

Министерство общего и профессионального образования Свердловской области
Государственное бюджетное образовательное учреждение Свердловской области для де-
тей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи,
«Центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции «Ладо»

«ПРОФИЛАКТИКА НАСИЛИЯ И ЖЕСТОКОГО ОБРАЩЕНИЯ С ДЕТЬМИ»

Методические рекомендации для педагогов

Разработчики - специалисты ГБОУ СО «Центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции «Ладо»:

педагог-психолог Шалаева Карина Сергеевна

педагог-психолог Сергеева Мария Сергеевна

педагог-психолог Кошевых Ирина Германовна

социальный педагог Тотикиди Елена Владимировна

Данные методические рекомендации предназначены для педагогов, педагогов-психологов, социальных педагогов, специалистов, работающих в учреждениях дошкольного, начального, общего, дополнительного образования несовершеннолетних.

Материалы могут быть полезны специалистам образовательных учреждений, осуществляющим деятельность по профилактике насилия и помощи детям, пострадавшим от жестокого обращения.

г. Полевской
2014 г.

Содержание

Актуальность проблемы насилия и жестокого обращения с детьми	3
Феномен насилия и жестокого обращения с детьми	
Насилие и жестокое обращение с детьми: определения основных понятий	5
Формы и виды насилия и жестокого обращения с детьми.....	6
Факторы, способствующие возникновению насилия и жестокого обращения с детьми.....	8
Признаки-индикаторы насилия и жестокого обращения с детьми.....	9
Последствия пережитого насилия и жестокого обращения для детей.....	11
Организация деятельности по профилактике насилия и жестокого обращения с детьми в образовательных учреждениях	14
Направления и этапы психолого-педагогического сопровождения детей и родителей: профилактическая и реабилитационная работа	14
Психологическая готовность специалистов к работе с детьми, подвергшимися насилию и жестокому обращению	20
Рекомендации для педагогов по вопросам организации работы с детьми, подвергшимися насилию	22
Рекомендации для психологов по индивидуальному консультированию детей, подвергшихся насилию.....	23
Рекомендации для психологов по проведению групповой работе с детьми, подвергшимися насилию	24
Рекомендации педагогам по работе с родителями, дети которых подвергались насилию и жестокому обращению.....	25
Методы и технологии практической работы с детьми по профилактике насилия и жестокого обращения	
Практические упражнения для индивидуальной работы с детьми.....	26
Практические упражнения для проведения групповых занятий с детьми.....	39
Заключение	53
Список литературы	54
Приложение 1. Методики диагностики психологических особенностей детей	56
Приложение 2. Методики диагностики особенностей детско-родительских отношений и внутрисемейного взаимодействия	61
Приложение 3. Центры помощи для детей, подвергающихся насилию и страдающих от жестокого обращения, в Свердловской области	81
Приложение 4. Извлечения из законодательных актов Российской Федерации по вопросам защиты детей от жестокого обращения	82
Приложение 5. Примеры эффективного и неэффективного реагирования педагога-психолога на информацию о насилии	90

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОБЛЕМЫ НАСИЛИЯ И ЖЕСТОКОГО ОБРАЩЕНИЯ С ДЕТЬМИ

Изменения, происходящие в современной действительности, как в нашей стране, так и за рубежом, выдвигают целый ряд проблем социального характера, среди которых особенно остро стоит проблема насилия и жестокого обращения с детьми. Ребенок может столкнуться с насильственными действиями в любое время и в любой ситуации: в школе, на отдыхе, в общественном месте. Исключением не является и семья, несмотря на то, что она главным образом призвана обеспечивать безопасность ребенка, которая является необходимым фактором его нормального развития.

Согласно статистике ежегодно отмечается увеличение числа детей, пострадавших от насилия и жестокого обращения в различных его формах и проявлениях. Причины скрываются в политической и социально-экономической нестабильности общества, неблагоприятных социально-бытовых условиях жизнедеятельности семей, изменениях ценностных ориентаций людей, чрезмерной занятости родителей, эпидемии разводов.

На почве каждого из этих факторов могут развиваться разные формы насилия, цель которых – подчинение и контроль одного человека над другим разными способами (изоляция, запугивание, манипулирование, угрозы, эмоциональное насилие, экономическое насилие, физическое насилие, сексуальное насилие). Насилие нарушает право другого человека быть личностью.

Насилие и жестокое обращение с детьми со стороны родителей и сверстников отражает общую дисгармонию, существующую во взаимоотношениях в современном обществе, свидетельствует о нездоровой социально-нравственной обстановке в нем.

По данным международных исследований, примерно 20% женщин и 5-10% мужчин во всем мире сообщают о том, что в детстве подвергались сексуальному насилию, в то время как 23% людей сообщают о том, что подвергались физическому насилию в детстве. Кроме того, многие дети подвергаются эмоциональному насилию (иногда называемому психологическим) и оставлены без заботы.

В нашей стране насилию ежегодно подвергается до 2 млн. детей и подростков. Падение жизненного уровня и качества жизни многих семей приводят к стрессам, общественной изоляции, алкоголизму и наркомании, а также изначальной подверженности насилию, особенно в отношении детей. Кроме того, в силу педагогической некомпетентности многих родителей в российских семьях зачастую царит культ силового метода решения проблем, убеждение, что физические наказания являются эффективным способом воспитания. Зачастую данные стереотипы в поведении родителей, их иррациональные убеждения в том, что возникающие проблемы следует решать силой, порождают уже в детском коллективе злоупотребления властью (силой) одних детей для подавления, унижения, оскорбления других.

Насилие и жестокое обращение наносят детям серьезные психические травмы. Они озлобляются, становятся агрессивными, что выражается в немотивированной жестокости подростков к посторонним людям, в их стремлении к разрушительным действиям.

Таким образом, жестокость родителей порождает жестокость детей – так в детских коллективах возникает явление, известное как буллинг (насилие по отношению к сверстникам, травля, преднамеренное агрессивное поведение). Длительное воздействие на ребенка неблагоприятной обстановки (в школе, семье, среди сверстников) приводит к глубоким личностным и социальным нарушениям, формированию личностных деформаций и последующих отклонений в поведении.

Последствиями и проявлениями социальной дезадаптации являются ранняя алкоголизация, детская наркомания и токсикомания, побеги из дома, бродяжничество, проституция, суицид. Эти явления приобретают все более широкие масштабы и превращаются в серьезную социальную проблему.

В целом современное состояние защиты детства и реализации прав ребенка вызывает обоснованную тревогу. Сложившаяся ситуация определяет потребность в постоянном осуществлении деятельности по профилактике насилия и жестокого обращения с детьми.

ФЕНОМЕН НАСИЛИЯ И ЖЕСТОКОГО ОБРАЩЕНИЯ С ДЕТЬМИ

Насилие и жестокое обращение с детьми: определения основных понятий

Жестокое обращение с детьми – сложное социальное явление, отдельные стороны которого изучаются разными науками (социологией, психологией, медициной, уголовным и семейным правом), что во многом является причиной отсутствия общепринятого обобщенного его определения. В российском федеральном законодательстве формальное закрепление и расшифровка понятия «жестокое обращение с детьми» и его видов также отсутствует.

В данных методических рекомендациях мы будем использовать следующее определение, предложенное психологами, экспертами Национального фонда защиты детей от жестокого обращения и руководителями проектов и программ по оказанию помощи детям в кризисных ситуациях И.А. Алексеевой и И.Г. Новосельским:

Жестокое обращение с ребенком – все многообразие действий (и бездействий) со стороны взрослых, которые несут вред физическому и психическому здоровью ребенка и его развитию.

Это может быть умышленное или неосторожное обращение или действия со стороны родителей/лиц их заменяющих или других людей, которые привели к травмам, нарушению в развитии, смерти ребенка, либо угрожают правам и благополучию ребенка.

Ситуации, когда совсем маленького ребенка оставляют без присмотра дома или на улице, помногу часов заставляют стоять в углу, регулярно унижают и называют «идиотом», раздевают и ласкают половые органы, показывают порнографические фильмы, плохо кормят и одевают, не создают условия для обучения, предъявляют завышенные нереалистические требования и ожидания, а потом наказывают за несоответствие им, - все эти ситуации имеют очень много общего по своим последствиям, но некоторые из них никак нельзя назвать насилием в обыденном понимании этого слова. Это «дурное», «жестокое», «неправильное» обращение с ребенком в семье, которое травмирует и негативно сказывается на его развитии и здоровье. Такое обращение может быть как осознанным, так и неосознанным, может быть связано как с внешними факторами, так и с особенностями родителей и ребенка, может определяться какими-то действиями взрослого или, наоборот, его бездействием (например, небеспечением безопасности).

Таким образом, термин «насилие» входит в более широкое понятие «жестокое обращение», хотя в некоторой литературе используется как синоним.

Доктор психологических наук и руководитель общественной организации «Детство без насилия и жестокости» Е.Н. Волкова определяет **насилие** как такое физическое, психическое, социальное воздействие на человека со стороны другого человека, семьи, группы или государства, которое вынуждает его прерывать значимую деятельность и исполнять другую, противоречащую ей, либо угрожающую его физическому или психическому здоровью и целостности. Оно охватывает все типы физического и/или эмоционального жестокого обращения, сексуального насилия, пренебрежения, невнимания и эксплуатации в коммерческих или иных целях, которые могут привести к нанесению реального или потенциального вреда здоровью, выживаемости, развитию или достоинству ребенка в контексте взаимосвязи ответственности, доверия или власти.

Жестокое обращение в любых видах и формах всегда оказывает влияние на актуальное состояние ребенка, его дальнейшее развитие и социальную адаптацию.

Формы и виды насилия и жестокого обращения с детьми

Традиционно различают 4 наиболее общие категории жестокого обращения с детьми: физическое насилие, сексуальное насилие, пренебрежение нуждами ребенка, эмоциональное (психологическое насилие). Эти виды насилия включают широкий диапазон различных действий.

Исследователи проблем, связанных с различными формами и проявлениями жестокого обращения с детьми, И.А. Алексеева, И.Г. Новосельский, Е.Н. Волкова классифицируют и определяют известные виды насилия следующим образом:

Физическое насилие – нанесение ребенку физических травм и телесных повреждений, применение физических наказаний; преднамеренное или неосторожное нанесение травм ребенку, которое вызывает нарушение физического или психического здоровья или отставание в развитии.

В некоторых семьях различные виды физического наказания – от подзатыльников и шлепков до порки ремнем – используют в качестве дисциплинарных мер.

Физическое насилие может осуществляться в форме избиения, истязания, сотрясения, в виде ударов, пощечин, прижигания горячими предметами, жидкостями, зажженными сигаретами, в виде укусов и с использованием самых различных предметов в качестве орудий изуверства.

Также к физическому насилию можно отнести вовлечение ребенка в употребление наркотиков, алкоголя, предоставление ему отравляющих веществ или медицинских препаратов, вызывающих одурманивание (например, снотворных, не прописанных врачом), а также попытки удушения и утопления ребенка.

Физическое насилие может проявляться в совершении действий, причиняющих вред здоровью или представляющих угрозу жизни ребенка. Например, родители выгоняют ребенка в мороз на улицу без теплой одежды; раздевают маленького ребенка и растворяют настежь двери и окна в доме; запирают на длительное время (в кладовке, в туалете), лишая его еды и питья, и т.д.

Психологическое (эмоциональное) насилие – неспособность родителя или другого лица, заботящегося о ребенке, обеспечить подходящую для ребенка доброжелательную атмосферу. Это длительное, периодическое или постоянное воздействие родителей или других взрослых на ребенка, приводящие к формированию у ребенка патологических черт характера или нарушению психического развития.

Психическим (эмоциональным насилием) являются эпизодические или регулярные словесные оскорбления или унижения ребенка, высказывание в его адрес угроз, демонстрация негативного отношения или отвержение, которые приводят к возникновению эмоциональных или поведенческих нарушений. Эмоциональное насилие включает действия, оказывающие неблагоприятное влияние на эмоциональное здоровье и развитие ребенка: ограничения его активности, оскорбления, угрозы и запугивания, дискриминацию, неприятие и другие нефизические формы враждебного обращения.

Эмоциональное насилие может выражаться в обвинениях в адрес ребенка (брань, крики), в виде угроз со стороны родителей, опекунов, педагогов, воспитателей, принижении его успехов, унижении его человеческого достоинства, запугивании ребенка, совершении в присутствии ребенка насилия по отношению к супругу или другим детям, похищении ребенка.

Психическим насилием будет также однократное воздействие тяжелой психической травмы, приведшее к возникновению острой реакции на стресс или посттравматических расстройств; а также случаи повторного воздействия менее тяжелых психических травм, в результате чего возникает расстройство адаптации.

К данному виду насилия относятся ложь, обман ребенка, постоянное невыполнение своих обещаний со стороны родителей, предъявление к ребенку требований, не соответствующих его возрастным возможностям. Отвержение ребенка, демонстрация нелюбви, неприязни к ребенку,

негативное оценивание, акцентирование внимания исключительно на отрицательных чертах характера ребенка, фрустрация основных нужд и потребностей ребенка: длительное лишение ребенка любви, нежности, забота и безопасности со стороны родителей, принуждение к одиночеству.

Сексуальное насилие – это вовлечение зависимых, незрелых детей и подростков в сексуальную активность, которую они не полностью осознают, на которую они не могут дать информированное согласие или которая нарушает социальные (общественные) табу на семейные роли.

Например, вовлечение ребенка в действие с сексуальной окраской с целью получения взрослыми сексуального удовлетворения или материальной выгоды. Таким образом, развращением считается не только собственно половой акт, но и широкий спектр других сексуальных действий.

Исследователи выделяют следующие **формы сексуального насилия**:

1) Сексуальная эксплуатация детей, злоупотребление их беспомощностью для непосредственного удовлетворения собственных сексуальных потребностей взрослого или в коммерческих целях.

2) Подавление детской сексуальности, будь то физическое повреждение половых органов ребенка или очернение или подавление его нормальных сексуальных интересов.

3) Эротизация детей, то есть создание среды, которая может искусственно стимулировать детскую сексуальность в ущерб другим задачам развития.

Пренебрежение нуждами ребенка – это когда родители или замещающие их лица (включая учреждения длительного пребывания детей) не обеспечивают ребенка пищей, кровом, одеждой, гигиеническими условиями, соответствующими его потребностям, что наносит вред психологическому или физическому здоровью ребенка; неспособность родителей или лиц их заменяющих удовлетворять основные нужды и потребности ребенка: в пище, одежде, жилье, медицинской помощи, воспитании, образовании и т.д.

Формы пренебрежения нуждами ребенка:

1. Оставление ребенка без присмотра;
2. Непредставление ребенку питания, одежды, жилья;
3. Непредставление медицинской помощи ребенку;
4. Отсутствие должного внимания, опеки, защиты (безнадзорность);
5. Отсутствие возможности получения адекватного образования и др.

Пренебрежение нуждами ребенка имеет место не только в случае, когда в семье отсутствуют материальные средства, иногда родители или лица, их заменяющие, ведут себя так, злоупотребляя своими правами и пользуясь беззащитностью и зависимым положением ребенка.

Буллинг – травля детей сверстниками в детских коллективах, повторяющаяся агрессия по отношению к определенному человеку, включающая в себя принуждение и злоупотребление.

Буллинг может проявляться в физическом насилии, угрозах, а также вербальной агрессии и унижении, злоупотреблении силой (властью) для подавления и оскорбления.

Термин получил распространение первоначально в англоязычной литературе, – им обозначают физический или психологический террор по отношению к ребенку со стороны одноклассников. Буллинг может быть физическим (толчки, дерганье за волосы), вербальным (обидные насмешки) или социальным (бойкот). Сплетни, вербальные оскорбления и бойкоты являются наиболее часто встречающимися формами буллинга. Зарубежными исследователями (скандинавскими учеными Д. Олвеусом, Е. Роландом) описана "буллинг-структура" – социальная система, включающая преследователей (агрессоров), их жертв и наблюдателей (свидетели происходящего и поддерживающие агрессора).

Факторы, способствующие возникновению насилия и жестокого обращения с детьми

Различные формы насилия над детьми могут быть вызваны семейными проблемами (социальное неблагополучие семьи, наличие в ней эмоциональных или связанных с состоянием здоровья сложностей), а также сочетанием специфических характерологических особенностей родителей и ребенка.

Выделяют две основные группы факторов, которые могут стать причинами возникновения насилия в семье.

1. Особенности общества, в котором проявляется насилие: характер социально-экономической формации, уровень безработицы, бедность, наличие гражданских войн и локальных военных действий, уровень преступности, слабость законов, отсутствие целостной и действенной системы защиты детей, а также установок общества с точки зрения терпимости к насилию и жестокому обращению с детьми, убеждение, что физические наказания являются эффективным способом воспитания.

2. Особенности семьи и характером семейных отношений, в которых воспитывается ребенок.

Факторы, способствующие физическому и (или) психологическому насилию в семье:

1. *Социальные и ситуационные факторы:*

- длительные материальные проблемы,
- перенаселенность и стесненность,
- переживание острого или хронического стресса,
- изоляция родителей от привычного социального окружения, отсутствие поддержки,
- резкие изменения в социальной и экономической жизни,
- отношение общества к насилию как к допустимому методу воспитания детей,
- вынужденная разлука с матерью на первых годах жизни.

2. *Особенности семьи и родителей:*

- неуверенность в себе как в родителе,
- социальная нормативность,
- незрелость, молодой возраст родителей,
- вера в ценность физических наказаний,
- боязнь того, что ребенок «испортится»,
- злоупотребление алкоголем,
- собственный детский опыт, связанный с насилием.

3. *Особенности детей:*

- чрезмерная подвижность,
- физические и умственные отклонения,
- дети, к которым предъявляются неоправданные и нереалистичные ожидания,
- незапланированные и нежеланные дети.

Факторы, способствующие сексуальному насилию в семье:

- бедность,
- наркомания и алкоголизм родителей,
- низкий уровень образования родителей,
- негативное отношение матери к беременности (нежеланный ребёнок),
- наличие психических заболеваний у родителей,
- случаи насилия над детьми в семейном анамнезе,
- спутанность семейных ролей.

Факторы, способствующие возникновению случаев буллинга:

- предрасположенность к участию в буллинге при сочетании "сложного" характера ребенка с негативными родительскими установками и практиками,
- социальная депривация детей (для преследователей и жертв),
- плохое здоровье детей, низкий социальный статус, неудовлетворительные отношения со сверстниками, большие семьи, выраженное социальное неблагополучие, а также низкие компенсаторные возможности семьи весьма характерны для жертв буллинга,
- жертвами издевательств часто становятся ученики с умственными и физическими недостатками,
- личностные особенности детей, такие как низкая самооценка (у жертв) и желание самоутвердиться, стремление к превосходству (у агрессора),
- позиции взрослых (педагогов, воспитателей) и администрации образовательных учреждений, которые могут подкреплять травлю.

Анализируя выявленные различия в распространенности травли, исследователи отмечают, что в их основе лежит неоднозначное отношение к мужественности, бытующее в школах. Если в среде педагогов и обучающихся культивируется дух насилия как неотъемлемый признак мужского начала, неудивительно, что буллинг в этой школе будет практически узаконен.

Факторы, способствующие возникновению позиций жертва / агрессор в случаях буллинга:

1. Особенности детей, которые чаще всего становятся «агрессорами»:

- дети, в отношении которых осуществлялось физическое насилие;
- уверенные в себе, склонные к доминированию;
- дети, в семье которых заложена ранговость и используются агрессивные формы поведения.

2. Особенности детей, которые чаще становятся «жертвами»:

- дети с личностными особенностями (скромные, тихие);
- неуверенные в себе, склонные к подчинению;
- «странные» дети с моторной неловкостью;
- гиперактивные дети.

Признаки-индикаторы насилия и жестокого обращения с детьми

Возможные признаки того, что ребенок подвергается физическому насилию:

- ребенок вялый, подавленный, испуганный;
- регулярно появляется с синяками, ссадинами, повреждениями, травмами;
- вздрагивает от приближения взрослого, резких движений;
- ломает игрушки, бьет их, воспроизводит какие-либо агрессивные действия;
- агрессивный, часто дерется;
- боится ходить в школу, детское учреждение, кружок;
- боится плохих оценок, не хочет возвращаться домой из школы;
- страдает энурезом, энкопрезом.

Индикаторы физического насилия над детьми со стороны родителей:

- необъяснимая отсрочка в обращении родителя и ребенка за медицинской помощью;
- противоречия в сообщаемой истории;
- история несовместима с физическими травмами;
- получение повторных подозрительных травм;

- родители переносят ответственность за травму на других лиц;
- родители обвиняют ребенка в полученных повреждениях;
- ребенок многократно помещался в различные учреждения для лечения травм;
- ребенок обвиняет родителя или опекуна в нанесении повреждений;
- родители в детстве подвергались насилию;
- родители демонстрируют нереалистические и преждевременные ожидания в адрес ребенка.

Возможные признаки того, что ребенок подвергается сексуальному насилию:

- частое и/или болезненное мочеиспускание;
- боли и спазмы в животе;
- синяки, особенно вокруг гениталий;
- недержание мочи или мочеиспускание ночью;
- хронические пищевые расстройства, анорексия;
- попытки самоубийства;
- членовредительство;
- плохое отношение к себе, отказ заботиться о себе;
- ночные кошмары, бессонница;
- панические атаки;
- навязчивое мытье, одержимость чистотой;
- отказ говорить (элективная немота);
- неожиданные изменения в поведении;
- побеги из дома;
- школьные прогулы;
- страх мужчин или конкретного мужчины;
- ухудшение успеваемости;
- регрессия к более раннему поведению;
- засыпание в школе;
- несвойственное ребенку поведение, которое можно воспринять как сексуальное;
- неадекватные возрасту или слишком детальные знания о сексе, проявляющиеся в играх, разговорах, рисунках;
- рисунки с деталями, символами, связанными с сексом;
- сопротивление физическому осмотру;
- боязнь конкретного человека или страх остаться один на один с конкретным человеком.

Невозможно выдать четкие и быстрые правила того, как можно распознать насилие. Каждая ситуация является уникальной, и каждый ребенок ищет свои способы справиться с насилием, а также свой собственный способ рассказать о случившемся. Не всегда признаки сексуальных домогательств в отношении детей очень заметны. Родители должны уделять больше внимания детям, чтобы предотвратить появление этих признаков.

Признаки пренебрежения нуждами ребенка:

- носит одежду несоответствующего размера, грязную, порванную; или одет не по погоде (например, зимой ходит в летней одежде);
- всегда голоден, просит, крадет или запасает еду;
- часто выглядит вялым, уставшим, плохо выспавшимся, ослабленным, засыпает на уроках;
- часто заботится о младших братьях или сестрах, выполняя родительские функции;
- выглядит запущенным, невымытым, от него плохо пахнет;

- выглядит истощенным или опухшим, что указывает на недостаточность питания;
- не проходил медицинского осмотра, имеет незалеченные или инфицированные раны;
- длительное время находится на улице без присмотра, особенно в позднее время или во время учебных занятий;
- регулярно находится в компаниях, пребывание в которых способствует усвоению асоциальных норм или подвергает опасности его здоровье;
- при расспросе говорит о том, что у него нет дома или о нем никто не заботится.

Признаки (диагностика) буллинга:

- ребенок вдруг начинает болеть и не ходит в школу,
- несчастный внешний вид,
- отсутствие друзей,
- никто не хочет с ним сидеть за партой,
- постоянный объект шуток и юмора,
- снижается успеваемость,
- часто приходит с синяками и подранными вещами,
- ребенка не зовут на дни рождения и к нему никто не приходит,
- ребенок говорит, что ему не у кого спросить домашнее задание,
- на соревнованиях дети говорят «только не с ним!»,
- часто проводит время дома в одиночестве,
- никогда не приводит домой друзей,
- выбирает длинный и неудобный путь в школу,
- крадет деньги у родителей (чтобы раздавать).

Если говорить о буллинге, важно подчеркнуть влияние позиции педагога: у учителя, имеющего особое отношение к некоторым ученикам («любимчик» / «хулиган»), больше шансов спровоцировать ситуацию буллинга. В классах, где педагог понимает и принимает особенности учеников и никого не выделяет в отдельную категорию, равно уважительно относится ко всем обучающимся, ведет работу по сплочению классного коллектива, вероятность возникновения буллинга сводится к минимуму.

Последствия пережитого насилия и жестокого обращения для детей

Последствия «обычных» физических наказаний:

- Родители могут потерять контроль над собой, и в этом состоянии не соизмеряют силу наказания, не могут остановиться, иногда нанося ребенку серьезные травмы.
- Ребенок привыкает к «мягким» наказаниям, например, к шлепкам, особенно когда они входят в повседневную практику. Наказания перестают корректировать его поведение, что приводит к необходимости постоянно увеличивать силу физических воздействий.
- Невозможность достижения устойчивых положительных изменений.
- Нарушение эмоциональных отношений с родителями.
- Искажение самооценки.
- Страх. Тревога, растерянность, беспокойство.
- Многие дети, которых в детстве били родители, вырастая, начинают применять физическую силу по отношению к родителям.

Наказание за двойки:

Угроза применения ремня из-за полученной двойки может привести к кратковременным позитивным результатам (ребенок выучит урок), но наверняка вызовет негативное отношение к учебе в целом, склонность скрывать свои проблемы в школе, а также может способствовать повышению агрессивности.

Когда ребенка наказывают физически, он получает от значимых для него людей следующую информацию:

- Люди, которые вас больше всего любят, – это те, которые вас бьют.
- У вас есть право бить других членов семьи.
- Вы можете применять физическую силу по отношению к другим, когда другие методы не действуют.
- Если дома бьют, то это норма, значит со мной можно так поступать.

Последствия сексуального насилия:

- Аффективные нарушения: вина, стыд, тревога, страх, подавленность, злорада.
- Физические нарушения: генитальные повреждения, беременность, ЗППП, соматические жалобы (головная боль, боли в животе, энурез), расстройства сна и аппетита.
- Когнитивные нарушения: расстройства внимания, восприятия, нарушение памяти.
- Поведенческие симптомы: агрессивное и жестокое поведение, воровство, делинквентность, аддиктивное поведение, повторение ситуаций, вызывающих сексуальные посягательства.
- Самодеструктивное поведение: самокалечение, суицидные мысли и попытки.
- Психопатология: неврозы, расстройства характера, множественность личности, психотические черты.
- Сексуализация поведения: учащение мастурбации, повторение сексуальных действий с другими, нетипичные для данного возраста сексуальные знания.

Последствия пренебрежения нуждами:

1. Для детей от 1 до 3 лет:

- Физическая ослабленность, задержка моторного, речевого и интеллектуального развития.
- Ребенок позже начинает ходить, говорить, усваивать навыки самообслуживания.
- Страдает формирование первичной привязанности и базового доверия к миру, а также способность проявлять инициативу и активность в освоении мира.

