

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

УДК [316.6:173.1]-053.5

**ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ И АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ,  
ПЕРЕЖИВШИХ РАСПАД СЕМЬИ**

*Н. А. Юркевич  
Республика Беларусь, г. Минск,  
Белорусский государственный педагогический университет  
имени Максима Танка  
yurkevich@gmail.com*

---

В статье описывается психологическое сопровождение детей, переживших распад семьи, и практико-ориентированное обучение студентов-психологов оказанию психологической помощи детям из неполных семей.

---

В настоящее время семья в нашем обществе переживает кризис. По данным статистики, за последние годы резко возросло число детей, воспитывающихся в неполных семьях. Распад семьи происходит не только при юридическом расторжении брака, но и в случае смерти одного из супругов, при их раздельном проживании и в других ситуациях, когда образуется неполная отцовская или неполная материнская семья. Эти события являются наиболее психогенными и травмирующими в жизни ребенка, могут оказать серьезное негативное воздействие на его дальнейшее развитие. Одно из самых первых последствий распада семьи – нарушение адаптации к повседневной жизни.

После расставания родителей большинство детей проявляют различные признаки стресса. Они испытывают чувства вины, беспомощности, растерянности, страха, злости, гнева, печали, уныния. В поведении и взаимоотношениях с окружающими появляются: агрессивность, тревожность, непослушание, капризность, дерзость, ворчливость и т. п. В учебе – трудности с концентрацией внимания, усидчивостью; повышается утомляемость. Могут возникнуть нарушения сна и соматические расстройства.

Отдаленные последствия развода у детей, не справившихся с болью потери, могут коснуться глубоких изменений личности, а также представлений о любви, верности, о семье. Многие зависят от того, в каком возрасте ребенок пережил утрату, был ли заключен повторный брак, как складывались взаимоотношения в новой семье и т. д. Таким образом, распад семьи может оказать серьезное негативное воздействие на становление личности ребенка, его отношение к себе, к другим и к миру в целом.

Поэтому так важна подготовка и обучение студентов-психологов психологическому сопровождению и адаптации детей, переживших развод или смерть родителей.

Главная задача системы психологического сопровождения – помощь и поддержка в сложном процессе адаптации, в выработке нового взгляда на ситуацию, жизнь и развитию тех качеств, которые способствует успешному приспособлению к новой форме семьи.

Психологическая помощь при распаде семьи необходима всем ее членам, но, конечно же, самой пострадавшими в этой ситуации, нуждающимися в поддержке, являются дети. Эта помощь может осуществляться в форме индивидуального консультирования и групповой работы. Основными этапами работы будут: 1) проработка чувств обиды, отчаяния, злости, вины, страха и тревоги, горя и т. д.; 2) выявление неудовлетворенных потребностей, которые стоят за проявляемыми чувствами, и поиск способов их удовлетворения, с учетом изменившейся ситуации; 3) переосмысление и позитивная реинтерпретация полученного опыта; 4) поиск внутренних ресурсов и построение планов на будущее.

Самыми распространенными терапевтическими методами помощи детям в ситуации развода являются: арт-терапия, сказкотерапия, игровая терапия, песочная игротерапия. Наиболее эффективным способом оказания психологической помощи, в такой ситуации, является групповая форма работы, которая позволяет не только помочь детям в преодолении кризисного события, но и в социальной адаптации. Именно группа позволяет формировать здоровые взаимоотношения между детьми, развивает эмоциональную регуляцию поведения, самооценку, дает возможность выразить и проанализировать внутренние конфликты и переживания в безопасной и доброжелательной атмосфере.

Для оказания психологической помощи младшим школьникам из неполных семей мы с коллегами организовали работу группы поддержки по программе «Rainbows» (Санцевич Д.В., Юркевич Н.А. 2010). Программа создана в рамках рационально-эмотивного подхода, опирается на механизмы когнитивной адаптации к кризисному событию. Её структура предусматривает работу с типичными проблемами, возникающими в результате переживания ребенком развода, позволяет участникам понять и принять новый состав своей семьи, нацеливает на здоровое и разумное решение проблем, вызванных переменами в жизни, способствует развитию чувства собственного достоинства.

Когнитивное фокусирование программы позволяет установить контакт с болезненными переживаниями детей, осознать и рассмотреть связи между системой отношений и поведением ребенка и развить понимание происходящего. Сходство жизненного опыта и переживаний детей становится основой для поддержания эмоционального климата в группе.

