

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
Муниципального образования город Краснодар
«Центр развития ребенка – детский сад № 233»

Методическая разработка
**«Оказание психологической помощи детям,
переживающим кризисное состояние утраты».**



Автор разработки
педагог-психолог
МАДОУ МО г. Краснодар
«Центр – детский сад № 233»
Ейбоженко В.Ю.

г. Краснодар, 2021

Оглавление

Введение.....	2 - 3
Глава 1 Теоретические основы процесса горевания у детей	
1.1 Этапы, стадии процесса горевания у детей.....	4 - 5
1.2 Возрастные особенности детей, перенесших утрату близкого человека..	6-8
Глава 2 Практическая работа педагога-психолога по оказанию помощи детям, находящимся в состоянии горевания	
2.1 Направления работы педагога-психолога.....	9-10
2.1.1 Работа с родителями детей, перенесших утрату близкого человека..	10-12
2.1.2 Работа педагога-психолога с участниками образовательного процесса, осуществляющими воспитательную функцию.....	12-13
2.2 Технологии работы с ребенком, находящимся в состоянии горевания	
2.2.1 Элементы психоанализа в работе с ребенком.....	13-14
2.2.2 Использование элементов арттехнологий при работе с детьми, находящимися в состоянии горя.....	14-16
2.2.3 Сказки как метод коррекционной помощи детям.....	16-21
Глава 3 Конспект группового занятия с детьми по сказке «Душа».....	22-28
Глава 4 Случай из практической работы с ребенком, пережившим смерть отца.....	28-29
Заключение.....	30
Литература.....	31

Введение

Актуальность. В настоящее время психологи образовательных организаций сталкиваются с последствиями переживания детьми различных травмирующих ситуаций. Острое горе - это определённый синдром с психологической и или соматической симптоматикой. Этот синдром может возникать сразу же после кризиса, может быть отсроченным, может явным образом не проявляться или, наоборот, проявляться в чрезмерно подчёркнутом виде. Вместо типичного синдрома могут наблюдаться искажённые картины, каждая из которых представляет какой-нибудь особый аспект синдрома горя. В этой связи необходимым становится оказание квалифицированной и своевременной помощи детям, переживающим утрату близкого человека, а также их родителям, работа с педагогами.

Объект исследования: дети, перенесшие внезапную утрату близкого человека.

Предмет исследования: особенности психологической помощи детям, находящихся в состоянии горевания.

Цель. Психологическая помощь ребенку в

- уменьшении негативного эмоционального фона посредством осознания своих чувств, переживаний и выражения их;
- ослаблении состояния фрустрации;
- моделировании будущего.

Задачи:

- дать общую характеристику переживания детьми горя;
- выявить фазы детского горя;
- изучить методы и их эффективность при оказании психологической помощи детям, перенесшим смерть близкого человека.

Методологической и теоретической основой работы стали: положения об общественно-исторической природе личности, ее социокультурной детерминации (Л.С.Выготский, С.Л.Рубинштейн, А.Н.Леонтьев); принцип системности в изучении личности (Б.Г.Ананьев, Б.Ф.Ломов, А.Н.Леонтьев); представления о стресс-толерантности (А.Г.Асмолов, Ц.П. Короленко, Е.П. Белинская); психологические концепции кризиса (Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И.), подходы к оказанию психологической помощи человеку в кризисной ситуации (Черепанова Е.М.; Моховиков А.Н.; Колодзин Б. и др.), положения о развитии личности ребенка в работах Д.Винникота, М.Маллер, З.Фрейда, Ф.Дольто и др.

Методики исследования:

1. Наблюдение за ребенком в группе, на прогулках;
2. Проективная методика «Несуществующее животное»;
3. Опросник А.И. Захарова «Мои страхи»;
4. Тест А.И. Захарова для родителей «Оценка уровня тревожности ребенка».

Глава 1. Теоретические основы

1.1 Этапы, стадии процесса горевания у детей

Существует много непреодолимых внешних препятствий для полноценной жизни человека: случай, болезнь, страх, вторжение социальных, политических и экономических сил. К травмам, которые могут вызвать состояние острого горя, относятся:

- смерть одного из родителей или обоих (особо остро переживаются внезапная или насильственная смерти, суициды), членов семьи;
- аварии или катастрофы;
- развод;
- утрата отношений (в т.ч. дружеских привязанностей), ссора с близким другом;
- гибель домашнего животного и др..

Острое горе - это определённый синдром с психологической и или соматической симптоматикой. Этот синдром может возникать сразу же после кризиса, может быть отсроченным, может явным образом не проявляться или, наоборот, проявляться в чрезмерно подчёркнутом виде. Вместо типичного синдрома могут наблюдаться искажённые картины, каждая из которых представляет какой-нибудь особый аспект синдрома горя.

Потеря близкого человека (родителя, другого близкого родственника) – травма для человека в любом возрасте. Но для ребенка это особая травма, наполненная большей тревогой, чем у взрослых. Ребенку предстоит оторваться от ушедшего и найти нового взрослого, к которому можно привязаться для своего полноценного развития. Смерть близкого или родного человека - всегда боль. И так бывает, что маленькие дети соприкасаются со смертью мамы или папы. Переживания, связанные со смертью, в разном детском возрастном периоде тоже разные.

Этапы горевания:

- отрицание и изоляция;
- гнев;
- попытки договориться;
- депрессия;
- принятие.

Реакция на горе:

- **отсроченная**– ребенок реагирует не непосредственно после известия. Он может какое-то время вести себя как обычно или отстраненно, а позже проявить бурную реакцию;
- **скрытая**, когда ребенок не демонстрирует сильный эмоциональных реакций, но внутри испытывает весь спектр чувств, связанных с потерей;
- **неожиданная**, бурной реакцией в обычной ситуации;
- **неравномерная** - когда эмоциональная реакция то возникает, то спадает, то возникает вновь. Переживания горя происходит не по прямой от сильного горя к переживаниям меньшей интенсивности, а витками от сильного горя к улучшению состояния и обратно к сильному переживанию горя.

Проявление и симптомы процесса горевания у ребенка:

- нарушение сна;
- нарушение питания;
- навязчивые мысли;
- повышенная тревожность;
- сильная реакция на любой стимул или ситуацию, символизирующую травму;
- психофизиологические нарушения;
- регрессивное поведение;
- социальная изоляция.

Чувства, которые испытывает ребенок в состоянии горевания:

- смятение;
- покинутость;
- отрешенность;
- потеря собственного «Я»;
- вина и страх;
- ощущение утраты контроля и предательства;
- желание позаботиться о родителях;
- скрытая печаль;
- гнев.

1.2. Возрастные особенности детей, перенесших утрату близкого человека

Для оказания психологической помощи детям в ситуации горя и утраты необходимо учитывать возрастные особенности, специфику личностного развития, способность ребенка понимать и принимать сам факт смерти.

В течение первых двух лет жизни ребенок, находясь на «превербальной стадии познавательного развития», еще не может формулировать понятия, и смерть как идея не может возникнуть у младенца. Многие авторы указывают на то, что ребенок от 1,5-2 до 5 лет воспринимает смерть как отрыв от матери. Классик детского психоанализа О. Ранк идет дальше и предполагает, что самое первое ощущение тревоги, связанной со смертью (страх смерти), возникает у ребенка уже в период рождения, когда он физически отделяется от матери. Однако эту идею не следует воспринимать буквально, скорее речь идет о бессознательном переживании, в основе которого лежит инстинкт самосохранения.