2. Для детей от 3 до 6 лет:

- Возникновение страхов, невротических реакций (например, энурез).
- Низкая адаптация, несформированность коммуникативных навыков.
- Не развиты социальные нормы.
- Ребенок начинает чувствовать себя ущербным.

3. Младший школьный возраст:

- Стойкий негативизм к школе, к процессу обучения.
- Уходы из дома.
- Задержки в интеллектуальном развитии, в физическом и психическом развитии.

4. Подростковый возраст:

- Употребление ПАВ, алкоголя и табака.
- Плохо удерживает близкие отношения.
- Нарушение мотивации.
- Сниженная самооценка.
- Девиантные формы поведения.

Последствия психологического насилия:

- Заниженная самооценка.
- Депрессии.
- Общая подавленность.
- Неумение общаться.
- Агрессия.
- Задержка психического развития.
- Склонность к девиации в поведении.
- Развитие психосоматических и нервно-психических заболеваний и повышенная потребность во внимании со стороны окружающих.

Последствия буллинга:

Буллинг – в основном латентный для окружающих процесс, но дети, которые подверглись травле, получают психологическую травму различной степени тяжести, что приводит к тяжёлым последствиям вплоть до самоубийства. И не имеет значения, имел место физический буллинг или психологический.

Для жертвы:

- коммуникативные проблемы,
- низкая самооценка,
- страх перед выступлением,
- недоверие к людям,
- может повышаться агрессия,
- высокий суицидальный риск,
- депрессия,
- уходы из школы,
- чувство тревоги,
- соматические реакции,
- когнитивные нарушения.

Для агрессора:

- чувство вины,
- негативные эмоции со стороны окружающих,
- высокий риск попасть в криминальные группировки,
- отвержение.

ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ НАСИЛИЯ И ЖЕСТОКОГО ОБРАЩЕНИЯ С ДЕТЬМИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

По рекомендации Всемирной организации здравоохранения различают первичную, вторичную и третичную профилактику. Термин *«первичная профилактика»* применяется к мерам, направленным на всех (весь класс обучающихся, полный педагогический коллектив, все родители); термин *«вторичная профилактика»* означает меры, направленные на тех, кто еще не переживал инцидента насилия, но находится в ситуации повышенного риска; термин *«третичная профилактика»* обозначает меры вмешательства в случаях, когда насилие над ребенком уже совершилось, и работа ведется по оказанию помощи и предупреждению повторения насилия в будущем.

Задачам **первичной профилактики** отвечает широкий спектр программ просвещения общественности, родителей, обучение специалистов в области предотвращения насилия над детьми; программы, направленные на развитие личности, преодоление жизненных трудностей (например, тренинги уверенного поведения, программы развития навыков конструктивного взаимодействия в сложных жизненных ситуациях и обучения навыкам сотрудничества).

Вторичная профилактика насилия над детьми направлена на снижение агрессивности, конфликтности детей и их родителей. Сюда относятся также программы, направленные на адаптацию и социализацию детей и подростков с дезадаптивными формами поведения. Примерами такого рода программ является программа «Изменение проблемного поведения ребенка», предназначенная для родителей, использующих физические меры наказания и имеющих детей в возрасте от 2 до 7 лет, и программа консультирования по переписке.

Уровень **третичной профилактики** – это уровень собственно терапии жертв насилия. Каждый случай насилия над ребенком имеет свою специфику, поэтому для работы со случаем насилия каждый раз создается своя индивидуальная программа.

В соответствии с международными конвенциями, декларациями и законами, защищающими права детей, во всем мире профилактика насилия и жестокого обращения с детьми является одним из приоритетных направлений деятельности организаций и учреждений в сфере социальной политики и образования.

Согласно Федеральному закону от 24 июня 1999 года № 120 - ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних», к субъектам профилактики относятся следующие органы и учреждения:

- комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав;
- органы и учреждения социальной защиты населения;
- органы и учреждения образования;
- органы и учреждения здравоохранения;
- органы внутренних дел;
- органы и учреждения физкультуры и спорта.

Направления и этапы психолого-педагогического сопровождения детей и родителей: профилактическая и реабилитационная работа

Психолого-педагогическое сопровождение – это система деятельности специалистов образовательного учреждения (педагогов, педагогов-психологов, социальных педагогов, специалистов по организации воспитательной работы и др.), направленная на создание комплекса благоприятных социально-психологических условий, необходимых для полноценного развития, успешного обучения и воспитания детей, включенных в образовательный процесс.

В рамках *профилактики* насилия и жестокого обращения с детьми, реализуемой в образовательном учреждении, целесообразно выделить следующие направления работы педагогов:

1. Организационная работа с целью разработки и осуществления комплекса мероприятий по предотвращению случаев жестокого обращения с детьми;

2. Диагностическая работа с целью своевременного выявления факторов риска, которые могут привести к возникновению случаев насилия. Возможные направления диагностической работы:

- диагностика психологических особенностей детей (примеры методик даны в *Приложении 1*);

- диагностика особенностей детско-родительских отношений и внутрисемейного взаимодействия (примеры методик даны в *Приложении 2*).

3. Профилактическая работа с обучающимися для предотвращения возможного насилия;

4. Профилактическая работа с родителями с целью ранней профилактики случаев насилия и жестокого обращения с детьми.

5. Реабилитационная работа по оказанию психосоциальной помощи детям, пострадавшим от насилия и жестокого обращения в школе и дома.

Рассмотрим более подробно этапы и содержание деятельности по приведенным направлениям работы педагогов, направленных на профилактику насилия и жестокого обращения с детьми.

Организационная работа направлена на разработку и осуществление комплекса мероприятий по профилактике жестокого обращения с детьми, осуществление систематической работы с картотекой обучающихся «группы риска».

Реализация данного направления педагогами может включать следующее:

- 1) проведение тематических педагогических советов;
- 2) планирование работы по профилактике жестокого обращения с детьми;
- 3) составление социального паспорта класса, школы;
- 4) ведение картотеки обучающихся из неблагополучных семей, обучающихся, стоящих на внутришкольном учете, на учете ПДН ОВД, КДН;
- 5) посещение семей микрорайона школы, выявления обучающихся, не посещающих школу;
- 6) выявление и постановка на учет детей с девиантным поведением, организация посещения ими спортивных секций и кружков.

Диагностическая работа, которая проводится в 3 этапа.

1 этап. На первом этапе, по отзывам педагогов, классных руководителей, из всех детей выделяются те, у кого есть различного рода проблемы в адаптации, а именно:

- трудности в обучении;
- неорганизованность;
- агрессия;
- неуравновешенность;
- неуверенность в себе;
- трудности во взаимоотношениях со сверстниками и взрослыми;
- воровство и т.п.

Для проверки полученных данных и преодоления возможной субъективности педагогов рекомендуется воспользоваться следующими методами:

- наблюдением за поведением детей во время занятий, игр, на прогулке,
- используя психодиагностические методики для выявления психологических особенностей детей, которые может проводить педагог-психолог образовательного учреждения.

2 этап. Выявление родителей и обучающихся, нарушающих права детей, то есть применяющих к ним физическое или психическое насилие.

С этой целью проводится:

- диагностика агрессивности родителей детей, имеющих трудности в адаптации, а также выявление методов воспитательного воздействия, которые ими применяются.
- диагностика поведения учеников в коллективе и социальные взаимосвязи.

Методикой выявления особенностей взаимоотношений детей в классном коллективе служит социометрия, которая позволяет выявить не только социальные связи детей, но и сформированные в классе группировки. Оценка удовлетворенности обучающихся различными сторонами жизни коллектива позволяет выявить детей, которым некомфортно в коллективе, а так же выявить причины дискомфорта (пример методики представлен в *Приложении 1*).

3 этап. Диагностика особенностей семейного воспитания, особенностей отношений между родителями в тех семьях, в которых заметны нарушения поведения детей (агрессор или аутсайдер).

Целью этого этапа является анализ родительских установок и реакций, а также психологических проблем родителей, которые ведут к нарушению прав ребенка в семье.

Кроме того, используются тесты, анкеты, составленные для выявления семейной ситуации, стиля воспитания, уровня развития коммуникативных способностей и социальной уверенности у детей, происходит выделение и определение фактов и причин насилия, определение семей, потенциально склонных к насилию; ведется анкетирование взрослых, индивидуальная беседа со взрослыми, с каждым ребенком, наблюдение за поведением детей.

Обычно критерием отбора семей в группы коррекции является: социальная дезадаптация детей, дисгармоничные детско-родительские отношения, нарушение у детей определенных личностных качеств. Это лишь первый шаг педагога, направленный на выявление и преодоление последствий насилия.

Профилактическая работа с обучающимися для предотвращения возможного насилия.

Содержание данного направления может заключаться в ежедневном контроле посещения обучающимися школы и оперативном принятии мер по выяснению причины пропуска занятий, контроле за занятостью детей во внеурочное время, посещении на дому обучающихся, имеющих проблему в семье, изучении семейных отношений.

В рамках учебно-воспитательной деятельности в течение года с обучающимися могут проводиться профилактические беседы, тематические классные часы, организовываться встречи со специалистами социальных служб, проводиться внеклассные мероприятия и конкурсы, направленные на повышение уровня социально-психологической адаптированности детей.

В школе может выпускаться информационно-просветительская газета, а также раздел на сайте учреждения, посвященный профилактике насилия и жестокого обращения с детьми. Помимо этого, специалистами в образовательных учреждениях (педагогами, педагогами-психологами, социальными педагогами) должна проводиться постоянная индивидуальная и/или групповая работа с обучающимися, находящимися в «зоне риска».

Профилактическая работа с родителями с целью ранней профилактики семейного неблагополучия.

Содержание данного направления может включать проведение тематических классных часов, циклов бесед и практико-ориентированных семинаров для родителей по трудностям воспитания, развития и обучения детей и подростков, групповые занятия для детей и их родителей.

Особое внимание следует уделить деятельности, направленной на организацию и проведение мероприятий, направленных на гармонизацию детско-родительских отношений, индивидуальные беседы с родителями с целью оказания помощи в поиске выхода из сложных ситуаций,

повышении педагогической компетентности родителей. В качестве наглядного материала родителям могут быть предложены тематические листовки, памятки по проблеме насилия и жестокого обращения, рекомендации.

Также важно своевременно выявлять семьи, в которых потенциально возможны или подтверждены случаи насилия и жестокого обращения к детям, участвовать в систематических посещениях семей, стоящих на учете в подразделении по делам несовершеннолетних и на внутришкольном контроле. Целесообразна по возможности работа комиссии по решению проблем уклонения родителей от воспитания своих детей, работа с семьями, имеющих детей-инвалидов по предоставлению необходимой помощи (сбору документов, консультации).

Необходимо учитывать, что проблемы защиты прав ребенка невозможно решить на уровне школы. Необходимо наладить общую систему работы, в которую необходимо вовлекать детей, родителей, педагогов, психологов, правозащитные и правоохранительные органы.

Поскольку насилие имеет выраженный циклический характер, задачи реабилитации и профилактики в контексте данной проблемы неразрывно связаны между собой. Принципиально важной является работа не только с самой жертвой, но с ее социальным окружением и самим насильником. Реабилитационные мероприятия не имеют смысла, если они не включены в контекст общей профилактической работы.

Как правило, программы вмешательства – это, наряду с медицинской помощью, правовой, социальной и педагогической поддержкой, программы индивидуального и группового сопровождения и терапии, психологического консультирования ребенка и его окружения, разрабатываемые с учетом специфики ситуации, характера травмы, возраста, уровня развития и личностных особенностей ребенка и уровня доверия ко взрослому человеку. В наиболее оптимальном варианте такая программа разрабатывается междисциплинарной командой специалистов в рамках системы межведомственного взаимодействия субъектов профилактики. Успешность оказания помощи детям, пострадавшим от жестокого обращения, зависит не только от профессионализма специалистов, но не в меньшей степени от того, как организована эта работа.

Когда речь идет о случаях жестокого обращения, эффективное межведомственное взаимодействие включает в себя:

- ✓ Понимание каждой структурой своих задач.

Например:

Органы опеки – контроль положения ребенка и обеспечение его безопасности;

Социальная служба – помощь в разрешении проблем, которые мешают родителям заботиться о детях;

Учреждения здравоохранения и образования – выявление жестокого обращения и отслеживание состояния ребенка, помощь в обучении и поддержании здоровья;

Комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав – координация деятельности структур.

- ✓ Разделение функций и избегание дублирования.
- ✓ Согласование общей цели работы по отношению к семье и следование ей при решении своих задач.
- ✓ Общую терминологию (что такое жестокое обращение, как оценивается положение ребенка и риск повторения жестокого обращения и т.д.).
- ✓ Регламентацию взаимодействия между структурами.

В **Приложении 3** представлена информация о центрах помощи для детей, подвергающихся насилию и страдающих от жестокого обращения, действующих на территории Свердловской области.

В соответствии с законом (статья 56 пункт 3 Семейного кодекса РФ), если выявляются факты нарушения прав ребенка, любые должностные лица и гражданские лица должны проинформировать об этом органы опеки и попечительства.

Для специалистов, работающих в направлении профилактики насилия и жестокого обращения с детьми, в **Приложении 4** методических рекомендаций представлены извлечения из законодательных актов Российской Федерации по вопросам защиты детей от жестокого обращения. Изучение законодательной базы поможет быстрее сориентироваться в правовом поле по данной проблеме, уверенно оперировать правовой терминологией в тех или иных случаях из практики.

Психологам и социальным педагогам необходимо организовывать педагогические лектории по содержанию Конвенции по правам ребенка; педагогические консультации для педагогов и родителей по защите прав ребенка; социально-педагогическое сопровождение проблемных семей; тематические занятия с детьми на основе статей Конвенции ООН о правах ребенка. Главной целью такой работы педагогов должно быть получение детьми элементарных знаний и представлений о международном документе, защищающем права ребенка. Работа необходимо вести в форме игры с учетом возрастных особенностей детей с привлечением родителей.

Основной задачей такой работы с родителями является знакомство с содержанием статей Конвенции, необходимо вызвать у родителей интерес и желание осмыслить собственные права; помочь родителям в развитии у них уверенности в своих воспитательных возможностях.

Наряду с работой с детьми должна вестись работа с педагогическим коллективом и родителями. Можно проводить семинары-практикумы для родителей и детей с участием юристов, на котором все желающие смогут получить специализированные ответы на интересующие вопросы.

Кроме того, необходимо привлекать родителей к участию в подготовке совместных проектов по проблеме защиты прав ребенка. Можно, например, организовать интеллектуальные гостиные для педагогов и родителей по обсуждению статей Конвенции. Такие гостиные могут помочь родителям осмыслить свои права и обязанности, сделать их основой своего поведения. Педагоги и родители совместно обсуждают наиболее доступные методы ознакомления детей с материалом.

Реабилитационная работа по оказанию психосоциальной помощи детям, пострадавшим от насилия и жестокого обращения в школе и дома.

Реабилитация – система и процесс восстановления способностей к самостоятельной общественной и семейно-бытовой деятельности.

Психосоциальная реабилитация – это процесс, который открывает человеку, возможность достичь своего оптимального уровня самостоятельного функционирования в обществе.

1. Работа с пострадавшим ребенком по преодолению страха, отвращения, ненависти и других переживаний. Часто для ребенка жестокое обращение с ним является настолько травмирующим, что он не в состоянии выразить свои чувства словами. Поэтому в диагностике и реабилитации важно применять элементы игры и творчества: рисование, музицирование и т. п.

2. Психологическая работа с ребенком, не привязанная непосредственно к переживаемому событию жестокого обращения, связанная с его отношением к себе, другим людям, собственному будущему, получением позитивного опыта безопасного взаимодействия со взрослыми, часто противоположного тому, который он получает в семье, навыков в разрешении трудных ситуаций, в первую очередь ситуаций домашнего насилия и т. п.

3. Работа с ближайшим социальным окружением ребенка (в первую очередь, родителями) по развитию навыков ненасильственного воспитания, эмоциональной поддержке и эмпатии. Сложности, которые имеются у родителей в отношениях с детьми, супругами и партнерами, как правило, связаны с серьезными психологическими проблемами, часто уходящими корнями в

собственное детство родителей. Большой частью эти проблемы не осознаются, и на первый план выдвигаются материальные или ситуационные проблемы.

В рамках данного направления педагогами совместно с педагогами-психологами могут проводиться такие мероприятия, направленные на оказание психосоциальной помощи детям, пострадавшим от насилия и жестокого обращения, как тренинги, индивидуальные и групповые занятия.

Индивидуальная работа с несовершеннолетними, пострадавшими от насилия и жестокого обращения, предусматривает изменение социальной среды ребенка, то есть работу с родителями, их педагогическое просвещение, уменьшение факторов риска насилия. Применительно к каждому конкретному случаю разрабатывается программа помощи ребенку. Она разрабатывается педагогами совместно с психологом с учетом тяжести стрессовой ситуации.

Основной целью здесь является обучение ребенка навыкам и приемам поведения в семье, повышение чувства собственного достоинства. Необходимо оказание моральной поддержки ребенку для развития уверенности в себе, привлечение по мере необходимости других специалистов для преодоления стрессовой ситуации. В этом плане работа педагогов неразрывно связана с психологом, который грамотно, по заранее разработанной конкретно для этого ребенка программе поможет пережить последствия стресса.

Восстановление доверия и воспитание положительного отношения к взрослым, в том числе и родителям, является ещё одним этапом преодоления последствий жестокого обращения. Важно научить детей проявлять внимание и заботу, учить сопереживанию. Такой опыт успешно формируется при воспитании эмоционально-положительного отношения к близким людям, к тем, кто заботится о них. На этой основе можно воспитывать доброжелательное отношение и к другим окружающим.

Педагогами-психологами, практическими психологами или при их активном участии в работе педагогов с последствиями насилия могут использоваться методы и технологии практической работы, которые подробно изложены в разделе «Методы и технологии практической работы по профилактике насилия и жестокого обращения с детьми».

Цели психолого-педагогического сопровождения детей, подвергшихся насилию и жестокому обращению (уровень третичной профилактики):

1. Формирование гармоничной «Я»-концепции (образа «я», системы представлений о самом себе, осознаваемой как самооценка и средство обеспечения внутренней согласованности личности) ребенка, пострадавшего от насилия.
2. Совершенствование умений, навыков, способностей, позволяющих ребенку идентифицировать свои мысли, чувства, поведение для установления доверительных отношений с другими.
3. Восстановление чувства собственного достоинства и доверия к окружающим людям.
4. Развитие и совершенствование социальных качеств личности ребенка.
5. Коррекция дезадаптивных форм поведения (могут проявляться в неспособности или отказе индивида приспособляться к социальным нормам и требованиям, сложностях с социальным взаимодействием и адекватным реагированием на жизненные ситуации).
6. Формирование способности к самопринятию.
7. Выработка способности к самостоятельному принятию решений.
8. Работа по относительной девальвации этого события («беда, но не катастрофа»).
9. Формирование у несовершеннолетнего адекватной атрибуции ответственности за насилие.

При этом работа должна проводиться как в рациональном, так и в эмоциональном ключе, включающем отреагирование страха, отвращения, ненависти и других негативных переживаний.

10. Нормализация отношения к себе, другим людям, сексуальным отношениям, браку, любви, будущему.
11. Работа с эмоциональной, когнитивной, поведенческой сферами ребенка.
12. Применение различных коррекционных программ:
 - коррекционная работа с агрессивными детьми;
 - развитие эмоционально-волевой сферы;
 - коррекция объективных страхов у детей и т.п.

Психологическая готовность специалистов к работе с детьми, подвергшимися насилию и жестокому обращению.

В образовательном учреждении, если говорить о проблеме жестокого обращения с детьми, основной задачей педагогов является выявление и грамотная реакция на случаи жестокого обращения, тогда как задача педагога-психолога – реабилитационная работа с ребенком, пострадавшим от жестокого обращения.

Оказание помощи детям, пострадавшим от насилия, предполагает близкое соприкосновение профессионала с травматичным опытом ребенка и его последствиями. Рассказ ребенка о трагичном событии может оказаться тяжелым испытанием, особенно для начинающих или недостаточно подготовленных специалистов. Поэтому очень важно осознавать свои возможности и соответствие своих компетенций поставленной задаче.

Выслушивая ребенка и предоставляя ему возможность выразить негативные чувства и переживания, педагог (социальный педагог, педагог-психолог), сопереживая, может вовлекаться в эмоциональное состояние ребенка. Подобное вовлечение приводит к возникновению «вторичной травмы» – изменениям во внутреннем опыте специалиста, возникающим в результате его эмпатической вовлеченности в отношения с клиентом, переживающим травматический опыт.

Переживание невозможности оказания быстрой помощи ребенку, как по прекращению насильственной ситуации, так и по преодолению последствий насилия, может вызывать у консультанта чувство разочарования и бессилия, что приводит к усилению вторичной травмы. Вторичная травма схожа по своим проявлениям с синдромом эмоционального выгорания, хотя и не является его полным вариантом.

Тем не менее, и то и другое состояние имеют тенденцию к накоплению и приводят к схожим результатам – негативным переменам в физическом и эмоциональном самочувствии и трудностям в профессиональном и личном взаимодействии. Различия между ними лежат, главным образом, в причинах возникновения: в то время как вторичная травма чаще всего возникает как вторичная реакция на эмпатическое сопереживание клиентам с травматическим опытом, синдром выгорания может возникнуть при работе с любыми людьми.

Таким образом, оказание эффективной помощи детям – жертвам и свидетелям насилия – требует от специалистов рефлексивного анализа собственных представлений, возможностей, границ помощи, а также соблюдения принципов и приемов психогигиены.

→ Представления специалиста (психолога, педагога-психолога) о проблеме насилия, вопросы и ответы необходимо тщательно продумывать. Это могут быть следующие *вопросы*:

- Верю ли я, что насилие проходит любые социоэкономические и культурологические барьеры?
- Верю ли я, что родители, которых я знаю, которые мне нравятся и с которыми я работал(а), возможно, способны проявлять насилие в отношении своих детей?

- Свободен(-а) ли я от других мифов и стереотипных представлений в отношении проблемы насилия?

- Каково мое отношение к детям, женщинам, мужчинам, инвалидам, сексуальным меньшинствам?

→ Оказывая консультирование пострадавшим от насилия детям, специалисту необходимо знать *границы помощи*:

- Чего я могу опасаться, соприкасаясь с темой насилия?
- О чем я затрудняюсь или не могу говорить?
- Что может быть слишком болезненным для меня?
- С какими клиентами я не готов(а) работать?
- Знаю ли я границы собственной компетентности?
- Есть ли у меня приемлемые способы для дальнейшей помощи ребенку (переадресовка, подключение смежных специалистов, работа в команде и пр.)?

В процессе консультирования можно использовать *личные табу*:

- Что я не могу назвать своим именем – инцест, изнасилование, самоубийство?..
- Могу ли я переносить нецензурные слова или неприятные обозначения частей тела, сексуальных действий?

- Могу ли я использовать те же названия интимных частей тела, которые предлагает ребенок?

- Есть ли темы, которые для меня полностью запретны?

→ «Спасательство»:

- Стремлюсь ли я слишком быстро решить ситуацию клиента?
- Проявляю ли я излишнее любопытство к подробностям?
- Могу ли я переносить неопределенность, паузы, неясности?
- Могу ли я давать ребенку невыполнимое обещание?
- Что я буду делать, если ребенок мне скажет: «Позвоните моему папе, чтобы он забрал меня к себе...»?
- Что я отвечу взрослому на реплику: «Скажите моему мужу, чтобы он прекратил бить сына»?

- Пытаюсь ли я решить ситуацию за взрослого клиента или считаю, что эффективнее активизировать их личностные ресурсы и не брать на себя невыполнимых обязательств?

→ Осуществляя консультирование необходимо соблюдать *личную психогигиену*:

- Часто ли меня посещают чувства бессилия или беспомощности?
- Чувствую ли я вину, если ситуация ребенка сразу не улучшается?
- Замечаю ли я негативные изменения в своем физическом или эмоциональном состоянии, связанные с воздействием работы?
- Наблюдаю ли я изменения в своем поведении, которые меня тревожат?
- Считаю ли я обязательным встречи с супервизором?
- Прохожу ли я личную терапию?
- Стремлюсь ли я к соблюдению баланса между работой и отдыхом?

Педагогу, который привык оказывать помощь и заботиться о других зачастую бывает трудно быть внимательным по отношению к самому себе. В личной и профессиональной жизни педагога бывают периоды, когда его устойчивость к психотравмирующим влияниям ослабевает и появляется повышенная уязвимость.

В связи с этим педагог, работающий с пострадавшими от насилия детьми, должен, помимо освоения специальных знаний и технологий помощи, систематически осмысливать переживаемый профессиональный опыт и владеть осознанными приемами заботы о себе.

Рекомендации для педагогов по вопросам организации работы с детьми, подвергшимися насилию (роль педагога при раскрытии случая жестокого обращения с ребенком).

Можно выделить три основных задачи, стоящие перед педагогом в случае раскрытия случая насилия над обучающимся:

1. Помочь ребенку, оказать ему поддержку.
2. Сообщить в соответствующие органы и учреждения, поскольку жестокое обращение имеет серьезные последствия для жизни и здоровья ребенка.
3. Предупредить повторение насилия, для чего создать в школе теплую творческую атмосферу, характеризующуюся предсказуемостью, надежностью, доверительностью отношений.

Рассказ ребенка о жестоком обращении (особенно о сексуальном насилии), которое совершали по отношению к нему, - это тяжелое испытание для тех, кому приходится это выслушивать. Шок, неверие, отрицание, гнев, жалость и отвращение - все это нормальные реакции на такое признание. Часто первым побуждением учителя или другого лица становится желание отделаться от ребенка, сказать себе, что все это он выдумал, и поскорее забыть. Со всем этим нужно и можно справиться, чтобы оказать необходимую поддержку и помощь ребенку.

Часто при раскрытии случая жестокого обращения педагог задается вопросом: насколько можно доверять ребенку, ведь он может фантазировать или находиться под влиянием других взрослых. В любом случае ребенок нуждается в вашей помощи, т.к. должны быть причины для возникновения подробных фантазий или для того, чтобы ребенок решился на обман.

В любом случае важно помнить о соблюдении конфиденциальности. Ребенок может попросить вас никому не рассказывать о случившемся с ним, но оставив все как есть, вы не можете быть уверены в безопасности для жизни и здоровья ребенка. Здесь важно понимать, что конфиденциальность в полном её объеме не может быть гарантирована ребенку, это стоит ему объяснить, пояснив причины.

Кроме того, статья 122 Семейного кодекса указывает, что администрация образовательных, лечебных, учреждений социальной защиты, а также граждане, которым стало известно о детях, родители которых уклоняются от исполнения своих обязанностей, злоупотребляют родительскими правами или жестоко обращаются со своими детьми, обязаны сообщить об этом в органы опеки и попечительства по месту фактического проживания детей.

