков. К родителю, ушедшему из семьи, нередко испытывает ненависть, становится агрессивным и непокорным. Обычно сильно привязывается к родителю, с которым живет, но иногда агрессия может распространяться и на этого родителя.

Девяти–десятилетние девочки перестают доверять взрослым, ищут опору в подругах. Мальчиков этого возраста покидает их обычная самоуверенность, они стремятся к близости с отцом. Нередко отношение ребенка к «воскресному родителю» становится корыстным.

В 11–16 лет мальчики в большинстве случаев испытывают негативные чувства к отцу и сильно привязываются к матери. Но если у нее появится партнер, ревнивый сын ей этого не простит. В отношении девочек к матери появляются критические нотки: «Растолстела, за собой не следит, понятно, почему отец ушел к молодой и красивой». Порой они даже склонны восхищаться его новой подругой.

И все же очевидно, что развод родителей — серьезная стрессовая ситуация для любого ребенка, даже если он совсем мал, или если это подросток, внешне критичный или безразличный по отношению к родителям...

Матрица информационной консультации разводящихся супругов

Развод родителей в жизни ребенка

Люди реагируют на развод обилием таких эмоций, как чувство гнева, злости, вины, греха, печали, страха, облегчения, неизбывной тоски и т.п. Несмотря на то, что для большинства детей развод является серьезной травмой, исследования свидетельствуют, что в конечном итоге, при правильном поведении родителей, он не обязательно при-

водит их к длительному эмоциональному стрессу или моральному ущербу. В большинстве случаев сам фон, на котором происходит развод, влияет на то, как ребенок приходит в себя после этого болезненного и крайне тяжелого события.

Как дети реагируют на развод?

Дети могут злиться на обоих родителей за то, что они не сохранили семью. Они могут злиться на самих себя за то, что их непослушание привело к разрыву между папой и мамой или за то, что они не предприняли ничего для того, чтобы родители не расстались. Ребенку бывает трудно преодолеть или выразить эту злость. Он может опасаться, что если проявит эту злость в отношении родителя, покинувшего семью, то тот окончательно отвергнет его, и тогда ребенок лишится возможности посещать этого родителя. Он также может думать, что если будет слишком усердствовать в выражении своей злости по отношению к родителю, с которым он остался, то его отвергнет и этот родитель. Он может опасаться интенсивности, накала своей злости, бояться, что если даже частица этой злости выплеснется наружу, то это чувство может стать неуправляемым.

Печаль, подавленное состояние — практически постоянные спутники развода. Это состояние естественно при такой беде, и детям так же, как и взрослым, приходится проходить этот мучительный этап, связанный с расколом семьи.

Порой детская печаль или подавленность может принять форму пассивной самоизоляции. Ребенок может хандрить, утратив всякий интерес к друзьям, садику, школе или к тому, что прежде доставляло ему радость и удовольствие. Иногда эти настроения принимают форму неистойвой сверхактивности, как будто он торопится убежать от грустных мыслей.

Ребенок может стать плаксивым, т.е. плакать по поводу вещей, которые прежде его абсолютно не расстраивали. Он может снова испытывать страхи и фобии, например, боязнь темноты, которую он уже преодолел, или приобрести новые страхи. У него может возобновиться энурез, которым он когда-то страдал. Он может потребовать до-

полнительного внимания к себе и нетерпимо воспринимать ежедневные вынужденные разлуки, связанные с посещением школы, садика и т.д. Могут появиться различные физические симптомы, такие, как боли в животе, или возникнуть проблемы, связанные с усидчивостью и способностью сосредотачиваться во время тех или иных занятий.

В бракоразводной круговерти и неразберихе ребенок обычно чувствует себя заброшенным и забытым. Часто самим родителям бывает трудно совладать со своими собственными, захлестывающими их чувствами, и у них остается мало эмоциональной энергии, которой они могли бы с ним поделиться. Это очень пугает ребенка, который может предпринять отчаянные усилия для того, чтобы получить больше внимания к себе.

Нередко он испытывает смешанные, противоречивые чувства. Он может надеяться, что уход родителя из дома положит конец внутрисемейной неурядице, и в то же время отчаянно желать, чтобы этот родитель остался. Ему трудно заглянуть в будущее, чтобы понять и принять необратимость развода. Маленьким детям непросто представить, что будет на следующей неделе, не говоря уже о следующем месяце или годе. Ребенок может растеряться и не понять, что послужило причиной развода и какими будут его новые отношения с родителями. Он может чувствовать себя как бы раздираемым надвое родителями, быть то обозленным и дерзким, то упрашивающим и умоляющим, не зная наверняка, кто же все-таки виноват и есть ли виновные вообще.

Его может мучить вопрос: как рассказать обо всем своим друзьям, педагогам и другим близким людям и говорить ли кому-нибудь об этом вообще. По большому счету он, скорее всего, будет чувствовать себя ужасно беспомощным. Это, возможно, самое мучительное и ошеломляющее событие в его жизни, и он здесь абсолютно ничего не может поделать.

Детские опасения и фантазии

Быть брошенным, никому не нужным — это, пожалуй, самый большой страх, который испытывает ребенок, переживающий развод своих родителей. Оглянувшись на свое детство, большинство из нас припомнят тот ужас, ко-

торый мы испытывали, когда вдруг теряли из виду свою маму; мы стояли там, леденея от ужаса, чувствуя себя такими крохотными, беспомощными и одинокими. Этот страх брошенности характерен даже для детей из нормальных, полных семей. Это результат изначальной беспомощности ребенка и его зависимости от родителей.

Нужно успокоить ребенка, заверить, что его не бросят. Это заверение следует повторять неоднократно. Каждодневные ординарные ситуации, такие, как оставление ребенка под присмотром бабушки, могут спровоцировать у него опасение, что родитель никогда не вернется. Иногда ребенка можно успокоить, сказав ему, куда вы собираетесь пойти, когда вернетесь, и оставить номер телефона, по которому он может позвонить.

В некоторых семьях страх ребенка, считающего себя причиной развода, значительно усугубляется, если один из родителей в той или иной форме перекладывает на этого ребенка или своих детей вообще всю вину за этот развод. Сказать своему малышу, что он виноват в вашем разводе, — значит взвалить на него непосильное бремя. **Этого делать нельзя. Никогда!**

Поймите, дети беспокоятся не только за свое собственное благополучие, но и за благополучие своих родителей. Они могут переживать за своего «бедного папочку», который живет теперь один-одинешенек или с чужой тетей и которому теперь приходится самому себя обслуживать. Они могут переживать и за мамочку, которая теперь выглядит такой грустной и усталой. Их могут тревожить и финансовые проблемы. Такая тревога и такое беспокойство часто подогреваются разговорами вроде: «Она обобрала меня до последней копейки» или: «Разве можно прожить на гроши, которые он нам приносит?!»

Дети часто фантазируют по поводу ушедшего родителя или родительницы. Они могут нарисовать в своем воображении идеализированный образ родителя, которого редко видят, что в действительности неизбежно оборачивается для них сокрушительным разочарованием.

Такого рода опасения и фантазии характерны для многих детей, но было бы не лишним спросить своего ребенка о его опасениях и тревогах по поводу развода. Если

он не может свободно выразить их словами, то, может быть, он сможет изобразить их, нарисовать...

Как сказать детям «об этом»...

Если возможно, поставьте вашего ребенка в известность о предстоящем разводе до того, как вы действительно разойдетесь с вашим супругом. Это даст ему возможность обдумать горькую новость, частично преодолеть первоначальный шок и переговорить с каждым из вас о том, что это означает для него. Нужно предоставить детям не одну возможность выяснить ситуацию с обоими родителями: задать им вопросы и поговорить о своих чувствах. Им нужно дать время «переварить» создавшееся положение, приспособиться к нему. Не думайте, что одного разговора по душам будет достаточно, чтобы разрешить все проблемы.

Ребенку порой бывает трудно выразить свои мысли и чувства словами. В таких случаях рекомендуется побуждать его к этому через занятия рукоделием, игру в кукольный театр или рассказывание историй. Такие занятия предоставляют родителям уникальную возможность проникнуть в сокровенные мысли и чувства своих детей.

Объясняя причины развода своему ребенку, следите за тем, чтобы ваш язык был понятен и доходчив: очень многим детям причины развода не объяснялись вообще или объяснение давалось на языке, недоступном для их понимания.

В эмоциональном отношении дети, получившие объяснение о грядущем разводе на понятном им языке, переживают ситуацию гораздо легче. Дети, пребывающие в неведении относительно развода, зачастую вынуждены предпринимать отчаянные попытки найти ключ к пониманию сложившейся ситуации.

Чрезвычайно важно также, чтобы объяснения, которые вы даете детям, соответствовали их возрасту. Не следует, например, перегружать восьмилетнюю девочку подробностями о «похождениях ее папочки».

Помните о том, что по мере взросления детям требуется иной уровень информации. Например, достигнув 12 лет, бывшая десятилетняя девочка будет знать больше о

характере взаимоотношений между взрослыми, захочет узнать и сможет понять больше о перипетиях вашего развода. *Важно помнить, что развод — это процесс в жизни семьи, а не какой-то отдельный эпизод.*

Беседуя с ребенком о разводе, непременно подчеркните, что партнеры по браку могут разойтись, но расстаться с детьми родители не могут. Дайте детям четко понять и усвоить, что **вы всегда останетесь их родителем и будете о них заботиться**. Если вы уходите из семьи, но сохраняете за собой право навещать своего ребенка, вы должны постараться убедить ребенка, что, хотя вы не будете жить вместе, вы все равно его любите, что вы остаетесь его отцом (матерью) и что он всегда будет частью вашей жизни. Однако не давайте таких заверений и обещаний, если не намерены выполнять их в полной мере. Нарушение такого обещания способно разбить детское сердце.

Если родитель бросил своего ребенка вообще или не хочет встречаться и поддерживать с ним отношения, он должен объяснить ребенку, что причина такого решения кроется не в ребенке. Старайтесь укрепить в вашем ребенке чувство собственного достоинства и убедить его, что он вам нужен и дорог.

И, вообще, ставя ребенка в известность о предстоящем разрыве или разводе, объясните ему, что он совершенно не причем! Что он не сделал ничего, чтобы это произошло, не мог ничего сделать, чтобы предотвратить развод и не может воссоединить разводящихся родителей. Развод — это решение, которое принимают взрослые, а не дети. Подчеркните также окончательность и бесповоротность развода. Дети частенько лелеют надежду, что после длительного разрыва родители в конце концов соединятся вновь. Лучше не подогревать такого рода фантазий.

В разговоре со своим ребенком о разводе скажите ему, что процесс этот весьма болезненный и трудный, но что вы его сможете преодолеть. Слишком часто родители говорят детям: «После развода будет лучше», — тогда как на самом деле требуется довольно много времени, чтобы это ожидаемое улучшение, наконец, наступило. В таком случае, видя, что после развода дела фактически ухудша-

ются, дети испытывают растерянность и становятся недоверчивыми.