На первом году жизни ребенок постепенно начинает выстраивать индивидуальные границы, отделяя себя от окружающего пространства и людей. К 6 месяцам он осознает разницу между людьми, которые о нем заботятся, и понимает от кого в большей степени зависит удовлетворение его физических и эмоциональных потребностей. Поэтому утрата в этом возрасте переживается в большей степени как эмоциональная депривация в связи с утратой объекта, осуществляющего непосредственную заботу о ребенке. Отсутствие родителя или другого эмоционально значимого лица, заменяющего родителя, приводит к тому, что у ребенка нарушается ощущение защищенности (чувство безопасности).

Эмоциональная депривация в первую очередь проявляется в соматических и поведенческих реакциях, таких как изменение режима сна — бодрствования, прерывистый сон, изменение пищевого поведения вплоть до отказа от пищи (даже при условии искусственного вскармливания), расстройства желудочно-кишечного тракта и дыхательной системы, снижение иммунитета, возникновение аллергических реакций. В поведении наблюдается регресс двигательных и речевых функций, повышение плаксивости, возбудимости, могут возникать такие явления, как сосание пальца и прочее.

Снятию тревожности в связи с эмоциональной депривацией способствует определение в ближайшем окружении ребенка человека, который возьмет на себя функции «материнского объекта» (того, кто будет осуществлять основной уход и заботу). При этом необходимо, чтобы выбранная фигура была постоянной. Ребенок не должен передаваться от одних родственников к другим. Важно создание постоянства окружающего пространства и лиц, осуществляющих уход.

Переживание утраты в возрасте от 2 до 3 лет во многом зависит от уровня автономности ребенка, его сепарации от симбиотических отношений с материнским объектом. Внешние проявления переживания утраты во многом схожи с предшествующим возрастным периодом и характеризуются изменением эмоционального состояния и определенными поведенческими реакциями. В силу особенностей речевого развития детей данного возраста переживания утраты ими практически не проговариваются. Специфической для данного возраста поведенческой реакцией является попытка вернуть умершего путем прикосновения к его вещам: дети обнимают вещи, утыкаются в них носом, засыпают с ними, прячутся в шкафу с вещами умершего и т. п. Могут быть характерны навязчивые манипуляции с предметами, незавершенная игра. В этом возрасте уже происходит формирование «психического двойника» значимого взрослого. При утрате эмоционально близкого объекта ребенок продолжает строить историю взаимоотношений с умершим и не разделяет внутреннюю реальность с внешней.

Еще одной из реакций, впервые возникающих в данном возрасте, является реакция замирания: ребенок вдруг прекращает активную деятельность, лицо становится маскообразным, отмечаются отсутствующий взгляд или взгляд в одну точку. В норме продолжительность такого состояния может варьировать от нескольких минут до 1-2 часов в течение дня. Более длительное замирание может служить основанием для обращения к специалисту, поскольку длительное замирание может свидетельствовать о патологической реакции утраты и «застревании» на разрешении первой задачи горя (принятии факта потери).

В этом возрасте также важно сохранение постоянства условий проживания и режима дня. В ситуации наблюдения навязчивых действий в игре («кружение», неспособность завершить игру) необходимо предложить развитие игровой ситуации с последующим ее завершением. Для облегчения

принятия факта утраты можно предложить ребенку совместно разобрать вещи умершего. Следует увеличить количество времени, проводимого с ребенком.

Особенность дошкольного возраста (3-7 лет) заключается в преобладании у детей магического мышления и эгоцентризма. Многие события и явления жизни рассматриваются ребенком как созданные по его воле или, наоборот, по его вине. В дошкольном возрасте у ребенка еще не сформировано такое временное понятие, как «навсегда». Дети не признают необратимость смерти и говорят о ней как об отъезде, сне, временном явлении. Такие особенности дошкольного возраста накладывают отпечаток на специфику переживания ребенком утраты близкого. Переживания отличаются в зависимости от того, была ли смерть результатом длительного заболевания или внезапной. Если ребенок живет и/или постоянно навещает болеющего родственника, и при этом ведутся разговоры взрослых с ребенком о тяжести заболевания и возможной смерти, то подготовка к утрате начинается до момента смерти и ребенок легче справляется с горем, принимая факт утраты. Запуск механизмов эмоционального отреагирования горя в этом возрасте может быть спонтанным, например, фотография умершего родственника в течение нескольких месяцев находилась в поле зрения ребенка, но эмоциональная реакция на нее возникла вдруг, без видимых на то причин. В таком случае необходимо предоставить ребенку возможность эмоционального отреагирования, ни в коем случае не стоит его успокаивать, отвлекать ребенка от переживания. В такой момент важно физическое присутствие и тактильный контакт с ребенком. Одна из форм остаточного отреагирования на смерть близкого — это появление фигуры несуществующего друга, ангела-хранителя, которая олицетворяет умершего.

Открытость и готовность взрослого к обсуждению с ребенком таких экзистенциальных вопросов, как жизнь, смерть, смысл, помогают в целом формированию доверительных отношений, снимают запрет и табуированность темы смерти, что в ситуации горя и утраты позволяет ребенку не пугаться собственных переживаний. Возможность диалога взрослый - ребенок в ситуации горя способствует сплочению семьи, ощущению сопричастности ребенка переживаниям, формирует безопасное пространство и доверительную атмосферу взаимопонимания и взаимоподдержки.

Глава 2. Практическая работа педагога-психолога по оказанию помощи детям, находящимся в состоянии горевания.

2.1 Направления работы педагога-психолога

Дети, сталкиваясь с реакцией утраты, регрессируют до предыдущей стадии своего развития, т.е. стойкие навыки, полностью сформировавшиеся, сохраняются, а формирующиеся распадаются. Ребенок становится как будто младше, чем был до травмы. Например, годовалый ребенок, перестает ходить и начинает ползать, дошкольники могут сосать пальцы, мочиться в постель, в штаны и т.д. **Задача взрослых** – способствовать тому, чтобы травма потери не усугубилась травмой развития, т.е. ребенок вышел из кризиса в возраст, соответствующий реальному.

Работа педагога-психолога строилась в нескольких направлениях:

- работа с ребенком, переживающим кризисное состояние;
- работа с окружением ребенка (родители, лица их заменяющие, другие родственники);
- работа с педагогами, осуществляющими воспитательную функцию в отношении ребенка, перенесшего потерю близкого человека.

Работа с окружением ребенка основана на индивидуальном консультировании взрослых, взявших на себя ответственность и заботу о ребенке (выполняющих функцию родителя), а также педагогов образовательной организации, которую посещает данный ребенок.

Индивидуальное консультирование может осуществляться в двух направлениях:

- консультирование родителей/ лиц, их заменяющих в момент травматической ситуации для ребенка (беседа по обозначению ребенку ситуации утраты),
- консультирование родителей/лиц их заменяющих, педагогов по сопровождению ребенка, переживающего кризисное состояние.

Работа педагога-психолога с ребенком может осуществляться через некоторое время после утраты. Содержание, вариативность методов, форм и технологий коррекционной помощи ребенку зависит от его возраста, особенностей переживания кризисного состояния, стадии переживания горя. Взрослые и дети переживают примерно одинаково с той лишь поправкой, что ребенок лишен взрослого опыта, на который мог бы опереться, и поэтому он нуждается в поддержке. С другой стороны, именно эти переживания и формирует его собственный опыт, на котором зреет личность ребенка, и если родители поведут себя правильно, происшедшее в семье несчастье закалит и укрепит его.

Взрослые могут допускать в данной ситуации различные ошибки. Обычно родители (другие взрослые) рискуют впасть в две крайности. Первая крайность — опасаясь за ранимую детскую психику, всячески обходить стороной тему смерти, а если в семье кто-нибудь умирает, стараться скрыть от ребенка этот факт. «Большая ошибка» - надеяться на то, что ребенок не заметит исчезновения из своей жизни близкого человека, особенно

родителей. Как бы они не старались делать вид, что ничего не произошло, им это не удастся.