Контроль ситуации. Дети, подвергшиеся насилию (особенно в семье), часто воспринимают себя беспомощными, неспособными контролировать ситуацию. Необходимо это учесть при раскрытии насилия и дать ребенку почувствовать, что он может управлять ситуацией, например, с ним обсуждается план дальнейших действий.

Принятие ребенка. Когда жестокое обращение длится годами, это не может не наложить отпечаток на личностные особенности ребенка. Поэтому учителю, социальному педагогу, психологу и другому специалисту следует быть готовым к встрече с детьми со странностями или даже с «неприятными» особенностями.

Если ребенок рассказывает вам о насилии, то:

➤ Отнеситесь к тому, что рассказал вам ребенок, серьезно. Реагируйте спокойно на его признание и не показывайте, что вас это шокирует или вам это неприятно. Ребенок может перестать говорить о случившемся, чтобы оградить вас от болезненных переживаний.

- Успокойте и поддержите ребенка: «Ты правильно сделал, что мне рассказал», «Ты в этом не виноват», «Не ты один попадаешь в такую ситуацию, это случается и с другими детьми».
- Пользуйтесь теми же словами, которые использует ребенок, не делайте ему замечаний за использование непристойных выражений, так как для него это может быть единственным способом описать случившееся. Повторите ребенку еще раз, что вы верите тому, что он рассказал.
- Объясните ему, что вы собираетесь делать дальше. Обещайте ребенку свою поддержку.
- Терпеливо отвечайте на вопросы и рассеивайте тревоги.
- После окончания разговора сделайте подробную запись. Это поможет вам проанализировать случившееся и определиться с дальнейшими действиями.

Чего не стоит делать:

- Не давайте ребенку опрометчивых обещаний типа: «Это останется между нами», «Мама не будет сердиться» и «Все будет хорошо». Агрессор, вероятнее всего, уже заставил ребенка держать их отношения в секрете, а собственный жизненный опыт говорит ему, что мама будет сердиться и ругать его (что чаще всего и происходит).
- Не советуйте ребенку забыть все и жить так, как будто ничего не было, потому что последствия травматического события таковы, что навязчивые воспоминания и мысли о пережитом вызывают тревогу, беспокойство, неуверенность в будущем. Лучше обратиться к психологу, имеющему опыт работы с детьми, подвергшимися насилию.

Чтобы оказать помощь ребенку, вам нужно знать, кто совершал насилие над ребенком, и где это происходило; как относится ребенок к насильнику, если это близкий для него человек; боится ли он сообщить родителям; жалуется ли ребенок на физическое недомогание, боли. Например, если ученица вам рассказывает, что насилие совершал отчим, а мать не верит и не поддерживает ее, значит, существует реальная угроза, что насилие будет повторяться вновь и вновь. В этом случае вам надо подумать о том, какие меры следует принять для обеспечения безопасности девочки.

Другой пример: ребенок подвергся нападению незнакомого мужчины по дороге из школы домой, но боится сказать родителям, потому что они наказывают его за малейшую провинность. В этом случае вы можете пойти вместе с ребенком к нему домой и объяснить родителям, что в происшедшем нет вины ребенка и продумать вместе с ними, как помочь ребенку справиться с травмой.

Помните: если вы подозреваете, что ребенок подвергся любому насилию, вы должны сообщить об этом соответствующим органам. Таким образом, учителя могут оказать значительное влияние на эмоциональное и психологическое состояние ребенка, подвергшегося насилию. Важно помнить, что роль педагога заключается только в том, чтобы внимательно выслушать ребенка, а не добиваться от него подробностей и не проводить расследование самому, – это дело сотрудников полиции.

Рекомендации для педагогов-психологов по индивидуальному консультированию детей, подвергшихся насилию.

1. Для установления контакта с ребенком психологу нужно использовать приемы активного слушания. Примеры эффективного и неэффективного реагирования педагога-психолога на информацию о насилии приведены в **Приложении 5**.

Если обобщить наиболее характерные варианты неэффективных способов реагирования специалиста на прямую или косвенную информацию о фактах насилия в отношении ребенка, то это могут быть:

- высказанные вслух предложения о возможных причинах беспокойства ребенка или мотивах поведения взрослых;

- попытки угадывания того, что ребенок имеет в виду или того, что может ему угрожать;
 - попытки говорить вместо ребенка или за него.
2. Специалисту необходимо проинформировать ребенка и его родителей о том, чем он может им помочь, а они должны решить, готовы ли работать дальше с этим специалистом. В случае отказа можно предложить другие варианты помощи.
 3. Помочь ребенку в отреагировании чувств, связанных со случаем жестокого обращения.
 4. Предложить ребенку придумать как можно больше новых путей разрешения его проблемы. Для чего желательно использовать «мозговой штурм».
 5. Выбрать один из путей разрешения проблемы, продумать вместе с ребенком, как претворить его в жизнь. Очень важно, чтобы ребенок согласился обсудить потом с психологом результаты своих действий. А для этого путь реализации проблемы должен быть строго конкретным.
 6. Желательно подводить итоги каждой встречи, давать рекомендации, развивающие задания для закрепления тех результатов, которые были достигнуты в ходе работы со специалистом.

Рекомендации для педагогов-психологов по проведению групповой работе с детьми, подвергшимися насилию.

Прежде чем группа начинает работу, необходимо выработать правила поведения. Соблюдение правил является значимой частью жизни группы, так как именно они обеспечивают безопасность внутригруппового пространства. Правила могут устанавливать ведущие группы или предлагать дети. Список правил может меняться, по мере необходимости в него могут вноситься дополнения.

Дети, пострадавшие от насилия и жестокого обращения, имеют трудности с соблюдением физических и психологических границ. У них либо нарушено представление о собственных границах (допускают вторжение чужих в свое пространство слишком глубоко), либо они склонны нарушать границы других людей. Именно поэтому поддержание правил – первостепенная задача группового процесса.

Типичными для подобных групп являются следующие правила:

- Внимательное слушание (не перебивать/говорить по очереди) – каждый участник имеет право быть выслушанным; говорить в один момент времени может только один участник; остальные участники не мешают и слушают. Равное время – время для высказываний делится примерно поровну, чтобы никто не занимал все время, и каждый знал, что у него тоже будет возможность высказаться;
- Активность – каждый участник принимает активное участие в упражнениях и обсуждениях, никто не является сторонним наблюдателем.
- «Я-высказывание» – каждый участник высказывает свои мысли и чувства от первого лица («я чувствую», «я думаю», «я хочу», «мне нравится/не нравится») и не использует оценочные суждения («он плохой», «он сказал глупость») или безличные высказывания («все устали», «никому не интересно»).
- Конфиденциальность – личная информация участников группы (то, что происходит во время совместной работы) не обсуждается за ее пределами.
- Уважение чужого мнения – каждый имеет право на собственное мнение, и каждое мнение является ценным, важным и нужным (недопустимо смеяться над другими участниками группы, осуждать их и т.д.).
- Физическая неприкосновенность – каждый участник имеет право на соблюдение физических границ; участники группы не имеют права прикасаться к другим только потому, что им этого хочется; прикосновения возможны только с разрешения (для детей, которые имеют опыт насилия, это правило неочевидно и требует отдельного пояснения).

Следить за соблюдением правил – задача всех участников группы, но в большей степени это является ответственностью ведущих. Важно, чтобы правила не просто декларировались, но и реально работали. Если ребенок демонстративно не соблюдает правила, к этому надо относиться как к проявлению его привычной дезадаптивной модели поведения в жизни.

Такому ребенку чрезвычайно важно (возможно, даже важнее, чем содержание групповых занятий) научиться принимать правила группы как модели общества (понимать естественные ограничения, соблюдать общепринятые правила поведения).

Рекомендации педагогам по работе с родителями, дети которых подвергались насилию и жестокому обращению.

Работа с родителями должна строиться в зависимости от роли, которую каждый из них играл при совершении насилия над ребенком:

- невинный родитель – не участвовал прямо в насилии, не знал о насилии;
- неспособный защитить – знал или мог предвидеть, что ребенок подвергается жестокому обращению, но оказался неспособным проявить заботу о безопасности ребенка;
- виновный родитель – жестоко обращался с ребенком.

Задачи работы с невинным родителем:

- предоставить возможность эмоционально отреагировать на произошедшее;
- мобилизовать внутренние ресурсы для дальнейшей помощи себе и ребенку.

Задачи работы с виновными и неспособными защитить родителями:

- выявить мотивы поведения родителей;
- обучить эффективным родительским навыкам;
- помочь родителям осознать собственный травматический опыт, связанный с насилием;
- мотивировать на лечение от зависимостей, если они имеются;
- выявить психические расстройства и обеспечить доступ к психиатрической помощи.

Педагоги с участием педагогов-психологов могут предотвратить возникновение случаев насилия и жестокого отношения с детьми, обсуждая в рамках тематических классных часов, циклов бесед и практико-ориентированных семинаров трудности воспитания, развития и обучения детей и подростков, совместные занятия для детей и их родителей.

МЕТОДЫ И ТЕХНОЛОГИИ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ НАСИЛИЯ И ЖЕСТОКОГО ОБРАЩЕНИЯ

Практические упражнения для индивидуальной работы с детьми

Наиболее подходящим вариантом в деятельности по профилактике насилия и жестокого обращения и при работе с детьми, пережившими насилие, является эклектичная модель консультирования, в которой сочетаются три основных психотерапевтических направления: работа с мыслями, работа с чувствами, работа с поведением.

Представленные в параграфе методы и технологии практической работы могут использоваться в работе педагогами в образовательных учреждениях совместно либо при участии педагогов-психологов (психологов).

В зависимости от направленности упражнения можно использовать как с целью первичной профилактики, так и при работе с детьми, пережившими насилие (в данном случае участие психолога строго обязательно). Для удобства методы разделены по основным психологическим подходам.

1. Психоанализ

✓ Анализ незаконченных предложений

В психологической практике для того, чтобы понять мысли, чувства и поведение ребенка, часто используются проективные техники, такие как «Дом — дерево — человек». Однако этого можно достичь и с помощью незаконченных предложений, в которых бы звучали темы любви и неприятия, выражения различных чувств, целей, желаний, мнение о семье и т. п. Кроме того, эта процедура способствует установлению контакта с неразговорчивыми, испуганными, тревожными детьми.

Примеры

Больше всего мне нравится...

В семье мне больше всех помогает...

Я счастлив, когда...

Я расстраиваюсь, когда...

Больше всего я боюсь, когда...

Мое самое большое желание — это...

Я бы хотел, чтобы мои родители...

Когда я вырасту, я хочу...

Братья — это...

Сестры — это...

Папа — это...

Мама — это...

✓ Книготерапия - это чтение и обсуждение книг вместе с детьми, в которых описываются ситуации, сходные с теми, что имеют место в реальной жизни детей. В книгах герои могут выражать те мысли и чувства, которые сами дети не в состоянии вербализовать.

Из рассказанных историй клиенты могут узнать об альтернативных решениях проблем и новых способах действий; читая о детях, похожих на них, они могут чувствовать себя менее одиноко или менее ощущать себя не такими, как все.

Цели книготерапии:

- Научить конструктивному, позитивному мышлению.

- Способствовать свободному выражению беспокоящих проблем.
- Помочь детям проанализировать свои установки и поведение.
- Помочь увидеть альтернативные решения.
- Помочь найти способ решения проблем.
- Помочь увидеть похожесть проблем, которые встречаются у детей.

В процессе книготерапии педагог обсуждает с ребенком поведение героев, их мысли, чувства, причину проблем и их последствия. Обсуждаются вопросы, которые могут возникнуть у ребенка по прочтении книги, затем психолог постепенно переходит к тому, что из описанного в рассказе походит на происходящее в жизни ребенка и чем. Помимо этого, книготерапия несет информационную нагрузку, поскольку дает возможность обеспечить детей знанием о тех жизненных проблемах, которые их волнуют.

2. *Терапия реальностью*

Терапия реальностью отражает уровень контроля ребенка за собственным поведением; ответственность, которую он берет на себя; восприятие ребенка самого себя (проблема самооценки). Если психолог решает включить терапию реальностью в работу с детьми, пережившими насилие, то в общей модели консультирования она должна идти только после работы над эмоциональным состоянием ребенка.

✓ Процесс терапии

1. Построение теплых, доверительных отношений, которые бы способствовали раскрытию ребенка.
2. Описание проблемного поведения.
3. Оценивание ребенком того, что происходит в его жизни и как он сам себе помогает решать проблемы. Способствуют ли его действия достижению того, чего он хочет от жизни. Если нет, то психолог задает вопрос: «Что же ты хочешь изменить в своих действиях?»
4. Поиск возможных альтернатив, позволяющих достичь того, что ребенок хочет от жизни. Используется метод мозгового штурма.
5. Ребенок выбирает путь для достижения поставленной цели. Ключевой момент на этой стадии - помочь ребенку взять на себя обязательства предпринять новые действия, чтобы достичь цели. При этом важно, чтобы первые шаги на новом пути были очень маленькими, так как ребенку нужно обязательно почувствовать себя успешным - именно это лежит в основе движения ребенка к цели.

✓ Задавание вопросов

В терапии реальностью обычно задаются следующие 5 вопросов:

- Что именно ты делаешь?
- Помогает ли то, что ты делаешь, достигнуть того, что ты хочешь?
- Если нет, что бы еще ты бы мог попытаться сделать (перечисление вариантов)?
- Что бы ты хотел попробовать в первую очередь?
- Когда?

Как уже было сказано выше, утверждения (или предложения) со стороны психолога часто более эффективны, нежели задавание вопросов.

✓ Примеры трансформации вопросов в утверждения с позиции терапии реальностью:

1. Что ты делаешь для того, чтобы решить проблему?

- Если ты готов, мы могли бы обсудить, что же именно ты делаешь для того, чтобы решить проблему.
2. Получается ли у тебя таким образом достигнуть того, чего ты хочешь?
→ Давай посмотрим вместе, как твои действия тебе помогают.
 3. А если что-то из того, что ты делаешь, не помогает тебе, чтобы еще ты мог сделать, чтобы это сработало?
→ Давай посмотрим, какие бы другие варианты поведения ты бы выбрал; быть может, нам удастся придумать с тобой план действий.
 4. Что бы из того, что ты перечислил, ты бы хотел попробовать?
→ Ты перечислил несколько вариантов. Я не очень понял, есть ли среди них какой-нибудь, какой ты выберешь и будешь придерживаться.
 5. Когда мы могли бы снова встретиться, чтобы обсудить, что у тебя получилось?
→ Знаешь, было бы неплохо договориться о следующей встрече — мы могли бы тогда обсудить, что у тебя получилось.

В консультировании дошкольников и младших школьников в режиме терапии реальностью вопросы могут быть видоизменены так:

- Что ты сделал?
- А что из того, что ты сделал, ты сделал не по правилам (не так, как принято, не так, как положено)?
- А как ты должен был поступить, чего от тебя ждали?
- И что ты собираешься делать в следующий раз?
- Давай мы с тобой это запишем. Ты будешь писать или я?
- Давай завтра проверим, что же у тебя получилось.

В целом терапия реальностью дает возможность ребенку оценить все плюсы и минусы своего поведения; увидеть цену, которую он платит, и сделать выбор в сторону более конструктивного поведения.

3. Гештальт-терапия

Основной задачей в гештальт-подходе является помощь ребенку в осознании того, что с ним происходит «здесь и сейчас». Для жертв насилия это осознание особенно актуально, поэтому некоторые гештальт-техники рекомендуются для работы с детьми в возрасте 5-12 лет.

✓ Принятие ответственности

Данная техника заключается в том, чтобы обучать клиента использовать слово «я» вместо «мы» или «вы», таким образом, предлагая ему принимать ответственность на себя. Например, вместо «Ну вы же понимаете, как это бывает, когда мать начинает орать, и драться», предлагать формулировку «Я знаю, что это такое, когда мать начинает орать и драться». Так дети обучаются принятию ответственности за свои мысли, чувства и поведение.

✓ Замена «не могу» на «не хочу»

Данная техника также помогает ребенку помочь понять, какую долю ответственности в случившемся он берет на себя. Например, обучают говорить «Я знаю, что не смогу ему отказать, когда он ко мне пристаёт» вместо «Я не знаю, как ему отказать, когда он ко мне пристаёт».

✓ Замена «почему» на «что» и «как»

Обычно вопрос клиенту, «почему» он сделал то-то и то-то, довольно бессмысленный, так как, все сознательные объяснения не что иное как рационализация. Поэтому предлагается задавать вопросы — типа «Как ты себя чувствовал, после случившегося?»

✓ «Пустой стул»

Эта техника используется для разрешения внутренних или межличностных конфликтов. Ребенок, сидя на одном из стульев, может изображать себя; затем, сидя на другом стуле, он проецирует, что бы другой человек сказал или сделал в ответ. Или, сидя на одном стуле, ребенок выдвигает аргументы «за» какое-то решение; сидя на другом стуле, оспаривает эти решения.

Например, если ребенку трудно принять решение, сказать ли о произошедшем сексуальном насилии со стороны отца своей матери, можно использовать данную технику, позволяющую взглянуть на последствия возможных действий и принять решение.

Вариант техники «пустого стула» — предлагается представить себе, что на пустом стуле сидит гипотетический человек, обладающий качествами, действиями и проблемами, сходными с тем, что есть у самого ребенка. Детям иногда легче обсуждать гипотетического ребенка и возможности его изменений.

✓ «Я обижаюсь, я требую, я благодарен»

Ребенку предлагается выбрать трех людей, самых близких ему и по отношению к каждому, подумать о том, на что он (ребенок) обижается, чего бы от них хотел и за что благодарен. Эта техника также позволяет осознать смешанные чувства в отношении окружающих и то, как противоположные мысли и чувства могут быть интегрированы.

✓ Фантазийные игры

Игры способствуют осознанию детьми своих чувств. Наиболее широко используемые игры — «Куст роз» и «Мудрец».

Игра «Куст роз»

В игре ребенку предлагается представить себя розовым кустом и ответить на следующие вопросы:

- Какой куст — сильный или слабый?
- Какие корни — глубокие или на поверхности?
- Сколько цветков — много или мало?
- Сколько шипов — много или мало?
- Среда, в которой растет куст, хороша для него или плоха?
- Хватает ли кусту места?
- Какие у него отношения с другими растениями?
- Какое у него будущее?

Игра «Мудрец»

Игра предполагает, что ребенок, находясь одновременно в роли и мудреца, задает сам себе один, какой-то очень важный вопрос, дает себе время подумать и на него отвечает. Как вопрос, так и ответ должны привести больше осознания и понимания в жизнь ребенка. После каждого подобного фантазийного упражнения, во-первых, уместно попросить закончить

предложение: «Я понял, что...»; во-вторых, продолжить работу с ребенком с помощью релаксационных упражнений.

✓ Упражнения на осознание настоящего

1. «Осознание чувств». Детям дается следующая инструкция: «В течение примерно 5 минут сконцентрируйте свое внимание на том, что ощущает ваша кожа... как вы своим весом надавливаете на стул... как стоят ваши ноги на полу... что вы чувствуете в тех местах, где вас обтягивает одежда... А теперь давайте дотронемся и ощутим разные предметы». В процессе этого упражнения детям предлагается вербализовать свои ощущения.
2. «Зеркало». Возьмите большое зеркало и предложите ребенку встать перед ним и посмотреть на себя в течение 30 секунд. Затем попросите клиента описать все, что он видел. Будьте мягки, но настойчивы — просите его дать как можно больше описаний.
3. «Здесь и сейчас». Ребенку дается следующая инструкция: «Ты садишься и сидишь спокойно на стуле. Давай, ты попробуешь сказать как можно больше предложений, описывающих твое состояние, начиная со слов: «Сейчас я...» Наконец, погрузись в свое состояние здесь и сейчас без слов, не разговаривая».

4. Когнитивно-поведенческая терапия

Данный подход подтвердил свою эффективность при работе с детьми, пережившими насилие и демонстрирующими такие эмоционально-поведенческие отклонения, как агрессия, тревожность, депрессивные состояния.

✓ Процесс консультирования в когнитивно-поведенческом подходе работы при работе с детьми пережившими насилие предполагает прохождение совместно с ребенком следующих девяти шагов:

1. Ребенку предлагается описать письменно то, что случилось.
2. Ребенку предлагается стать как бы видеокамерой и рассказать о том, что бы он видел и слышал, будучи видеокамерой.
3. Ребенку предлагается записать свои мысли о том, что произошло.
4. Ребенку предлагается соотнести свои чувства в каждый конкретный момент ситуации со своими последующими действиями.
5. Ребенку предлагается решить, являлись ли его мысли полезными для него. Для этого психолог просит его ответить на 5 вопросов на шаге 6.

- *Насколько мои мысли реальны, это ли я видел и слышал, будучи «видеокамерой»?*

- *Помогают ли мне мои мысли жить дальше и быть в хорошей физической форме?*

6. Помогают ли мне мои мысли добиться того, чего я хочу?

7. Помогают ли мне мои мысли избегать неприятностей?

8. Помогают ли мне мои мысли чувствовать себя так, как я хочу себя чувствовать?

9. Ребенку задается вопрос: «Как бы ты хотел себя чувствовать?»

Ребенку предлагается записать свои более «полезные» мысли, нежели перечисленные.

Задается вопрос: «*Что бы ты теперь хотел сделать?*» Таким образом, создается план действий, которые ребенок может использовать в следующий раз в подобной ситуации.

✓ Релаксационные упражнения используются для снятия психоэмоционального напряжения, расслабления, проработки актуального состояния, с целью восстановления после действия стрессовых факторов.

1. Мышечная релаксация

Время: 10 мин. Возраст: 6-9 лет. (Маленькие дети могут выполнять отдельные элементы этого упражнения вместе с взрослыми.)

Инструкция: Сядь в удобное кресло или ляг на пол. Спина опирается на спинку кресла или прижата к полу. Если ты сидишь в кресле, поставь ноги на пол, но не скрещивай их. Если ноги не достают до пола, подложи под них подушку.

Начнем с рук. Сожми руки в кулаки. Как можно сильнее напряги мышцы. Представь ощущение этого напряжения — как тугая тетива, которую вот-вот отпустят. Разожми кулаки и пошевели пальцами. Они извиваются, как спагетти. Встряхни их. Испытай чувство освобождения, релаксации.

Переходим к ногам. Напряги их, включая пальцы в «тугую тетиву». Затем напряги икры, колени, бедра, всю ногу. Потряси ногами и пошевели пальцами. (Следующий абзац в упражнении с маленькими детьми можно пропустить и перейти к упражнениям с лицом.

Напряги туловище — начни с плеч, затем перейди к груди и животу. Ощути пространство вокруг пояса, в том месте, где обычно носят ремень. Расслабь живот. Потом — грудь. Если ты чувствуешь напряжение в плечах, мягко положи руки на пол или на подлокотники.

Несколько раз глубоко вдохни животом, пока напряжение не пропадет. Затем расслабь поясницу. Ты чувствуешь себя спокойно и расслабленно, как опущенная тетива.

Наморщи лоб. Плотно закрой глаза. Затем открой. Наморщи ненадолго нос. Сожми и разожми зубы. Погримасничай, напрягая и расслабляя разные части лица. Расслабься и запомни это чувство. Проверь, не чувствуешь ли ты напряжения в какой-нибудь части тела. Избавься от него, напрягая и расслабляя мышцы. Если ты сидишь в кресле, медленно поднимись, если на полу, медленно перекались на бок и встань.

2. «Воздушный шарик»

Время: 0,5-1 мин. Возраст: 3-5 лет. Цель: показать, что дыхание является способом релаксации и обретения спокойствия. Научить «вдыхать» и «выдыхать».

Инструкция: Представь, что в твоей груди находится воздушный шарик. Вдыхая через нос, до отказа наполни легкие воздухом. Выдыхая ртом, почувствуй, как он выходит из легких. Не торопясь, повтори. Дыши и представляй, как шарик наполняется воздухом и становится все больше и больше. Медленно выдохни ртом, как будто воздух тихонько выходит из шарика. Сделай паузу и сосчитай до 5.

Снова вдохни и наполни легкие воздухом. Задержи его, считая до 3, представляя, что каждое легкое — надутый шарик. Выдохни. Почувствуй, как теплый воздух проходит через легкие, горло, рот. Повтори 3 раза, вдыхая и выдыхая воздух, представляя, что каждое легкое — надутый шарик, из которого выходит воздух, когда ты выдыхаешь. Остановись и почувствуй, что ты полон энергии, а все напряжение пропало.

3. «Лифт»

Время: 1 мин. Возраст: 6-11 лет. Цель: совершенствование мастерства, достигнутого в «воздушном шарике». Расслабление и регулирование нервной системы.

Инструкция: Дети учатся выделять 3 участка: голову, грудь и живот, задерживая дыхание на 6, 8 или 12 секунд в каждом из них. Сделав вдох носом, мы начинаем поездку на лифте. Выдыхая, почувствуй, как воздух начинает свой путь от подвала (живота). Снова вдохни — воздух поднимается на один этаж выше (желудок). Выдохни. Вдохни еще раз и подними лифт на следующий этаж (грудь). Выдохни. А сейчас можно отправиться на чердак, вверх по горлу, к щекам и лбу. Почувствуй, как воздух наполняет голову. Когда выдохнешь, ты ощутишь, что все напряжение и волнение вышли из твоего тела, словно из двери лифта.

4. «Мыльные пузыри»

Время не ограничено. Возраст: 8-11 лет. Цель: повышение самоуважения. Замена негативных мыслей на позитивные.

Инструкция: Сядь, возьми карандаш и бумагу. Проанализируй свои мысли о том, что тебя беспокоит. Сравни, как слова соотносятся с твоими чувствами. Если ты скажешь: «Я плохо себя чувствую», скажи себе следующее: «Я вздремну и буду чувствовать себя лучше».

На чистом листе бумаги нарисуй голову, из которой вылетают мыльные пузыри твоих мыслей вправо и влево. На пузырях слева напиши свои негативные мысли, а на пузырьках справа — позитивные.

5. «Радуга»

Время: 5-7 мин. Возраст: 7—11 лет. Цель: снятие эмоционального напряжения. Стимулирование эмоционального воображения. Упражнение можно выполнять отдельно или после релаксации.

Инструкция: Закрой глаза. Представь, что у тебя в голове находится экран. На экране ты видишь радугу — цвета, которые тебе нравятся. Для каждого цвета есть свой настрой и чувство. Ты видишь то, что описываю я, или то, что захочешь сам.