И, наконец, убедитесь в том, что ваш ребенок понимает то, что вы ему объясняете. Повторение ребенком ваших слов, что «мама и папа разводятся», не означает, что он понимает суть и смысл развода. Время от времени дети испытывают необходимость возвращаться к этой теме. Они могут задавать разные вопросы или спрашивать одно и то же бесчисленное количество раз. Они не хотят быть надоедливыми, они просто беспомощно барахтаются в попытках справиться с драматическим переворотом в их жизни, и им требуется время, чтобы все обдумать. Детям необходимо получить требующуюся информацию и неоднократные заверения в помощи, чтобы выйти из создавшегося положения.

Проблемы и ловушки

Одно из тяжелейших негативных последствий развода для ребенка состоит в том, что у родителей, поглощенных своими мучительными и болезненными переживаниями, часто почти не остается для него эмоциональной энергии. Ребенку может показаться, что он покинут обоими родителями, а не только тем из них, который уходит из семьи. Кроме того, родитель, оставшийся с ребенком, бывает вынужден найти дополнительную работу по материальным соображениям, в результате чего у него остается еще меньше времени и сил для ребенка.

Довольно часто разводящиеся родители попадают в соблазнительную и в то же время губительную ловушку в соперничестве за любовь и привязанность своего ребенка. Они могут вступить в состязание, каждый из них постарается убедить ребенка сделать выбор в свою пользу. Такое состязание или соперничество может разыгаться в результате стремления укрепить чувство собственного достоинства, отомстить бывшему супругу (супруге), доказать, что он (она) не лучше ее (его), или убедиться в том, что необходимость развода подтверждается самоотторжением ребенка от его (ее) бывшего партнера. Причины состязания супругов на этой арене могут быть разными, но его неизбежный итог один — ребенок будет серьезно взбудора-

жен, встревожен и морально травмирован этим мучительным поединком.

Иногда, добиваясь расположения со стороны покинутого ребенка, ушедший из семьи родитель буквально осыпает его подарками и старается сделать так, чтобы каждая минута встречи с ним стала волнующим и интереснейшим событием. За этой лавиной щедрости, веселья и забав скрывается страх или опасение, что без всего этого родитель может быть отвергнут. Иногда подобное свидетельствует о том, что родитель чувствует, что не может непринужденно общаться с ребенком, и поэтому отчаянно старается сделать что-то особенное вместо того, чтобы просто оставаться самим собой. Спора нет, дети обожают подарки и зрелища, но в конечном итоге они скорее предпочли бы просто побыть дольше с вами, чтобы, например, за совместным мытьем посуды рассказать вам о том, что произошло в школе.

Нередко во время размолвки, развода и в послеразводный период детей принуждают выполнять две непосильные для них жестокие миссии — шпиона и связного. В таких случаях после посещения отделившегося родителя они могут подвергаться интенсивному допросу; их могут попросить держать секреты одного из родителей втайне от другого или передавать письма, которые было бы разумнее передавать друг другу самим бывшим супругам. Эти миссии — настоящая пытка для детей. Поначалу интригующее чувство причастности к чужой тайне или полномочия курьера могут показаться соблазнительными для ребенка, но в конечном итоге постоянная смена пристрастий и приверженности к той или иной стороне может привести к нестерпимо болезненным результатам и последствиям. Такое бремя не по плечу для здорового взрослого человека, не говоря уже о легко ранимой детской душе.

В этот период дети могут испытывать определенные затруднения в выражении и проявлении некоторых своих эмоций. Иногда злость на одного из родителей может выплеснуться на другого или на человека, не имеющего абсолютно никакого отношения к делу. Встречи с ушедшим из семьи родителем часто вызывают противоречивые эмоции, а переход ребенка от одного родителя к другому

обычно является для него моментом особо деликатного свойства.

Он может днями ожидать этой встречи с всевозрастающим нетерпением, а иногда и с болезненным волнением, но когда придет день желанной встречи, он может вдруг испугаться оставить в одиночестве на какое-то время родителя, с которым живет вместе. А что если мамы вдруг не будет дома, когда он вернется от папы? А вдруг в его отсутствии мама заболеет или загрустит и будет чувствовать себя одинокой? А вдруг он сам испугается или смутится и будет чувствовать себя неуютно в незнакомом интерьере новой папиной квартиры. Родители также могут испытывать смешанные чувства. Мама, на попечении которой остался ребенок, может быть рада полученной передышке в постоянной заботе и хлопотах о ребенке, но в то же время она может загрустить и испытывать беспокойство в связи с визитом ребенка к отцу. Родитель, покинувший семью, может быть смущен и даже обижен тем, что гостящий у него его ребенок кажется ему «зажатым», что он постоянно держится как-то настороже или уклоняется от откровенного разговора.

Бывает, что после развода дети сами превращаются в маленьких родителей. Девочка может стать главной наперсницей своей мамы, источником, из которого мама черпает эмоциональную поддержку. Это совсем неподходящая роль для ребенка: она не приносит ему ничего, кроме вреда. Ребенок порой взваливает на себя непосильную ношу по ведению домашнего хозяйства или обязанности родителя по отношению к своим младшим братьям или сестрам. И хотя в семье родителя-одиночки, безусловно, найдется гораздо больше дел и хлопот, которые можно было бы поделить между ее членами, все-таки очень важно предоставить детям время быть детьми.

Один из аспектов бракоразводного периода особенно негативно сказывается на мальчиках. В этот период все дети испытывают особую потребность чувствовать себя зависимыми и опекаемыми: они могут нуждаться в большей ласке и успокоении, могут быть плаксивыми и «прилипчивыми». Исследователи утверждают, что девочки легче удовлетворяют свою потребность быть зависимыми и

опекаемыми, чем мальчики. Родители обычно более скупы в ласках по отношению к сыновьям и не столь терпимы к таким проявлениям их зависимости, как прилипчивость или плаксивость. Вы не можете испортить своих детей проявлением особой заботы о них, удовлетворяя их потребности в повышенном внимании в этот период. Просто этим вы поможете им чувствовать себя более уверенно и, следовательно, легче пережить это тяжелое время.

Как облегчить положение

В период развода особенно важно дать ребенку возможность оставаться в тесном контакте с обоими родителями. Не принуждайте его выбирать одного из вас и не старайтесь ему внушить, что если он будет хорошо относиться к вашему бывшему супругу, то это будет предательством по отношению к вам. Большинство детей хотят стабильных, тесных отношений с обоими родителями и любят обоих родителей, несмотря на их недостатки и ошибки. Самое лучшее, что вы можете сделать для своего ребенка, - это признать его право питать особые чувства к вашему бывшему партнеру по браку. Эти чувства не обязательно должны совпадать с вашими эмоциями.

В этот период покинувшие семью отцы часто чувствуют себя как бы за бортом. Им может казаться, например, что их еженедельные посещения своего ребенка не так уж важны, по сравнению с теми часами, которые он проводит с матерью. Тем не менее, эти посещения, т.е. сравнительно продолжительное общение с отцом, представляют огромную ценность для детей и играют очень важную роль в их эмоциональной реабилитации.

К сожалению, по истечении нескольких лет частота и регулярность этих визитов обычно идет на убыль. Как правило, дети реагируют на это очень болезненно. Это состояние нередко скрывается за показным равнодушием или злостью.

Как мы уже заметили, переходы от родителя к родителю и промежутки между такими визитами часто сопряжены с дополнительным стрессом для ребенка. Ребенку можно помочь, сказав, что он вправе и волен хорошо провести время с папой и что это вовсе вас не обидит и не огорчит. Не просите его шпионить за папой или держать

что-то в секрете от него. Не учиняйте испанскую инквизицию каждый раз, когда он возвращается домой от отца. Успокойте его, сказав, что во время его отсутствия вы будете прекрасно чувствовать себя и ожидать его возвращения. Спланируйте спокойный распорядок в первый день его возвращения домой от отца: ребенку, возможно, потребуется какое-то время для того, чтобы успокоиться и прийти в себя после перехода, связанного со сменой обстановки.

В этот период обычные ежедневные расставания: уход в сад, школу, посещение друзей — могут стать эмоционально довольно тяжелыми для ребенка, что выражается в его возросшей неуверенности и боязни быть покинутым, которые обычно являются результатом такого рода кризисов. В этом случае не нужно скупиться на заверения, что вы его не оставите никогда и ни при каких обстоятельствах, обязательно вернетесь, чтобы забрать его домой, и т.д. Иногда поручайте ребенку присматривать за чем-то во время вашего отсутствия. Это протянет между вами связующую нить и послужит конкретным залогом вашего возвращения.

Во время развода дети зачастую могут проявлять признаки стресса. Им бывает трудно сосредоточить внимание на объяснении учителя в классе; они могут стать неловкими и неуклюжими на спортплощадке и утратить свое место в команде; они могут стать ворчливыми и придирчивыми к своим товарищам, начать испытывать страх и страдать фобиями. Если это происходит, полезно поговорить со своим ребенком о том, как стресс влияет на способность сосредоточиваться и что мешает ему почувствовать себя энергичным и уверенным. Убедите его в том, что ослабление его способности сосредоточиваться вовсе не значит, что он тупица, что его неуклюжесть не означает, что он слаб, а его страхи не говорят о том, что он — малое дитя.

Объясните ему, что очень многие дети испытывают то же самое во время стресса. Большинство из нас может припомнить периоды стресса, когда наше поведение становилось настолько непредсказуемым и необъяснимым, что нам казалось, будто мы лишились рассудка. Каким об-

легчением было узнать, что мы всего лишь проявляли признаки стресса, а не безумия или какой-то специфической дегенеративной болезни.

Пусть воспитатели или учителя вашего ребенка узнают о разводе, чтобы они могли все понять, если его поведение вдруг ни с того ни с сего изменится. В этот период они могут оказать ребенку дополнительную поддержку.

Во время развода и сразу после него покинутая мужем мать (чаще всего именно она, а не отец остается с детьми) часто оказывается втянутой в водоворот взятых на себя дополнительных нагрузок. Нередко ей нужно искать новую или дополнительную работу, чтобы поправить пошатнувшееся финансовое положение. Дополнительная нагрузка усугубляется беспокойством, напряжением и общим эмоциональным дискомфортом или даже срывом. Это означает, что в то время, когда ребенок нуждается в матери больше, чем прежде, он фактически получает от нее меньше внимания. Может показаться, что каждый раз, как только вы присядете, чтобы перевести дух, ваш ребенок тут как тут со своими бесконечными вопросами и просьбами. При такой нагрузке матери бывает нелегко сдерживать взрывы раздражения.

Один из способов облегчить данную ситуацию — выделить какое-то время (скажем, каждый вечер по полчаса) специально для себя и своего ребенка, чтобы просто посидеть с ним, почитать ему сказки или интересные истории, поиграть, поговорить о событиях прошедшего дня, а главное, для того, чтобы укрепить в нем чувство уверенности и собственного достоинства. Обнимите, приласкайте и поцелуйте его, скажите ему о его особых талантах и способностях, о том, как вы гордитесь им и т.д. Пусть это будет временем, когда ваш ребенок действительно почувствует, что его любят и ценят.