Исследования показывают, что даже шестимесячный младенец глубоко переживает утрату матери. В его поведении проявляются такие же признаки подавленности, тревожности, регресса в развитии, как у детей в «сознательном возрасте».

Дети выражают свои эмоции не так, как взрослые. Если взрослый может выплакать свое горе и таким образом дать ему выход, то детям свойственная скрытая форма переживания. По ним как будто ничего не видно, и это создает иллюзию, что их ничто не беспокоит. Однако это не так — они просто не могут сразу отреагировать на постигшее их горе их реакции часто очень сильно отстоят во времени от самого события. Это и есть тот подводный камень, на который рискуют напороться взрослые, надеющиеся обойти молчанием тяжелую тему. Эмоции, связанные со случившимся, копятся. В детской душе, тот факт, что событие никак не комментируется взрослыми, только способствует нагнетанию мрачных образов в воображении ребенка. Разговаривая о случившемся, называя вещи своими именами, взрослые кладут предел детской фантазии и снимают с события ореол таинственности, помогая ребенку осваивать реальность.

Другая крайность в тактике взрослых встречается намного реже первой. Она состоит в том, что ребенку с самого рождения стремятся показать жизнь без прикрас, не делая никакой скидки ни на возраст, ни на эмоциональное состояние малыша. Эти взрослые не скрывают от ребенка сцен смерти и без колебаний берут его на похороны, руководствуясь принципом: чем раньше он узнает правду о жизни и смерти, тем для него лучше.

Необходимо набраться сил и произнести слова «умер», «похороны», «смерть». Особенно маленькие дети, услышав, что «папа навсегда уснул», могут впоследствии отказываться спать. Говорите правду. Если умерший болел, и ребенок об этом знал, то поговорите об этом. Если произошел несчастный случай, то расскажите о несчастье, начиная с того момента, как он с ним расстался. Реагируйте на его слова и чувства, следите за его реакцией. Насколько возможно будьте чуткими в этот момент.

2.1.1 Работа с родителями детей, перенесших утрату близкого.

В ходе проведенной работы с родителями были сформулированы следующие положения:

- Рассказывать о беде должен самый близкий из живущих с ребенком людей
- Во время всего разговора взрослый должен быть способен держать себя в руках. Это не значит, что нельзя тихо плакать, но нельзя полностью погружаться в свои переживания. Если нет уверенности в своей способности удержаться от бурных проявлений своих чувств, лучше передоверить этот разговор другому человеку

- Во время разговора особенно важно, чтобы никто не мешал, и было достаточно времени, чтобы ответить на все вопросы и побыть с ребенком после разговора столько, сколько это необходимо.
- Во время первого разговора ребенок должен быть сыт, не хотеть спать и не испытывать другого психического дискомфорта.
- Поддерживать с ребенком физический контакт: взять на руки, взять за руку, прикоснуться к руке или к плечу.
- Само известие не требует долгих предисловий и должно быть сообщено просто, коротко, простыми предложениями, не допускающими двойного толкования.
- После главного следует сделать паузу, чтобы ребенок мог осмыслить сказанное и отреагировать. Реакция ребенка может быть неожиданной и непонятной, даже неуместной или возмутительной. Но какой бы она ни была, нужно принять ее спокойно, как само собой разумеющееся. Нельзя давать волю своему возмущению или удивлению.
- Ответьте на вопросы, которые задаст вам ребенок, искренне и серьезно. Попросите его прокомментировать или расширить те замечания, которые показались самыми и неожиданными или непонятными.
- Если ребенка ожидают скорые перемены в жизни в связи со смертью близкого (переезд, переход в другой садик, школу и т.п.), сообщите заранее об этих переменах и дайте время на размышления и разговор.
- Если после такого разговора ребенок предложит какое-нибудь совместное занятие, непременно нужно соглашаться.
- Если ребенок уйдет с намерением уединиться, нужно дать ему такую возможность, но через 20-30 минут посмотреть, что он делает.
- Если ребенок чем-то занялся – попробуйте присоединиться и играть по его правилам, ничего не предлагая своего.
- Будет очень полезно, если взрослый сможет назвать словами те эмоции, которые видит в ребенке.
- Если Вы найдете ребенка неподвижно сидящим или забившемся куда-нибудь, то сядьте и посидите рядышком молча.
- После, если ребенок позволит, обнимите его и посидите так, затем можно предложить занятие или игру из любимых.
- Если после разговора ребенок начал «беситься» - это частая реакция, дайте ему время. Можно даже присоединиться. Когда он выдохнется, сядьте рядом, обнимите и поговорите с ним.
- Вечером того же дня предложите ребенку на ужин любимое блюдо. Не устраивайте пир, просто еда должна быть для него любимой и вкусной. Укладывая спать, посидите с ним подольше. Убедитесь, что рядом есть все любимые игрушки. Оставьте свет, если он захочет.

В работе с родителями детей были использованы следующие техники:

1. «Техники» нереклексивного слушания — группа вербальных и невербальных средств, реализующих две задачи: внешнее выражение внимания к тому, о чем говорит человек, и поощрение его высказываний.

2. «Техники» рефлексивного слушания — группа словесных приемов (выяснение, перефразирование, отражение чувств, резюмирование), направленных, во-первых, на углубление и проверку понимания клиента психологом, во-вторых, на возникновение у клиента чувства, что психолог его понимает, в-третьих, на углубление понимания клиентом самого себя.

Хотелось бы отметить, что в работе с мамой ребенка, перенесшего смерть отца была использована малоизвестная технология, а именно — метод исцеления горя, предложенный Джоном Джеймсом (J.W. James) и Расселом Фридманом (R. Friedman). Этот метод основан на том, что горе состоит из противоречивых эмоций, которые естественным образом возникают в ответ на любые потери или изменения привычных моделей поведения. Джеймс и Фридман утверждали, что непроработанное горе почти всегда включает в себя чувства, которые не были выражены. С помощью этого метода скорбящие люди учатся выражать свои чувства и завершать эмоциональные отношения с объектом горевания. Преимуществом этого метода является также и то, что он может быть использован как в индивидуальной, так и в групповой работе.

Технология работы с горем Д.Джеймс, Р.Фридман:

- Горюющий человек заполняет в таблице графу отношений (все значимые и позитивные, и негативные аспекты отношений с умершим человеком);

- Предлагается заполнить таблицу, которая включает в себя 3 столбца. В графе «извинения» необходимо перечислить то, за что хочется извиниться перед умершим человеком; в графе «прощение» — то, за что человек готов его простить;

- Заполняется графа «значимые эмоциональные высказывания» - это все невыраженные эмоциональные высказывания, которые субъективно не попадают в вышеперечисленные категории;

- Предлагается написать письмо умершему. В письме предлагается выразить свои эмоции, извиниться и простить человека, которому адресовано письмо. Затем просим прочитать это письмо вслух, что помогает человеку вербализовать свои чувства, а также быть услышанными другим человеком (психологом или группой). Авторы этого метода предполагают, что прочтение письма является важным этапом отпуская утраты, поэтому письмо призвано завершить процесс исцеления.

Использование данной технологии помогло маме ребенка выразить и заново прожить подавленные эмоции, которые она испытывала к умершему супругу. Психологические защиты препятствовали выходу переживаний, а после написания письма умершему супругу она отметила, что сама стала себя чувствовать живой, улучшился сон и аппетит.