При рассмотрении особенностей приспособления детей к ситуации, в процессе групповой работы, мы опирались на теорию каузальной атрибуции Г.Келли и Ф.Хайдера, идеи В.Франкла об адаптации к травмирующим событиям и теорию Э.Кюблер-Росс о стадиях переживания жизненного кризиса. Поскольку кризисные и травмирующие жизненные события влекут за собой снижение самооценки, то в основу целого ряда заданий программы были положены механизмы социального сравнения (Фестингер Л.). Известно, что мотивацию к изменению себя создает та часть образа-Я, которая опирается на социальное сравнение себя с теми, кто оказался в более тяжёлой ситуации, но справляется с трудностями также или ещё лучше.

Анализ результатов обследований позволил выделить ряд психологических особенностей детей из разведенных семей: ощущение неадекватности и низкую самооценку, семейное неблагополучие, проблемы детско-родительских отношений, выраженную потребность в родительской любви и заботе, отклонения в половой идентификации, инфантилизм, самоизоляцию, тревожность, страхи и апатию.

Изучение эффективности психологической помощи проводилось с помощью срезов в начале и в конце работы группы по следующим параметрам: самооценка, социальная адаптация, детско-родительские отношения (наблюдение, методика исследования самооценки Дембо-Рубинштейн, анкета «Выявление изменений в эмоциональной и поведенческой сферах ребёнка в период работы в группе», проектив-

ные методики «Статический рисунок семьи», «Кинетический рисунок семьи»). Для отслеживания динамики эмоционального состояния участников в начале и по окончании каждого занятия проводилась проективная методика «Футбольное поле».

В результате проведённой работы по программе «Rainbows» у детей были отмечены следующие изменения: снижение тревожности, страхов и агрессивности, улучшение самопринятия, что подтвердилось анализом анкет, проведенных в начале и в конце занятий группы, а также субъективной оценкой участниками своего эмоционального состояния. Об эффективности работы свидетельствуют улучшение взаимоотношений детей со сверстниками.

Ведущим фактором психологической помощи, по нашим наблюдениям, была эмпатическая коммуникация между психологом и участником, психологом и группой, где основная сила принадлежала эмпатической реакции психолога во время переработки материала ребенком. Неадаптивные установки, вызванные распадом семьи, имели, в большинстве случаев, переходящий характер и поддавались коррекции.

Полученные результаты мы учли при создании обучающих программ для студентов-психологов. В профессиональной подготовке будущих психологов особое значение имеют практико – ориентированные курсы, направленные на формирование у студентов знаний, умений и навыков для работы с определенной категорией клиентов. Наш курс «Психологическая помощь детям из неполных семей» призван решить эту задачу, дав студентам ощущения компетентности и готовности профессионально работать, оказывать психологическую помощь детям, переживающим развод родителей или смерть близкого человека.

Изучение дисциплины опирается на знания, полученные студентами при освоении таких дисциплин как: основы психологической помощи, психология семьи, психология развития, консультирование, психологическая помощь семье в ситуации кризиса.

Целью курса «Психологическая помощь детям из неполных семей» является систематическое изучение проблем психологии утраты (переживания ребенком развода или смерти родителя) и овладение основными приемами оказания психологической помощи детям из неполных семей.

В результате освоения учебной дисциплины студенты должны знать: теоретические основы психологии травматического стресса, переживания утраты; психологические особенности детей из неполных семей; возрастные и половые особенности реагирования детей и подростков на утрату и распад семьи; основные способы и технологии оказания психологической помощи детям из неполных семей; специфику групповой и индивидуальной работы с детьми из неполных семей.

По окончании изучения курса студенты должны уметь: проводить диагностику, направленную на выявление детей из неполных семей, нуждающихся в психологической помощи; использовать проективные методы и методики в индивидуальном психологическом консультировании детей из неполных семей; составлять план психологической помощи и рекомендации семьям в ситуации развода или утраты; работать в качестве ведущего группы поддержки для детей из неполных семей.

Данный курс предусматривает применение следующих технологий обучения: проблемное изложение, частично – поисковый и исследовательский методы; проектирование, групповые дискуссии; моделирование взаимодействия.