Первый цвет — голубой. Голубой может быть мягким и успокаивающим, как струящаяся вода. Голубой приятно ласкает глаз в жару. Он освежает тебя, как купание в озере. Что ты видишь, когда думаешь о голубом? Следующий цвет — красный. Красный дает нам энергию и тепло. На него хорошо смотреть, когда тебе холодно. Иногда слишком много красного нас злит. Иногда он напоминает нам о любви. Что ты думаешь, когда смотришь на красный цвет? Желтый приносит нам радость. Он согревает, как солнце, и мы улыбаемся. Если нам грустно и одиноко, он поднимает настроение. Что ты думаешь, когда смотришь на желтый цвет? Зеленый — цвет природы. Если мы больны или нам не по себе, зеленый помогает нам чувствовать себя лучше. Что ты думаешь, когда смотришь на него? Замечаешь ли ты, как разные цвета влияют на настроение и даже на самочувствие? Попробуй так же увидеть другие цвета.

6. Игра «Морщинки»

Время: 2-3 мин. Возраст: 4-8 лет. Цель: избавление от напряжения в забавной форме.

Инструкция: Несколько раз вдохни и выдохни. Широко улыбнись своему отражению в зеркале. Наморщи лицо, начиная со лба: брови, нос, щеки. Подними и опусти плечи. Расслабь мышцы лица. Если чувствуешь напряжение, скажи себе: «Спокойно» и успокойся. Расслабь мышцы шеи и плеч.

7. «Небо»

Время: 5 мин. Возраст: 6-10 лет. Цель: расслабление, ощущение покоя, приобретение способности управлять своими мыслями. Осознание того, что отвлекает, и избавление от этого.

Инструкция: Сядь в кресло прямо, опираясь на спинку (но не напрягаясь), ноги должны касаться пола (можно сесть на пол, скрестив ноги). Закрой глаза. Представь прекрасное голубое небо. По нему двигаются облака. Ты наблюдаешь за ними. Если ты о чем-то думаешь, пусть твои мысли улетят вместе с облаками. Ты сосредоточен на небе. Человек, смотрящий на облака, — внутренний наблюдатель, тот, кто всегда наблюдает за твоими мыслями. Внутренний наблюдатель очень спокоен, уравновешен и счастлив. Ты ощущаешь покой, тишину и радость. Открой глаза. Некоторое время посиди спокойно. Затем медленно встань.

5. *Игровые психотерапевтические методы*

Направленная визуализация образа используется с целью помочь детям создать позитивные установки в отношении жизни. Визуализация включает как обучение детей релаксации, так и воспроизведение ситуаций, когда ребенок оказывается в сложных или опасных обстоятельствах и успешно с ними справляется.

Для формирования позитивной «Я»-концепции ребенка необходимо научить принимать собственную внешность и обучать таким умениям, как держаться прямо, устанавливать контакт глаз, выражать свою силу голосом.

✓ Дыхательное упражнение

Позволяет изменить эмоциональное состояние ребенка от напряжения и тревоги к безмятежности и расслабленности.

Процедура проведения. Тихим, спокойным голосом ведущий говорит: «Устройтесь поудобнее, поставьте ноги на пол, не скрещивая их. Положите руки спокойно на колени или на стол. Выпрямите спинку, чтобы ваши легкие дышали, как следует. Держите голову прямо и, если хотите, можете спокойно закрыть глаза... Теперь сделайте глубокий вздох, так тихо, чтобы никто вас не услышал.

Почувствуйте, как воздух проникает глубоко в вашу грудь и она расширяется, когда воздух ее заполняет. Медленно и спокойно выдохните. Сделайте глубокий вздох еще раз, снова почувствуйте, что с вами происходит, что происходит с вашим телом, когда ваша грудь расширяется. Возможно, вы почувствуете, как воздух проходит ниже, в область живота. Выдохните, медленно и спокойно, в удобном для вас темпе. Сделайте еще один вдох и просто получите удовольствие от ощущений внутри вас».

✓ Прием подготовки к направленной визуализации образа

Процесс подготовки к направленной визуализации образа очень важен для установления соответствующей восприимчивости детей к визуализации, развития способности к концентрации, важных для успешности последующих упражнения.

Процедура проведения. Необходимо напомнить детям, что направленная визуализация образа позволяет им творить, фантазировать, мечтать. «Все, что происходит в вашем воображении, все хорошо, поэтому не думайте об этом, а просто фантазируйте и ощутите свои фантазии. Если вам вдруг что-то не понравится, вы можете это стереть. Помните, что ваши фантазии и мечты зависят от вас, вы их создатели. После окончания упражнения вы можете

вспомнить все, что происходило, подумать об этом и понять, что для вас было хорошо, а что не очень».

Предложите детям посидеть тихо, расслабиться и проведите с ними дыхательную технику. По мере релаксации тела мозг остается в бодрствующем состоянии и готов к сосредоточению. После первых нескольких вдохов предложите детям выдохнуть из себя все негативные эмоции, которые они испытали в течение дня.

«Дайте возможность этим чувствам покинуть вас... гнев, боль, отчаяние... чтобы это ни было, пусть это уходит вместе с выдохом из вашего тела... если вы захотите, вы потом можете к ним вернуться. Вдохните теперь ощущение покоя, удовлетворения».

✓ Упражнение «Путешествие в лес»

Упражнение направлено на достижение ребенком ощущения безмятежности и на осознание того, что с помощью воображения он может достичь желаемого состояния. Данное упражнение снимает напряжение, успокаивает детей. Слова для медитации прекрасно дополнит фоновая негромкая музыка для релаксации (звуки природы: журчание ручья, шелест листвы, пение птиц, голоса леса).

Процедура проведения. Упражнение необходимо начать с дыхательной подготовки. Предложите детям занять удобное положение, выпрямиться; объясните им, что с выпрямленными спинками легкие больше вдыхают кислорода, следовательно, мозг их лучше дышит. Предложите детям сделать три медленных глубоких вдоха так тихо, чтобы никто их не слышал, и медленно выдохнуть. Начните говорить тихим голосом: «Сегодня мы совершим маленькое путешествие. Мы будем использовать нашу фантазию и, фантазируя, создавать различные картинки в нашем воображении. Мы с вами отправимся в лес. Вы дышите спокойно и представляете себе, что идете по лесной тропинке. День прекрасный, и вас окружает сказочный лес. Светит солнце, и вы ощущаете, как оно вас греет, какое оно теплое и ласковое. Дует нежный ветерок, который вас освежает. Солнце светит сквозь листву деревьев. В воздухе стоит удивительный лесной аромат. Вы идете вперед, ощущая твердую почву и то, как под ногами шелестят листья. Тропинка выводит вас к прекрасному лесному ручью. Он дышит прохладой.

Вы садитесь на камушке, он очень удобный, и смотрите на воду. Она сверкает в лучах солнышка, пузырится и поет, протекая мимо вас. Вы легко можете перейти через ручеек, если захотите. Но вы продолжаете сидеть на камушке, свесив ноги в прохладную воду. Вы глубоко дышите и наслаждаетесь своим дыханием. Небо синее над вами. Все дышит миром и спокойствием. Вы видите, как листья тихо падают с деревьев в воду и плывут, переворачиваясь в потоке. Вы слышите, как поют птицы. Вам очень хорошо. Ничто вас не давит, все в жизни в порядке, и вы можете оставаться там столько, сколько захотите. (Пауза.)

Вы оборачиваетесь и видите оленя, который выходит из леса к другой стороне ручейка. Олень останавливается и оглядывается. Вы сидите тихо-тихо, наблюдая за оленем. Вам он очень нравится, и вы передаете ему свои мысли, что все в порядке и что вы его друг. Он смотрит на вас и, кажется, понимает, что может вам доверять. Он склоняет голову к ручью и пьет. Затем медленно и спокойно поворачивается и снова уходит в лес.

Вы по-прежнему сидите на камушке, наслаждаясь своим спокойным, безмятежным состоянием, лесом, ручейком, вспоминая прекрасного оленя. Вы знаете, что с вами все в порядке.

Потом вы неторопливо встаете с камушка, возвращаетесь на лесную тропинку, которая выводит вас обратно, из леса сюда, в эту комнату. Вы ощущаете ваше тело, как вы сидите на стуле и как ваши ноги дотрагиваются до пола. Вы начинаете слышать звуки в комнате. Когда вы почувствуете себя готовыми, спокойно открывайте глаза».

Дети обычно очень любят это упражнение. Однако необходимо убедиться в том, что дети во время упражнения чувствуют себя в безопасности. Это достигается разными способами: «сидите на самый удобный для вас камушек» — предоставляется возможность выбора; «прекрасный, нежный олень» — релаксация; «олень находится на другой стороне ручейка» — безопасная дистанция; «он может вам доверять» — ощущение собственной ценности, благополучия.

✓ *Упражнение «Путешествие к морю»*

Это упражнение также используется для достижения детьми ощущения спокойствия и безмятежности, что, в свою очередь, ведет к принятию себя и повышению уверенности в себе. По мере того как дети научаются доверять созданным ими образам, растет их уверенность в себе. Как и в предыдущем упражнении, достижению релаксационного эффекта будет способствовать подходящая фоновая музыка (инструментальные композиции и звуки природы: пение китов, дельфинов, шум прибоя, музыка воды).

Процедура проведения. Предложите детям выбрать удобное для них место в комнате. Напомните, что их спинки должны быть выпрямлены, а головки подняты — таким образом легкие будут лучше наполняться кислородом, а мозг — лучше работать.

Начните говорить тихим медленным голосом, как будто вы рисуете картину с помощью слов: «Сегодня мы с вами совершим путешествие к морю. Мы будем использовать нашу фантазию, чтобы создать тот мир, который мы хотим увидеть. Чтобы подготовиться к путешествию, сделайте три-четыре глубоких вдоха. Дышите тихо-тихо, чтобы никто вас не услышал. Задержите на мгновение свое дыхание, затем медленно выдохните. Ваше тело успокаивается, расслабляется, а голова начинает работать еще лучше. Теперь используйте ваше воображение и представьте себе, что вы находитесь на прекрасном морском берегу. Нежно и ласково светит солнышко. Вас мягко обдувает прохладный морской ветерок.

Погода замечательная. Вы ложитесь на песок и чувствуете его тепло. Вы закрываете глаза и слушаете звуки моря, слышите, как тихо плещутся волны. Слышите крики морских чаек и видите, как они лениво летают в синем небе... Вам очень хорошо и спокойно. Вы лежите, глядя на белые пушистые облачка, на морских чаек, чувствуете запах свежего солоноватого от моря воздуха, слушаете ритм моря... чувствуете теплоту песка. Все вокруг спокойно, и вам очень хорошо. Вы лежите на песке и наслаждаетесь красотой дня... (Пауза.)

А теперь, если вы готовы, постепенно поднимайтесь с песка, садитесь на берегу и не торопясь возвращайтесь в нашу комнату». (Необходимо дать на это время.)

✓ *Упражнение «Визуализация эмоций»*

Это упражнение помогает детям осознать свои негативные и позитивные эмоции; дает возможность заглянуть в себя, исследовать свое эмоциональное состояние, признать свои чувства и принять ответственность за них. Специалисту необходимо в этом упражнении быть осторожным и не использовать оценки типа «плохо» или «хорошо», поскольку они могут повлиять на эмоциональное состояние детей.

Процедура проведения. Заранее подготовьте для каждого ребенка карандаши и бумагу. Снова проведите с детьми процедуру подготовки к направленной визуализации образа посредством дыхательного упражнения. «Теперь давайте попробуем использовать ваше воображение, фантазию, увидеть картинку. Вы будете исследовать те чувства, которые вы испытываете.

Вспомните то время, когда вам было очень плохо, возможно, вы чувствовали печаль или одиночество...» может быть, вас обидели, и вы плакали... или очень на что-то злились... или вам было очень стыдно... Выберите какое-то одно чувство и представьте себе ситуацию, в которой оно возникло. Что же тогда происходило? Что вы делали? Видите ли вы себя? Как вы выглядели в тот момент?

Это все лишь в вашем воображении, поэтому вы можете изменить с помощью фантазии все, что угодно. Мысленно сделайте что-нибудь, что поможет вам чувствовать себя лучше. Что вы такое сделаете, что изменит ваше первоначальное состояние? Что-то такое, что только в ваших силах... А теперь, после новых действий, что вы делаете сейчас? Что вы сейчас чувствуете? Ощутите то новое чувство, которое у вас появилось... быть может, вы теперь счастливы, радуетесь, или спокойны, или сильны, или ласковы, или дружелюбны. Пусть эти чувства останутся с вами, станут вашей частью. Цените их.

А теперь посидите некоторое время спокойно. Когда же вы будете готовы, запишите то, что вы испытывали. Вспомните то время, когда вам было плохо, и то, что вы сделали чтобы изменить это состояние к лучшему».

Необходимо, чтобы все материалы были подготовлены заранее, поскольку процесс визуализации должен плавно перейти в описание детьми своего состояния. Обычно дети пишут о том, что с ними происходило в полном молчании, полностью захваченные процессом, и даже те, кто обычно сопротивляются письменным заданиям, могут быть поглощены работой в течение 20-30 минут без особых усилий.

6. Арт-терапевтические методы

✓ «Мандала»

Цель: развитие у детей умения осознавать и передавать свое эмоциональное состояние. Снятие психоэмоционального напряжения, коррекция настроения.

Продолжительность: 15 – 20 мин.

Целевая группа: от 5 лет.

Описание. На листе формата А4 нарисовать окружность диаметром 18-20 сантиметров. Ребенку предлагается, выбрав понравившийся цвет, разрисовать этот круг. При желании ребенок может использовать и другие цвета, рисовать что-то конкретное или абстрактные образы как в круге, так и вне его.

Вопросы к ребенку:

- На какое чувство (эмоцию, настроение) похож этот цвет (предмет)?
- Тебе нравится смотреть на этот рисунок?
- Хочешь ли ты что-то изменить или добавить?

Материалы: лист бумаги формата А4, шариковая ручка, набор цветных карандашей.

Оборудование комнаты: специального оборудования не требуется.

Возможные реакции и как с ними быть: ребенок отказывается отвечать на вопросы. В этом случае не стоит настаивать.

В какой ситуации это упражнение проводить не рекомендуется: такие ситуации еще не встречались.

✓ *«Безопасное место»*

Цель: формирование и развитие чувства внутренней безопасности.

Продолжительность: от 30 мин.

Целевая группа: от 8 лет.

Описание. Ребенку дается задача: нарисовать то место, где он чувствует себя в безопасности.

Инструкция: «Сядьте поудобнее. Если возможно, закройте глаза. Если по какой-то причине не хочется закрывать глаза, выберите какой-нибудь предмет в комнате и сосредоточьтесь на нем (2 с)... Сосредоточьтесь на своем дыхании. Почувствуйте, как вы вдыхаете воздух и как выдыхаете его (3 с). Представьте, что с каждым вдохом в вас входит что-то светлое и чистое, то, что вам необходимо именно в эту минуту, а с каждым выдохом из вас выходит то, от чего вы хотите избавиться (5 с). А теперь представьте себе такое место, где никто и ничто вам не угрожает, место, где вы в полной безопасности. Это может быть место, которое вы хорошо знаете, а может быть то, в котором вы никогда не были, а может быть то, которого нет на Земле. Это не имеет значения. Это ваше безопасное место. Место, где никто и ничто вам не угрожает, место, где вы будете в полной безопасности. А теперь войдите в это место. Почувствуйте всем своим телом, всем своим существом как это – чувствовать себя в безопасности (5 с). Поблагодарите это место за то, что оно есть. Попрощайтесь с ним и возвращайтесь в настоящее время (здесь-и-сейчас). Почувствуйте свое дыхание. И когда будете готовы, откройте глаза».

Далее ребенку предлагается взять лист бумаги и нарисовать свое безопасное место (10 мин). После этого ребенок может показать рисунок и рассказать о своем безопасном месте. Рисунок предлагается взять с собой и использовать свое «безопасное место» (мысленно перемещаться туда), когда страшно, или в других сложных ситуациях.

Материалы: бумага А4, цветные карандаши, краски и кисточки (желательно по одной упаковке на каждого участника).

Оборудование комнаты: специального оборудования не требуется.

Возможные реакции и как с ними быть: возможны сильные реакции в ситуации актуализации травматического опыта. Необходимо принять эти проявления и помочь ребенку безопасно их отреагировать. Если это вариант группового занятия, то возможны комментарии и оценки других детей в адрес рисунка, что может снизить значимость результата. Необходимо предварительно сказать о ценности каждого образа, о том, какая реакция окружающих необходима, и что каждый может сделать для того, чтобы поддержать другого.

В какой ситуации это упражнение проводить не рекомендуется: при состоянии сильного возбуждения у участников, острого горя у кого-либо из присутствующих на занятии, отсутствии доверительного контакта между ведущим и ребенком или между детьми в группе (при групповом варианте проведения упражнения).

✓ *«Я и мир»*

Цель: осознание ситуации, в которой находятся участники группы, развитие способности к изменению происходящего, развитие навыка управления собственной жизнью.

Продолжительность: 20 – 30 мин.

Целевая группа: от 8 лет.

Описание. Задача – нарисовать себя и окружающий мир. После окончания рисования проводится беседа: «Где ты в этом мире? Как себя чувствуешь в нем? Что тебе нравится в мире? Что не нравится? Что хочешь изменить? Если что-то хочется изменить, то это можно исправить прямо на рисунке».

Материалы: бумага А4, цветные карандаши, краски и кисточки (желательно по одной упаковке на каждого участника).

Оборудование комнаты: специального оборудования не требуется.

Возможные реакции и как с ними быть: в некоторых случаях дети опасаются что-либо менять в уже созданном рисунке. Их можно подбодрить или, в крайнем случае, выдать еще один лист бумаги. Нарисованный мир может состоять полностью из негативных составляющих: в таком случае необходимо изменить в рисунке ситуацию так, как хотелось бы, и позже (возможно, на следующей встрече) вернуться к тому, что является позитивным в мире ребенка (при этом важно, чтобы его собственный образ также присутствовал на последнем рисунке – то есть, чтобы был осуществлен доступ к внутреннему ресурсу).

В какой ситуации это упражнение проводить не рекомендуется: при сильном возбуждении участников группы.

✓ *«Цветок чувств»*

Цель: повышение степени самосознания и самопринятия, улучшение настроения.

Продолжительность: до 20 мин.

Целевая группа: от 5 – 7 лет.

Описание. Инструкция: «У тебя в жизни было много разных событий, ты испытывал много разных чувств. Подумай, какие чувства ты переживал сегодня. Посмотри, здесь разноцветные лепестки, выбери те, которые тебе захочется. На листе бумаги нарисуй стебелек и из разноцветных лепестков составь свой цветок чувств. Каждый лепесток – чувство, у него свой цвет, свое название. Когда составишь, подпиши каждый лепесток. Какое чувство он обозначает? Что ты чувствуешь сейчас? Какой лепесток ты хотел бы добавить в свой цветок? Что за чувство он символизирует? Тебе приятно смотреть на то, что у тебя получилось? Ты можешь изменить свой цветок как хочешь».

Материалы: лист бумаги формата А4, шариковая ручка, набор цветных карандашей, набор вырезанных лепестков из цветной бумаги.

Оборудование комнаты: специального оборудования не требуется.

Возможные реакции и как с ними быть: некоторые дети испытывают сложности при назывании/идентификации чувств. До проведения упражнения имеет смысл обсудить с группой, какие чувства бывают, создать глоссарий чувств.

В какой ситуации это упражнение проводить не рекомендуется: при отсутствии интереса к упражнению у ребенка.

✓ *«Я» на щите»*

Цель: осознание и принятие своего прошлого и настоящего, повышение степени самосознания, помощь в идентификации и выражении воспоминаний.

Продолжительность: от 30 мин.

Целевая группа: от 8 лет.

Инструкция: «В старину у каждого рыцаря или знатного господина был свой щит, на котором были изображены рисунки, отражавшие его взгляды на жизнь, славные дела или обозначавшие принадлежность к знатному роду. Сейчас мы будем рисовать твой рыцарский щит.

Во весь лист нарисуй, пожалуйста, щит и раздели его на 6 частей/клеток (при затруднениях можно помочь ребенку; важно, чтобы щит занимал максимально возможное пространство листа). Когда нарисуешь, я задам несколько вопросов, ответы на которые тоже нужно будет нарисовать. Рисуй первое, что придет в голову. Каждый ответ – в одной из клеток щита. Ко-

гда рисунок будет закончен, на нем будет изображена целая история. Получится личный рыцарский щит.

1-я клетка: Что самое лучшее произошло с тобой в жизни?

2-я клетка: Что самое лучшее было в твоей семье?

3-я клетка: Что самое плохое произошло в твоей жизни?

4-я клетка: Что больше всего ты хотел бы получить от своих друзей?

5-я клетка: Если бы тебе дали много-много денег, что бы ты с ними сделал?

6-я клетка: Что бы ты хотел, чтобы люди говорили о тебе?

Посмотри внимательно на свой щит. Что ты чувствуешь? Есть что-то, что ты хотел бы изменить, или тебя все устраивает? Ты можешь что-то стереть или нарисовать заново».

Материалы: лист бумаги формата А4, простой карандаш, ручка, набор цветных карандашей.

Оборудование комнаты: специального оборудования не требуется.

Возможные реакции и как с ними быть: если при рисовании в 3-й части ребенок волнуется или затрудняется нарисовать ее содержимое, необходимо тему «Что самое плохое произошло в твоей жизни?» проработать во время индивидуального занятия. В какой ситуации это упражнение проводить не рекомендуется: при ситуации острой психологической травмы.

Практические упражнения для групповых занятий с детьми

В зависимости от направленности отдельные упражнения могут проводиться как с целью первичной профилактики, так и при работе с детьми, пережившими насилие и жестокое обращение. В каждом конкретном случае упражнения для групповых занятий подбираются в зависимости от задач работы, особенностей участников группы, уровня подготовки ведущих.

Упражнения на знакомство:

✓ *Знакомство*

Цель: лучше узнать друг друга (представление участников друг другу в новой группе или нового участника), концентрация внимания.

Продолжительность: 10 мин.

Целевая группа: дети от 4 лет.

Описание. Дети встают в круг. Один ребенок кидает мяч второму участнику, называя его по имени. Если имя названо неправильно, то тот, кому мяч адресован, не ловит его. Если имя названо правильно, второй ребенок ловит мяч и кидает его следующему участнику, имя которого называет.

Вариант «Фруктовый салат»: участники встают в круг. Каждый выбирает и называет по очереди любимый фрукт. Вместо имени, кидая мяч, участники называют тот самый фрукт, который каждый выбрал для себя. В конце упражнения необходимо назвать настоящие имена участников.

Материалы: 3 мяча (маленьких или больших).

Оборудование комнаты: специального оборудования не требуется.

Возможные реакции и как с ними быть: особых реакций не наблюдалось.

В какой ситуации это упражнение проводить не рекомендуется: особых ограничений нет.

✓ *Жонглирование мячами*

Цель: формирование или усиление групповой сплоченности, развитие внимания у участников.

Продолжительность: 5 мин.

Целевая группа: дети от 4 лет.

Описание. Дети стоят в кругу. Задача: перекидывать друг другу мяч так, чтобы он побывал только один раз у каждого. Каждому необходимо запомнить, от кого он получил мяч и кому кинул. Когда дети всё хорошо запомнили, ведущий вводит в игру один за другим еще 2 – 3 мяча.

Материалы: 3 – 4 небольших мяча.

Оборудование комнаты: специального оборудования не требуется.

Возможные реакции и как с ними быть: дети часто плохо ловят мячи. В этом случае надо снизить темп.

В какой ситуации это упражнение проводить не рекомендуется: когда в комнате можно что-нибудь разбить.

✓ *Игра на копирование других*

Цель: повышение креативности, способности к концентрации внимания и осознанию своего тела.

Продолжительность: 10 мин.

Целевая группа: дети от 4 лет.

Вариант 1: дети становятся в круг. Ведущий делает какое-то движение, которые должны повторить все участники по кругу. Когда последний ребенок повторил движение, ведущий повторяет то же движение еще раз. Участник, стоящий следующим за ведущим должен показать новое движение, которое копируется по очереди всеми остальными. Движения могут быть такими: моргание глазами, подъем рук, гимнастические упражнения, гримасы и т.д.

Вариант 2: дети становятся в круг. Ведущий делает какое-то движение. Это движение должно быть точно скопировано участником, стоящим рядом с ведущим. Затем ведущий и скопировавший его участник застывают в одной и той же позе. Другие участники решают, насколько точно их товарищ повторил движение ведущего. Если он все сделал правильно, тогда приходит его очередь сделать какое-то движение, которое копирует следующий, стоящий в круге.

Оборудование комнаты: специального оборудования не требуется.

Возможные реакции и как с ними быть: особых реакций не наблюдалось.

В какой ситуации это упражнение проводить не рекомендуется: можно проводить в любых ситуациях.

✓ *Путаница*

Цель: разминка, демонстрация возможности безопасного тактильного контакта, развитие групповой сплоченности.

Продолжительность: 5 мин.

Целевая группа: дети от 4 лет.

Описание. Участники встают в круг, закрывают глаза и вытягивают руки. Медленно идут навстречу друг другу до тех пор, пока руки не соприкоснутся. Каждый должен взять каждой своей рукой руку другого участника группы (ведущий следит, чтобы это произошло). После этого участникам предлагается открыть глаза и «распутаться». Обычно это удается достаточно быстро. Можно озвучить вывод: из любого положения можно выпутаться.

Оборудование комнаты: специального оборудования не требуется.

Возможные реакции и как с ними быть: если у участников проявляется страх телесных контактов, то можно предложить им быть наблюдателями и потом дать группе обратную связь – рассказать, что помогало сделать упражнение, а что мешало.

В какой ситуации это упражнение проводить не рекомендуется: когда не установлена безопасная атмосфера в группе.

Упражнения на доверие

✓ *Тростинка на ветру*

Цель: формирование навыка оказания помощи, создание атмосферы доверия в группе.

Продолжительность: от 15 мин.

Целевая группа: дети от 10 лет.

Описание. Ведущий дает инструкцию и показывает, как будет выполняться упражнение: «Встаньте в круг, близко друг к другу, плечом к плечу. Это не обычный круг, а волшебный. Он волшебный, потому что те, кто стоит в кругу, будут делать все для того, чтобы тот, кто стоит в центре, пережил удивительные ощущения. Кто хотел бы оказаться в центре первым? Встань в круг, ноги поставь вместе, держись прямо. Все остальные – поднимите руки вперед на уровень груди. Когда наш доброволец падает в вашу сторону, вы должны его аккуратно поймать и вернуть в исходное положение. При этом очень важно, чтобы тот, кто в центре, держался прямо, как деревянный». Все участники группы должны побывать в центре круга.

Вопросы для обсуждения в группе:

- Как вы себя чувствовали в центре круга?
- Удалось ли вам довериться кругу?
- Что в упражнении было самым трудным?
- Было ли трудно удерживать тех, кто был в центре?
- Хорошо ли вы все вместе справлялись с задачей?

Оборудование комнаты: специального оборудования не требуется.

Возможные реакции и как с ними быть: дети, пострадавшие от насилия и жестокого обращения, могут повести себя неожиданно в ходе упражнения и начать проявлять враждебность по отношению к другим членам группы. Важно это предусмотреть и очень внимательно объяснить детям суть упражнения.