2.1.2 Работа педагога-психолога с участниками образовательного процесса, осуществляющими воспитательную функцию

Специалисты (педагоги, воспитатели, специалисты системы профилактики и т.д.) часто оказываются беспомощными, когда встают перед необходимостью помочь ребенку пережить горе. Однако они могут играть решающую роль в помощи этим детям. В ходе консультаций проведенных педагогом-психологом с педагогами, осуществляющими воспитательную функцию в отношении ребенка, находящегося в состоянии горевания была составлена памятка:

- Наблюдайте за изменениями в поведении ребенка, потерявшего какого — то из близких. В первые недели обычно наблюдаются тенденции к уходу, агрессивность, гневливость, нервозность, замкнутость, невнимательность. Относитесь к этому с терпением, никогда не показывайте своего удивления.

- Если ребенок хочет поговорить — нужно выслушать его. Это не всегда легко сделать, и все же попытайтесь. Объясните ребенку, что вы хотите поговорить с ним, выберите для этого удобное время. При разговоре слушайте не только ушами, но и глазами, и сердцем. Обнимите ребенка, возьмите его за руку. Прикосновение имеет для ребенка огромное значение, это позволяет ребенку почувствовать, что вы заботитесь о нем и в любое время готовы помочь ему. Поддержите его желание говорить о горе и делайте это сами.

- Постарайтесь привлечь лучших друзей ребенка. Если вам удастся их собрать, объясните им, что, когда происходит утрата, беседы об этом помогут сохранить добрую память.

- Будьте готовы к вопросам и всегда будьте честны в ответах. Детей часто интересуют вопросы об утрате. Специалист никогда не должен бояться сказать: «Я не знаю». Очень важно знать культурный уровень семьи ребенка, ее религиозные установки. Ваши собственные чувства никогда не должны вступать в противоречие с чувствами родителя или смущать ребенка.

- Покажите ребенку, что плакать не стыдно. Если ваши глаза наполнились слезами, не скрывайте этого.

- Не говорите, что вы надеетесь на исчезновение у ребенка страхов, и не пытайтесь сменить тему разговора. Когда ребенок говорит, что считает себя виноватым, он действительно так думает. Дети честны, они говорят то, что думают. Их чувства сильны и реальны, и о них надо знать, им надо верить, о них надо говорить. Не стоит говорить фраз типа «Скоро тебе будет лучше». Гораздо лучше сказать : «Я знаю, что ты чувствуешь».

- Старайтесь быть в контакте с родителем или лицами, его заменяющими. Ребенок быстро почувствует связь между вами и его семьей, и это создаст у него ощущение безопасности. Обсуждайте с родителей (другим взрослым) изменения в поведении ребенка, его привычках.

- Помните, ребенок, долгое время не выходящий из кризиса, нуждается в специальной помощи.

2.2. Технологии работы с ребенком, находящимся в состоянии горевания

2.2.1 Элементы психоанализа в работе с ребенком

В процессе работы с ребенком были выбраны следующие технологии: элементы психоанализа, арттерапии и сказкотерапии.

Основные принципы психоанализа в работе с ребенком:

- внимание к внутренней психической жизни, ее бессознательным компонентам;
- интерпретации (объяснение) ведущего бессознательного конфликта;
- проработка сопротивления и психологических защит ребенка этапы;
- реконструкция травматического опыта;
- проработка травматического и/или конфликтного материала.

Для того чтобы разобраться в существующих проблемах ребенка, я обращала внимание на следующие параметры развития ребенка: 1) взаимоотношения ребенка с окружающими людьми и его отношение к самому себе; 2) способность регулировать свои внутренние импульсы и чувства и справляться с ними; 3) способность выстраивать психологические защиты против боли, тревог и неприемлемых желаний; 4) способность адаптироваться к меняющимся требованиям и условиям реальности.

Одним из методов работы является проживание ребенком своих подавленных чувств в игре. Другим центральным средством психоаналитического вмешательства является вербализация, проговаривание. Не просто разыгрывание чувства в действиях, но рассмотрение причин того или иного действия. Прежде всего описание того или иного жизненного опыта в словах позволяет сделать данный опыт для ребенка понятным и осмысленным. Кроме того, в процессе общения с ребенком педагог-психолог вербализует то, что он видит, чтобы ребенок тоже мог это увидеть и прожить.

Этапы коррекционной помощи:

- Выстраивание «зоны доверия»;
- Создание ресурсного состояния;
- Осознание потери;
- Построение образа новой жизни (изменение базовых убеждений, когнитивной картины жизни);
- Нахождение смысла потери, извлечение опыта.
- Перестройка образа будущего.

2.2.2 Использование элементов арт–технологий при работе с детьми, переживающими ситуации утраты

Цель: использования арт — технологий: помочь ребёнку начать осознавать себя и своё существование в мире.

Периодичность проведения: 1 раз в неделю.

Целесообразность используемой технологии обусловлена тем, что:

Во-первых, дети в большинстве случаев затрудняются в вербализации своих проблем и переживаний. Невербальная экспрессия для них более

естественна, и рисование особенно важно для тех, кто не может «выговориться».

Во-вторых, дети более спонтанны и менее способны к рефлексии своих чувств и поступков. Поэтому отражение в рисунке ситуации, их бытия в мире, их чувства и переживания легко доступны для восприятия, анализа и трансформации.

В-третьих, живость и богатство детской фантазии безграничны. Творческое воображение ребенка способно развивать как реальные, жизненные и практические истории на основе обсуждения рисунков, так и сказочные, фантастические сюжеты, после проговаривания которых появляются силы для существования в ситуации, которую дети не могут изменить.

Примерная схема проведения занятия:

- Вступительная беседа
- Обсуждение темы.
- Рисование.
- Обсуждение нарисованного рисунка.

Оборудование: листы плотной альбомной бумаги, цветные карандаши.

Этапы процесса рисования:

Прояснение отношения ребёнка к процессу рисования, к самой работе. Взрослый просит, чтобы ребёнок делился своими ощущениями, чувствами, по отношению к работе. В результате ребёнок начинает лучше себя осознавать, то, что он делает.

Описание рисунка с точки зрения ребёнка. Ребёнок делится впечатлениями о самом рисунке, описывает его так, как ему хочется.

Обсуждение содержания рисунка. Его части, детали, появившиеся образы людей, предметов, животных. Проговариваются чувства, вызванные изображённой ситуацией.

Описание рисунка с использованием слова «Я». Взрослый просит ребёнка описать рисунок так, как будто картинкой является он сам. Что он чувствует?

Идентификация. Выбираются важные предметы на рисунке, для того, чтобы он идентифицировал их с чем-то или кем-то.

Работа с героями рисунка. Ребёнку предлагается вести диалог между двумя героями его рисунка или противоположными сторонами образа или предмета (например, добро-зло, любовь-ненависть, горе-радость, либо печальная и счастливая сторона образа).

Обсуждение цветовой гаммы рисунка. Психолог просит обратить внимание на цвет: что он означает, о чём говорит.

Установление параллелей с ситуациями жизни и их обсуждение. На этом этапе рисунок откладывается и прорабатываются реальные ситуации или рассказы, вытекающие из рисунка или возникающие в ходе беседы.

В процессе работы осуществляется наблюдение за внешними проявлениями: особенностями оттенка голоса, положением тела, выражением лица, жестами, дыханием.

МОЛЧАНИЕ может означать контроль, обдумывание, припоминание, тревогу, страх, осознание чего-либо, сопротивление.

ПРИМЕРНЫЕ ВОПРОСЫ:

Кто это? Сколько ему лет? Где он живёт? Что делает? Как себя чувствует?
Кто этим пользуется? Кто тебе ближе всех? Что заставило его так переживать?

Как завершилась ситуация? Что происходит сейчас?

Что нужно сделать, чтобы побороть страх? Снизить тревогу?

Представь, что это делаешь ты. Как это? Что будет потом?