Этот момент очень важен. В самом деле, представьте, что бы вы испытывали, если бы кто-то это делал для вас каждый день!? Согретые вашим вниманием и участием дети почувствуют себя более желанными, обретут уверенность.

В этот период семейных катаклизмов необходимо обеспечить детям спокойный, размеренный и предсказуе-

мый домашний режим. Постарайтесь как можно меньше менять что-либо в их привычной жизни. Если можно, оставьте их в той же школе, в том же районе, доме и т.д. Пусть они знают за несколько дней вперед, когда они встретятся с отцом и как долго эта встреча продлится. Разумно выстроенный, хорошо знакомый распорядок добавит им уверенности в трудной ситуации. Если вы переселяетесь в другое место, захватите с собой хорошо знакомые вещи в новое жилье. А если это невозможно, помогите своему ребенку выбрать что-нибудь для новой квартиры или дома, допустим, какую-то мебель, украшение или занавески для его спальни.

Этот совет относится также к родителю, живущему отдельно от прежней семьи. Новое жилище сначала покажется очень чужим для вашего ребенка. А если вы позволите ему помочь вам украсить или обустроить его комнату или уголок, это поможет ему почувствовать себя более уютно и свободно.

После развода ваш ребенок может стать непослушным. Существует множество причин тому, что развод обычно влечет за собой подрыв дисциплины. Иногда это происходит оттого, что до развода отец был лицом, ответственным за дисциплину в семье. В его отсутствие матери приходится нелегко при исполнении незнакомой для нее роли. Иногда отец, проживающий отдельно от своей прежней семьи, перестает следить за дисциплиной ребенка, опасаясь быть отвергнутым им, или потому, что хочет больше расположить его к себе. Зачастую оба родителя бывают настолько поглощены своими личными проблемами, что не обращают внимания на поведение ребенка. Становятся позволительны вещи, которые в обычной обстановке не сошли бы ребенку с рук. Родители рассматривают такое попустительство как своего рода компенсацию за неприятности, связанные с разводом.

Кажется, что дети противятся дисциплине, нарушая общепринятые правила поведения, становясь дерзкими, непослушными, вызывающими. Таким способом они иногда дают выход злости, вызванной разводом. Зачастую это также способ прощупывания предела допустимого — посмотреть, как много можно себе безнаказанно позволить

до того, как его одернут. Нужно успокоить ребенка, заверить его в том, что даже если он порой и будет непослушным, вы все равно будете его любить и заботиться о нем. Многие дети втайне убеждены, что еще одна стычка, еще один конфликт — и вы их бросите. Они могут не устоять перед соблазном испытать это на практике, доведя конфликтную ситуацию до предельной черты. Хотя такая мотивация довольно обычна, дети не всегда могут объяснить ее вам членораздельно или полностью осознать ее.

Заверяя своих детей в том, что они вам дороги и что вы их не покинете, в то же время абсолютно необходимо дать понять, что вы не позволите им распоясаться и пренебрегать правилами поведения. Последовательная, рациональная и заботливая дисциплина — чудесный дар для ребенка, дающий ему чувство уверенности и возможность приобрести определенные навыки и такие черты характера, как самообладание, которые пригодятся ему в период взросления. Важно понимать, что крайности в дисциплине — жесткий, авторитарный стиль и слишком мягкий или непоследовательный либерализм — не столь эффективны, как средний подход, сочетающий авторитарность с нежностью, придерживающийся последовательных и разумных правил.

Иногда в детском «раскладе» родителей — матери по будням, а папы по воскресеньям — их роли как бы выкристаллизовываются в «придирчивых» и «добрых». Мама попадает в разряд все запрещающих, пилящих зануд, а папа — в категорию родителя для праздничных забав. Если всю неделю вы без конца брюзжите, придираетесь, кричите и говорите только «нет», вам стоит пересмотреть свою позицию. Выкройте среди ваших повседневных будничных дел время для ласки, шуток и забав. Проанализируйте свой способ поддержания дисциплины, и если он окажется неэффективным, обратитесь за помощью. Имеется немало замечательных книг, а если вам этого будет недостаточно, обратитесь за советом к специалисту Кризисного центра. Поговорите со своими детьми о происходящем. Расскажите им о том, как вы все это воспринимаете, и узнайте их мнение на этот счет. Подумайте, не можете ли вы совместно что-то сделать для того, чтобы жить

дружнее, поддерживая друг друга. Не забывайте похвалить детей, если они поступают правильно. Слишком часто мы сосредоточиваем внимание на отрицательных моментах в поведении детей, игнорируя положительные. Следите за своим эмоциональным состоянием и эмоциональным состоянием своих детей: например, не проявляет ли кто-нибудь из вас признаков депрессии, уныния. Если да, обратитесь за профессиональной помощью — вы не должны переносить все это самостоятельно.

Наконец, не забывайте, что требуется время для того, чтобы прийти в себя после развода. Глупо полагать, что каждая из разводящихся сторон сможет приспособиться к новому положению, новой обстановке с первого дня. Каждый член семьи обязательно познает подъемы и падения на пути к окончательному разрешению проблемы, преодолевая моральные травмы, душевную боль и растерянность.

Как помочь ребенку преодолеть горе

Если речь идет о ребенке, взрослым следует быть особенно внимательными к его состоянию, что даст возможность точно определить тот момент, когда может понадобиться помощь профессионала. В эмоциональной сфере такой ребенок ощущает подавленность, страх. Актуализируется, в частности, страх смерти. Ребенку начинает казаться, что все в жизни хрупко и в любой момент может закончиться, он начинает бояться за жизнь близких ему людей.

Часто дети, потерявшие родного человека, требуют, чтобы мать или отец были с ними все время, даже сопровождали в туалет. Иногда родители интерпретируют это как боязнь одиночества. Это так. Но главное, они боятся, что пока их нет, с родителем может что-то случиться, что тот может умереть. Они со страхом отмечают признаки приближающейся старости родителей: седые волосы, морщины и т.п. Очень характерны для данной фазы сильные нарушения памяти на текущие события. Это бывает выражено настолько сильно, что ребенок не может учиться в школе. Поэтому очень важно оказать ребенку необходимую психологическую помощь вовремя.

В 1988 г. в Англии вышла книга «Помогая детям справиться с горем». В ней предлагаются рекомендации для учителей, в классе которых есть ребенок, потерявший кого-либо из родственников. Ее автор Р. Нельс дает советы учителям, как помочь ребенку преодолеть горе.

Начальная школа

1. Наблюдайте за изменениями в поведении ребенка, потерявшего кого-либо из членов семьи. В первые недели после произошедшего может появиться тенден-

ция к изоляции, агрессивность, гнев, нервозность, замкнутость, невнимательность. Относитесь с терпением, старайтесь не показывать своего удивления, не заставляйте ребенка делать что-либо вопреки его воле.

2. Если ребенок хочет поговорить, найдите время его выслушать. Чаще прикасайтесь к ребенку.

3. Постарайтесь привлечь к общению лучших друзей ребенка.

4. Будьте готовы к вопросам ребенка и всегда будьте честны с ним.

5. Докажите ребенку, что плакать не стыдно.

6. Никогда не говорите ему: «Ты ведь так не думаешь, не правда ли?» Особенно если это касается детских страхов или чувства вины.

7. Старайтесь быть в контакте с родителями.

8. С особенным вниманием относитесь к «трудным» дням, например, праздникам.

Средняя школа.

Если в классе есть ученик, потерявший близкого человека, проведите классное зачатие — дискуссию на тему смерти (что, впрочем, полезно в любом случае.) — Б.Ч.)

Учитель должен сказать такому подростку, что знает о том, что произошло с ним. Это важно, чтобы подросток не чувствовал себя одиноким. Хорошо, если об этом также узнают его товарищи.

В школе должно быть место, где ребенок мог бы побыть один, поплакать наедине с собой. Среди его товарищей может быть назначен «помощник», который опекал бы его.

Учителю нельзя забывать, что родители тоже нуждаются в психологической помощи и поддержке.

Подросток может погружаться в собственные размышления настолько, что теряет связь с окружающим миром. Если он забыл, о чем вы его спросили, проявите терпение, повторите вопрос, скажите, что вы тоже иногда забываете что-то.

Бесполезно говорить подростку, чтобы он больше старался, не впадал в задумчивость. Умственно подросток совершенно дезорганизован. Иногда можно предложить подростку представить себе, что он не на уроке, а занимается, например, своим любимым видом спорта. Этот прием не облегчает горя, но помогает ученику заставить себя работать, не отставая от класса.

Правда, очень важно учитывать, что иногда ребенок использует свое горе в качестве оправдания плохой учебы.

Чем могут помочь близкие люди человеку, переживающему горе и находящемуся в фазе шока? Что они должны и чего не должны делать?

1. Разговаривать с таким человеком и утешать его совершенно бесполезно. Он все равно вас «не слышит», а на ваши попытки его утешить лишь удивленно скажет: «Я себя чувствую хорошо». Но то, что действительно вы можете сделать, — это ходить за ним повсюду «хвостиком», ни на секунду не выпуская его из поля зрения, не оставляя его одного. При этом не обязательно с ним говорить, можно это делать молча. Важно лишь не оставить человека наедине с собой, потому что может вдруг начаться острое реактивное состояние.

2. Если это ребенок, который учится в школе, лучше его не пускать в школу, даже если он будет утверждать, что вполне справится.

3. Постарайтесь как можно больше и чаще касаться человека, тяжело переживающего горе. Тактильный контакт возникает у нас чрезвычайно рано. По сути дела это самый первый контакт младенца с внешним миром. Поэтому, как бы ни были нарушены взаимодействия горящего с внешним миром, тактильная связь чаще всего сохраняется. Иногда бывает достаточно одних тактильных контактов, чтобы вывести человека из тяжелейшего шока. Особенно, если это такие символические действия, как по-

глаживание по голове. В этот момент большинство людей начинают чувствовать себя маленькими, беззащитными, им хочется заплакать, как плакали в детстве. Если же вам удалось вызвать слезы, значит, человек переходит в следующую фазу.

4. Нужно вызвать у человека любые сильные чувства, которые выведут его из шока. Радость у человека в такой ситуации вызвать, видимо, непросто. Но сгодится и злость. Иногда даже тому, кто помогает, стоит «вызвать огонь на себя», разозлив горющего.

Существующие культурные ритуалы способствуют и помогают человеку пережить горе. Поэтому продолжительность фазы в среднем соответствует ритуальным датам.

В народных традициях, если рассмотреть ритуал похорон, поражает, насколько психологически грамотно созданы некоторые обычаи. В самом деле — традиция плакальщиц, когда специально приглашенные и обученные женщины, громко рыдая, говорят тексты типа «На кого ты меня покинул!», то есть то, что чувствует горющий, но не имеет возможности выразить. Плакальщицы помогают человеку заплакать и вызывают катарсис. (Катарсис, от греческого *καθάρσις* — очищение, состояние внутреннего очищения, облегчения, вызванное эмоциональным потрясением в результате сопереживания трагедии.)

Фаза острого горя. Чем можно облегчить страдания горющего?