В какой ситуации это упражнение проводить не рекомендуется: если дети проявляют открытое недружелюбие по отношению друг к другу.

✓ *Слепой и поводырь*

Цель: развитие доверия и навыков взаимодействия с другими людьми.

Продолжительность: 40 мин.

Участники: 15 человек.

Материалы: шарфы или большие платки.

Описание. Группа делится на пары. Одному из участников завязывают глаза, а другой становится «поводырем» для «слепого» и проводит его по комнате. Пары работают одновременно и стараются избежать столкновения в течение пяти минут, потом меняются ролями. Затем ведущий отводит пять минут на обсуждение и просит группу поделиться опытом и впечатлениями от игры.

Темы, которые можно выбрать для обсуждения:

- Как вы себя чувствовали, когда были «слепым» и «поводырем»?
- Что вы чувствовали к человеку, который водил вас?
- Испытывали ли вы недоверие? Если да, то почему?
- Ваш «поводырь» отдавал вам всё свое внимание?
- Чему вы научились, пока были «слепым», пока вели партнера (или когда падали назад, как в первом упражнении)?

Оборудование комнаты: специального оборудования не требуется.

Возможные реакции и как с ними быть: негативных реакций не наблюдалось. Дети обычно очень бережно относятся к тем, кого они водят.

В какой ситуации это упражнение проводить не рекомендуется: особых ограничений нет.

Упражнения на построение взаимоотношений

Прежде чем проводить упражнения на построение взаимоотношений, ведущий должен дать информацию о том, по каким правилам такие взаимоотношения формируются:

- Построение взаимного доверия. Начинается, когда люди делятся с другими информацией о своей жизни, какой-то другой личной (неочевидной) информацией.
- Взаимопонимание и деликатность по отношению к другим.
- Взаимное уважение, правдивость, лояльность, конфиденциальность и доверие.

Взаимоотношения могут быть постоянными или временными, глубокими или поверхностными. Постоянные отношения помогают взрослеть, лично расти и совершенствоваться.

Для построения и поддержания отношений важно помнить о некоторых правилах. Стоит попросить детей подумать над каждым из нижеприведенных понятий. Важно подчеркнуть, что отношения становятся крепче по мере того, как в процессе общения люди делятся своими мыслями, проявляют внимание друг к другу и знакомятся ближе. *Время* является очень важным фактором для построения крепких отношений, поскольку помогает лучше узнать другого человека.

Все иногда встречают людей, которые им нравятся, но невозможно создать с ними долговременных отношений, не узнав друг друга ближе. Отношения могут развиваться только при наличии взаимного интереса, взаимодействия и честности. Когда отношения установлены, человеку нужно прикладывать усилия, чтобы они сохранялись, их надо поддерживать. Например, предполагается, что в отношениях близких друзей есть место взаимоуважению, заботе и поддержке, при этом друзья умеют давать и принимать, и в их отношениях есть место конструктивной критике.

Манеры. Манеры важны для построения и поддержания отношений. Важно вести себя уважительно по отношению к другим, не грубить, прислушиваться к их мнению. Говоря о манерах, можно попросить членов группы привести примеры хороших и плохих манер. Их можно оформить в таблицу, в том числе с помощью участников.

Язык тела и жестов. Выражение лица и жесты человека говорят нам о том, нравится ему происходящее или нет. Важно, чтобы язык тела говорил об уважении к собеседнику и демонстрировал вежливость. Например, не следует сидеть в присутствии пожилого человека. При обсуждении языка тела и выражения лица можно проводить игры и упражнения: в ходе таких занятий можно попросить участников группы придавать лицу разные выражения так, чтобы другие участники характеризовали это выражение и определяли настроение.

Комплименты. Важно говорить людям искренние комплименты и ценить то хорошее, что они делают. Тем не менее, не следует лгать, поскольку тот, кому адресован комплимент, может распознать неискренность, читая язык тела и слушая тон голоса. Обсуждая тему похвалы и позитивной поддержки, можно предложить участникам группы следующее упражнение: все объединяются в пары и по очереди говорят друг другу комплименты.

Сильные стороны характера. Людям нравится дружить с теми, у кого хороший характер. Обсуждая достоинства характера, можно предложить членам группы перечислить качества, которые они хотели бы видеть в своих друзьях, и качества, которые они не хотели бы в них видеть. На основании их ответов можно сделать таблицу желательных и нежелательных характеристик, которые помогают или мешают строить и поддерживать позитивные отношения.

✓ «Домик»

Цель: диагностика и коррекция внутригрупповых отношений.

Продолжительность: 30 – 40 мин.

Целевая группа: дети от 3 – 6 лет; ограничение по количеству (не больше 10 участников).

Описание. Лист ватмана делится пополам. Детям предлагают «поселиться» на одной или другой половине листа: в «деревне, среди других домов» либо «в глухом лесу». Каждый ребенок рисует собственный домик и подписывает свое имя. После того как все домики «построены», каждый участник проводит от своего домика две тропинки к домикам тех детей, к кому он хотел бы ходить в гости.

Для коррекции негативных отношений детям можно предложить различные индивидуальные варианты продолжения своего или чужого рисунка: «построить» или «разобрать» забор вокруг своего дома, с согласия «хозяина» украсить его двор клумбой с цветами и др. В качестве продолжения работы можно предложить детям на чистом листе ватмана «заселить» многоквартирный дом: нарисовать общий дом, распределить между собой квартиры, украсить свое (и/или чужое) окно, разбить сад вокруг дома, обустроить двор и т.п.

Материалы: лист ватмана, карандаши.

Оборудование комнаты: большой стол, вокруг которого можно сесть, или просторное место на полу и коврики, чтобы на них сидеть.

Возможные реакции и как с ними быть: процесс прокладывания тропинок (особенно у детей младшего возраста) может сопровождаться бурными эмоциональными проявлениями и выяснением отношений. Здесь важно активное участие ведущих, помогающих детям находить продуктивные способы взаимодействия.

В какой ситуации это упражнение проводить не рекомендуется: при явно выраженном групповом напряжении и конфликтах или если ведущий сомневается, что сможет справиться с проявлениями сильных эмоций участников.

Упражнения на тему обретения свободы

Данные упражнения должны помочь специалистам начать обсуждение вопросов свободы и одновременно необходимости установления собственных границ. Важно проводить упражнения в том порядке, в котором они приведены ниже, поскольку он задает определенную последовательность введения новой информации.

✓ *Обсуждение свободы*

Цель: помочь участникам понять концепцию свободы и ответственности.

Продолжительность: около 60 мин.

Участники: до 15 человек.

Описание. Группе показывают несколько иллюстраций (картинок) и предлагают детям нарисовать рисунки, изображающие следующее:

- Воздушного змея, который управляется с земли.
- Лодку без руля.
- Машину с водителем на коварной дороге.
- Флаг, развевающийся на флагштоке.
- Птицу в клетке.
- Растущее дерево.
- Перья, летящие по ветру.
- Марионеток на веревочках.

Проводится обсуждение, какие образы наилучшим образом иллюстрируют идею свободы, а какие – иллюстрируют абсолютное отсутствие свободы. Обсуждается, возможно ли иметь свободу при отсутствии контроля, могут ли дети привести примеры норм, которые контролируют нашу свободу, но помогают лучше функционировать.

Материалы: иллюстрации, бумага для рисования, карандаши, мелки.

Оборудование комнаты: специального оборудования не требуется.

Возможные реакции и как с ними быть: особых реакций не наблюдалось.

В какой ситуации это упражнение проводить не рекомендуется: можно проводить в любой ситуации.

✓ *Свобода и ответственность*

Цель: помощь в принятии детьми на себя ответственности за свою жизнь.

Продолжительность: около 60 мин.

Участники: до 15 человек.

Описание. Каждый человек свободен делать свой выбор и отвечать за него. Каждый делает выбор в отношении своего здоровья и заботы о себе. У каждого присутствующего есть такой выбор и такая ответственность.

Проводится «мозговой штурм» вместе с детьми с обсуждением способов, которыми люди могут взять ответственность за здоровый образ жизни. Важно уделить внимание тому, что люди могут сделать и что им не следует делать, чтобы оставаться здоровыми.

Пример: пить чистую воду, не курить, регулярно есть полезную пищу, не употреблять наркотики и алкоголь, соблюдать правила гигиены, принимать душ каждый день, делать регулярно зарядку.

Участники делятся на группы по 4 – 5 человек, и каждая группа рисует плакат на тему здорового образа жизни. Плакат должен отразить хотя бы три способа, которые члены группы попытаются делать, чтобы вести здоровый образ жизни и активно брать на себя ответственность за свою жизнь. После того как плакаты закончены, каждая группа показывает и обсуждает свою работу с остальными. Ведущие должны обеспечить позитивную реакцию, похвалу и поддержку.

Материалы: бумага и цветные мелки.

Оборудование комнаты: специального оборудования не требуется.

Возможные реакции и как с ними быть: особых реакций не наблюдалось.

В какой ситуации это упражнение проводить не рекомендуется: можно проводить в любой ситуации.

Последующие действия: плакаты можно повесить в комнатах детей.

Упражнения для повышения самооценки

Самооценка важна для любого человека. Она включает принятие себя, симпатию к себе, уважение себя и использование возможности развиваться как личность. Большинство детей, переживших коммерческую сексуальную эксплуатацию, страдают от низкой самооценки, поскольку бесконечно подвергались насилию, стигматизации и находились в изоляции. Для того чтобы реабилитироваться, такому ребенку необходимо заново обрести более полноценный и здоровый образ «Я».

✓ *История про слоненка*

Цель: помочь участникам понять, что каждый из них – индивидуальность.

Продолжительность: около 60 мин.

Участники: до 12 человек.

Описание. Ведущий рассказывает детям историю про слоненка: «Однажды жил-был очень милый маленький слоненок. Он был очень дружелюбным и послушным и умел очень многое, особенно хорошо он умел танцевать. Единственная проблема заключалась в том, что он был розовым. Из-за того, что он был другого цвета, не серого, как его сородичи (спросить детей, что другие обычные слоны думали о нем), остальные слоны сторонились его и не хотели с ним дружить. Они думали, что не должны были водиться со слоненком, потому что тот был другим – не таким, как они сами. Они все время насмехались над розовым слоненком (спросить детей, что слоны говорили о розовом слоненке, как могли его обзывать). Розовый слоненок очень огорчился (спросить детей, почему, по их мнению, он огорчился?). У него не было друзей, и он ненавидел себя за то, что был не таким, как все.

Однажды розовый слоненок услышал о том, что другие слоны устраивают вечеринку. Он очень хотел пойти на вечеринку, но боялся, что его туда не пустят. Поэтому он извалялся в мокрой грязи, чтобы выглядеть серым. Он отправился на праздник и прекрасно проводил время, болтая и заводя знакомства. Но тут пошел дождь (спросить детей, что, по их мнению, случилось?). Все принялись танцевать под дождем, включая розового слоника. Дождь смыл с него грязь, и слоненок снова стал розовым. Слоны это заметили и очень разозлились, поскольку розовый слоник пришел без приглашения. Они стали оскорблять его. Это расстроило слоненка, он убежал в свою комнату и стал плакать, огорчаясь, что у него нет друзей и никто не хочет с ним играть. Бабушка слоника спросила, почему он плачет. Он сказал бабушке, что он себя ненавидит (спросить детей, что, по их мнению, бабушка сказала слонику?).

Бабушка очень посочувствовала слонику и сказала, что он не виноват в том, что он розовый, и не должен себя за это ненавидеть. Она сказала, что он прекрасный и очень талантливый слон. Бабушка объяснила, что он уникален именно потому что розовый, а каждый уникален по-своему. Она также напомнила слонику о его доброте, о послушании, которыми он обладал, и, например о том, как он прекрасно танцует (спросить детей, права ли бабушка).

Розовый слоник почувствовал себя намного лучше и по просьбе бабушки решил станцевать для нее. Он поставил приятную музыку и начал танцевать. Тем временем серые слоны, проходя мимо, увидели танцующего розового слоненка, и, только представьте себе, что они подумали! (Попросить детей сказать, что они могли подумать?). Они были поражены тем, как здорово танцует розовый слоник, и захотели потанцевать вместе с ним. Они подошли к слоненку и стали его хвалить, кто-то тут же начал танцевать с ним. Они, наконец, поняли, как глупо было не дружить с таким замечательным слоном, обладающим таким удивительным талантом».

Обсуждение:

- Спросить детей, что они думают об этой истории, какова ее мораль;
- Можно попросить детей назвать свои сильные стороны характера и таланты и сильные стороны и таланты других детей. Важно убедиться, чтобы во время обсуждения дети вместе обнаружили какие-то достоинства в каждом и «обнаружили» их.

Как закончить обсуждение:

Помнить, что у каждого есть свои сильные и слабые стороны.

Нужно принимать себя и других такими, какие мы есть. Если человек может изменить себя к лучшему, полезно это сделать, однако некоторые аспекты нашей жизни являются уникальными и неизменяемыми (например, розовый цвет слона) и нужно научиться их принимать.

Не нужно позволять себе поверхностных суждений о людях. Если судить людей по их внешности, можно ошибиться.

Материалы: не требуются.

✓ *Автопортрет*

Цель: помощь в осознании собственного образа, повышение самооценки.

Продолжительность: 45 минут (в зависимости от количества участников и времени, которое необходимо для последующего наблюдения).

Материалы: бумага для рисования, краски, карандаши.

Целевая группа: дети среднего и старшего возраста – до 12 человек.

Описание. Участники рисуют свои автопортреты – то, как они сами себя представляют.

После обсуждения каждый рассказывает о своих рисунках. Отразились ли в рисунке какие-то характерные черты, что ребенку нравится в рисунке, в себе? Что не нравится? Хочет ли ребенок что-нибудь поменять в себе, почему? Важно сосредоточить внимание на позитивных аспектах, спросить мнение других участников, попросить их назвать позитивные/приятные черты друг друга.

Оборудование комнаты: специального оборудования не требуется.

Возможные реакции и как с ними быть: дети могут испытывать затруднения, называя свои позитивные качества. В этом случае ведущий может обратиться за помощью к группе.

В какой ситуации это упражнение проводить не рекомендуется: можно проводить в любых ситуациях.

✓ *Сильные стороны*

Цель: помочь детям осознать и принять свои возможности и сильные стороны.

Продолжительность: 60 мин.

Участники: 8 – 10 детей

Описание: Все садятся в круг, дается задание каждому пять минут подумать, а затем перечислить 10 вещей, которые он умеет делать: хобби, интересы и т.д.

Можно привести какие-нибудь примеры: «Я умею рисовать», «Я умею улыбаться», «Я умею помогать друзьям», «Я умею есть» и т.д.

Оборудование комнаты: специального оборудования не требуется.

Возможные реакции и как с ними быть: дети могут сказать, что они ничего не умеют. В этом случае можно обратиться за помощью к группе и попросить других участников сказать, что умеет делать тот или иной ребенок, который считает, что ничего не умеет.

В какой ситуации это упражнение проводить не рекомендуется: на первых этапах работы с группой.

✓ *Листок*

Цель: помочь участникам в обнаружении своей внутренней силы и укреплении ее.

Продолжительность: 60 мин

Участники: 15 – 20 человек

Описание. В начале упражнения ведущий раздает каждому участнику по листу белой бумаги. Каждый прикрепляет листок к спине какого-то другого участника. Теперь каждый должен написать одно хорошее качество, которое он находит в каждом человеке, на спине которого прикреплен лист, и подписать свое имя. После того как все закончат упражнение, они садятся в круг, открепляют со спин бумагу и читают полученные признания их достоинств. Затем ведущий предлагает участникам поблагодарить каждого, кто написал о них что-то хорошее.

Материалы: белая бумага, булавки, белые маркеры и мягкая инструментальная музыка.

Оборудование комнаты: специального оборудования не требуется.

Возможные реакции и как с ними быть: особых реакций не наблюдалось.

В какой ситуации это упражнение проводить не рекомендуется: особых ограничений нет.

✓ *Постановка целей в жизни*

Цель: постановка реалистичных целей и расстановка приоритетов.

Продолжительность: 1,5 часа.

Участники: до 15 человек.

Описание. Сначала группе предлагают вспомнить, что такое видение перспективы и как оно помогает человеку определить, чего он/она хочет достичь в жизни, а также приводят примеры из жизни известных личностей. Затем детей просят подумать о том, какого будущего они хотели бы для себя. После этого ведущий должен помочь детям установить реалистичные цели, благодаря которым дети поймут, чего они хотят достичь в жизни в области образования, семейной и социальной жизни.

Дальше ведущий просит детей разбиться на пары и обсудить между собой свои цели на будущее: в определении целей помогают простые техники, например, иллюстрации, изображающие людей разных профессий и рода занятий. Ведущий также советует детям задавать самим себе следующие вопросы: «Что я хочу делать?», «Кем я хочу быть?».

Ведущий должен позаботиться о том, чтобы все нижеприведенные сферы жизни были затронуты в обсуждении, – это:

- образование;
- карьера;
- семейная жизнь;
- социальная жизнь.

Возможно, не каждый член группы сможет поставить цели во всех обозначенных областях, но обсудить надо всё. Затем дети делают коллажи с изображениями своих целей.

Ведущий записывает все, что каждый ребенок называет в качестве своих целей рядом с его именем. Рядом с именем ребенка можно записать его личные формулировки, касающиеся цели, например, «Я хочу стать медсестрой» и т.д. Дети могут использовать флипчарт, фломастеры или другие материалы для изображения своих целей. Для создания коллажей, изображающих то, что они хотели бы делать в будущем, можно также использовать старые журналы.

Очередность целей. После того как дети определяют цели на будущее, ведущий вместе с ними помогает установить очередность этих целей. Он объясняет детям важность очередности достижения целей: к примеру, сначала образование, потом поиск работы/занятия для обеспечения финансовой независимости, затем брак и семья.

Материалы: флипчарт и маркеры; бумага, ручки; иллюстрации, изображающие различные профессиональные занятия; старые журналы.

Оборудование комнаты: специального оборудования не требуется.

Возможные реакции и как с ними быть: особых реакций не наблюдалось.

В какой ситуации это упражнение проводить не рекомендуется: особых ограничений нет.

Комментарий. Ведущий просит каждого ребенка повесить на стену формулировку или изображение своих целей, подписав свое имя, так, чтобы они могли быть на виду все время, чтобы каждый мог время от времени перечитывать свои цели. Это поможет целям укрепиться в сознании ребенка. Может быть, не все дети в группе/паре смогут сами сформулировать или записать свои мысли по поводу будущих целей. Ведущий должен помочь детям в этом. Детям следует предложить нарисовать или представить цели с помощью картинок. Ведущий может также собрать «цели» всех детей и объяснить, как может быть достигнута каждая из них.

Упражнения для развития навыков уверенного поведения

Навыки уверенного поведения являются важным жизненным умением. И агрессивное, и пассивное поведение чреваты негативными последствиями, которые болезненны для всех. Уверенное поведение помогает обозначить свою позицию, не ущемляя и не ранив себя и других. Развитие уверенности требует времени, а детям, пережившим насилие и жестокое обращение, надо этому отдельно учиться.

Упражнения, предложенные ниже, могут помочь детям различать агрессивное, пассивное и уверенное в себе поведение и решать свои проблемы более конструктивно.

✓ *Обсуждение уверенности*

Цель: введение понятия ассертивного (уверенного) поведения. Мотивирование участников на необходимость развития у себя навыков уверенного поведения.

Продолжительность: 30 мин.

Участники: 10 – 15 детей.

Описание. Ведущий просит пятерых-шестерых детей добровольно вызваться выполнить задание. При этом он не рассказывает о сути задания. Когда кто-то из детей вызывается участвовать в выполнении задания, ведущий благодарит их и просит вернуться на свои места. Ведущий объясняет, что на самом деле никакого задания не было, что он просто хотел узнать, кто вызовется в качестве добровольца выполнить неизвестное задание. Если он спросит остальных участников, почему они не захотели стать добровольцами, скорее всего они скажут следующее:

- «Я стеснялась вызваться в добровольцы».
- «Я боялась, что не смогу выполнить задание».
- «Мне было лень».
- «Я знала, что обязательно вызовется кто-то другой».
- «Я боялся вызваться, не зная, что это за задание».

Далее ведущий рассказывает о том, что такое уверенное поведение: «Уверенность – это способность выражать чувства, мнения и убеждения ясно и открыто; это умение отстаивать свои права и завоевывать признание благодаря инициативности и чувству ответственности».

Многих детей с детства учат молчать и слушать, когда говорят взрослые (особенно это свойственно восточным культурам). Тем не менее, для них крайне важно заявлять о своем мнении и чувствах. Они часто боятся, стесняются выразить свои чувства и мнения, у них даже может развиваться тревожное состояние. Они боятся того, что другие могут о них подумать и сказать, однако пока они не выразят вслух свои идеи и мнения, они никогда не узнают, что другие о них могут подумать; или еще хуже – никто не узнает, что они сами хотят, что они думают или чувствуют. Часто, когда другие принимают за них решения, особенно те, с которыми сами дети не согласны, они чувствуют себя беспомощными и уязвленными. Это случается, в том числе, и из-за того, что дети не умеют проявить уверенность: они оказываются не в состоянии довести до сведения окружающих свои мнения и чувства, касающиеся важнейших аспектов их жизни.

Неуверенность может спровоцировать других воспользоваться в корыстных целях таким ребенком или неправильно истолковать его молчание или страх. Это может быть крайне опасно.

Оборудование комнаты: специального оборудования не требуется.

Возможные реакции и как с ними быть: особых реакций не наблюдалось.

В какой ситуации это упражнение проводить не рекомендуется: особых ограничений нет.

✓ *Типы поведения (продолжение предыдущего упражнения)*

Цель: научить детей различать уверенное (ассертивное) и неуверенное поведение; обсудить способы, которыми можно демонстрировать уверенность.

Продолжительность: приблизительно 2 часа.

Участники: не более 15 детей.

В любой ситуации может существовать *четыре типа поведения*.

1. *Пассивное поведение*: при таком поведении человек позволяет другим принимать за него решения, он редко выражает собственные чувства и мнения, отказывается брать на себя инициативу, нередко испытывает негодование или жалость к себе. Часто от детей ожидается именно такое поведение. Однако пассивность, проявляемая во всех ситуациях, не способствует личностному росту. Ведущий просит участников поделиться своим опытом, относящимся ко времени, когда они вели себя пассивно. Он может облегчить задачу, рассказав сначала свою историю.

2. *Пассивно-агрессивное поведение*: при таком поведении человек раздражается, злится, им манипулируют.

3. *Прямое агрессивное поведение*: человек выражает свои чувства вербально, но при этом он кричит, ссорится или дерется и бьет других.

4. *Уверенное поведение*: в этом случае человек открыто и честно заявляет о своем мнении. Он не показывает злости – ни прямо, ни косвенно. Он выражает свои чувства и желания прямо, таким образом, что они становятся понятны другим. Это наилучший способ поведения, поскольку он и обеспечивает лучший уровень самооценки, и помогает установить лучшие отношения, он также позволяет контролировать собственную жизнь и окружающую среду.

Использование уверенного поведения полезно для выражения как позитивных, так и негативных чувств. Уверенно ведущий себя человек признает, что не должен покушаться на время, личную жизнь и пространство других, но также он не хочет, чтобы кто-то другой претендовал на его собственное время, личную жизнь и пространство. Уверенное поведение означает, что человек осознает свои потребности и способен их ясно выразить.

Быть уверенным означает:

- Ясно, честно и прямо выражать свои мысли и чувства.
- Использовать прямую речь (говорить от первого лица). Например: «Мне нравится», «Мне не нравится, когда ты...», «Мне неприятно, когда ты...», «Я чувствую себя плохо, когда ты...», а не выражаться в третьем лице или косвенными высказываниями «Она говорила, что...», «Кто-то может почувствовать себя уязвленным, когда кто-то делает...», «Никому не нравится, когда...». Прямая речь не только доносит сообщение, но также помогает поддерживать коммуникативную четкость и предупреждает непонимание. Другие могут не знать или не ощущать мысли и чувства собеседника, поэтому лучше сообщать о них прямо.
- Уместно и уверенно использовать невербальные послания.

Дети должны это сознавать и стараться, чтобы их невербальные сообщения соответствовали вербальным. Иногда невербальное послание может полностью противоречить уверенности, с которой произносятся слова. Если у человека дрожат руки, он переминается с ноги на ногу, отводит глаза, суетится – эти жесты говорят о внутренней тревоге.

Примеры демонстрации уверенности:

- человек не переминается с ноги на ногу и не опирается на стену, другого человека или мебель.

Он спокойно, в то же время не слишком пристально, смотрит в глаза собеседнику;

- у человека четкая речь, слова произносятся мягким, но твердым, уверенным голосом.

- голос модулируется в соответствии с задачами коммуникации;

человек принимает и высказывает комплименты и критику искренне и спокойно.

Что мешает уверенности?

- тревога и страх при самовыражении. Дети не знают, что именно они хотят сказать;
- низкая самооценка. Уверенность детей в том, что их мнение не имеет значения; то, что они думают или чувствуют, не представляет важности; то, в чем они нуждаются, не имеет смысла просить;
- тревога о том, как другие отреагируют на то, что они говорят или делают;
- неспособность общаться. Недостаток способности или навыка выражать свои идеи, чувства и нужды.

Поведение, которое препятствует уверенности:

- неспособность различать уверенность и агрессию;
- робость;
- ситуационные ограничения. Обстоятельства, которые препятствуют ассертивному поведению, например родители-алкоголики, строгие учителя, обидчики в классе.

✓ *Тренировка уверенного поведения*

Цель: освоение навыков ассертивного (уверенного) поведения.

Продолжительность: от 30 мин.

Целевая группа: дети от 12 лет.

Участники: от 3 человек.

Описание. Ведущий предлагает участникам обсудить три случая (можно обсудить реальные случаи участвующих в группе детей).

После озвучивания примеров нужно обсудить с группой:

Оборудование комнаты: специального оборудования не требуется.

Возможные реакции и как с ними быть: особых реакций не наблюдалось.

В какой ситуации это упражнение проводить не рекомендуется: особых ограничений нет.

- Вашей подруге лень идти на занятия, и она пытается заставить вас не посещать занятия вместе с ней. Она говорит воспитательнице, что вы обе не хотите идти на занятия по профессиональной подготовке, и вас обеих наказывают.
- Вы едете в автобусе, и какой-то мужчина начинает неприлично заигрывать с вами, намеренно тереться о вас.
- Вы очень разозлились на друга, поскольку он взял вашу любимую вещь, не спросив разрешения.

После озвучивания примеров нужно обсудить с группой:

- какова будет пассивная и агрессивная реакция в этих ситуациях?
- как бы участники группы прореагировали уверенно в такой ситуации?