Примерные темы рисования:

«Установление контакта. Свободное рисование» (*Ребёнок рисует то, что хочет*), «Мой дом, моя семья», «Автопортрет в полный рост», «Несуществующее животное», «Я переживаю/ Моя боль / То, что меня волнует», «Я боюсь / Мой страх / Это меня испугало», «Сон, который меня взволновал», «Я и мои друзья / Я в классе / Мой лучший друг», «То, о чём я мечтаю / Три желания / Золотая рыбка / Ромашка желаний / Цветик – семицветик», «Я такой счастливый, я такой довольный / Счастье / Самый счастливый день / Моя радость / Что заставляет моё сердце петь», «Если бы у меня была волшебная палочка, я превратился бы.../ Это я... /Автопортрет в лучах солнца», «Моё будущее».

Рисование позволило ребенку ощутить и понять самого себя, свободно выразить свои мысли и чувства, освободиться от сильных переживаний. В процессе рисования ребенок давал выход своим чувствам и переживаниям, желаниям и мечтам, проигрывал свои отношения в различных ситуациях и безболезненно соприкасался с некоторыми пугающими, неприятными и травмирующими образами.

2.2.3 Сказки как метод коррекционной помощи детям, переживающим кризисное состояние утраты

Сказкотерапия призвана помочь ребенку сконцентрироваться на некоей проблеме, показать пути ее решения, не давая при этом жестких рекомендаций. В каждой истории проигрывается определенная ситуация, которая возникла в жизни ребенка, персонажи рассказа обладают характеристиками реально существующих людей, а у возникшего конфликта всегда есть логичное разрешение. Сказкотерапия налаживает связи между сказочными событиями и поведением в реальной жизни, переносит книжные, волшебные смыслы в реальность. Основной принцип метода — духовное, целостное развитие личности ребенка, забота о его душе.

Волшебное предназначение Джина

На далеком дивном Востоке, в одном из прекрасных городов, в красивой старинной лампе жил-был Джин.

И все люди знали, что он там ПОКОИТСЯ. А еще люди знали, что раз в сто лет, если потерять лампу, он просыпается, оживает и исполняет три заветных желания. Но никто не знал, когда эти сто лет истекают. Поэтому все люди периодически подходили к лампе с надеждой на чудо.

И вот однажды, к этой лампе подошел маленький мальчик и потерял ее. Внезапно из нее появилось необычное разноцветное облако, в котором он увидел Джина. Мальчик обрадовался и начал загадывать желание за желанием. И все его желания Джин исполнял.

Когда же Джин исполнил последнее третье желание, он выглядел очень уставшим, и облако, в котором он находился теперь казалось уже не таким разноцветным и ярким.

Мальчику понравилось загадывать желания, и он хотел исполнения еще нескольких. Но Джин поблагодарил мальчика за то, что он, как и все люди, помнил о нем и верил в него. И на прощание Джин сказал мальчику:

- Я выполнил свое предназначение, просыпаться раз в сто лет и исполнять три желания. А сейчас я возвращаюсь в свою лампу ПОКОИТЬСЯ. У людей это состояние называется "смерть", а у нас, джинов, оно называется «покой». Покой нам нужен, чтобы набраться сил и через сто лет проснуться, выйти из лампы и исполнить три желания.

И тогда мальчик поблагодарил Джина и попрощался с ним. А Джин растворился в своем разноцветном облаке и тонкой струей неспешно и спокойно вернулся в лампу.

Неведомый голос

Жил-был мужчина, который всю жизнь мечтал разбогатеть. В один прекрасный день ему повезло - он выиграл много денег и действительно стал очень богатым. С этого дня он желал только одного - никогда не умереть, чтобы не потерять своего богатства. Поэтому он решил путешествовать по миру в поисках города, где люди живут вечно. Взяв с собой жену и собрав все необходимое, он переезжал из одного города в другой, спрашивая, умирают ли там люди. Однажды судьба привела его в городок, где никто не знал, что означает слово «смерть».

- Но если в вашем городе никто не умирает, то у вас должно быть очень много жителей! - воскликнул мужчина.

- Нет, - ответили ему, - потому что время от времени кто-то неизвестный зовет нас. И кто пойдет за ним, больше не возвращается.

Мужчина удивленно покачал головой. Он удивлялся человеческой глупости. Зачем же эти люди следуют голосу, если знают, что им придется остаться там, куда он их ведет?!

Мужчина решил поселиться в этом городе, где никто не умирал. Он купил дом и обставил его. Потом он наказал своей жене ни в коем случае не следовать ни за кем, кто будет ее звать. Жена обещала, и так они прожили несколько лет в покое и достатке.

Однажды все сидели за столом и веселились, как вдруг жена мужчины вскочила и стала надевать свое меховое пальто со словами:

- Иду, иду! Я уже иду!

- Но ты же обещала мне не идти ни за кем, кто будет тебя звать! - испуганно воскликнул муж, хватая жену за руку.

Жена посмотрела на него странным взглядом:

- Неужели ты не слышишь, как он зовет меня?

Я пойду только посмотрю, чего он хочет, и сразу же вернусь.

С этими словами женщина вырвала свою руку и бросилась к двери. Муж побежал за ней, пытаясь удержать ее. Он ухватился за ее пальто, умоляя:

- Ну подожди! Ты же знаешь, что не вернешься назад, если последуешь за ним!

Но женщина не слушала его и, выскользнув из пальто, оставшегося в руках мужа, побежала дальше, продолжая повторять:

- Я уже иду, я иду!

Когда она скрылась из виду, муж обессилено опустился на ступеньку крыльца. «Уж я-то не буду так глуп, - подумал он, - я ни за что не пойду на голос!»

Прошло еще несколько лет. Мужчина жил спокойно и беззаботно. Как-то раз он пошел к парикмахеру. Тот подстригал как раз его волосы, когда мужчина вдруг начал кричать:

- Я не пойду! Слышишь, не пойду!

Все вокруг удивленно затихли, а мужчина, сжав кулаки, продолжал кричать:

- Запомни раз и навсегда, что я не пойду! Уходи отсюда! Уходи, а то я покажу тебе, где раки зимуют!

И, как если бы кто-то невидимый уже стоял в дверях, мужчина соскочил со стула, схватил лежащую на столике бритву и, громко ругаясь, бросился за тем, кто звал его, но кого никто другой не мог видеть.

Парикмахер, который хотел вернуть себе унесенную бритву, побежал за мужчиной. Они уже добежали до окраины городка, как вдруг мужчина исчез в глубоком овраге. Так он помимо своего желания последовал за тем, кто его звал.

Парикмахер, вернувшись в город, рассказал людям о случившемся. Люди, которые раньше не знали, куда уходили следовавшие неведомому голосу, решили, что они все должны быть в этом овраге. Но когда целая группа горожан отправилась к ненасытному оврагу, на его месте не оказалось ничего, кроме большого ровного поля.

С тех пор люди в этом городе умирали так же, как и во всем остальном мире.

Сказка о том, как пастух смерть обманул.

Все знают, что со смертью шутки плохи. Но одному пастуху удалось ее обмануть.

Однажды, когда он мирно пас на лужайке свое большое стадо, из-за куста на окраине лужайки вдруг выглянула смерть. Она долго глядела на пастуха, с удовольствием пасшего своих овечек и громко распевавшего песни, и решила, что раз пастух так доволен своей работой, то эти овечки должны быть какими-то особенными.

Смерть подошла к пастуху и потребовала отдать ей одну из овец.

- Зачем она тебе? - удивился пастух.