1. Если в первой фазе вам следует постоянно быть вместе с горющим ребенком, то в фазе острого горя можно и нужно дать возможность человеку, если он того хочет, побыть одному.

2. Но если он пожелает с вами поговорить, нужно всегда быть в его распоряжении, выслушать его (даже если вы слушаете это все в сотый раз и вам самому тяжело) и поддержать.

3. Как уже говорилось, эти люди часто раздражительны, тем не менее, понимая их состояние, надо относиться к ним более мягко, прощая многое, но не все.

4. Если человек плачет, вовсе не обязательно совершать то, что мы называем «утешением». Что такое утешение? Это значит предпринять меры, чтобы человек не плакал. У нас у всех есть безусловный рефлекс на чужие слезы. Видя их, мы готовы сделать все, лишь бы человек успокоился, перестал плакать. Слезы дают возможность сильнейшей эмоциональной разрядки. Наши слезные железы устроены таким образом, что слезы способствуют выработке успокоительных веществ. Недаром, поплавав, человек так хорошо спит. Успокаивая человека, мы не даем возможности этому процессу завершиться. С другой стороны — как вообще можно утешить горюющего? Какое может быть утешение? Я несколько раз слышала такие фразы утешающего: «У тебя только брат умер, а у других матери умирают. И то — ничего...»

5. В конце этой фазы нужно начать потихоньку приобщать человека к общественно полезной деятельности: отправлять в школу или на работу, начать загружать домашними делами. Это очень полезно, так как дает возможность отвлечься от своего горя. Естественно, режим должен быть щадящим, так как человек все еще ослаблен.

6. Считается, что с горюющим человеком надо быть чрезвычайно бережным, я бы сказала, трепетным. Но это не так. Попробуйте представить себя в окружении людей, каждый из которых смотрит на вас жалостливым, сочувствующим взглядом. Да вам захочется сбежать от них как можно скорее, потому что все вам будет напоминать о вашей утрате.

На самом деле, на этой стадии с человеком можно уже обращаться вполне нормально, иногда даже можно с ним ссориться. Особенно замечательный метод — формирование у человека чувства реальной вины. С виной выжившего вы ничего не можете сделать, так как она иррациональна по своим механизмам. Зато можно перенести центр тяжести в реальность. Например, можно сказать человеку, слишком, на ваш взгляд, увлекшемуся переживанием горя, примерно следующее: «Как тебе не стыдно! Ты

занят своими переживаниями и не заботишься о тех людях, которые во круг тебя и которым нужна твоя помощь. Ты — эгоист!» Уверяю вас, эти слова для горюющего будут как бальзам на рану. Ему будет очень приятно их услышать. Он не обидится на вас, а даже будет чувствовать благодарность, так как вы как бы «позволили» ему завершить работу по переживанию горя.

7. И конечно, человеку надо постоянно демонстрировать, что хотя вы и понимаете его проблему, но относитесь к нему как к обычному человеку, не давая ему никаких скидок и послаблений. Это тоже будет оценено очень высоко и поможет в реадaptации. Конечно, вы должны понимать, что этот человек находится в «состоянии горя», но ничем не показывайте ему это. Иначе получится, как у учительницы, которая каждый раз на уроке сообщала классу: «А Коле я не буду ставить плохих оценок и не буду спрашивать его, так как у него горе». А потом была крайне удивлена, когда Коля в какой-то момент ей нагрубил и убежал из класса.

Поэтому основная психологическая помощь на данном этапе состоит в том, чтобы способствовать этому обращению к будущему, помочь строить всевозможные планы.

«ТРОПОЮ КРАСОТЫ»:

**ПРОГРАММА РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ,
ПЕРЕЖИВАЮЩИХ ОСТРОЕ ГОРЕ В СВЯЗИ СО
СМЕРТЬЮ МАТЕРИ**

Занятие № 1 «В путь...»

Описание занятия:

Цель: создать условия для проявления детьми (родителями) личностных особенностей, ценностей, притязаний, первичная диагностика.

Материал: бумага формата А4, ватманы, карандаши, восковые мелки, пластилин.

Представление ведущих. Информирование о ходе работы в группе, ожиданиях деятельности.

Упражнение «Привет! Как дела?». Участники двигаются по комнате и здороваются с каждым за руку. При этом вы говорите простые слова: «Привет! Как твои дела?» Говорите только эти простые слова и больше ничего. Но в этой игре есть одно простое правило: здороваясь с кем-то из участников, вы можете освободить руку только после того, как другой рукой вы начнете здороваться еще с кем-то. Иными словами, вы должны непрерывно быть в контакте с кем-либо из группы.

«Мандала». Участникам предлагается нарисовать мандалу.

Упражнение «Анкета участника». Все участники заполняют анкету (10–15 минут).

Основная работа «Волшебная страна чувств» (диагностика)

Исследование психоэмоционального состояния. Перед каждым участником — по восемь карандашей «люшеровских» цветов (красный, желтый, синий, зеленый, фиолетовый, коричневый, серый и черный) и бланк методики.

Инструкция 1: «Далеко-далеко, а может быть, и близко есть волшебная страна, и живут в ней Чувства: Радость, Удовольствие, Страх, Вина, Обида, Грусть, Злость и Инте-

рес. Живут они в маленьких цветных домиках. Причем каждое Чувство — в домике определенного цвета. Кто-то живет в красном домике, кто-то — в синем, кто-то — в черном, кто-то в зеленом... Каждый день, как только встает солнце, жители волшебной страны занимаются своими делами.

Но однажды случилась беда. На страну налетел страшный ураган. Порывы ветра были такими сильными, что срывали крыши с домов и ломали ветви деревьев. Жители успели спрятаться, но домики спасти не удалось.

И вот ураган закончился, ветер стих. Чувства вышли из укрытий и увидели свои домики разрушенными. Конечно, они были очень расстроены, но слезами, как известно, горю не поможешь. Жители волшебной страны взяли необходимые инструменты и починили свои домики. Но вот беда — всю краску унес ветер. У вас есть цветные карандаши. Пожалуйста, помогите жителям и раскрасьте домики».

Инструкция 2. «Спасибо вам от лица всех жителей. Вы восстановили страну. Настоящие волшебники! Но дело в том, что во время урагана жители были так напуганы, что совсем забыли, в домики какого цвета жил каждый из них. Пожалуйста, помогите каждому жителю найти свой домик. Закрасьте или подчеркните название чувства цветом, соответствующим цвету его домика».

(Взрослый предлагает детям поработать со второй колонкой, в которой перечислены названия чувств. В результате мы узнаем, с каким цветом ассоциируется у каждого ребенка определенное чувство).

Инструкция 3: «Спасибо! Вы не только восстановили страну, но и помогли жителям найти свои домики. Теперь им хорошо, ведь очень важно знать, где твой дом. Но как же мы будем путешествовать по этой стране без карты? Ведь каждая страна имеет свою территорию и границы. Территория страны наносится на карту. Посмотрите — вот карта страны чувств (взрослый показывает силуэт человека). Но она пуста. После восстановления страны карта еще не исправлена.

Только тот, кто восстановил страну, может раскрасить карту. Для этого возьмите, пожалуйста, свои волшебные

карандаши. Они уже помогли вам восстановить страну, теперь помогут и раскрасить карту».

Если, рассматривая карту страны, ребенок скажет, что это человек, можно объяснить ему, что на карте очертание разных стран может быть похоже на что угодно. Например, Италия по форме похожа на сапог. При этом хорошо иметь под рукой атлас и подкрепить свои слова рассматриванием карт. Когда карта будет раскрашена, взрослый благодарит детей и говорит, что в следующий раз они начнут ближе знакомиться с этой страной и узнают много интересных историй.

Упражнение «Желе». Участники встают напротив ведущего, плотно прижавшись друг к другу. Инструкция: «Представьте себе, что вы все вместе — блюдо с желе. Можете ли вы мне сказать, какое это желе на вкус (ванильное, клубничное, малиновое и т. д.). Я сейчас начну легонько «встряхивать» блюдо с желе, а вы будете раскачиваться медленно. Когда я начну встряхивать блюдо сильнее, вы будете раскачиваться сильнее. Чтобы увидеть и понять, как вам надо раскачиваться, следите за моими руками... Теперь представьте, что блюдо с желе забыли убрать и остановили его на солнце. Что стало с желе? Оно начало таить и растекаться (участники начинают «таять», опускаться на стулья и «растекаться» во все стороны).

Упражнение «Импульс». Участники образуют круг, держась за руки. Ведущий быстро, не сильно, но ощутимо сжимает руку соседа справа или слева. Тот также пожимает руку своего соседа и т.д. Пожатие переходит от одного к другому, пока не вернется к ведущему. Повторяется та же процедура, но в другую сторону. Далее задание усложняется: при передаче импульса вправо игрок озвучивает свое участие междометием «Эх!», а влево — возгласом «Ух!». Если импульсы справа слева «встречаются» на каком-либо игроке, то он восклицает «Хо-хо!» и автоматически пожатием рук отправляет импульсы обратно по кругу.

Ритуал завершения «До свиданья, Мы». В кругу, держась за руки, на вдох — поднимают руки вверх, на выдох — опускают (2 раза). На третий раз — вдох — руки поднимают вверх, на выдохе громко кричат «До свиданья, мы!».

Занятие № 2. «Волшебные пятна» (детская группа)

Цель: создание условий благоприятной психологической атмосферы в группе, атмосферы доверия и безопасности; создание условий для развития спонтанности, рефлексии, самопринятия.

Материал: бумага формата А4, ватман, акварель, кисти, вода.

Упражнение «Я горжусь собой за то, что...». Перекидывая друг другу мяч, участники должны завершить данное предложение.

«Манда́ла». Участникам предлагается нарисовать мандалу.

Упражнение «Тень». Выполняется в парах. Один в паре двигается, выражая в движениях чувства. Его партнер следует за ним, как тень, пытаясь повторять его движения, наблюдая при этом за своими чувствами.

Рефлексия упражнения.

Основная работа «Волшебные пятна»

На мокрую бумагу формата А4 акварелью наносятся пятна, контуры. Затем бумага складывается пополам, пятна слипаются и размазываются. Задача партнеров в получившихся изображениях найти узнаваемые образы, дорисовать детали. Затем изображения освобождаются от фона (без помощи ножниц) и наклеиваются на ватман. Данная совместная работа объединяется общим сюжетом. Партнеры представляют свои работы группе.

Упражнение «Аплодисменты по кругу». Ведущий начинает тихонько хлопать в ладоши, глядя и постепенно подходя к одному из участников. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. последнему участнику аплодирует уже вся группа.

Упражнение «Улыбка». Сидящие в кругу берутся за руки, смотрят соседу в глаза и дарят ему молча самую добрую улыбку (каждому по очереди).

Ритуал завершения «До свиданья, Мы».

Занятие № 3. «Мой мир» (детская группа)

Цель: создание условий для отражения участниками своего биографического опыта, отношения к самому себе, рефлексии индивидуальных потребностей и чувств.