Можно предложить детям разыграть уверенное поведение, которое они продемонстрировали бы в подобной ситуации.

✓ *Снятие «зажимов»*

Цель: развитие самоконтроля, осознание собственного тела, обучение работе с ним.

Продолжительность: 5 – 10 мин.

Целевая группа: дети с 6 лет.

Описание. Ведущий предлагает участникам игры принять какую-либо заведомо неудобную позу: не поворачивая плеч и туловища, оглянуться назад и пр. При этом в определенных мышцах

и суставах возникает напряжение – зажимы. После того, как дети ощутили напряжение, ведущий предлагает им вернуться в удобную позу. Как правило, с каждой последующей попыткой напряжение проходит все легче. Желательно как можно чаще практиковать это упражнение и в повседневной жизни, стараясь снять зажимы, возникающие непроизвольно.

В каком случае рекомендуется проводить упражнение: когда дети сидят в неудобных/неестественных позах, для реализации целей упражнения.

Оборудование комнаты: специального оборудования не требуется.

Возможные реакции и как с ними быть: дети не понимают, как расслабиться для того, чтобы снять зажимы. Можно предложить им представить, что им становится теплее, что их согревает солнце, что они сами или кто-то «вынимает» этот зажим и пр.

В какой ситуации это упражнение проводить не рекомендуется: особых ограничений нет.

Упражнения на формирование уверенности в себе

✓ «Аплодисменты, аплодисменты!»

Данное упражнение выполняется в группе: дети садятся в круг, по очереди выходят в середину круга. В этот момент группа начинает громко приветствовать, аплодировать, кричать «Браво!» и т. п. Детям в ответ на это предлагается реагировать так, как они сами захотят.

✓ «Формирование уверенности»

В комнате размещаются различные препятствия — коробки, наклоненные доски, веревки и т. п. Ребенку предлагается пройти через эти препятствия. Помимо развития двигательной координации, у ребенка формируется положительная Я-концепция, ощущение своего мастерства, установка «Я это смогу». Дети начинают верить, что смогут решить свои проблемы и более уверенно чувствовать себя в окружающем мире.

Упражнения для расслабления

Упражнения на расслабление могут использоваться, чтобы снять напряжение или ослабить симптомы стресса. Когда человек испытывает стресс, его мышцы напрягаются и начинают проявляться психологические и физические симптомы. Например, головная боль, боль в спине, слабость и усталость. Упражнения для расслабления могут помочь снять любое напряжение и облегчить психологическое состояние, также они учат участников лучше «слышать» свое тело. Понимание своего тела и упражнения на расслабление оказывают прямое влияние на такие симптомы стресса, как напряжение мышц, тревога, гнев и гиперактивность, усиливают позитивные чувства.

✓ *Дотянись до звезд*

Цель: развитие воображения, возможность расслабиться и набраться оптимизма, укрепление уверенности в себе, в свою способность достигать цели.

Продолжительность: 5 – 10 мин.

Целевая группа: дети от 10 лет.

Описание. Участникам группы предлагается закрыть глаза и представить над головой ночное небо, усыпанное звездами. Предлагается потянуться и достать с неба звезду и положить ее в свою корзинку. Глубокий вдох, когда они тянутся за звездой, выдох, когда кладут в корзинку.

Инструкция: «Встаньте удобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха... Представьте себе, что над вами ночное небо, усыпанное звездами. Посмотрите на какую-нибудь звезду, которая ассоциируется у вас с мечтой: желанием что-то иметь, кем-то стать... Теперь откройте глаза и протяните руки к небу, чтобы дотянуться до своей звезды. Старайтесь изо всех

сил! И вы обязательно сможете достать рукой свою звезду. Снимите ее с неба и бережно положите в корзинку... (Когда у всех участников группы «звезды» будут лежать в корзинках, можно продолжать дальше). Опустите руки и закройте глаза. Выберите прямо у себя над головой другую сверкающую звезду, которая напоминает о другой твоей мечте... Теперь откройте глаза, потянитесь обеими руками как можно выше и дотянитесь до неба. Сорвите с неба звезду и положите в корзинку к первой звезде...»

Упражнение продолжается, участникам дается возможность сорвать с неба еще несколько звезд. Групповая сплоченность может возрасти, если после упражнения каждый расскажет о какой-нибудь из своих звезд и объяснит, что она для него значит. В каком случае рекомендуется проводить упражнение: если необходимо расслабиться и сплотить группу.

Оборудование комнаты: специального оборудования не требуется.

Возможные реакции и как с ними быть: упражнение у некоторых участников может вызвать слезы. Они могут быть связаны, например, с тем, что ребенок не верит в то, что его желание исполнится. В любом случае не надо запрещать ребенку плакать.

В какой ситуации это упражнение проводить не рекомендуется: особых ограничений нет.

✓ *То, что приносит радость*

Цель: развитие воображения, развитие навыка принятия себя, своих желаний.

Продолжительность: 5 мин.

Участники: без ограничений.

Описание. Детям предлагается сесть удобно, закрыть глаза, мысленно выбрать что-то, что в эту минуту кажется особенно приятным (капля росы, вкус компота и пр.). Открыть глаза и рассказать о том, что выбрали в этот раз.

В каком случае рекомендуется проводить упражнение: как самостоятельное упражнение или в случае, когда дети стали невнимательны, раздражительны, устали и пр.

Оборудование комнаты: специального оборудования не требуется.

Возможные реакции и как с ними быть: реакций не замечено

В какой ситуации это упражнение проводить не рекомендуется: ограничений нет.

Заключение

Жестокое обращение пагубно влияет на самые разные аспекты жизни ребенка: здоровье, развитие, самооценку, общение, школьную успеваемость, социальную адаптацию. Помимо физического и психологического вреда, перенесенное в детстве насилие накладывает отпечаток на способы взаимодействия человека с другими людьми, и в первую очередь, в будущем, со своими детьми. Так возникает целый цикл насилия, который проявляется на разных уровнях: в актуальных отношениях между ребенком и родителем, и в отношениях между поколениями.

Важно помнить, что все начинается с отношения к данной проблеме. В нашей стране до сих пор бытует мнение, что ребенка «нужно лупить, чтобы послушным был», и если взрослые придерживаются этого мнения, то глубоко заблуждаются, ведь последствия физических наказаний куда более велики и разрушительны, чем временный положительный эффект от них.

Как правило, за жестоким обращением с детьми стоят проблемы, с которыми не справляется семья, многие из которых вызваны собственным детством и трудными условиями жизни родителей. Именно поэтому в таких ситуациях в помощи нуждаются не только дети, но и их родители.

Жестокое обращение с детьми способно вызвать лишь злобу, обиду и страх перед взрослым, далекий от истинного уважения. Физические наказания, хотя и могут быть ситуативно действенны, бесполезны, если родители хотят воспитать в ребенке моральные качества, побуждающие поступать правильно исключительно под воздействием собственного внутреннего контроля, а не потому, что кто-то ставит условия, угрожает или принуждает.

Педагоги, работающие в образовательных учреждениях, в том числе, с проблемой жестокого обращения, должны постараться в доступной форме донести до родителей: физически наказывая ребенка, психологически унижая его, они взращивают в нем установки - «прав тот, у кого сила» и «раз меня можно бить, то и других тоже бить можно». В дальнейшем это может привести его в криминальную среду, способствовать возникновению девиантных форм поведения.

Специалистам, работающим с детьми, необходимо уметь распознавать жестокое обращение в разных формах и на разных этапах жизни семьи и оказывать помощь детям и их родителям на начальном этапе возникновения проблем, а не только в тех случаях, когда не остается ничего другого, как забрать ребенка из семьи для обеспечения его безопасности.

Чем раньше выявляются случаи жестокого обращения с ребенком, тем менее затратной и более эффективной оказывается помощь ребенку и его семье. Таким образом, в ходе реализации деятельности, направленной на предотвращение насилия и жестокого обращения с детьми, решается социально значимая задача профилактики социального сиротства.

Педагоги, осуществляющие деятельность по предупреждению жестокого обращения и помогающие детям, пострадавшим от насилия, сами нуждаются в поддержке и сопровождении в силу травматичности, эмоциональной затратности.

В связи с этим специалисты, работающие с детьми, и руководители образовательных учреждений должны уделить особое внимание профилактике формирования синдрома профессионального выгорания, выработать такой стиль профессиональной деятельности, который будет способствовать профессиональному самосохранению.

Список литературы

1. Абульханова К. А. Российская проблема свободы, одиночества и смирения // Психологический журнал, 1999. №5. – С.5-14
2. Алексеева И. А., Новосельский И. Г. «Жестокое обращение с ребенком. Причины. Последствия. Помощь». – 2-е изд. – М.: Национальный фонд защиты детей от жестокого обращения, 2010. – 460 с.
3. Волкова Е. Н. Психология субъектности педагога. – Н. Новгород, 2001.
4. «Воспитание трудного ребенка. Дети с девиантным поведением»/под ред. М.И. Рожкова. – М.: ВЛАДОС, 2006.
5. Гиндин Г. И., Духова О. Б. Социально-психологическая помощь детям-жертвам сексуального насилия в семье. Вологда, 1997.
6. Дети в России. 2009: Статистический сборник / ЮНИСЕФ, Росстат. М.: ИИЦ «Статистика России», 2009.
7. «Жестокое обращение с детьми. Помощь детям, пострадавшим от жестокого обращения и их родителям» // Под редакцией Сафоновой Т.Я., Цымбала Е.И. М., 2001.
8. «Защита детей от жестокого обращения»/под ред. Е.Н. Волковой. – СПб: Питер, 2007. – 256 с.
9. Зиновьева Н. О., Михайлова Н. Ф. Психология и психотерапия насилия. Ребенок в кризисной ситуации. СПб.: Речь, 2003.
10. Набор методических материалов для учреждений социальной защиты населения «Оказание помощи детям, пострадавшим от коммерческой сексуальной эксплуатации»: Психологические аспекты оказания помощи детям, пострадавшим от коммерческой сексуальной эксплуатации / Е. В. Забадыкина, А.-М. Л. Храменкова, О. И. Колпакова, Н. В. Солнцева, М. В. Земляных, Н. Р. Шутер; Ред. О. С. Левина. – Санкт-Петербург, 2011. – 133 с.
11. «О положении детей в Российской Федерации»: Государственный доклад. – М., 2006.
12. «Организация помощи детям, пострадавшим от насилия и жестокого обращения в рамках работы специалистов служб психолого-педагогического сопровождения». – Методические рекомендации. – ГБОУ для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи «ЦППРиК». – Ханты-Мансийск, 2010.
13. «Предупреждение жестокого обращения с детьми». – Методические рекомендации. – БУ Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Методический центр социального развития социального обслуживания». – Сургут, 2012.
14. «Проблемы насилия над детьми и пути их преодоления» / Под ред. Е.Н. Волковой. – СПб.: Питер, 2008. – 240 с.: ил. – (Серия «Детскому психологу»).
15. Рабочая книга «Защита детей от насилия и жестокого обращения» / Под ред. Е. Н. Волковой, Т. Н. Балашовой, – Н.Новгород: «Папирус», 2004 г.
16. Сиротюк А. Л. Кинезиологические упражнения для детей, переживших насилие // Журнал «Дошкольное воспитание». 2005. № 1.
17. Соонетс Р., и др. Недостойное обращение с детьми. Тарту, АО Атлекс, 2000.
18. «Справочная книга школьного психолога» / Под ред. Р. В. Овчаровой. –М.: «Просвещение», 1996.- 352с.
19. Цымбал Е. И. Дети - жертвы половых преступлений // Проблемы защиты жертв преступлений. М., 1999, с. 39-53.
20. Цымбал Е. И. Жестокое обращение с детьми: причины, проявления, последствия: издание второе исправленное и дополненное. – М.: 1999.
21. Дэвид А. Лэйн. «Школьная травля» (буллинг). [Электронный ресурс] / Режим доступа: <http://www.supporter.ru/pages.php?idr=43&id=123&pageid=2>, свободный.

22. Фадеева И.В. Методические рекомендации родителям по профилактике жестокого обращения с ребенком, 2012. [Электронный ресурс] / Режим доступа: <http://www.minobr74.ru/en/deyatelnost/doshkolnoe-obrazovanie/roditelyam/konsultacii-uchenyh/96-deyatelnost/doshkolnoe-obrazovanie/465-metodicheskie-rekomendatsii-roditelyam-po-profilaktike-zhestokogo-obrashcheniya-s-rebenkom>, свободный.
23. Эйдемиллер Э.Г. Методы семейной диагностики и психотерапии. Методическое пособие / Серия: "Психодиагностика: педагогу, врачу, психологу (Вып. 1). Под общей редакцией д.м.н; проф. Л.И. Вассермана. – М.: "Фолиум", 1996 г. [Электронный ресурс] / Режим доступа: http://www.diagnostika.spb.ru/asv_1_2.html, свободный.

Методики диагностики психологических особенностей детей

Шкала «Проявление тревожности» Тейлора

Цель: измерение проявлений тревожности

1. Я могу долго работать не уставая.
2. Я всегда выполняю свои обещания, не считаясь с тем, удобно мне это или нет.
3. Обычно руки и ноги у меня теплые.
4. У меня редко болит голова.
5. Я уверен в своих силах.
6. Ожидание меня нервирует.
7. Порой мне кажется, что я ни на что не годен.
8. Обычно я чувствую себя вполне счастливым.
9. Я не могу сосредоточиться на чем-либо одном.
10. В детстве я всегда немедленно и безропотно выполнял все то, что мне поручали.
11. Раз в месяц или чаще у меня бывает расстройство желудка.
12. Я часто ловлю себя на том, что меня что-то тревожит.
13. Я думаю, что я не более нервный, чем большинство других людей.
14. Я не слишком застенчив.
15. Жизнь для меня почти всегда связана с большим напряжением.
16. Иногда бывает, что я говорю о вещах, в которых не разбираюсь.
17. Я краснею не чаще, чем другие.
18. Я часто расстраиваюсь из-за пустяков.
19. Я редко замечаю у себя сердцебиение или одышку.
20. Не все люди, которых я знаю, мне нравятся.
21. Я не могу уснуть, если меня что-то тревожит.
22. Обычно я спокоен и меня нелегко расстроить.
23. Меня часто мучают ночные кошмары.
24. Я склонен все принимать слишком всерьез.
25. Когда я нервничаю, у меня усиливается потливость.
26. У меня беспокойный и прерывистый сон.
27. В играх я предпочитаю скорее выигрывать, чем проигрывать.
28. Я более чувствителен, чем большинство других людей.
29. Бывает, что нескромные шутки и остроты вызывают у меня смех.
30. Я хотел бы быть так же доволен своей жизнью, как, вероятно, довольны другие.
31. Мой желудок сильно беспокоит меня.
32. Я постоянно озабочен своими материальными и служебными делами.
33. Я настроенно отношусь к некоторым людям, хотя знаю, что они не могут причинить мне вреда.
34. Мне порой кажется, что передо мной нагромождены такие трудности, которых мне не преодолеть.
35. Я легко прихожу в замешательство.
36. Временами я становлюсь настолько возбужденным, что это мешает мне заснуть.

37. Я предпочитаю уклоняться от конфликтов и затруднительных положений.
38. У меня бывают приступы тошноты и рвоты.
39. Я никогда не опаздывал на свидания или работу.
40. Временами я определенно чувствую себя бесполезным.
41. Иногда мне хочется выругаться.
42. Почти всегда я испытываю тревогу в связи с чем-либо или с кем-либо.
43. Меня беспокоят возможные неудачи.
44. Я часто боюсь, что вот-вот покраснею.
45. Меня нередко охватывает отчаяние.
46. Я — человек нервный и легко возбудимый.
47. Я часто замечаю, что мои руки дрожат, когда, я пытаюсь что-нибудь сделать.
48. Я почти всегда испытываю чувство голода.
49. Мне не хватает уверенности в себе.
50. Я легко потею даже в прохладные дни.
51. Я часто мечтаю о таких вещах, о которых лучше никому не рассказывать.
52. У меня очень редко болит живот.
53. Я считаю, что мне очень трудно сосредоточиться на какой-либо задаче или работе.
54. У меня бывают периоды такого сильного беспокойства, что я не могу долго усидеть на одном месте.
55. Я всегда отвечаю на письма сразу же после прочтения.
56. Я легко расстраиваюсь.
57. Практически я никогда не краснею.
58. У меня гораздо меньше различных опасений и страхов, чем у моих друзей и знакомых.
59. Бывает, что я откладываю на завтра то, что следует сделать сегодня.
60. Обычно я работаю с большим напряжением.

В 1 балл оцениваются ответы «да» к высказываниям 6, 7, 9, 11, 12, 13, 15, 18, 21, 23, 24, 25, 26, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 40, 42, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 53, 54, 56, 60 и ответы «нет» к высказываниям 1, 3, 4, 5, 8, 14, 17, 19, 22, 39, 43, 52, 57, 58. Лживыми считаются ответы «да» к пунктам 2, 10, 55 и «нет» к пунктам 16, 20, 27, 29, 41, 51, 59.

Суммарная оценка: 40-50 баллов рассматривается как показатель очень высокого уровня тревоги; 25-40 баллов свидетельствует о высоком уровне тревоги; 15-25 баллов - о среднем (с тенденцией к высокому) уровне; 5-15 баллов - о среднем (с тенденцией к низкому) уровне и 0-5 баллов — о низком уровне тревоги.

Проективный метод «Несуществующее животное»

Цель: изучение особенностей эмоциональной сферы и сферы общения ребенка

Материалы: лист бумаги А4, цветные карандаши

Инструкция: «Я хочу посмотреть насколько у тебя развито воображение, фантазия. Придумай и нарисуй животное, которого на самом деле нет и никогда не было и которого до тебя никто не придумал – ни в сказках, ни в компьютерных играх, ни в мультфильмах». Ребенку необходимо придумать название и составить небольшой рассказ об этом животном. Интерпретация представлена в литературе.

Опросник «САН»

Цель: изучение актуального самочувствия, настроения и активности испытуемого.

Бланк ответов

Фамилия, инициалы _____

Пол _____ Возраст _____ Дата _____

1. Самочувствие хорошее	3	2	1	0	1	2	3	Самочувствие плохое
2. Чувствую себя сильным	3	2	1	0	1	2	3	Чувствую себя слабым
3. Пассивный	3	2	1	0	1	2	3	Активный
4. Малоподвижный	3	2	1	0	1	2	3	Подвижный
5. Веселый	3	2	1	0	1	2	3	Грустный
6. Хорошее настроение	3	2	1	0	1	2	3	Плохое настроение
7. Работоспособный	3	2	1	0	1	2	3	Разбитый
8. Полный сил	3	2	1	0	1	2	3	Обессиленный
9. Медлительный	3	2	1	0	1	2	3	Быстрый
10. Бездеятельный	3	2	1	0	1	2	3	Деятельный
11. Счастливый	3	2	1	0	1	2	3	Несчастный
12. Жизнерадостный	3	2	1	0	1	2	3	Мрачный
13. Напряженный	3	2	1	0	1	2	3	Расслабленный
14. Здоровый	3	2	1	0	1	2	3	Больной
15. Безучастный	3	2	1	0	1	2	3	Увлеченный
16. Равнодушный	3	2	1	0	1	2	3	Взволнованный
17. Восторженный	3	2	1	0	1	2	3	Унылый
18. Радостный	3	2	1	0	1	2	3	Печальный
19. Отдохнувший	3	2	1	0	1	2	3	Усталый
20. Свежий	3	2	1	0	1	2	3	Изнуренный
21. Сонливый	3	2	1	0	1	2	3	Возбужденный
22. Желание отдохнуть	3	2	1	0	1	2	3	Желание работать
23. Спокойный	3	2	1	0	1	2	3	Озабоченный
24. Оптимистичный	3	2	1	0	1	2	3	Пессимистичный
25. Выносливый	3	2	1	0	1	2	3	Утомляемый
26. Бодрый	3	2	1	0	1	2	3	Вялый
27. Соображать трудно	3	2	1	0	1	2	3	Соображать легко
28. Рассеянный	3	2	1	0	1	2	3	Внимательный
29. Полный надежд	3	2	1	0	1	2	3	Разочарованный
30. Довольный	3	2	1	0	1	2	3	Недовольный

Обработка результатов:

При подсчете крайняя степень выраженности негативного полюса пары оценивается в один балл, а крайняя степень выраженности позитивного полюса в семь баллов. При этом нужно учитывать, что полюса шкал постоянно меняются, но положительные состояния всегда получают высокие баллы, а отрицательные – низкие. Полученные баллы группируются в соответствии с ключом в три категории, и подсчитывается количество баллов по каждой из них.

Ключ:

Самочувствие (сумма баллов по шкалам)	1,2,7,8,13,14,19,20,25,26
Активность (сумма баллов по шкалам)	3,4,9,10,15,16,21,22,27,28
Настроение (сумма баллов по шкалам)	5,6,11,12,17,18,23,24,29,30

Интерпретация результатов:

Полученные результаты по каждой категории делятся на 10. Средний бал шкалы равен 4. Оценки, превышающие 4 балла, говорят о благоприятном состоянии испытуемого, оценки ниже 4 баллов свидетельствуют об обратном. Нормальные оценки состояния лежат в диапазоне 5,0 – 5,5 баллов. Следует учесть, что при анализе функционального состояния важны не только значения отдельных его показателей, но и их соотношение.

Методика диагностики представлений ребенка о насилии «Незаконченные предложения»

Методика предназначена для диагностики когнитивного, эмоционального и поведенческого аспекта представлений ребенка о насилии. Используется для подростков и раннего юношеского возраста. Методика может проводиться как индивидуально, так и в группе. Каждому ребенку дается бланк с предложениями, которые ему нужно закончить. Время проведения 15 минут.

Инструкция: перед тобой несколько незаконченных предложений. Напиши, пожалуйста, окончание к каждому предложению. Пиши тот ответ, который первым пришел к тебе в голову. Это не тест, здесь нет правильных и неправильных ответов.

1. Я весь трясусь, когда _____
2. Если бы все ребята знали, как я боюсь _____
3. Если тебя разозлили, то нужно _____
4. Воспитывать детей нужно с помощью _____
5. Ребенок в семье _____
6. Мои близкие думают обо мне, что я _____
7. Я боюсь идти домой, когда _____
8. Я лучше побуду один, чем _____
9. Когда я вижу, что кого-то бьют, мне _____
10. Бить другого можно, когда _____
11. Ребенок с опаской относится к окружающим, потому что _____
12. Применение физической силы к более слабому _____
13. Родители кричат на детей, когда _____
14. Когда у меня будут дети, я никогда _____
15. Наша семья была бы идеальной, если бы не _____
16. Я хочу побыть один, после _____
17. Я убежал бы из дома, если бы _____
18. Больше всего я не люблю, когда мои родители _____
19. Я хочу, чтобы меня _____
20. Приемлемое наказание – это _____

Спасибо!

С помощью данной методики можно диагностировать три важнейших параметра, а именно: какое представление ребенок имеет о насилии как о явлении; с какими эмоциями приходится сталкиваться ребенку, с чем связаны эти эмоции; какое поведение является приемлемым для ребенка в ситуации насилия.

Ответы на вопросы 2, 7, 9, 13, 18, 19 характеризуют эмоциональный аспект представлений ребенка о насилии, 3, 4, 11, 20 – когнитивный, 1, 8, 10, 12, 14, 16 – поведенческий аспект. Интерпретация полученных результатов проводится методом контент-анализа.

Методика выявления особенностей взаимоотношений детей в классном коллективе

Проведение социометрии в любом классе является серьезным эмоциональным испытанием. Особенно для тех, кто не особо популярен в классе. Необходимо честно написать, кто тебе нравится, а кто нет, подписав при этом свою анкету. Лучше, если проводить методику будет опытный психолог, знакомый с классом и обстановкой в нем, ведь наверняка он уже завоевал доверие и расположение к себе школьников.

Детям предлагается расселить по домикам *всех* учащихся класса (их имена и фамилии называет взрослый, дети записывают данную фамилию в нужном домике). Домики разные: дворец (I выбор), квартира (II выбор), изба (III выбор), шалаш (IV выбор). Затем эти данные педагог заносит в таблицу, используя цифры (I, II, III, IV). После заполнения таблицы можно по специальной формуле подсчитать социометрический статус ребенка (С):

$$C = \frac{4 \cdot VI + 3 \cdot VII + 2 \cdot VIII + 1 \cdot CIV}{K - 1},$$

где VI — количество первых выборов (дворец),
VII — количество вторых выборов (квартира),
VIII — количество третьих выборов (изба),
CIV — количество четвертых выборов (шалаш),
K — количество учеников в классе.

Например, Алеша Р. получил VI — 4, VII — 5, VIII — 2, CIV — 3. В группе 15 учеников. Статус обследуемого равен:

$$C = \frac{4 \cdot 4 + 3 \cdot 5 + 2 \cdot 2 + 1 \cdot 3}{15 - 1} = \frac{16 + 15 + 4 + 3}{14} = 2,7$$

Что это означает?

От 3,4 до 3 — лидер.

От 2,9 до 2,5 — предпочитаемый.

От 2,4 до 2 — принятый.

От 1,9 до 1 — изолированный.

Таким образом, ученик, набравший 2,7 балла, имеет в своем классе положение предпочитаемого.

Методики диагностики особенностей детско-родительских отношений и внутрисемейного взаимодействия

«Анализ семейных взаимоотношений» Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис (АСВ)

Анализируя процесс воспитания в семье, важно ответить на три вопроса. Во-первых, как, т.е. какими способами родители воспитывают ребенка (тип воспитания). В случае если этот тип способствует возникновению и развитию патологических изменений личности ребенка, придется ответить и на второй вопрос: почему родители воспитывают именно таким образом, т.е. каковы причины, вызывающие данный тип воспитания. Установив эту причину, необходимо ответить и на третий вопрос – о месте этой причины в совокупности отношений в семье. Предлагаемый опросник АСВ [23] поможет найти ответ на первые два вопроса.

Правила пользования опросником АСВ

Перед тем, как родитель начинает заполнять опросник, необходимо создать атмосферу доверительного психологического контакта между ним и лицом, проводящим исследование. Родитель должен быть заинтересован в правдивости собственных ответов. Каждый опрашиваемый получает текст опросника и бланк регистрации ответов. Проводящий исследования зачитывает находящуюся в начале опросника инструкцию, убеждается, что опрашиваемые ее правильно поняли. В процессе заполнения инструктирование или пояснения не допускаются.

Нарушение процесса воспитания в семье. Рассмотрим особенности воспитания, учет которых наиболее важен при изучении этиологии непсихотических патологических нарушений поведения и отклонения личности детей и подростков. Одновременно дадим описание тех шкал опросника АСВ, которые предназначены для диагностики типов негармоничного воспитания.

1. Уровень протекции в процессе воспитания. Речь идет о том, сколько сил, внимания, времени уделяют родители при воспитании ребенка. Наблюдаются два уровня протекции: чрезмерная (гиперпротекция) и недостаточная (гипопротекция).