- Затем же, зачем и тебе, - ответила смерть. - Я хочу радоваться, глядя на нее. Здесь, на земле, люди всегда так пасмурно и печально смотрят, когда видят

меня, что мне хочется порадоваться хотя бы виду твоей славной овечки.
- Понимаешь, - сказал пастух, - я бы с удовольствием отдал тебе одну из овец, но у меня строгий хозяин. Если я вернусь без овцы, меня ждет суровое наказание.

Смерть рассердилась:

- Если ты откажешь мне в моем желании, то я заберу вместо овцы тебя, - пригрозила она.

Пастух испугался:

- Нет, дай мне еще пожить. Возьми лучше одну из овечек, а я перетерплю наказание.

И он выбрал для смерти самую большую и красивую овцу из своего стада.

- Хорошо, хорошо. Давно бы так, - проворчала смерть и приказала пастуху отнести овечку к ней домой.

Пастух взвалил овцу на плечи и пошел за смертью, до самого домика, в котором она жила. Там он аккуратно опустил овечку на пол и стал с любопытством оглядываться по сторонам. За печкой он увидел множество мотков пряжи и спросил смерть, зачем они ей.

- Каждый моток - это человеческая жизнь, - ответила смерть. - Пряжа потихоньку разматывается, и, когда она заканчивается, человеку приходит время умирать.

- А ты можешь показать мне мой моток? - спросил хитрый пастух.

- Конечно, могу, - хвастливо ответила смерть и вытащила из-за печки толстый моток с большим количеством пряжи на нем.

Увидев его, пастух хитро улыбнулся, снова взвалил на плечи овцу и пустился бежать со всех ног. Он знал теперь, что еще долго не умрет и что ему нечего бояться пустых угроз. Смерть же поняла, что зря показала пастуху его моток пряжи, и злобно размахивала руками ему вслед.

А пастух? Он жив до сих пор и по-прежнему с радостью пасет своих овец - если, конечно, его моток пряжи еще не размотался.

Лягушонок Ква-симка

Высоко-высоко в горах было Зеленое озеро. Вода в нем всегда была чистая и прохладная.

В этом горном озере жили рыбы и лягушки. У рыбок были золотые и серебристые

чешуйки, а у лягушек красивая зеленая кожица, точно такая же, как цвет воды в озере.

Но самая красивая и самая зеленая кожица была у маленького лягушонка по имени Квасимка. Пять дней назад Ква-симка превратился из маленького головастика в настоящего лягушонка, но уже умел хорошо квакать и высоко прыгать. Бабушка, папа

и мама очень гордились маленьким лягушонком и всем вокруг рассказывали, какой он умный и хороший. Ква-симка тоже очень любил бабушку, папу и маму и старался быть послушным и воспитанным. Это была самая дружная лягушачья семья на озере.

Жить на озере было весело и спокойно. Правда, иногда на озеро налетал ветер, поднимавший опасные волны, но тогда все взрослые лягушки и маленькие лягушата выпрыгивали из воды и прижимались к большим камням, чтобы их не унесло волной в середину водоема.

Однажды ночью случился очень сильный ветер. Он не только поднял высокие и опасные волны, но и сорвал в горах большие камни, которые быстро покатались вниз к озеру. Почти все лягушки и лягушата, как всегда, выпрыгнули из озера и прижались к камням, но несколько лягушек не успели это сделать, и на них упал большой камень с горы.

Во время ветра никто не заметил, что произошло. И только, когда ветер затих, маленький Ква-симка понял, что его мамы нигде нет. Он начал прыгать по берегу озера и звать ее, но мама не откликнулась. Вдруг Ква-симка увидел большой камень, упавший с горы, и струящийся из-под него тоненький лучик золотистого света. Лягушонок замер, ему было страшно и интересно, его маленькое сердечко готово было выпрыгнуть из груди. Луч становился все гуще и больше, пока наконец не превратился в лягушку. Ква-симка сразу узнал свою маму, но она была не такая, как всегда. Ее кожа светилась серебром и золотом, а не была зеленая, как обычно. А еще на ее спине выросли крылышки, точно такие, как у больших бабочек, красивые и разноцветные.

Мама Ква-симки была похожа на волшебницу.

— Мама, это ты? — неуверенно спросил лягушонок.

— Да, мой дорогой, — ответила волшебница.

— Что с тобой произошло, мама? Почему ты стала золотая и почему у тебя выросли крылышки?

— Я превратилась в ангела и должна сейчас улететь высоко в небо.

— Я не хочу, чтобы ты была ангелом. Я тебя не пущу! — закричал лягушонок и горько заплакал.

— Не плачь, Ква-симка. Это большая удача после смерти превратиться в ангела, а не просто лежать под большим камнем,

— успокоила лягушонка мама-ангел.

— А как же я? Кто будет меня любить? — не успокаивался Ква-симка.

— Я буду любить тебя на небе, а на земле тебя любят бабушка, и папа, и твои друзья, и полюбят еще много других лягушек.

— А когда я тебя снова увижу? — уже спокойным голосом спросил Ква-симка.

— Я буду приходить к тебе во сне, и мы будем вместе играть и веселиться. Еще я буду улыбаться тебе из-за облачка, но это будет нашим с тобой секретом. А сейчас тебе пора возвращаться к бабушке и папе, а мне улетать. До свидания, мой любимый сыночек.

— До свидания, мамочка, — ответил Ква-симка и грустно побрел домой.

Но вдруг озорной ветерок сбил лягушонка с лапок и перевернул на спину. Ква-симка случайно посмотрел на небо и увидел, как из-за облачка ему улыбается мама-ангел.

Лягушонок улыбнулся ей в ответ, быстро вскочил на лапки и довольный поскакал к бабушке и папе. У него появился большой секрет, о котором знали только он и мама-ангел.

(в данной сказке персонаж мамы может меняться в зависимости от контекста ситуации: папа, бабушка, сестра и т.д.)

Глава 3 Конспект группового занятия с детьми, перенесшими смерть близкого человека по сказке «Душа»

Цели:

- психологическая помощь детям в осознании своих чувств;
- развитие способности к рефлексии, сопереживания у детей.

Задачи:

- содействовать налаживанию диалогического общения детей;
- развивать в детях открытость и способность выражать свои эмоции;
- развивать у детей способность к эмпатии.

Используемый материал.

Сказка «Душа».

Ход занятия.

Традиционное начало занятия.

Дети сидят на стульчиках. Педагог протягивает свои руки в центр круга, и дети кладут свои ладони на ладонь педагога так, чтобы получилось крепкое пожатие «узел дружбы», которое никому не разжать. Давайте скажем о том, как мы соскучились друг по другу и как мы любим друг друга. «Я очень соскучилась за вами, и мне приятно вновь встретиться с вами, ребята».

Каждый ребенок говорит о своем чувстве, настроении и желании, с которым пришел к нам.

Основная часть занятия.

Педагог знакомит детей с темой занятия и зачитывает сказку «Душа»

Далеко-далеко, высоко-высоко есть чудесная страна. Живут там прекрасные существа. Правда, для нас они могут показаться необычными: их облик, хоть и похож на наш, но всё же больше напоминает облака, чем людей. Эти существа зовутся Душами.

Души живут очень интересно: они стараются делать как можно больше добрых дел. Но особенно им нравится наблюдать за людьми и участвовать в их жизни. Так, например, наблюдая за каким-нибудь ребенком, увидит Душа, что тот расстроен, плачет или капризничает, подлетит поближе и начнет нашептывать на ушко добрые хорошие слова. А малыш ее не видит, и думает, что плохое настроение и неприятности проходят сами собой. Но Души не обижаются на людей за то, что те не замечают их присутствия. Для них самое главное – нести добро в сердца людей.