Материал: бумага формата А4, разноцветные материалы различной фактуры и плотности (картон, целлофан, фольга, «жатая» бумага и т.п.), цветные карандаши, фломастеры, гуашь, акварельные краски, клей, скотч, нитки, тесьма, лоскутки ткани разных цветов и размеров, пластилин, материалы для украшения кукольных персонажей.

«Мандала». Участникам предлагается нарисовать мандалу. На пол кладется большой круг из белой бумаги. Все садятся у бумажного круга и начинают что-либо рисовать по желанию. Через минуту дается сигнал передвигаться на шаг вправо, все участники сдвигаются и оказываются на уровне рисунка предыдущего участника. Начинают дорисовывать имеющийся рисунок. Затем через минуту снова сдвигаются. Так до тех пор, пока участники не окажутся напротив своего первоначального рисунка, который они и должны завершить окончательно.

Затем все делятся своими впечатлениями: какие эмоции испытывали, когда начинали рисовать? Какие, когда рисовали другие рисунки? Какие, когда вернулись к своему первоначальному рисунку?

Основная работа Упражнение «Мой образ». В комнате по кругу стоят мольберты, так, чтобы участники не видели работ друг друга. На каждом из них закреплен лист бумаги. Предлагается изобразить себя, используя различные ассоциации:

- Я в образе растения;
- Я в образе животного;
- Я в образе предмета;
- Я в образе стихии и т.д.

Участники встают в круг, рисунки кладутся на середину круга изображением вниз. Поднимая каждый рисунок, участники пытаются описать характер его автора, определить качества личности, иные характеристики. После этого высказывают свои предположения о том, кто является автором и почему. Угаданный автор забирает свой рисунок.

Релаксационное упражнение «Путешествие на облаке» (15 мин.). Участники ложатся на ковер в позе «звез-

ды», закрывают глаза. Спокойно дыша и слушая музыку, представляют «свое путешествие на облаках». После выполнения упражнения делятся своими впечатлениями и теми образами, которые они увидели «с высоты».

Ритуал завершения «До свиданья, Мы».

Занятие №4. «Чудесный ковер» (детско-родительская группа)

Цель: создание условий для развития активного взаимодействия детско-родительской пары, спонтанности эмоциональных проявлений в совместной работе.

Материал: бумага формата А4, ватманы, акварель, гуашь, цветная бумага, ножницы, клей, природный и бросовый материал.

«Мандаला». Участникам предлагается нарисовать мандалу.

Упражнение «Комплименты». Сидя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, надо сказать ему несколько добрых слов, за что-то похвалить. Принимающий кивает головой и говорит: «Спасибо, мне очень приятно!» Затем он дарит комплимент своему соседу. Упражнение проводится по кругу. Замечание: некоторые дети не могут сказать комплимент, им необходимо помочь. Можно вместо похвалы просто сказать «вкусное», «сладкое», «цветочное», «молочное» слово. Если ребенок затрудняется сделать комплимент, не ждите, когда загрустит его сосед, скажите комплимент сами.

Упражнение «Пальцы». По счету ведущего, на счет три все одновременно, не договариваясь и не произнося ни слова, «выбрасывают» пальцы; это упражнение выполняется до тех пор, пока все участники группы не «выбросят» одинаковое число пальцев.

Основная работа «Чудесный ковер»

Детско-родительской паре предлагается с помощью различного изоматериала (краски, мелки, цветная бумага, природный, бросовый материал) создать «ковер». Для этого участникам дается ватман (форма ватмана меняется по желанию). Тематика «чудесного ковра» участниками выбирается самостоятельно.

Упражнение «Ловля моли». Ведущий указывает на одного из участников группы, представляя его как «хозяина», который пригласил всех в гости. У него дома развелось много моли. Он пригласил всех для того, чтобы ему помогли избавиться от моли. Для этого участники выполняют следующие действия: хлопают ладошками в воздухе, по плечам и головам участников, по предметам в помещении.

Ритуал завершения «До свиданья, Мы».

Занятие № 5. «Рисуем деревья» (детская группа)

Цель: продолжение работы на развитие групповой сплоченности, доброжелательных взаимоотношений между участниками группы.

Материалы: бумага формата А4, ватман, пастель, восковые мелки, цветные карандаши, краски, гуашь, техническое средство для воспроизведения музыки, записи музыкальных композиций.

«Мандала». Участникам предлагается нарисовать мандалу, используя различный изоматериал.

Упражнение «Образ «Я». Каждому участнику предлагается произнести слово «Я» с только ему присущей интонацией, мимикой, жестами. Нужно сделать это так, чтобы одним словом как можно полнее выразить восприятие своего «Я», свою индивидуальность и свое место в мире.

Упражнение «Равновесие». Участники разбиваются на пары, встают друг напротив друга на расстоянии 70–100 см, вытягивают руки вперед и соприкасаются ладонями. Задачей каждого из них является заставить партнера потерять равновесие (сойти с места), сохранив его самому. Упражнение делается несколько раз с разными партнерами, так как каждый человек выбирает свою собственную стратегию выполнения данного упражнения в зависимости не только от особенностей своего характера, но и от особенностей установившегося контакта с партнером.

Упражнение «Путешествие в лес». Участникам предлагается занять удобное для себя положение (встать, присесть, сесть на пол, если есть соответствующие условия, — по желанию). Закройте глаза и постарайтесь увидеть лес. Представьте себя в образе дерева. Найдите ему место среди других

деревьев. Далее предлагается выбрать в пространстве аудитории подходящее место, где «дереву» удобно качать ветвями, расти вверх и даже танцевать. Покажите движениями, танцем, как оно себя чувствует. Одинокое дерево открыто всем ветрам. Летом его нещадно жарит солнце, зимой остужает мороз. Даже зверю трудно спрятаться под одиноким деревом. То ли дело, когда рядом есть добрые и надежные друзья. Подойдите друг к другу так близко, как вам этого хочется. Пусть ваши деревья образуют несколько рощиц. Бережно соприкоснитесь пальчиками-листочками. Попробуем все вместе создать образ очень сильного, могучего дерева. Встаньте рядом друг с другом в круг. Какой огромный, надежный ствол получился у дерева! И ветви тянутся вверх, переплетаясь между собой. В такой кроне тепло и уютно белкам, птицам. А само дерево ничего не боится: ни бури, ни грозы, ни одиночества.

Основная работа «Рисование деревьев»

Каждому участнику предлагается занять выбранное им место за рабочим столом. На листе бумаги с помощью любых изобразительных средств нарисуйте представленные вами образы одного или нескольких деревьев и возникшие ассоциации. Придумайте рисунку название и историю, которую «дерево» хотело бы рассказать от первого лица.

Обсуждение.

- Где твоему дереву хотелось бы расти: на опушке или среди других деревьев?
 - Есть ли у него друзья и враги?
 - Боится ли чего-нибудь это дерево?
 - Грозят ли ему какие-либо опасности?
 - О чем мечтает это дерево?
 - Какое настроение у твоего дерева?
 - Это дерево скорее счастливо или несчастно?
- Если бы вместо дерева был нарисован человек, кто бы это был?
 - За что его любят люди?
 - Что снится дереву?
 - Какой бы подарок его обрадовал?
- Как можно спасти, чем помочь, если дерево болеет?

Далее участникам предлагается отделить образ дерева от фона: оторвать по контуру изображения дерева внешнюю

(лишнюю) часть рисунка (работа выполняется пальцами, ножницами пользоваться нельзя.).

Упражнение «Наш лес». Инструкция: «Представьте, что большой лист ватмана на полу — это поляна, на которой «вырастут» ваши деревья. Каждый вправе решать, где удобнее разместить рисунки: в лесу среди других деревьев, в маленькой рощице или оставить в одиночестве (говоря образно). Выберите подходящее место и расположите деревья на плоскости листа и приклейте ваше дерево. Далее участникам предлагается дорисовать «наш лес».

Ритуал завершения «До свиданья, Мы».

Занятие № 6. «Кукла» (детская группа)

Цель: создание условий благоприятной психологической атмосферы в группе, атмосферы доверия и безопасности; создание условий для развития спонтанности, рефлексии, самопринятия.

Материал: бумага формата А4, разноцветные материалы различной фактуры и плотности (картон, целлофан, фольга, «жатая» бумага и т.п.), цветные карандаши, фломастеры, гуашь, акварельные краски, клей, скотч, нитки, тесьма, лоскутки ткани разных цветов и размеров, пластилин, материалы для украшения кукольных персонажей.

Упражнение «Валерия — великолепная». Участникам предлагается представиться следующим образом: назвать свое имя и качество личности, начинающееся на первую букву имени, характеризующее автора.

«Мандала». Участникам предлагается в течение 2–3 минут походить по помещению, где проходит занятие, выбрать наиболее комфортное для себя пространство и нарисовать мандалу.

Упражнение «Зеркало». Происходит работа в парах с поочередным обменом ролями: ведущий — ведомый. Тема: воображаемый рисунок имени. Сначала ведущий пишет в воздухе собственное имя, а ведомый, являясь его зеркальным отражением, повторяет все движения. Важно постараться воспроизвести не только движения партнера, но и его чувства, перемены настроения. *Далее каждому участнику дается инструкция:* «Напишите в воздухе свое имя мелким каллиграфическим почерком по очереди пра-

вой и левой рукой, а затем двумя руками одновременно. Напишите в воздухе свое имя слева направо и справа налево, печатными и прописными буквами разного размера. Подумайте, изменился ли образ имени. Какие чувства это у вас вызывает? Возьмите в руку воображаемую широкую кисть, представьте себе ведро с масляной краской (какого она цвета?). Напишите свое имя, используя как можно больше пространства от пола до потолка. Закройте глаза и представьте наиболее приятный образ своего имени, из возникших у вас, сделайте еще один воображаемый рисунок в пространстве. Пожалуйста, запомните этот образ, цвет, размеры букв, звучание и другие признаки. Вспомните, как часто и кто из окружающих людей вас так называет. Нарисуйте свое имя на листе бумаги».

Основная работа «Кукла». Используя разнообразные материалы, участники создают бумажную куклу с собственным именем и похожую на автора. Когда кукла готова, ее крепят на пальце, рассматривают с расстояния вытянутой руки. Инструкция участникам: «Обратитесь к кукле мысленно, и пусть она ответит вам. Запомните, пожалуйста, свои первые впечатления, чувства, слова, адресованные кукле, а также ее ответную реплику. Задайте кукле вопрос: «Как тебя зовут теперь?» Придумайте историю от лица своей куклы, которую вы хотели бы рассказать другим. Озаглавьте ваш рассказ».

Далее участникам предлагается занять места в круге. Куклы по очереди рассказывают и/или показывают свою историю, используя приемы кукольного театра. Остальные куклы могут задавать вопросы.

Обсуждение упражнения (участники делятся впечатлениями, анализируют чувства, которые возникали в работе с образом своего имени и кукольным образом).

Упражнение «Слепой и поводырь». Участники группы по очереди пытаются провести «слепого» (участника с завязанными глазами) через искусственно созданные препятствия, затем проводится обсуждение: с каким по счету «поводырем» было комфортнее и почему, «слепой» пытается угадать, кто его водил.