Гиперпротекция (шкала Г+). При гиперпротекции родители уделяют ребенку крайне много времени, сил и внимания, и воспитание его стало центральным делом их жизни. Типичные высказывания таких родителей использованы при разработке настоящей шкалы.

Гипопротекция (шкала Г-). Ситуация, при которой ребенок или подросток оказывается на периферии внимания родителя, т.е. "не доходят руки", родителю не "до него". Ребенок часто выпадает у них из виду. За него берутся лишь время от времени, когда случается что-то серьезное.

2. Степень удовлетворения потребностей ребенка

Речь идет о том, в какой мере деятельность родителей нацелена на удовлетворение потребностей ребенка как материально-бытовых (в питании, одежде, предметах развлечения), так и духовных – прежде всего в общении с родителями, в их любви и внимании. Данная черта семейного воспитания принципиально отличается от уровня протекции, поскольку характеризует не меру занятости родителей воспитанием ребенка, а степень удовлетворения его потребностей. Так называемое "спартанское воспитание" является примером высокого уровня протекции, поскольку

ку родитель много занимается воспитанием, и низкого уровня удовлетворения потребностей ребенка. В степени удовлетворения потребностей возможны два отклонения:

Потворствование (шкала У+). О потворствовании мы говорим в тех случаях, когда родители стремятся к максимальному и некритическому удовлетворению любых потребностей ребенка или подростка. Они "балуют" его. Любое его желание для них – закон. Объясняя необходимость такого воспитания, родители приводят аргументы, являющиеся типичной рационализацией – "слабость ребенка", его исключительность, желание дать ему то, чего был сам лишен в свое время родителями, что ребенок растет без отца и т.д. Типичные высказывания приведены в шкале У+. При потворствовании родители бессознательно проецируют на детей свои ранее неудовлетворенные потребности и ищут способы заместительного удовлетворения их за счет воспитательных действий.

Игнорирование потребностей ребенка (шкала У-). Данный стиль воспитания противоположен потворствованию и характеризуется недостаточным стремлением родителя к удовлетворению потребностей ребенка. Чаще страдают при этом духовные потребности, особенно потребность в эмоциональном контакте, общении с родителем.

3. Количество и качество требований к ребенку в семье

Требования к ребенку – неотъемлемая часть воспитательного процесса. Они выступают, во-первых, в виде обязанностей ребенка, т.е. в тех заданиях, которые он выполняет – учеба, уход за собой, участие в организации быта, помощь другим членам семьи. Во-вторых, это требования-запреты, устанавливающие, чего ребенок не должен делать. Наконец, невыполнение требований ребенком, может повлечь применение санкций со стороны родителей от мягкого осуждения до суровых наказаний.

Формы нарушений системы требований к ребенку различны, поэтому высказывания родителей, отражающие их, представлены в целом ряде шкал: Т+, Т-; 3+, 3-; С+, С-.

Чрезмерность требований-обязанностей (шкала Т+). Именно это качество лежит в основе типа негармоничного воспитания "повышенная моральная ответственность". Требования к ребенку в этом случае очень велики, непомерны, не соответствуют его возможностям и не только не содействуют полноценному развитию его личности, но напротив, представляют риск психотравматизации.

Недостаточность требований-обязанностей ребенка (шкала Т-). В этом случае ребенок имеет минимальное количество обязанностей в семье. Данная особенность воспитания проявляется в высказываниях родителей о том, как трудно привлечь ребенка к какому-либо делу по дому.

Требования-запреты, т.е. указания на то, что ребенку нельзя делать, определяют прежде всего степень самостоятельности его, возможность самому выбирать способ поведения. И здесь возможны две степени отклонения: чрезмерность и недостаточность требований-запретов.

Чрезмерность требований-запретов (шкала 3+). Такой подход может лежать в основе типа негармоничного воспитания "доминирующая гиперпротекция". В этой ситуации ребенку "все нельзя". Ему предъявляется огромное количество требований, ограничивающих его свободу и самостоятельность. У стеничных детей и подростков такое воспитание форсирует возникновение реакций оппозиции и эмансипации, у менее стеничных предопределяет развитие черт сенситивной и тревожно-мнительной (психастенической) акцентуаций. Типичные высказывания родителей отражают их страх перед любыми проявлениями самостоятельности ребенка. Этот страх проявляется в резком преувеличении последствий, к которым может привести хотя бы незначительное нарушение запретов, а также в стремлении подавить самостоятельность мысли ребенка.

Недостаточность требований-запретов к ребенку (шкала 3-). В этом случае ребенку "все можно". Даже если и существуют какие-либо запреты, ребенок или подросток легко их нарушает, зная, что с него никто не спросит. Он сам определяет круг своих друзей, время еды, прогулок, свои занятия, время возвращения вечером, вопрос о курении и об употреблении спиртных напитков. Он ни за что не отчитывается перед родителями. Родители при этом не хотят или не могут установить какие-либо рамки в его поведении. Данное воспитание стимулирует развитие гипертимного типа личности у подростка и, особенно, неустойчивого типа. Строгость санкций (наказаний) за нарушение требований ребенком (шкалы С+ и С-).

Чрезмерность санкций (тип воспитания "жестокое обращение"). Для этих родителей характерна приверженность к применению строгих наказаний, чрезмерное реагирование даже на незначительные нарушения поведения. Типичные высказывания родителей отражают их убеждение в полезности для детей и подростков максимальной строгости (см. шкалу С+).

Минимальность санкций (шкала С-). Эти родители предпочитают обходиться либо вовсе без наказаний, либо применяют их крайне редко. Они уповают на поощрения, сомневаются в результативности любых наказаний.

4. Неустойчивость стиля воспитания (шкала Н). Под таким воспитанием мы понимаем резкую смену стиля приемов, представляющих собой переход от очень строгого к либеральному и затем, наоборот, переход от значительного внимания к ребенку к эмоциональному отвержению его родителями.

Неустойчивость стиля воспитания, по мнению К. Леонгарда, содействует формированию таких черт характера как упрямство, склонность противостоять любому авторитету, и является нередкой ситуацией в семьях детей и подростков с отклонениями характера. Родители, как правило, признают факт незначительных колебаний в воспитании ребенка, однако недооценивают размах и частоту этих колебаний.

Сочетание различных отклонений в воспитании. Возможно, достаточно большое количество сочетаний перечисленных черт семейного воспитания. Однако особенно важное значение, с точки зрения анализа причин отклонения характера, а также возникновения непсихотических психогенных нарушений поведения, неврозов и неврозоподобных состояний, имеют следующие устойчивые сочетания (см. таблицу). Устойчивые сочетания различных черт воспитания представляют собой тип негармоничного воспитания. Классификация типов негармоничного воспитания также дана в таблице 1.

Потворствующая гиперпротекция (сочетание черт, отраженных в шкалах Г+, У+, при Т-, 3-, С-). Ребенок находится в центре внимания семьи, которая стремится к максимальному удовлетворению его потребностей. Этот тип воспитания содействует развитию демонстративных (истероидных) и гипертимных черт личности у подростка.

Доминирующая гиперпротекция (Г+, У±, Т±, 3+, С±). Ребенок также в центре внимания родителей, которые отдают ему много сил и времени, однако, в то же время, лишают его самостоятельности, ставя многочисленные ограничения и запреты. У гипертимных подростков такие запреты усиливают реакцию эмансипации и обуславливают острые аффективные реакции экстрапунитивного типа. При тревожно-мнительном (психастеническом), сенситивном, астеническом типах акцентуаций личности доминирующая гиперпротекция усиливает астенические черты.

Повышенная моральная ответственность (Г+, У-, Т+). Этот тип воспитания характеризуется сочетанием высоких требований к ребенку с пониженным вниманием к его потребностям. Стимулирует развитие черт тревожно-мнительной (психастенической) акцентуации личности.

Таблица 1. Диагностика типов негармоничного семейного воспитания

Тип воспитания	Выраженность черт воспитательного процесса				
	Уровень протекции	Полнота удовлетворения потребностей	Степень предъявления требований	Степень запретов	Строгость санкций
	П (Г+,Г-)	У	Т	З	С
Потворствующая гиперпротекция	+	+	-	-	-
Доминирующая гиперпротекция	+	±	±	+	+
Повышенная моральная ответственность	+	-	+	±	±
Эмоциональное отвержение	-	-	±	±	±
Жестокое обращение	-	-	±	±	+
Гипопротекция	-	-	-	-	±

ПРИМЕЧАНИЕ:

+ означает чрезмерную выраженность соответствующей черты воспитания;
 – недостаточную выраженность;

± означает, что при данном типе воспитания возможны как чрезмерность, так и недостаточность или невыраженность.

Эмоциональное отвержение (Г-, У-, Т±, З±, С±). В крайнем варианте – это воспитание по типу "Золушки". В основе эмоционального отвержения лежит осознаваемое или, чаще, неосознаваемое отождествление родителями ребенка с какими-либо отрицательными моментами в собственной жизни. Ребенок в этой ситуации может ощущать себя помехой в жизни родителей, которые устанавливают в отношениях с ним большую дистанцию. Эмоциональное отвержение формирует и усиливает черты инертно-импульсивной (эпилептоидной) акцентуации личности и эпилептоидной психопатии, ведет к декомпенсации и формированию невротических расстройств у подростков с эмоционально-лабильной и астенической акцентуациями.

При жестокое обращение родителей с детьми (Г-, У-, Т± З±, С+) на первый план выходит эмоциональное отвержение, проявляющееся наказаниями в форме избиений и истязаний, лишением удовольствий, неудовлетворением их потребностей.

Гипопротекция (гипоопека – Г-, У-, Т-, З-, С±). Ребенок предоставлен самому себе, родители не интересуются им и не контролируют его. Такое воспитание особенно неблагоприятно при акцентуациях гипертимного и неустойчивого типов.

Психологические причины отклонений в семейном воспитании. Причины негармоничного воспитания весьма различны. Порой это определенные обстоятельства в жизни семьи, мешающие наладить адекватное воспитание. В этом случае показаны разъяснительная работа и рациональная психотерапия. Однако, нередко основную роль в нарушении воспитательного процесса играют личностные особенности самих родителей. Особую роль в практике специалиста играют две группы причин.

Отклонения личности самих родителей. Акцентуации личности и психопатии нередко определяют определенные нарушения в воспитании. При неустойчивой акцентуации родитель чаще склонен проводить воспитание, характеризующееся гипопротекцией, пониженным

удовлетворением потребностей ребенка, пониженным уровнем требований к нему. Инертно-импульсивная (эпилептоидная) акцентуация родителей чаще других обуславливает доминирование, жестокое обращение с ребенком. Стиль доминирования может также обуславливаться чертами тревожной мнительности. Демонстративно-гиперкомпенсаторная акцентуация личности и истероидная психопатия у родителей нередко предрасполагают к противоречивому типу воспитания: демонстрируемая забота и любовь к ребенку при зрителях и эмоциональное отвержение в отсутствие таковых.

Во всех случаях необходимо выявить отклонение личности родителей, убедиться в том, что именно оно играет решающую роль в возникновении нарушений в воспитании. Поэтому внимание врача-психотерапевта направляется на осознание родителями взаимосвязи между особенностями своих личностных характеристик, типом воспитания и нарушениями поведения у подростка или ребенка.

Психологические (личностные) проблемы родителей, решаемые за счет ребенка. В этом случае, в основе негармоничного воспитания лежит какая-то личностная проблема, чаще всего носящая характер неосознаваемой проблемы, потребности. Родитель пытается разрешить ее (удовлетворить потребность) за счет воспитания ребенка. Попытки разъяснительной работы, уговоров изменить стиль воспитания оказываются неэффективными. Перед психологом и психотерапевтом встает трудная задача выявить психологическую проблему родителя, помочь ему осознать ее, преодолеть действие защитных механизмов, препятствующих такому осознанию.

Излагая наиболее часто встречающиеся психологические проблемы, лежащие в основе негармоничного воспитания, мы опирались на опыт практической работы с родителями детей и подростков с невротическими расстройствами, нарушениями адаптации, личностными расстройствами (психопатиями) - соответственно 120, 60 и 80 семей.

Как и в предыдущем разделе, одновременно с описанием этих личностных проблем будут указываться шкалы АСВ, предназначенные для их диагностики.

Расширение сферы родительских чувств (шкала РРЧ). Обусловливаемое нарушение воспитания - повышенная протекция (потворствующая или доминирующая). Данный источник нарушения воспитания возникает чаще всего тогда, когда супружеские отношения между родителями в силу каких-либо причин оказываются нарушенными: супруга нет - смерть, развод, либо отношения с ним не удовлетворяют родителя, играющего основную роль в воспитании (несоответствие характеров, эмоциональная холодность и др.). Нередко при этом мать, реже отец, сами того четко не осознавая, хотят, чтобы ребенок, а позже подросток стал для них чем-то большим, нежели просто ребенком. Родители хотят, чтобы он удовлетворил хотя бы часть потребностей, которые в обычной семье должны быть удовлетворены в психологических отношениях супругов - потребность во взаимной исключительной привязанности, частично - эротические потребности. Мать нередко отказывается от вполне реальной возможности повторного замужества. Появляется стремление отдать ребенку (подростку) - чаще противоположного пола - "все чувства", "всю любовь". В детстве стимулируется эротическое отношение к родителям - ревность, детская влюбленность. Когда ребенок достигает подросткового возраста, у родителя возникает страх перед самостоятельностью подростка.

Появляется стремление удержать его с помощью потворствующей или доминирующей гиперпротекции.

Стремление к расширению сферы родительских чувств за счет включения эротических потребностей в отношениях матери и ребенка, как правило, ею не осознается. Эта психологическая установка проявляется косвенно, в частности, в высказываниях, что ей никто не нужен, кроме сына, и в характерном противопоставлении идеализированных ею собственных отношений с сы-

ном неудовлетворяющим ее отношениям с мужем. Иногда такие матери осознают свою ревность к подругам сына, хотя чаще они предъявляют ее в виде многочисленных придиорок к ним.

Предпочтение в подростке детских качеств (шкала ПДК). Обусловливаемое нарушение воспитания - потворствующая гиперпротекция. В этом случае у родителей наблюдается стремление игнорировать повзросление детей, стимулировать у них сохранение таких детских качеств, как непосредственность, наивность, игривость. Для таких родителей подросток все еще "маленький". Нередко они открыто признают, что маленькие дети вообще им нравятся больше, что с большими не так интересно. Страх или нежелание повзросления детей могут быть связаны с особенностями биографии самого родителя (он не имел младшего брата или сестру, на которых в свое время переместилась любовь родителей, в связи с чем свой старший возраст воспринимался как несчастье).

Рассматривая подростка, как "еще маленького", родители снижают уровень требований к нему, создавая потворствующую гиперпротекцию, тем самым стимулируя развитие психического инфантилизма.

Воспитательная неуверенность родителя (шкала ВН). Обусловливаемое нарушение воспитания - потворствующая гиперпротекция, либо просто пониженный уровень требований. Воспитательную неуверенность родителя можно было бы назвать "слабым местом" личности родителя. В этом случае происходит перераспределение власти в семье между родителями и ребенком (подростком) в пользу последнего. Родитель идет "на поводу" у ребенка, уступает даже в тех вопросах, в которых уступать, по его же мнению, никак нельзя. Это происходит потому, что подросток сумел найти к своему родителю подход, нащупал его "слабое место" и добивается для себя в этой ситуации "минимум требований - максимум прав".

Типичная комбинация в такой семье - бойкий, уверенный в себе подросток (ребенок), смело ставящий требования, и нерешительный, винящий себя во всех неудачах с ним, родитель. В одних случаях "слабое место" обусловлено психастеническими чертами личности родителя. В других - определенную роль в формировании этой особенности могли сыграть отношения родителя с его собственными родителями. В определенных условиях дети, воспитанные требовательными, эгоцентричными родителями, став взрослыми, видят в своих детях ту же требовательность и эгоцентричность, испытывают по отношению к ним то же чувство "неоплатного должника", что испытывали ранее по отношению к собственным родителям. Характерная черта высказываний таких родителей - признание ими массы ошибок, совершенных в воспитании. Они боятся упрямства, сопротивления своих детей и находят довольно много поводов уступить им.

Фобия утраты ребенка (шкала ФУ). Обусловливаемое нарушение воспитания - потворствующая или доминирующая гиперпротекция. "Слабое место" - повышенная неуверенность, боязнь ошибиться, преувеличенные представления о "хрупкости" ребенка, его болезненности и т.д.

Другой источник - перенесенные ребенком тяжелые заболевания, если они были длительными. Отношение родителей к ребенку или подростку формировалось под воздействием страха утраты его. Этот страх заставляет родителей тревожно прислушиваться к любым пожеланиям ребенка и спешить удовлетворить их (потворствующая гиперпротекция), в других случаях - мелочно опекает его (доминирующая гиперпротекция).

В типичных высказываниях родителей отражена их ипохондрическая боязнь за ребенка: они находят у него множество болезненных проявлений, свежи воспоминания о прошлых, даже отдаленных по времени переживаниях по поводу здоровья подростка.

Неразвитость родительских чувств (шкала НРЧ). Обусловливаемые нарушения воспитания - гипопротекция, эмоциональное отвержение, жестокое обращение. Адекватное воспитание детей и подростков возможно лишь тогда, когда родителями движут какие-либо достаточно

сильные мотивы: чувство долга, симпатия, любовь к ребенку, потребность "реализовать себя" в детях, "продолжить себя".

Слабость, неразвитость родительских чувств нередко встречается у родителей подростков с отклонениями личностного развития. Однако, это явление очень редко ими осознается, а еще реже признается как таковое. Внешне оно проявляется в нежелании иметь дело с ребенком (подростком), в плохой переносимости его общества, поверхностности интереса к его делам.

Причиной неразвитости родительских чувств может быть отвержение самого родителя в детстве его родителями, то, что он сам в свое время не испытал родительского тепла.

Другой причиной НРЧ могут быть личностные особенности родителя, например, выраженная шизоидность.

Замечено, что родительские чувства нередко значительно слабее развиты у очень молодых родителей, имея тенденцию усиливаться с возрастом (пример любящих бабушек и дедушек).

При относительно благоприятных условиях жизни семьи НРЧ обуславливает тип воспитания гипопротекция и, особенно, эмоциональное отвержение. При трудных, напряженных, конфликтных отношениях в семье на ребенка часто перекладывается значительная доля родительских обязанностей - тип воспитания "повышенная моральная ответственность", либо к нему возникает раздражительно-враждебное отношение.

Типичные высказывания родителей содержат жалобы на то, насколько утомительны родительские обязанности, сожаление, что эти обязанности отрывают их от чего-то более важного и интересного. Для женщин с неразвитым родительским чувством довольно характерны эмансипационные устремления и желание любым путем "устроить свою жизнь".

Проекция на ребенка (подростка) собственных нежелательных качеств (шкала ПНК). Обуславливаемые нарушения воспитания - эмоциональное отвержение, жестокое обращение. Причиной такого воспитания нередко бывает то, что в ребенке родитель как бы видит черты характера, которые чувствует, но не признает в самом себе. Это могут быть: агрессивность, склонность к лени, влечение к алкоголю, те или иные склонности, негативизм, протестные реакции, несдержанность и т.д. Ведя борьбу с такими же, истинными или мнимыми, качествами ребенка, родитель (чаще всего, отец) извлекает из этого эмоциональную выгоду для себя. Борьба с нежелательным качеством в ком-то другом помогает ему верить, что у него данного качества нет. Родители много и охотно говорят о своей непримиримой и постоянной борьбе с отрицательными чертами и слабостями ребенка, о мерах и наказаниях, которые они в связи с этим применяют. В высказываниях родителя сквозит неверие в ребенка, нередки инквизиторские интонации с характерным стремлением в любом поступке выявить "истинную", т.е. плохую причину. В качестве таковой чаще всего выступают качества, с которыми родитель неосознанно борется.

Вынесение конфликта между супругами в сферу воспитания (шкала ВК). Обуславливаемые нарушения воспитания - противоречивый тип воспитания - соединение потворствующей гиперпротекции одного родителя с отвержением либо доминирующей гиперпротекцией другого.

Конфликтность во взаимоотношениях между супругами - нередкое явление, даже в относительно стабильных семьях. Нередко воспитание превращается в "поле битвы" конфликтующих родителей. Здесь они получают возможность наиболее открыто выразить недовольство друг другом, руководствуясь "заботой о благе ребенка". При этом разница во мнениях родителей чаще всего бывает диаметральной: один настаивает на весьма строгом воспитании с повышенными требованиями, запретами и санкциями, другой же родитель склонен "жалеть" ребенка, идти у него на поводу.

Характерное проявление ВК - выражение недовольства воспитательными методами другого супруга. При этом легко обнаруживается, что каждого интересует не столько то, как воспитывать ребенка, сколько то, кто прав в воспитательных спорах. Шкала ВК отражает типичные высказы-

вания "строгой" стороны. Это связано с тем, что именно строгая сторона, как правило, является инициатором обращения к врачу или медицинскому психологу.

Сдвиг в установках родителя по отношению к ребенку в зависимости от его (ребенка) пола. Шкала предпочтения мужских качеств - ПМК и шкала предпочтения женских качеств - ПЖК. Обусловливаемые нарушения воспитания - потворствующая гипепротекция, эмоциональное отвержение.

Нередко отношение родителя к ребенку обуславливается не действительными особенностями ребенка, а такими чертами, которые родитель приписывает его полу, т.е. "вообще мужчинам" или "вообще женщинам". Так, при наличии предпочтения женских качеств наблюдается неосознаваемое неприятие ребенка мужского пола. В таком случае приходится сталкиваться со стереотипными суждениями о мужчинах вообще:

Мужчины в основном, грубы, неопрятны. Они легко поддаются животным побуждениям, агрессивны и чрезмерно сексуальны, склонны к алкоголизму. Любой же человек, будь то мужчина или женщина, должны стремиться к противоположным качествам - быть нежными, деликатными, опрятными, сдержанными в чувствах". Именно такие качества родитель с ПЖК видит в женщинах. Примером проявления установки ПЖК может служить отец, видящий массу недостатков у сына и считающий, что таковы же и все его сверстники. В то же время этот отец "без ума" от младшей сестры мальчика, т.к. находит у нее одни достоинства. Под влиянием ПЖК в отношении ребенка мужского пола в данном случае формируется тип воспитания "эмоциональное отвержение". Возможен противоположный переко с выраженной антифеминистской установкой, пренебрежением к матери ребенка, его сестрам. В этих условиях по отношению к мальчику может сформироваться воспитание по типу "потворствующей гиперпротекции".

Обработка результатов проводится следующим образом. На бланке регистрации ответов номера этих ответов расположены так, что номера, относящиеся к одной шкале, расположены в одной строке. Это дает возможность быстрого подсчета баллов по каждой шкале. Для этого нужно подсчитать число обведенных номеров. За вертикальной чертой на бланке регистрации ответов указано диагностическое значение (ДЗ) для каждой шкалы. Если число баллов достигает или превышает ДЗ, то у обследуемого родителя диагностируется тот или иной тип воспитания. Буквы за вертикальной чертой – это применяемые в данных методических рекомендациях сокращенные названия шкал. Названия некоторых шкал подчеркнуты. Это значит, что к результату по горизонтальной строке (набранному числу баллов) надо прибавить результат по дополнительной шкале, находящейся в нижней части бланка, под горизонтальной чертой и обозначенной теми же буквами, что и основная.

При наличии отклонений по нескольким шкалам необходимо обратиться к таблице 1 для установления типа негармоничного семейного воспитания.

ОПРОСНИК АСВ для родителей детей в возрасте 3 – 10 лет

Уважаемый родитель! Предлагаемый Вам опросник содержит утверждения о воспитании детей. Утверждения пронумерованы. Такие же номера есть в "Бланке для ответов".

Читайте по очереди утверждения опросника. Если Вы, в общем, согласны с ними, то на "Бланке для ответов" обведите кружком номер утверждения. Если Вы, в общем, не согласны – зачеркните этот же номер в бланке.

Если очень трудно выбрать, то поставьте на номере вопросительный знак. Старайтесь, чтобы таких ответов было не больше. В опроснике нет "неправильных" или "правильных" утверждений. Отвечайте так, как Вы сами думаете. Этим Вы поможете психологу в работе с Вами.

На утверждения, номера которых выделены в опроснике курсивом, отцы могут не отвечать.

1. Все, что я делаю, я делаю ради моего сына (дочери).

2. У меня часто не хватает времени позаниматься с сыном (дочерью) – пообщаться, поиграть.
3. Мне приходится разрешать моему ребенку такие вещи, которые не разрешают многие другие родители.
4. Не люблю, когда сын (дочь) приходит ко мне с вопросами. Лучше, чтобы догадался сам (сама).
5. Наш ребенок имеет больше обязанностей – в уходе за собой, поддержании порядка, чем большинство детей его возраста.
6. Моего ребенка очень трудно заставить что-нибудь сделать, чего он не любит.
7. Всегда лучше, если дети не думают о том, правильно ли поступают их родители.
8. Мой сын (дочь) легко нарушает запреты.
9. Если хочешь, чтобы твой(я) сын (дочь) стал(а) человеком, не оставляй безнаказанным ни одного его (ее) плохого поступка.
10. Если только возможно, стараюсь не наказывать сына (дочь).
11. Когда я в хорошем настроении, нередко прощаю своему сыну (дочери) то, за что в другое время наказал бы.
12. Я люблю своего сына (дочь) больше, чем люблю (любила) супруга.
13. Младшие дети мне нравятся больше, чем старшие.
14. Если мой сын (дочь) подолгу упрямится или злится, у меня бывает чувство, то я поступил(а) по отношению к нему (ней) неправильно.
15. У нас долго не было ребенка, хотя мы его очень ждали.
16. Общение с детьми, в общем-то, утомительное дело.
17. У моего сына (дочери) есть некоторые качества, которые выводят меня из себя.
18. Воспитание моего сына (дочери) шло бы гораздо лучше, если бы мой(я) муж (жена) не мешал бы мне.
19. Большинство мужчин легкомысленнее, чем женщины.
20. Большинство женщин легкомысленнее, чем мужчины.
21. Мой сын (дочь) для меня самое главное в жизни.
22. Часто бывает, что я не знаю, что делает в данный момент мой ребенок.
23. Если игрушка ребенку нравится, я куплю ее, сколько бы она не стоила.
24. Мой сын (дочь) непонятлив(а). Легче самому два раза сделать, чем один раз объяснить ему (ей).
25. Моему сыну (дочери) нередко приходится (или приходилось раньше) присматривать за младшим братом (сестрой).
26. Нередко бывает так: напоминаю, напоминаю сыну (дочери) сделать что-нибудь, а потом плюну и сделаю сам(а).
27. Родители ни в коем случае не должны допускать, чтобы дети подмечали их слабости и недостатки.
28. Мой сын (дочь) сам(а) решает, с кем ему (ей) играть.
29. Дети должны не только любить своих родителей, но и бояться их.
30. Я очень редко ругаю сына (дочь).
31. В нашей строгости к сыну (дочери) бывают большие колебания. Иногда мы очень строги, а иногда все разрешаем.
32. *Мы с ребенком понимаем друг друга лучше, чем мы с супругом.*
33. Меня огорчает, что мой сын (дочь) слишком быстро становится взрослым.
34. Если ребенок упрямится, потому что плохо себя чувствует, лучше всего сделать так, как он хочет.