Есть люди, которые чувствуют присутствие Душ рядом. Эти люди называют Души Ангелами-Хранителями. Люди даже рисуют Ангелов-Хранителей и обращаются к ним за помощью. Конечно, Души помогают тем, кто их просит. И эта помощь ощущается людьми как покой на сердце, или как чувство спокойной радости.

Можно подумать, что Души всемогущи и люди могут только у них что-то просить. Можно подумать, что люди ничем не должны помогать Душам. Но это не так. Люди могут очень многое сделать для Душ.

Дело в том, что Души очень хотят что-то сделать в том мире, в котором живут люди. Может, они хотят построить прекрасные дома, или нарисовать чудесные картины, вырастить цветы и фрукты, помочь Земле быть чистой и красивой. Но Души ведь похожи на облачка, у них нет таких плотных ног, чтобы ходить по земле; у них нет таких плотных рук, как у нас с тобой, чтобы рисовать, писать и строить, держать руль машины и сажать цветы. Представь себе, как это непросто: носить в себе чудесные желания и не иметь возможности их воплотить в жизнь!

Вот, оказывается, в чем люди могут помочь Душам. Люди могут помочь Душам осуществлять их желание делать жизнь на земле красивой. Ведь люди имеют руки, чтобы строить и рисовать, они имеют голос и речь, чтобы советоваться друг с другом, они имеют ноги, чтобы ходить и наблюдать за тем, что и кто нуждается в помощи.

Интересно, а каждый ли человек может помочь Душам осуществлять их заветные желания?

Может, для этого нужно обладать особыми качествами?

Если это так, то какими, по-твоему, качествами должен обладать человек, который может помочь Душам?

(Здесь предполагается выслушать мнение ребенка, и обсудить с ним эти вопросы. После можно спросить: а кто из твоих близких или знакомых тебе людей обладает такими качествами? А сам ты ими обладаешь? Как ты думаешь, можно ли развивать в себе эти качества? Что для этого нужно делать? А ты что-то готов делать для этого сам? Кто бы мог тебе в этом помочь? В чем будет заключаться помощь?)

А теперь пришло время открыть важный секрет. Оказывается, Души могут становиться людьми! Когда маленький ребенок растет в животе у мамы, только еще собираясь появиться на свет, Душа принимает важное для себя решение. Она решает покинуть свою чудесную страну, для того чтобы начать жить рядом с человеком на земле. И когда маленький человечек рождается, вместе с ним рождается и его Душа. Душа, которая выбрала этого человечка и ради него покинула свою чудесную страну.

Человек растет и вместе с ним растет Душа. Благодаря ей даже совсем еще маленький человек совершает хорошие добрые дела.

Как ты думаешь, какие дела человек совершает благодаря Душе?

Конечно, прежде всего, Душа помогает человеку быть чутким. Знаешь ли ты, что это значит?

Благодаря чуткости человек тонко чувствует настроение других людей, особенно тех, кто его любит. Он чувствует, когда близкий человек грустит или радуется, печалится или устал. И вот тогда Душа помогает ему найти хорошее слово, чтобы утешить или подбодрить, или разделить радость.

Как ты думаешь, важно ли это?

Да, ты прав – это очень важно. Потому что благодаря чуткости человек, даже самый маленький, может проявлять свою Любовь к близким людям. А Любовь, как ты знаешь, это то, без чего не может жить ни одно существо на свете.

Однако ты можешь спросить: если все люди обладают Душой, а Душа помогает быть чутким и любящим, то почему некоторые люди ссорятся, воюют, разрушают то, что строят другие? То есть, ведут себя не как чуткие и любящие люди.

Есть вопросы, на которые сложно ответить даже самым умным взрослым. И этот вопрос один из них. Может быть, люди ссорятся, злятся от того, что не знают, что у них есть Душа и можно жить по-другому? А может быть, некоторым людям вовсе не нужно знать, что у них есть Душа? А может, есть такие люди, у которых нет Души? Как ты думаешь?

Над этими вопросами многие люди думают всю жизнь. Правда, нечасто они об этом говорят вслух.

А теперь, нам откроется самый главный секрет.

Оказывается, Душа может жить вместе с человеком только некоторое время. У каждой Души есть свой СРОК жизни вместе с человеком. Например, ты знаешь, что можешь смотреть мультфильмы с пяти часов до шести часов. Об этом говорят – есть СРОК смотреть мультфильмы. То есть СРОК имеет начало и конец.

Так с рождением человека начинается СРОК жизни Души и человека вместе. Когда он истекает, Душа чувствует, что ее срок жизни вместе с человеком на земле подходит к концу, - и она должна покинуть человека, чтобы вернуться обратно в свою чудесную страну. Это естественное течение Жизни. В тот момент, когда Душа прощается с человеком и улетает в свою страну, человек, точнее его тело, больше не может жить без Души. И про такого человека люди говорят: «Он умирает» или «Он умер». В этот момент на глазах самых близких человеку людей появляются слезы. Ведь когда кто-то любимый и близкий уезжает далеко, в другой город, многие тоже плачут. Расставание и разлука с теми, кого мы любим, трогает нашу Душу, наше сердце и наш разум. Когда близкого человека нет рядом, нам сложно помочь ему и поддержать его; позаботиться о том, чтобы у него было хорошее настроение и самочувствие.

И вот когда человек умирает, любящие люди понимают, что его Душа улетела далеко, в свою чудесную страну, откуда она родом. Но как же можно заботиться о том, кого нет рядом? Оказывается, можно.

Представь себе, что ты едешь в поезде или автобусе в другой город. Ехать предстоит много часов и дней, потому что ты едешь в далекий-далекий город. Если будет жесткое сидение, или если будет укачивать в машине, поездка доставит много неприятностей. Поэтому, когда люди отправляются в путешествие, они проверяют: удобное ли у них сидение, достаточно ли у них еды и многое другое.

Вот и Душа, когда ее срок жизни вместе с человеком заканчивается, должна отправиться в долгое путешествие в свою страну. И чтобы в дороге ей было

хорошо, ей нужна помощь людей, которые любили того человека, вместе с которым жила Душа.

Далее педагог предлагает детям обсудить эмоции, которые вызывала сказка.

Окончание занятия.

Педагог протягивает снова руки в центр круга, чтобы получилось крепкое пожатие «узел дружбы». «Ребята, я благодарю вас за то, что вы так внимательно слушали меня и друг друга и рассказали о своих эмоциях и чувствах. Это занятие помогло нам узнать лучше друг друга и стать ближе. До свидания, ребята!»

Результаты работы.

Благодаря проделанной работе были решены все задачи: наладилось более близкое, открытое общение между детьми, вырос уровень принятия и эмпатии в группе, дети проговорили свои эмоции в отношении страха смерти. Также по результатам проведенного занятия было проведено родительское собрание, даны рекомендации родителям и педагогам как вести себя с ребенком, перенесшим смерть близкого человека.

Глава 4. Случай из практики работы с ребенком, пережившим смерть отца.

Работа проходила дважды в неделю на протяжении 2-х лет.

На момент обращения мальчику М. было 4,8 мес. Ребенок не откликался на свое имя, с трудом воспринимал обращенную речь, был нарушен контакт со сверстниками и взрослыми, наблюдалась эмоциональная «замороженность», не достаточная концентрация внимания, ребенок с трудом усваивал программу.

Состав семьи: мама, бабушка. Отец умер, когда М. был 1 год. Причина смерти автокатастрофа (столкновение на мосту). У мамы также наблюдается эмоциональная «замороженность», нежелание говорить об этом событии, она не придает смерти мужа особенного значения – «такое бывает». От ребенка данный факт держится в секрете. По этим данным можно сделать вывод о том, что процесс горевания не прошел, мать мальчика не смогла справиться с эмоциями, они подавлены и изолированы. Можно сделать предположение, что психика ребенка перегружена эмоциями, с которыми не справилась мать, и это послужило причиной нарушения нормального хода развития ребенка.