Упражнение «Дождик». Участники группы выстраиваются в две шеренги, напротив друг друга. Каждый по оче-

реди медленно проходит между этими «шеренгами» с закрытыми глазами, в то время как другие участники наносят легкие «игольчатые» прикосновения, имитирующие капли дождя.

Ритуал завершения «До свиданья, Мы».

Занятие № 7. «Пластилиновая сказка» (детская группа)

Цель: создание условий для коллективного взаимодействия, развития творческого потенциала; диагностика взаимоотношений в группе.

Материал: черная бумага формата А4, карандаши, восковые мелки, краски, пластилин, доски для лепки.

Упражнение «Я дрозд — ты дрозд»

Участники разбиваются на две группы и образуют внутренний и внешний круг. Партнеры, оказавшиеся друг перед другом, произносят приветствие, которое заканчивается рукопожатием:

Я дрозд, и ты дрозд.

У меня нос, и у тебя нос.

У меня уши в трубочку, и у тебя уши в трубочку.

У меня губы в дудочку, и у тебя губы в дудочку.

Мы с тобой два друга, рады мы друг другу.

Далее участники передвигаются на шаг вправо и, оказавшись перед следующим участником, повторяют те же действия.

«Мандала». Участникам предлагается нарисовать мандалу на черной бумаге.

Упражнение «Роза и чертополох». У ведущего два предмета, один из которых «роза», другой — «чертополох». Роза и чертополох нужны для того, чтобы их подарить участнику группы, причем, розу вручают за хорошие качества,

а чертополох — за плохие. Инструкция: «Сейчас первый участник группы возьмет розу и чертополох в руки. Встанет и подойдет к другому участнику группы, которому ему захочется вручить эти предметы. Вручая предметы, он должен объяснить, за какие качества он вручает розу, а за какие — чертополох. Затем тот, кому были вручены роза и чертополох, выбирает другого участника и дарит их ему с напутственными словами». Обсуждение упражнения.

Основная работа «Пластилиновая сказка». Все участники начинают лепить из пластилина каких-либо сказочных героев, устанавливая их на отдельном планшете, затем, по команде ведущего, передают свой планшет соседу, продолжая его работу. Продолжают делать это до тех пор, пока к каждому не вернется их первоначальная работа. Затем каждый придумывает сказку, используя тех сказочных героев, которые оказались на планшете в конце работы. Все сказки рассказываются вслух.

Упражнение «Колодец». Вся группа встает в плотный круг, лицом в центр, одновременно по команде ведущего все делают вдох и затем продолжительный выдох со звуком «у-у-у...» в центр круга. Упражнение заканчивается с окончанием последнего звука.

Ритуал завершения «До свиданья, Мы».

Занятие № 8. «Завершение» (детская группа)

Цель: подведение итогов работы группы; повторная диагностика эмоционального состояния участников.

Материал: ватман, акварельные краски, гуашь, восковые мелки, ручки, кисти, бумага формата А4, бланки диагностики.

«Мандала». Участникам предлагается нарисовать мандалу.

Упражнение «Радуга». Инструкция: «Представьте себе радугу. Говорят, что на конце радуги стоит горшок с золотом, который дарит счастье и богатство каждому, кто его найдет. Представьте себе вашу личную радугу, созданную солнцем и дождем для того, чтобы порадовать вас. Пусть те точки, где радуга опирается на горизонт, обозначают ваше настоящее и будущее. Вообразите, что в точке бу-

дущего вас ждет нечто ценное и очень желательное для вас, идеально подходящее вам. Нарисуйте радугу, а там, где она уходит за горизонт, нарисуйте цель, которая придет вам в голову во время рисования. Сосредоточьтесь, прежде всего, на радуге, на ее цветах, ее изгибе».

Обсуждение упражнения.

Диагностика эмоционального состояния участников группы (используются те же диагностические методики, что и в начале тренинговой работы).

Упражнение «Дерево пожеланий». На ранее заготовленном изображении дерева (на ватмане) участники дорисовывают листья отпечатками ладоней и стоп. На изображениях листьев участники пишут свои впечатления от проделанной работы, пожелания.

Ритуал завершения «До свиданья, Мы».

Занятие № 9. «Коллаж: Что в будущем нас ждет?» (детско-родительская группа)

Цель: создание условий для выражения чувств и ощущений перед собственными детьми (родителями), освобождение от неосознаваемых подавленных эмоций.

Материал: бумага формата А4, ватманы, журналы, ножницы, клей, карандаши, восковые мелки.

Упражнение «Рукопожатие» Участники становятся в круг. В центре — водящий с закрытыми (завязанными) глазами. Все вытягивают руки. Водящий должен поздороваться за руку и определить, кто перед ним — мужчина или женщина. В зависимости от этого произнести: «Здравствуй, Оля!», «Здравствуй, Миша!». Если он угадал, то водит тот, кого он узнал.

«Мандала». Участникам предлагается нарисовать мандалу.

Упражнение «Диалог в рисовании». Партнеры садятся друг против друга и молча поочередно обмениваются сообщениями в виде контуров, цветов, линий, используя один лист бумаги. Когда разговор завершается, проводится обсуждение того, что хотел сказать партнеру каждый из

участников диалога, насколько его намерения были поняты партнером.

Основная работа коллаж «Что в будущем нас ждет?». Детско-родительской паре предлагается материал: ватман, журналы, ножницы, клей для создания совместной тематической работы. Партнеры самостоятельно договариваются о том, что будут изображать.

Упражнение «Скульптура». Группа остается разделенной на пары. Один партнер в роли «скульптора», а второй — «живой глины». Задача скульптора — создать какой-то образ; задача партнера — закрыв глаза, отдаться действиям скульптора. Каждый партнер должен побывать в обеих ролях.

Обсуждение упражнения.

Ритуал завершения «До свиданья, Мы».

ПРИЛОЖЕНИЕ № 6

Информационное сопровождение проекта «Под отцовским крылом»

Стратегия продвижения проекта

Концепция продвижения

Информационное сопровождение проекта было связано с созданием положительного образа отцовства в СМИ. Причем, не некоего недостижимого идеала «отца-который-может-все» а скорее, отца, который находится в процессе осознания своей роли и своих возможностей. Сам проект родился из понимания специалистами Центра того факта, что для большинства мужчин не всегда ясно, что значит быть отцом. Перегруженные ответственностью защитника и кормильца семьи, они часто ощущают себя неспособными нести такой груз. А потому предпочитают с головой уходить в работу, то есть в ту сферу, которая видится им более понятной, чем туманная область воспитания детей. Соответственно, задача проекта — мелкими шажками привести их обратно, каждый раз давая больше опыта, немного нужной информации и создавая ситуацию успеха, чтобы формировать мотивацию на участие в воспитании. Из этого и строилась концепция информационного сопровождения — хорошим отцом не рождаются, им становятся, и для ребенка нет лучшего папы, чем его собственный.

Цели и задачи

Глобальная цель информационного сопровождения была определена нами как формирование у целевой аудитории престижа роли отца. В свою очередь, она состояла из двух подцелей: во-первых, показать важность роли отца в жизни ребенка, а во-вторых, донести информацию о том, что может быть ресурсом развития отцовского потенциала в мужчине.

Для достижения цели ставились следующие задачи:

1. Информирование целевой аудитории об услугах, доступных в рамках проекта. Это связано с обозначением ресурсов укрепления отношений ребенок-отец и с форми-

рованием мотивации мужчин к тому, чтобы проводить больше времени с ребенком (я хочу быть с ним, но не знаю, как это организовать, а значит, избегаю такого времяпровождения, выход — посещение мероприятий «Воскресенье вместе с папой»).

2. Информирование целевой аудитории о формах поддержки со стороны специалистов. («Клуб отцов» как возможность получить ответы на интересующие вопросы и психологической поддержки со стороны мужчин, имеющих сходные трудности, консультирование разводящихся пар).

3. Информирование целевой аудитории об особенностях детской психологии, играх и упражнениях, нацеленных на развитие и воспитание ребенка как личности (издание методического пособия «Поиграй со мною, папа»).

4. Эмоциональное подкрепление положительного образа отцовства (публикация историй и примеров из жизни, транслирующих позитивный опыт отцовства).

Целевая аудитория. В данном проекте целевой аудиторией выступают мужчины-отцы, среди которых, в свою очередь, выделяются:

а. Молодые отцы, испытывающие дефицит информации о воспитании детей;

б. Отцы-одиночки, самостоятельно воспитывающие детей;

в. Отцы, находящиеся в ситуации развода.

По сути, публикуемые в СМИ материалы, предназначены и для более широкого круга лиц, но они не являются специфической целевой аудиторией.

Способы и каналы подачи информации

Способы подачи информации

— систематическая публикация новостных пресс-релизов в самых оперативных СМИ о мероприятиях и услугах, предлагаемых в рамках проекта;

— написание тематических статей аналитического характера, задействование специалистов, занятых в реализации проекта, в подготовке роликов для радио и сюжетов для телевидения в качестве экспертов;

— печать информационных буклетов, брошюр, плакатов с символикой Фонда и проекта;

— изготовление и размещение наружной рекламы на различных видах носителей (пилары и трансмодуль);

— организация городского конкурса детского творчества в целях привлечения интереса к теме ответственного отцовства;

— организация краевого конкурса для журналистов в целях популяризации темы ответственного отцовства.

Каналы распространения информации

В рамках информационного сопровождения проекта «Под отцовским крылом» оказались задействованы все виды СМИ: Интернет, газеты, журналы, телевидение, радио. Кроме того, использовался канал наружной рекламы и непосредственный контакт с ЦА при раздаче полиграфической продукции. Информирование происходило следующим образом:

— в Интернете публиковалась информация на новостных сайтах, специализированных сайтах, сайтах общественных и молодежных организаций;

— полиграфическая и сувенирная продукция распространялась в виде плакатов, брошюр, буклетов в ЗАГСх, больницах и поликлиниках, детских садах и школах, территориальных центрах социальной защиты;

— размещение наружной рекламы на улицах города. Так ко Дню отца на центральных улицах города было размещено 5 пиларов с изображениями отца с детьми и один трансмодуль;

— очень эффективной оказалась работа с городскими и краевыми СМИ:

1. Газетами:

а. «Читай! Город» (городская, массовая, бесплатная газета, выходит раз в неделю, распространяется по почтовым ящикам. В газете есть телепрограмма, объявления и интересные материалы о жизни города, как правило, этим она и привлекает читателей, которые несут ее домой, а не в мусорный ящик. Опыт сотрудничества показал, что она хороша именно для продвижения услуг в рамках программы).

б. «Вечерний Барнаул» (городская газета, выходит 5 дней в неделю, распространяется по подписке и через киоски. Подходит для публикации новостных материалов в будние дни или аналитических, «рассуждательных» — в пятничном цветном выпуске в 24 полосы, так называемой «толстушке»).

с. Районные газеты (в них публиковались конкурсные работы журналистов, так как конкурс был заявлен как краевой).

2. Новостными сайтами.