В начале занятий каждый студент получает задание – разработать проект, в котором он оразит все возможные способы и формы оказания психологической поддержки данной категории клиентов, попробует себя в основных видах деятельности психолога. В рамках психологического просвещения студенты разрабатывают информационные буклеты – брошюры с рекомендациями для детей, переживающих развод родителей; для детей, столкнувшихся со смертью близкого человека; для учителей, работающих с такими детьми; для разводящихся родителей и вдовцов. Кроме того, готовятся материалы для классных часов, педсоветов, родительских собраний. В этих разработках особое внимание уделяется тому, как сообщить ребенку о том, что произошло в семье, как сформировать правильное отношение к событию, помочь найти ресурсы, источники поддержки, познакомить с динамикой переживания ребенком утраты, как окружающие ребенка люди могут его поддержать, помочь. Составляется список слов соболезнования, сочувствия, которые можно сказать человеку, переживающему утрату. Обсуждаются типичные ошибки, которые совершают люди по отношению к горящему ребенку, и то, как этого избежать. Все эти материалы могут быть представлены в форме мультимедийной презентации, которые обсуждаются и анализируются на практических занятиях.

В рамках психодиагностики, студенты анализируют диагностические методики и выбирают те, которые смогут эффективно использовать в работе с ребенком и его семьей в ситуации развода или смерти близкого. Особое внимание уделяется проективным методикам, позволяющим выявить детей, которые особенно нуждаются в помощи психолога. Такие методики могут служить материалом для дальнейшей консультации и психокоррекции.

В рамках психологического консультирования, студенты знакомятся с основными подходами в консультировании клиентов, переживающих развод, утрату. Изучают возрастную и половую специфику переживания детьми развода и смерти родителей. Знакомятся с психологическими особенностями детей из неполных семей.

Важной частью студенческого проекта является коррекционный блок, в котором студенты разрабатывают индивидуальные и групповые коррекционные программы оказания психологической помощи детям, переживающим развод или смерть родителей. Большое внимание уделяется использованию релаксационных упражнений, арт – терапии, сказкотерапии, игротерапии. Каждый студент делает подборку терапевтических историй и сказок, направленных на принятие развода или смерти. На практических занятиях студенты сочиняют авторскую сказку для ребенка, переживающего утрату, проводят игры и упражнения из своих коррекционных программ.

Как известно, современные дети лучше воспринимают информацию в визуальной форме, поэтому студенты составляют список мультфильмов и фильмов, которые отражают кризисное событие и могут быть использованы в коррекционной работе.

Важнейшей частью обучения является обращение к личному опыту студентов, связанному с переживанием утраты. Для этого студенты пишут эссе, в котором описывают свои чувства и мысли, связанные с разводом родителей или смертью близкого человека. Если такого опыта нет, анализируется специальный видеофильм. Опора на собственный опыт помогает лучше понять переживания, ценности, мотивы поведения другого человека, является базой для синтеза теоретических знаний и практического опыта, для развития эмпатии. Возможность идентифицировать себя с детьми, пережившими травматический опыт потери, помогает студенту понять проблему «изнутри».

В реализации этого проекта перед студентом стоит задача проявить себя во всех основных видах деятельности психолога. Защищенный проект станет частью профессионального портфолио, резюме студента, повысит профессиональную самооценку, поможет в дальнейшем трудоустройстве и профессиональной самореализации.

На наш взгляд, такая форма практико-ориентированного обучения успешно зарекомендовала себя и может стать существенным вкладом в профессиональную подготовку будущих психологов.



#### Список литературы

1. Келли Г. Процесс каузальной атрибуции // Современная зарубежная социальная психология. Тексты. Под ред. Г.М.Андреевой, Н.Н.Богомоловой, Л.А.Петровской. М.: Изд-во МГУ, 1984.с.127-137
2. Кюблер-Росс, Э. О смерти и умирании / Элизабет Кюблер-Росс; [Пер. с англ. К. Семенов., В. Трилис]. – М.; Киев : София, 2001. – 316с.
3. Санцевич Д.В., Юркевич Н.А. Опыт работы группы поддержки для детей из неполных семей // Психиатрия, психотерапия и клиническая психология.– Минск, 2010. – № 1, с. 91 – 102.
4. Фестингер Л. Теория когнитивного диссонанса. – СПб., 2000.- 317с.
5. Франкл В. Человек в поисках смысла. – М.: Прогресс, 1990.- 368с.