Моя работа строилась в нескольких направлениях:

- работа с ребенком, переживающим кризисное состояние;
- работа с мамой ребенка.

Применялись следующие психотехнологии: элементы психоанализа и арттерапии.

На первых занятиях М. много говорит о персонажах мультфильмов, он «живет» в мире вымышленных персонажей и персонажей из мультфильмов. Говорит, что он не М. и просит называть его именами этих персонажей. Через 2 месяца занятий ребенок откликается на свое имя, однако, часто злится, говорит, что ненавидит свое имя. Интересуется играми в детском

саду, общением с детьми. Но наладиться контакт у него не получается, так как ребенок проявляет агрессию и непослушание.

На занятиях интересуется рисованием и постройками из кубиков. Рисует заброшенные дома, двери, строит только лифты. Его интересует все разрушенное и неживое. Через 5 месяцев работы с М. и его мамой, мама смогла сообщить ему о смерти отца. На занятие он приходит замкнутый и без эмоций сообщает об этом факте. На мои вопросы об этом не реагирует и не отвечает.

По прошествии года работы ребенок стал способен построить дружеские отношения со сверстниками, дома стал послушным, справляется с программой обучения в детском саду.

Еще через 4 месяца ребенок впервые рассказал о том, как умер его отец. Нарисовал автокатастрофу и душу отца. На последующих занятиях он все еще «не согласен» со смертью отца и говорит о том, что тоже боится умереть. Он очень грустный и говорит о том, что никому не нужен. Еще через два месяца работы М. на групповом занятии сообщает детям о том, что его отец умер, но его душа будет жить вечно, и отец ему помогает «с неба». Ребенок выглядит спокойным, полностью находится в контакте с реальным миром, интересуется общением с детьми и взрослыми, завел домашнего питомца – хомяка, старается заботиться о нем, много говорит и рассуждает о жизни и смерти, наблюдаются эмоциональные проявления, соответствующие ситуации.

На начальном этапе работы на рисунках отсутствовали живые объекты, сейчас на рисунках появились животные и люди.

На настоящий момент М. 6,8 месяцев, ребенок посещает подготовительную группу. Справляется с программой на среднем уровне, проявляет желание пойти в школу. На последнем занятии сообщил, что будет скучать по мне и нашим занятием, но понимает, что все дети рано или поздно уходят из детского сада и идут в школу.

В работе с мамой ребенка я говорила о важности понимания эмоциональных состояний ребенка, необходимости говорить с ним даже об очень расстраивающих вещах. Другим важным моментом в моей работе являлась выработка совместно с мамой ребенка языка для описания болезненных чувств. Нахождение слов для выражения боли само по себе имеет терапевтический эффект, поскольку обеспечивает утешение через ощущение, что ты был понят и, следовательно, уже не одинок в своей боли. И, третье, работа над границами. Существуют разные аспекты понятия границ: различия между родителями и детьми, принятие раздельности их существования, признание собственной отдельности от другого, принятие различий между взрослыми и детскими аспектами собственной личности — все это требует прояснения и проработки в терапевтической среде.

Подводя итоги проведенной работы, можно сделать вывод о том, что удалось восстановить нарушенный процесс горевания. М. прошел все стадии горевания. Ребенок смог осознать свои чувства и переживания и выразить их. Мама ребенка стала более открыта к эмоциям и переживаниям ребенка, их

отношения стали более доверительными, также работа с ней положительно сказалась на ее самооощущении и помогла ей принять смерть супруга. Основная цель психологической помощи и поддержки: восстановление хода нормального развития ребенка и улучшение его самооощущения и отношений с близкими людьми - была достигнута.

Заключение

Обзор имеющихся представлений о реакциях детской психики на утрату близкого человека и наши собственные наблюдения позволяют высказать некоторые общие соображения.

Отношение ребенка к смерти родителя определяется многими факторами: сформированностью у него концепции смерти, эмоциональной зависимостью от умершего, пола последнего, отсутствия или наличия поддержки других членов семьи, предшествующих психотравмирующих переживаний, степени зрелости личности ребенка и др. Существуют обстоятельства, препятствующие возникновению реакции печали, нормальному ее течению, ее положительной роли в адаптации к жизни, без умершего родителя.

Потеря близкого человека может сказываться на состоянии психики ребенка непосредственно после случившегося или по прошествии времени. Это могут быть преходящие расстройства или стойкие изменения личности. Знание всех этих обстоятельств – необходимое условие, для предупреждения: у детей тяжелых психических расстройств и помощи ребенку непосредственно после смерти родителя и в течение значительного времени после утраты.

Итак, понимание смерти в этом возрасте у детей ограничено. Для ребенка важно знать, что о нём заботятся и любят. Дети не в состоянии осмыслить случившееся горе на том уровне, на котором это делают взрослые. Ребёнок страдает, но не всегда открыто скажет взрослому, как ему плохо.

Таким образом, в случае смерти одного из родителей для снижения травматизации необходимо присутствие в жизни ребёнка другого значимого взрослого, который окружит его заботой и теплом, а также возможность проявления собственных чувств. Приемлемой в этой ситуации является психологическая помощь горяющему ребёнку.

Данные методические разработки могут помочь окружению горящего ребенка: родителям, близким, воспитателям оказать грамотную поддержку ребенку.

Литература

1. Баканова А.А. Детские вопросы о жизни и смерти как предмет обсуждения на родительских интернет-форумах // Электронная среда в открытом педагогическом образовании. - СПб.: РГПУ им. А.И. Герцена, 2017. - С. 102-109.
2. Баканова А.А. Детские вопросы о смерти и танатологическое просвещение родителей // Развитие ребенка в семье. - СПб.: РГПУ им. А.И. Герцена, 2017. - С. 139-145.
3. Баканова А.А. Тема смерти в психологическом опыте современной семьи: к постановке проблемы / Психологическое благополучие современной семьи // Материалы межрегиональной научно-практической конференции с международным участием; Ярославль, 2016. - Ярославль, 2016. - С. 21-24.
4. Волкан В., Зинтл Э. Жизнь после утраты: психология горевания. - М.: Когито-Центр, 2014.
5. Винникотт Д.В. Маленькие дети и их матери/Пер. с англ. Н.М. Падалко. — М.: Независимая фирма «Класс», 1998.
7. Гнездилов А.В. Психология и психотерапия потерь. Пособие по паллиативной медицине для врачей, психологов и всех интересующихся проблемой. -СПб.: Речь, 2002.
8. Заманаева Ю.В. Утрата близкого человека - испытание жизнью. - СПб.: СПбГУ, 2007.
9. Заповедный мир детства [Текст] / Франсуаза Дольто ; [пер. с фр. М. Брусовани, Е. Баевской ; предисл. О. Г. Варпаховской].
10. Исаев Д.Н. Детская медицинская психология. Психологическая педиатрия. - СПб.: Речь, 2004
11. Калина О.Г. Невербальные способы выражение внутренней психической реальности у дошкольников в контексте сепарации. .- Консультативная психология и психотерапия, 2013, №1
12. Новикова Т.О. Запретная тема (представления детей о смерти) // Человек. - 2002. - № 5. - С. 112-117.
13. Нозикова Н.В. Проблема психологических особенностей детей, переживших утрату одного из родителей // Психология образования в поликультурном пространстве. - 2015. - № 30. - С. 77-84.
14. Ранк О. Травма рождения и ее значение для психоанализа. - М.: Когито-Центр, 2009.
15. Р.М. Ткач Сказкотерапия детских проблем. - СПб.: Речь, 2010.