а. www.amis.ru ,барнаульский новостной портал с очень живым обсуждением. Считается самым популярным новостным порталом, по данным самого сайта, его ежемесячная аудитория — более 50 тыс. читателей, которые обеспечивают 460–500 тыс. просмотров в месяц. Здесь, преимущественно, публиковались новости и анонсы мероприятий.

б. altapress.ru — сайт издательского дома Алтапресс. Здесь большой упор делают на аналитические материалы и фоторепортажи.

с. asfera.info — сайт информационного агентства Атмосфера, местный сайт с видимостью федерального.

д. www.barnaul-altai.ru — менее популярный новостной портал, где кроме новостей собрана информация о городе вообще.

е. <http://www.aksp.ru> — сайт Главалтайсоцзащиты, здесь собраны новости всех учреждений края, это очень удобный ресурс для журналистов, которые ищут информацию о том, что происходит в сфере социального обслуживания края. Здесь публиковались сообщения пост-фактум о прошедших мероприятиях.

ф. <http://www.infohome-altai.ru> — сайт Краевой общественной организации «Молодые журналисты Алтая». Сюда стекается информация о работе социальной сферы и некоммерческих организаций.

3. Журналы:

а. «Здоровье алтайской семьи». Редакция с готовностью принимает материалы с рекомендациями того или иного рода (по воспитанию детей, например), с комментариями психологов и специалистов по социальной работе.

Здесь мы публикуем рекомендации разводящимся родителям, советы по воспитанию детей.

4. Телевидение:

а. КИТ «Катунь-24», преимущественно, речь идет о новостных сюжетах, но на этом канале есть возможность участия в тематических передачах, создание которых запланировано на перспективу.

б. Наши новости — новостные сюжеты.

с. Вести Алтай — новостные сюжеты.

5. Радио:

а. Серебряный дождь — новостные сюжеты.

б. ГТРК Алтай — новости и сюжеты для передачи «Утро».

Практическая реализация стратегии продвижения

В ходе реализации проекта основной упор делался на привлечение представителей ЦА к участию в проводимых мероприятиях, популяризация предоставляемых в рамках проекта услуг и донесение полезной информации об особенностях взаимодействия с детьми.

Информирование об услугах и мероприятиях

Так хорошим каналом продвижения услуги «Воскресенье вместе с папой» оказался новостной сайт ИА «Амител». Размещение там новостных пресс-релизов, привлекло новых клиентов. Формулировка при этом могла быть, например, такой:

«Воскресенье вместе с папой в 3D формате»

Папы, вы уже знаете, где и как проведете со своими детьми приближающееся воскресенье? Продолжая вовлекать отцов в процесс воспитания детей, специалисты КГУ-СО «Краевого кризисного центра для мужчин» в рамках реализуемого совместно с Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, проекта «Под отцовским крылом», провели очередное «Воскресенье вместе с папой». На этот раз 7 семей смотрели в ТРЦ «Европа» мультфильм в формате 3D «Мартышки в космосе».

«Участники наших мероприятий — отцы, которые в силу обстоятельств либо редко видятся со своими детьми, либо не имеют возможности организовать для них подобное развлечение», — комментирует специалист Центра,

психолог Наталья Боровкова. — «Проект «Под отцовским крылом» продлится до конца этого года, и мы приглашаем мужчин успеть принять в нем участие. Кроме хороших впечатлений вы, при необходимости, можете получить и консультацию детского психолога о том, как общаться с ребенком, как лучше его понимать и даже в какие игры можно поиграть с малышом».

Расписание мероприятий «Воскресенье вместе с папой» вы можете узнать по телефону 55-12-88».

Повышение интереса к теме ответственного отцовства

Для привлечения дополнительного интереса к теме ответственного отцовства был использован такой популярный и уже хорошо зарекомендовавший себя PR-ход как конкурс детского творчества. Совместно с бесплатной городской газетой «Читай! Город» мы предложили детям рассказать о том, какой замечательный у них папа, не ограничивая их в способах творческого самовыражения. Конкурс так и называли «Мой папа — суперпапа!», в качестве приза была обещана путевка на четырехдневный выездной семинар-интенсив для пап с детьми в одном из пансионатов Горного Алтая. Конкурс получил очень хороший отклик, в нем поучаствовало 55 ребят, которые писали стихи, сочиняли рассказы, рисовали картинки и составляли коллажи из фотографий. И, что немаловажно, информация о нашем проекте и Фонде поддержки детей в течение трех месяцев не сходила со страниц одной из самых популярных газет города тиражом 115 тыс. экземпляров.

Не менее интересным и результативным оказался опыт проведения конкурса для журналистов, **целью которого было** привлечь внимание широкой общественности к проблеме ответственного отцовства.

Проведение конкурса и подведение его итогов было приурочено к празднованию **Дня отца**. Темы материалов, предоставляемых на Конкурс, журналисты могли определять самостоятельно. Примерные темы, заданные в Положении, обозначались так: «Отец — это звучит гордо», сюда предлагалось относить материалы, повествующие о судьбах многодетных отцов, отцов, самостоятельно воспитыва-

вающих ребенка, примерных отцах; «Поиграй со мною, папа» — рекомендации родителям, которые не знают, как организовать и провести совместный досуг со своими детьми, советы по воспитанию и своеобразный «ликбез» в области возрастных особенностей детей; «Роль отца» — материалы о специфических психологических проблемах, с которыми сталкивается мужчина, ставший отцом, о его роли в жизни маленького человека и процессе освоения этой роли.

Все три темы нашли отражение в конкурсных работах. Вот, например, выдержка из статьи Гусаровой Светланы, внештатного корреспондента районной газеты, «На земле косихинской», «Без них никак не обойтись»: «По случаю Дня защитника Отечества учащиеся представили вниманию собравшихся концертную программу, выполненные собственноручно разнообразные поделки. Администрация школы вручила грамоты тем папам, которые активно принимали участие в подготовительных мероприятиях школы к новому учебному году. Поощрение стало своего рода толчком для других мужчин, которые не очень горели желанием быть причастными к школьной жизни вообще. Обладатели же грамот были тронуты таким вниманием и в будущем стали с еще большим рвением в силу своих возможностей помогать педагогам.

— За что можно наградить пап? — поначалу растерянно спрашивали у директора его подчиненные.

— Да за то, что гвоздь в стену вбил. Если вы хотите, чтобы родитель вашего ученика чувствовал себя нужным, свою значимость, поощряйте его за любое полезное дело, — был ответ».

Надежда Горохова из Барнаула в статье «Роды в присутствии мужа», опубликованной на сайте ИА Амител, приводит факты и экспертное мнение на заинтересовавшую ее тему: «Нужно ли отцу присутствовать во время родов, и влияет ли это в дальнейшем на особое осознание отцовства?»

Лауреат Всероссийского конкурса профессионального мастерства «Педагог-психолог России — 2009», сотрудник Центра диагностики и

консультирования» Железнодорожного района Барнаула Ольга Холодкова:

— Многие клиники разрешили присутствие отца на родах, некоторые так и считают это недопустимым. Однако выбор появился, но это не стало началом массового паломничества отцов во святая святых. Я считаю, что нельзя однозначно ответить на вопрос о необходимости присутствия отца при появлении ребенка на свет. Во-первых, это должна решать пара. Только совместное решение, обоюдное согласие придаст процессу рождения наиболее благоприятный исход, неважно, будет ли при этом одна мать, либо оба родителя. Разногласие в этом вопросе однозначно приведет к некомфортному состоянию одного из родителей, что усугубит процесс рождения», — отмечает Ольга Холодкова».

О семейных традициях и талантах, передающихся от отца к сыну, рассказывает Андрей Галошин, редактор газеты «Созвучие» в статье «Поиграй со мною, папа, поиграй со мною, сын...»: «Фортепианный дуэт «Ан-2» известен не только в родном Барнауле, но и за его пределами: неустомимы крылья его вдохновения! Руководит его творческим полетом мастер джазовой импровизации, преподаватель Алтайского музыкального колледжа, главный редактор музыкальной газеты «Созвучие», энергичный и всегда улыбающийся Андрей Галошин. Его сыну Андрею десять лет. Он продолжает музыкальные традиции семьи уже в третьем поколении: его дедушка, В. П. Галошин, много лет проработал директором ДМШ № 4. «Первым делом — блюз со свингом!» — несмотря на шутливый девиз, Андрей успешно осваивает курс классического фортепиано под руководством М. Климановой. А исполнение эстрадно-джазового репертуара, секретами которого делится с ним отец, — это моменты особого наслаждения!»

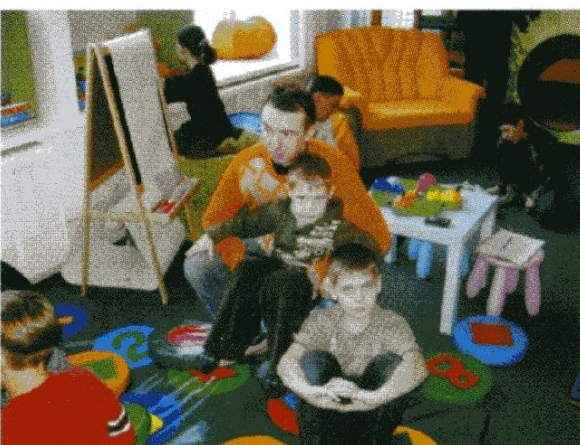
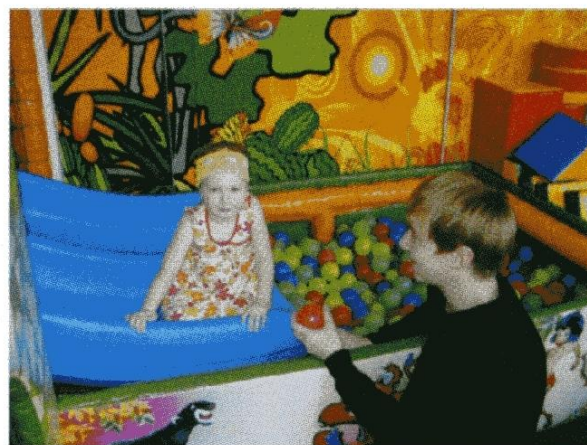
Всего в конкурсе приняли участие 11 человек, предоставивших на суд экспертов 13 работ.

Примером инструмента передачи полезной информации о воспитании ребенка может быть брошюра «Поиграй со мною, папа», которая состоит из сборника игр и ре-

комендаций для времяпровождения с детьми дошкольного возраста. Она оказалась настолько популярна среди клиентов Центра, что решено было издать продолжение с играми для детей более старшего возраста.

Здесь представлены те формы и каналы подачи информации, которые зарекомендовали себя как наиболее эффективные за время реализации проекта.

Игровая комната для отцов с детьми «Веселые джунгли»



Приложение 8

Конкурс детских работ и сочинений «Мой папа - СУПЕР папа!»



«Клуб отцов»

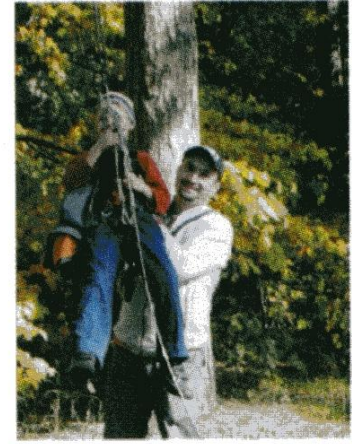
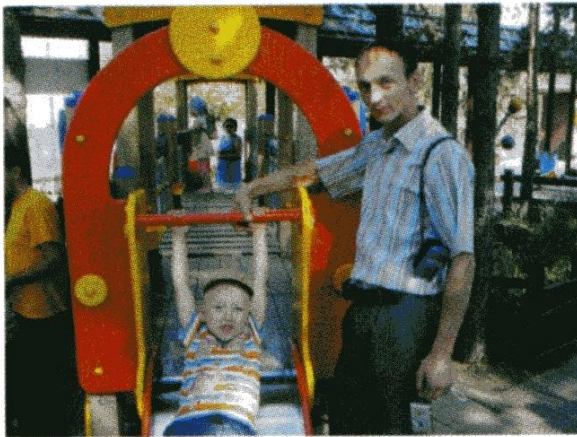


Финал конкурса журналистов «Под отцовским крылом»



Совместные досуговые мероприятия для отцов с детьми «Воскресенье вместе с папой»



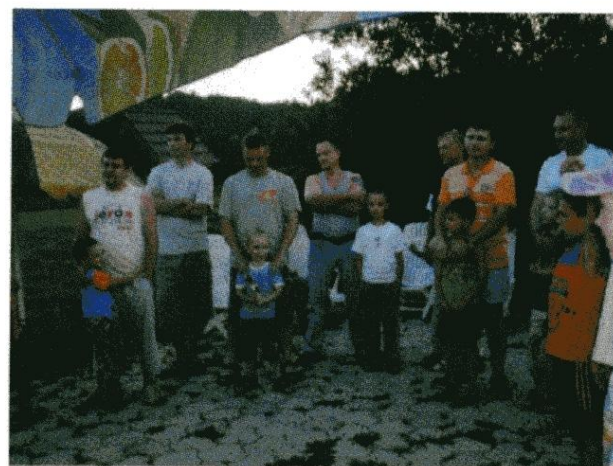
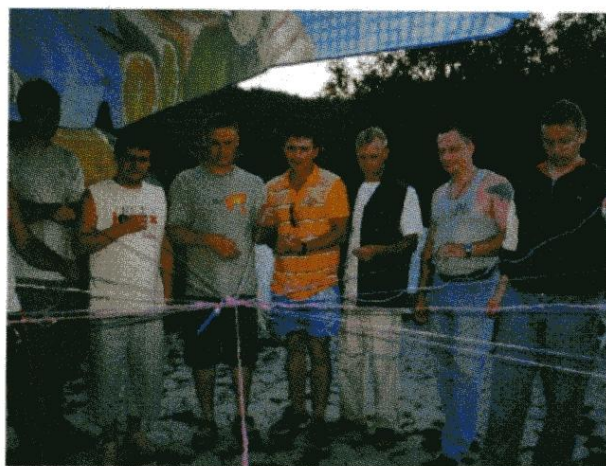


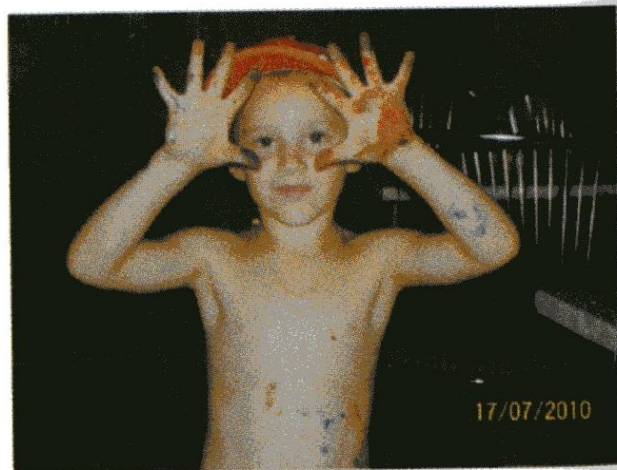
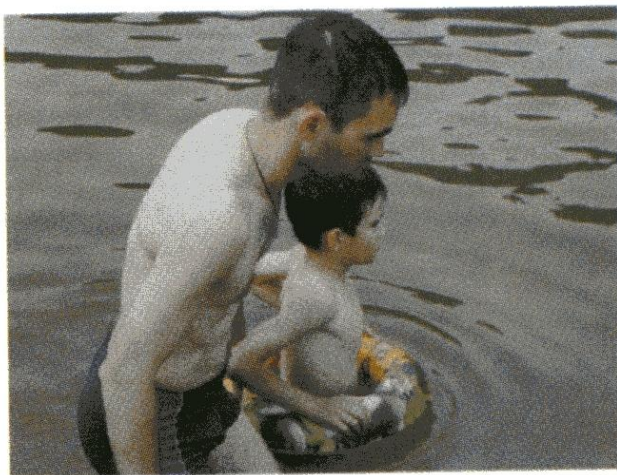
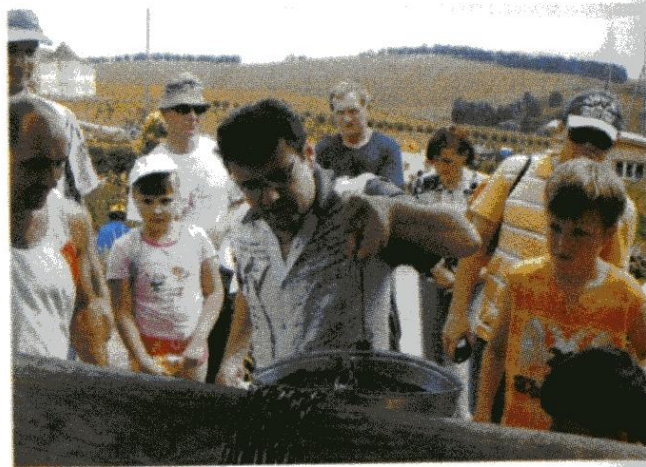
Участие в Краевом конкурсе «Парад колясок»



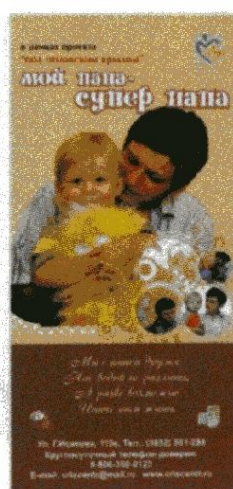
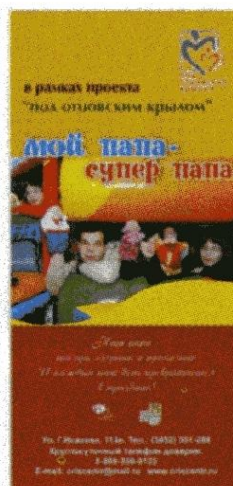
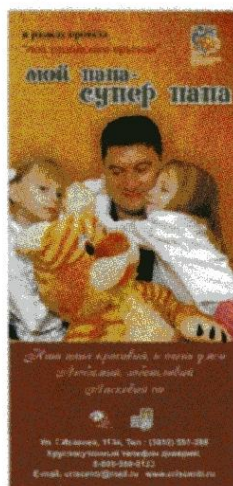


Выездной семинар - интенсив «Вовлекая отцов»



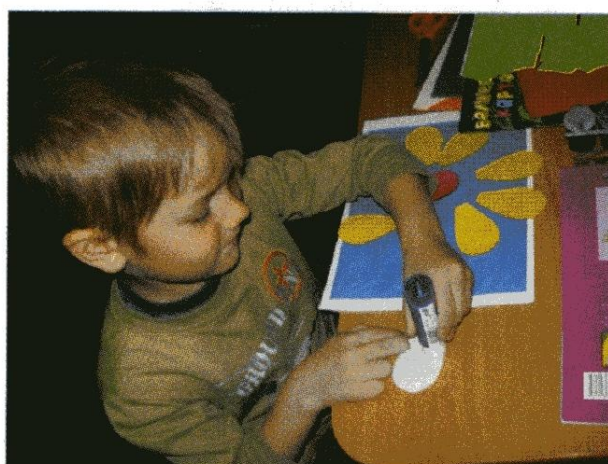


Наружная социальная реклама по проекту «Под отцовским крылом»



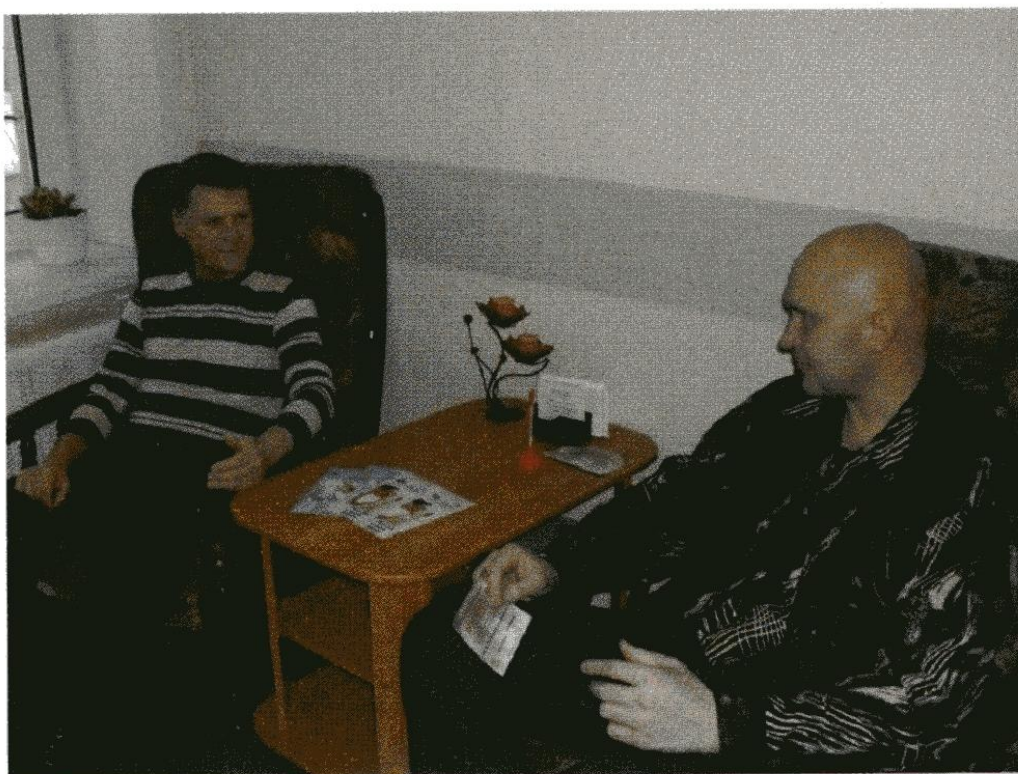


Реализация программы «Тропой красоты»



Приложение 16

Индивидуальное консультирование в ситуации развода и супервизия консультантов



Информационные материалы, изданные в рамках проекта



С днем отца!