35. Мой ребенок растет слабым и болезненным.
36. Если бы у меня не было детей, я бы добился (добилась) в жизни гораздо большего.
37. У моего сына (дочери) есть недостатки, которые не исправляются, хотя я упорно с ними борюсь.
38. Нередко бывает, что когда я наказываю моего сына (дочь), мой муж (жена) тут же начинает упрекать меня в излишней строгости и утешать его (ее).
39. Мужчины более склонны к супружеской измене, чем женщины.
40. Женщины более склонны к супружеской измене, чем мужчины.
41. Заботы о сыне (дочери) занимают большую часть моего времени.
42. Мне много раз пришлось пропустить родительское собрание.
43. Стремлюсь к тому, чтобы мой ребенок был обеспечен лучше, чем другие дети.
44. Если побыть в обществе моего сына (дочери), можно сильно устать.
45. Мне часто приходилось давать моему сыну (дочери) трудные для его (ее) возраста поручения.
46. Мой ребенок никогда не убирает за собой игрушки.
47. Главное, чему родители могут научить своих детей – это слушаться.
48. Мой ребенок сам решает, сколько, чего и когда ему есть.
49. Чем строже родители к ребенку, тем лучше для него.
50. По характеру я – мягкий человек.
51. Если моему сыну (дочери) что-то от меня нужно, он(а) старается выбрать момент, когда я в хорошем настроении.
52. *Когда я думаю о том, что когда-нибудь мой сын (дочь) вырастет и я буду ему (ей) не нужна, у меня портится настроение.*
53. Чем старше дети, тем труднее иметь с ними дело.
54. Чаще всего упрямство ребенка бывает вызвано тем, что родители не умеют к нему подойти.
55. Я постоянно переживаю за здоровье сына (дочери).
56. Если бы у меня не было детей, мое здоровье было бы гораздо лучше.
57. Некоторые очень важные недостатки моего сына (дочери) упорно не исчезают, несмотря на все меры.
58. Мой сын (дочь) недолюбливает моего мужа.
59. Мужчина хуже умеет понимать чувства другого человека, чем женщина.
60. Женщина хуже умеет понять чувства другого человека, чем мужчина.
61. Ради моего сына (дочери) мне от многого в жизни пришлось и приходится отказываться.
62. Родители, которые слишком много суеются вокруг своих детей, вызывают у меня раздражение.
63. Я трачу на моего сына (дочь) значительно больше денег, чем на себя.
64. Не люблю, когда сын (дочь) что-то просит. Сам(а) лучше знаю, чего ему (ей) больше надо.
65. У моего сына (дочери) более трудное детство, чем у большинства его (ее) товарищей.
66. Дома мой сын (дочь) делает только то, что ему (ей), хочется, а не то, что надо.
67. Дети должны уважать родителей больше, чем всех других людей.
68. Если мой ребенок не спит, когда ему положено, я не настаиваю.
69. Я строже отношусь к своему сыну (дочери), чем другие родители к своим детям.
70. От наказаний мало проку.
71. Члены нашей семьи неодинаково строги с сыном (дочерью). Одни балуют, другие, наоборот, – очень строги.
72. *Мне бы хотелось, чтобы мой сын (дочь) не любил никого, кроме меня.*

73. Мне нравятся маленькие дети, поэтому не хотел(а) бы, чтобы он(а) слишком быстро вырос(а).
74. Часто я не знаю, как правильно поступить с моим сыном (дочерью).
75. В связи с плохим здоровьем сына (дочери) нам приходится ему (ей) многое позволять.
76. Воспитание детей – тяжелый и неблагодарный труд. Им отдаешь все, а взамен не получаешь ничего.
77. С моим сыном (дочерью) мало помогает доброе слово. Единственное, что на него действует – это постоянные строгие наказания.
78. Мой муж (жена) старается настроить сына (дочь) против меня.
79. Мужчины чаще, чем женщины, действуют безрассудно, не обдумав последствий.
80. Женщины чаще, чем мужчины, действуют безрассудно, не обдумав последствий.
81. Я все время думаю о моем сыне (дочери), о его делах, здоровье и т.д.
82. Так повелось, что о ребенке я вспоминаю, если он что-нибудь натворил или с ним что-нибудь случилось.
83. Мой сын (дочь) умеет добиться от меня того, чего он хочет.
84. Мне больше нравятся тихие и спокойные дети.
85. Стараюсь как можно раньше приучить ребенка помогать по дому.
86. У моего сына (дочери) мало обязанностей по дому.
87. Даже если дети уверены, что родители неправы, они должны делать так, как говорят родители.
88. В нашей семье так принято, что ребенок делает, что хочет.
89. Бывают случаи, когда лучшее наказание – ремень.
90. Многие недостатки в поведении моего ребенка пройдут сами собой с возрастом.
91. Когда наш сын (дочь) что-то натворит, мы боремся за него (ее). Если все тихо, мы опять оставляем его (ее) в покое.
92. *Если бы мой сын не был бы моим сыном, а я была бы помоложе, то наверняка в него влюбилась бы.*
93. Мне интереснее говорить с маленькими детьми, чем с большими.
94. В недостатках моего сына (дочери) виноват(а) я сам(а), потому что не умел(а) его (ее) воспитывать.
95. Только благодаря нашим огромным усилиям сын (дочь) остался жить.
96. Нередко завидую тем, кто живет без детей.
97. Если предоставить моему сыну (дочери) свободу, он(а) немедленно использует это во вред себе или окружающим.
98. Нередко бывает, что если я говорю сыну (дочери) одно, то муж (жена) специально говорит наоборот.
99. Мужчины чаще, чем женщины, думают только о себе.
100. Женщины чаще, чем мужчины, думают только о себе.
101. Я трачу на сына (дочь) больше сил и времени, чем на себя.
102. Я довольно мало знаю о делах сына (дочери).
103. Желание моего сына (дочери) – для меня закон.
104. *Мой сын очень любит спать со мной.*
105. У моего сына (дочери) плохой желудок.
106. Родители нужны ребенку лишь пока он не вырос. Потом он все реже вспоминает о них.
107. Ради сына (дочери) я пошел бы на любую жертву.
108. Моему сыну (дочери) нужно уделять значительно больше времени, чем я могу.

109. Мой сын (дочь) умеет быть таким милым, что я ему все прощаю.
110. *Мне бы хотелось, чтобы сын женился попозже, после 30 лет.*
111. Руки и ноги моего сына (дочери) часто бывают очень холодными.
112. Большинство детей – маленькие эгоисты. Они совсем не думают о здоровье и чувствах своих родителей.
113. Если не отдавать моему сыну (дочери) все время и силы, то все может плохо кончиться.
114. Когда все благополучно, я меньше всего интересуюсь делами сына (дочери).
115. Мне очень трудно сказать своему ребенку "Нет".
116. Меня огорчает, что мой сын все менее нуждается во мне.
117. Здоровье моего сына (дочери) хуже, чем у большинства других детей.
118. Многие дети испытывают слишком мало благодарности по отношению к родителям.
119. Мой сын (дочь) не может обходиться без моей постоянной помощи.
120. Большую часть своего времени сын (дочь) проводит вне дома – в яслях, детском саду, у родственников.
121. У моего сына (дочери) вполне хватает времени на игры и развлечения.
122. Кроме моего сына мне больше никто на свете не нужен.
123. У моего сына (дочери) прерывистый и беспокойный сон.
124. Нередко думаю, что я слишком рано женился (вышла замуж).
125. Все, чему научился мой ребенок к настоящему времени, произошло только благодаря моей постоянной помощи.
126. Делами сына (дочери) в основном занимается мой муж (жена).
127. Я не могу вспомнить, когда в последний раз отказал(а) своему ребенку в покупке какой-нибудь вещи (мороженое, конфеты, "пепси" и т.д.).
128. *Мой сын говорил мне – вырасту, женюсь на тебе, мама.*
129. Мой сын (дочь) часто болеет.
130. Семья не помогает, а осложняет мою жизнь.

ОПРОСНИК АСВ для родителей детей в возрасте от 11 до 21 года

Уважаемый родитель! Предлагаемый Вам опросник содержит утверждения о воспитании детей. Утверждения пронумерованы. Такие же номера есть в "Бланке для ответов". Читайте по очереди утверждения опросника. Если Вы, в общем, согласны с ними, то на "Бланке для ответов" обведите кружком номер утверждения. Если Вы, в общем, не согласны – зачеркните этот же номер в бланке. Если очень трудно выбрать, то поставьте на номере вопросительный знак. Старайтесь, чтобы таких ответов было не больше 5. В опроснике нет "неправильных" или "правильных" утверждений. Отвечайте так, как Вы сами думаете. Этим Вы поможете психологу в работе с Вами.

На утверждения, номера которых выделены в опроснике курсивом, отцы могут не отвечать.

1. Все, что я делаю, я делаю ради моего сына (дочери).
2. У меня часто не хватает времени позаниматься с сыном (дочерью) чем-нибудь интересным – куда-нибудь пойти вместе, поговорить подольше о чем-нибудь интересном.
3. Мне приходится разрешать моему ребенку такие вещи, которых не разрешают многие другие родители.
4. Не люблю, когда сын (дочь) приходит ко мне с вопросами. Лучше, чтобы догадался сам (сама).
5. Наш ребенок имеет больше обязанностей, чем большинство его товарищей.
6. Моего сына (дочь) очень трудно заставить что-нибудь сделать по дому.

7. Всегда лучше, если дети не думают о том, правильны ли взгляды их родителей.
8. Мой сын (дочь) возвращается вечером тогда, когда хочет.
9. Если хочешь, чтобы твой сын (дочь) стал человеком, не оставляй безнаказанным ни одного его (ее) плохого поступка.
10. Если только возможно, стараюсь не наказывать сына (дочь).
11. Когда я в хорошем настроении, нередко прощаю своему сыну (дочери) то, за что в другое время наказал бы.
12. Я люблю своего сына (дочь) больше, чем люблю (любила) супруга.
13. Младшие дети мне нравятся больше, чем старшие.
14. Если мой сын (дочь) подолгу упрямится или злится, у меня бывает чувство, что я поступил(а) по отношению к нему (ней) неправильно.
15. У нас долго не было ребенка, хотя мы его очень ждали.
16. Общение с детьми в общем-то утомительное дело.
17. У моего сына есть некоторые качества, которые выводят меня из себя.
18. Воспитание моего сына (дочери) шло бы гораздо лучше, если бы мой муж не мешал бы мне.
19. Большинство мужчин легкомысленнее, чем женщины.
20. Большинство женщин легкомысленнее, чем мужчины.
21. Мой сын (дочь) для меня самое главное в жизни.
22. Часто бывает, что я не знаю, что делает в данный момент мой сын (дочь).
23. Стараюсь купить своему сыну (дочери) такую одежду, какую он сам(а) хочет, даже если она дорогая.
24. Мой сын (дочь) непонятлив(а). Легче самому два раза сделать, чем один раз объяснить ему (ей).
25. Моему сыну (дочери) нередко приходится (или приходилось раньше) присматривать за младшим братом (сестрой).
26. Нередко бывает так: напоминаю, напоминаю сыну (дочери) сделать что-нибудь, а потом плюну и сделаю сам(а).
27. Родители ни в коем случае не должны допускать, чтобы дети подмечали их слабости и недостатки.
28. Мой сын (дочь) сам(а) решает, с кем ему (ей) играть.
29. Дети должны не только любить своих родителей, но и бояться их.
30. Я очень редко ругаю сына (дочь).
31. В нашей строгости к сыну (дочери) бывают большие колебания. Иногда мы очень строги, а иногда все разрешаем.
32. *Мы с сыном понимаем друг друга лучше, чем мы с мужем.*
33. Меня огорчает, что мой сын (дочь) слишком быстро становится взрослым.
34. Если ребенок упрямится, потому что плохо себя чувствует, лучше всего сделать так, как он хочет.
35. Мой ребенок рос слабым и болезненным.
36. Если бы у меня не было детей, я бы добился (добилась) в жизни гораздо большего.
37. У моего сына (дочери) есть слабости, которые не исправляются, хотя я упорно с ними борюсь.
38. Нередко бывает, что когда я наказываю моего сына (дочь), мой муж (жена) тут же начинает упрекать меня в излишней строгости и утешать его.
39. Мужчины более склонны к супружеской измене, чем женщины.
40. Женщины более склонны к супружеской измене, чем мужчины.

41. Заботы о сыне (дочери) занимают большую часть моего времени.
42. Мне много раз пришлось пропустить родительское собрание.
43. Стараюсь купить ему (ей) все то, что он (она) хочет, даже если это стоит дорого.
44. Если подольше побыть в обществе моего сына (дочери), можно сильно устать.
45. Мне много раз приходилось поручать моему сыну (дочери) важные и трудные дела.
46. На моего сына (дочь) нельзя положиться в серьезном деле.
47. Главное, чему родители могут научить своих детей – это слушаться.
48. Мой сын сам решает, курить ему или нет.
49. Чем строже родители к ребенку, тем лучше для него.
50. По характеру я – мягкий человек.
51. Если моему сыну (дочери) что-то от меня нужно, он(а) старается выбрать момент, когда я в хорошем настроении.
52. *Когда я думаю о том, что когда-нибудь мой сын (дочь) вырастет и я буду ему (ей) не нужна, у меня портится настроение.*
53. Чем старше дети, тем труднее иметь с ними дело.
54. Чаще всего упрямство ребенка бывает вызвано тем, что родители не умеют к нему подойти.
55. Я постоянно переживаю за здоровье сына (дочери).
56. Если бы у меня не было детей, мое здоровье было бы гораздо лучше.
57. Некоторые очень важные недостатки моего сына (дочери) упорно не исчезают, несмотря на все меры.
58. Мой сын (дочь) недолго любит моего мужа (жену).
59. Мужчина хуже умеет понимать чувства другого человека, чем женщина.
60. Женщина хуже умеет понять чувства другого человека, чем мужчина.
61. Ради моего сына (дочери) мне от многого в жизни пришлось отказаться.
62. Бывало, что я не узнавал о замечании или двойке в дневнике потому, что не посмотрел(а) дневник.
63. Я трачу на моего сына (дочь) значительно больше денег, чем на себя.
64. Не люблю, когда сын (дочь) что-то просит. Сам(а) лучше знаю, чего ему (ей) больше надо.
65. У моего сына (дочери) более трудное детство, чем у большинства его (ее) товарищей.
66. Дома мой сын (дочь) делает только то, что ему (ей), хочется, а не то, что надо.
67. Дети должны уважать родителей больше, чем всех других людей.
68. Мой сын (дочь) сам решает, на что ему тратить свои деньги.
69. Я строже отношусь к своему сыну (дочери), чем другие родители к своим.
70. От наказаний мало проку.
71. Члены нашей семьи неодинаково строги с сыном (дочерью). Одни балуют, другие, наоборот, – очень строги.
72. *Мне бы хотелось, чтобы мой сын (дочь) не любил никого, кроме меня.*
73. Когда мой сын (дочь) был маленький, он(а) мне нравился больше, чем теперь.
74. Часто я не знаю, как правильно поступить с моим сыном (дочерью).
75. В связи с плохим здоровьем сына (дочери) нам приходилось в детстве многое позволять ему.
76. Воспитание детей — тяжелый и неблагодарный труд. Им отдаешь все, а взамен не получаешь ничего.
77. С моим сыном (дочерью) мало помогает доброе слово. Единственное, что на него действует – это постоянные строгие наказания.
78. Мой муж (жена) старается настроить сына (дочь) против меня.
79. Мужчины чаще, чем женщины, действуют безрассудно, не обдумав последствий.

80. Женщины чаще, чем мужчины, действуют безрассудно, не обдумав последствий.
81. Я все время думаю о моем сыне (дочери), о его делах, здоровье и т.д.
82. Нередко мне приходится (или приходилось) подписываться в дневнике за несколько недель сразу.
83. Мой сын (дочь) умеет добиться от меня того, чего он хочет.
84. Мне больше нравятся тихие и спокойные дети.
85. Мой сын (дочь) много помогает мне (дома, на работе).
86. У моего сына (дочери) мало обязанностей по дому.
87. Даже если дети уверены, что родители неправы, они должны делать так, как говорят родители.
88. Выходя из дома, мой сын (дочь) редко говорит, куда он идет.
89. Бывают случаи, когда лучшее наказание – ремень.
90. Многие недостатки в поведении моего сына (дочери) прошли сами собой с возрастом.
91. Когда наш сын (дочь) что-то натворит, мы боремся за него (нее). Если все тихо, мы опять оставляем его (ее) в покое.
92. *Если бы мой сын не был бы моим сыном, а я была бы помоложе, то я наверняка в него влюбилась.*
93. Мне интереснее говорить с маленькими детьми, чем с большими.
94. В недостатках моего сына (дочери) виноват(а) я сам(а), потому что не умел(а) его (ее) воспитывать.
95. Только благодаря нашим огромным усилиям сын (дочь) остался жив.
96. Нередко завидую тем, кто живет без детей.
97. Если предоставить моему сыну (дочери) свободу, он(а) немедленно использует это во вред себе или окружающим.
98. Нередко бывает, что если я говорю сыну (дочери) одно, то муж (жена) специально говорит наоборот.
99. Мужчины чаще, чем женщины, думают только о себе.
100. Женщины чаще, чем мужчины, думают только о себе.
101. Я трачу на сына (дочь) больше сил и времени, чем на себя.
102. Я довольно мало знаю о делах сына (дочери).
103. Желание моего сына (дочери) — для меня закон.
104. *Когда мой сын был маленьким, он очень любил спать со мной.*
105. У моего сына (дочери) плохой желудок.
106. Родители нужны ребенку лишь пока он не вырос. Потом он все реже вспоминает о них.
107. Ради сына (дочери) я пошел (пошла) бы на любую жертву.
108. Моему сыну (дочери) нужно уделять значительно больше времени, чем я могу.
109. Мой сын (дочь) умеет быть таким милым, что я ему (ей) все прощаю.
110. *Мне бы хотелось, чтобы сын женился попозже, после 30 лет.*
111. Руки и ноги моего сына (дочери) часто бывают очень холодными.
112. Большинство детей – маленькие эгоисты. Они совсем не думают о здоровье и чувствах своих родителей.
113. Если не отдавать моему сыну (дочери) все время и силы, то все может плохо кончиться.
114. Когда все благополучно, я меньше всего интересуюсь делами сына (дочери).
115. Мне очень трудно сказать своему ребенку "Нет".
116. Меня огорчает, что мой сын (дочь) все менее нуждается во мне.
117. Здоровье моего сына (дочери) хуже, чем у большинства его сверстников.
118. Многие дети испытывают слишком мало благодарности по отношению к родителям.

119. Мой сын (дочь) не может обходиться без моей постоянной помощи.
120. Большую часть своего свободного времени сын (дочь) проводит вне дома.
121. У моего сына (дочери) очень много времени на развлечения.
122. *Кроме моего сына мне больше никто на свете не нужен.*
123. У моего сына (дочери) прерывистый и беспокойный сон.
124. Нередко думаю, что слишком рано женился (вышла замуж).
125. Все, чему научился мой ребенок к настоящему моменту (в учебе, работе или другом), он добился только благодаря моей постоянной помощи.
126. Делами сына (дочери) в основном занимается мой муж (жена).
127. Кончив уроки (или придя домой с работы), мой сын (дочь) занимается тем, что ему нравится.
128. *Когда я вижу или представляю сына с девушкой, у меня портится настроение.*
129. Мой сын (дочь) часто болеет.
130. Семья не помогает, а осложняет мою жизнь.

Бланк ответов

Бланк для ответов					ДЗ (*)	
1	21	41	61	81	Г+	7
2	22	42	62	82	Г-	8
3	23	43	63	83	У+	8
4	24	44	64	84	У-	4
5	25	45	65	85	Т+	4
6	26	46	66	86	Т-	4
7	27	47	67	87	З+	4
8	28	48	68	88	З-	3
9	29	49	69	89	С+	4
10	30	50	70	90	С-	4
11	31	51	71	91	Н	5
12	32	52	72	92	РРЧ	6
13	33	53	73	93	ПДК	4
14	34	54	74	94	ВН	5
15	35	55	75	95	ФУ	6
16	36	56	76	96	НРЧ	7
17	37	57	77	97	ПНК	4
18	38	58	78	98	ВК	4
19	39	59	79	99	ПЖК	4
20	40	60	80	100	ПМК	4
101	107	113	119	125	Г+	
102	108	114	120	126	Г-	
103	109	115	121	127	У+	
104	110	116	122	128	РРЧ	
105	111	117	123	129	ФУ	
106	112	118	124	130	НРЧ	

Ф.И.О. _____
Фамилия и имя сына (дочери) _____
Сколько ему (ей) лет _____
Кто заполнял (отец, мать, другой воспитатель) _____
* – эта часть бланка испытуемым не показывается.

Тест родительского отношения (А.Я. Варга, В.В. Столин)

Родительское отношение понимается как система разнообразных чувств и поступков взрослых людей по отношению к детям. С психологической точки зрения родительское отношение – это педагогическая социальная установка по отношению к детям, включающая в себя рациональный, эмоциональный и поведенческий компоненты. Все они в той или иной степени оцениваются при помощи опросника, составляющего основу данной методики.

61 вопрос опросника составляет пять следующих шкал, выражающих собой те или иные аспекты родительского отношения:

1. Принятие — отвержение ребенка. Эта шкала выражает собой общее эмоционально положительное (принятие) или эмоционально отрицательное (отвержение) отношение к ребенку.

2. Кооперация. Эта шкала выражает стремление взрослых к сотрудничеству с ребенком, проявление с их стороны искренней заинтересованности и участие в его делах.

3. Симбиоз. Вопросы этой шкалы ориентированы на то, что-бы выяснить, стремится ли взрослый к единению с ребенком или, напротив, старается сохранить между ребенком и собой психологическую дистанцию. Это — своеобразная контактность ребенка и взрослого человека.

4. Контроль. Данная шкала характеризует то, как взрослые контролируют поведение ребенка, насколько они демократичны или авторитарны в отношениях с ним.

5. Отношение к неудачам ребенка. Эта, последняя шкала показывает, как взрослые относятся к способностям ребенка, к его достоинствам и недостаткам, успехам и неудачам.

В заключение, после описания методики, мы вернемся к анализу и интерпретации ее результатов в терминах данных шкал.

Текст опросника

Отвечая на следующие далее вопросы, испытуемый должен выразить свое согласие или несогласие с ними с помощью оценок «да» или «нет».

1. Я всегда сочувствую своему ребенку.
2. Я считаю своим долгом знать все, о чем думает мой ребенок.
3. Мне кажется, что поведение моего ребенка значительно отклоняется от нормы.
4. Нужно подольше держать ребенка в стороне от реальных жизненных проблем, если они его травмируют.
5. Я испытываю к ребенку чувство симпатии.
6. Я уважаю своего ребенка.
7. Хорошие родители ограждают ребенка от трудностей жизни.

8. Мой ребенок часто мне неприятен.
9. Я всегда стараюсь помочь своему ребенку.
10. Бывают случаи, когда недоброе отношение к ребенку приносит ему пользу.
11. По отношению к своему ребенку я испытываю досаду.
12. Мой ребенок ничего не добьется в жизни.
13. Мне кажется, что другие дети потешаются над моим ребенком.
14. Мой ребенок часто совершает такие поступки, которые заслуживают осуждения.
15. Мой ребенок отстает в психологическом развитии и для своего возраста выглядит недостаточно развитым.
16. Мой ребенок специально ведет себя плохо, чтобы досадить мне.
17. Мой ребенок, как губка, впитывает в себя все самое плохое.
18. При всем старании моего ребенка трудно научить хорошим манерам.
19. Ребенка с детства следует держать в жестких рамках, только тогда из него вырастет хороший человек.
20. Я люблю, когда друзья моего ребенка приходят к нам в дом.
21. Я всегда принимаю участие в играх и делах ребенка.
22. К моему ребенку постоянно «липнет» все дурное.
23. Мой ребенок не добьется успехов в жизни.
24. Когда в компании говорят о детях, мне становится стыдно, что мой ребенок не такой умный и способный, как другие дети.
25. Я жалею своего ребенка.
26. Когда я сравниваю своего ребенка со сверстниками, то они кажутся мне воспитаннее и разумнее, чем мой ребенок.
27. Я с удовольствием провожу с ребенком свое свободное время.
28. Я часто жалею о том, что мой ребенок вырастет, и с нежностью вспоминаю то время, когда он был еще совсем маленьким.
29. Я часто ловлю себя на том, что с неприязнью и враждебно отношусь к ребенку.
30. Я мечтаю о том, чтобы мой ребенок достиг того, что лично мне не удалось в жизни.
31. Родители должны не только требовать от ребенка, но и сами приспосабливаться к нему, относиться к нему с уважением, как к личности.
32. Я стараюсь выполнять все просьбы и пожелания моего ребенка.
33. При принятии решений в семье следует учитывать мнение ребенка.
34. Я очень интересуюсь жизнью своего ребенка.
35. Я часто признаю, что в своих требованиях и претензиях ребенок по-своему прав.
36. Дети рано узнают о том, что родители могут ошибаться.
37. Я всегда считаюсь с ребенком.
38. Я испытываю дружеские чувства по отношению к ребенку.
39. Основная причина капризов моего ребенка — это эгоизм, лень и упрямство.
40. Если проводить отпуск с ребенком, то невозможно нормально отдохнуть.
41. Самое главное — чтобы у ребенка было спокойное, беззаботное детство.
42. Иногда мне кажется, что мой ребенок не способен ни на что хорошее.
43. Я разделяю увлечения моего ребенка.
44. Мой ребенок кого угодно может вывести из себя.
45. Огорчения моего ребенка мне всегда близки и понятны.
46. Мой ребенок часто меня раздражает.
47. Воспитание ребенка — это сплошная нервозность.
48. Строгая дисциплина в детстве развивает сильный характер.

49. Я не доверяю своему ребенку.
50. За строгое воспитание дети потом благодарят своих родителей.
51. Иногда мне кажется, что я ненавижу своего ребенка.
52. В моем ребенке больше недостатков, чем достоинств.
53. Мне близки интересы моего ребенка, я их разделяю.
54. Мой ребенок не в состоянии сделать что-либо самостоятельно, и если он это делает, то обязательно получается не так, как нужно.
55. Мой ребенок вырастет не приспособленным к жизни.
56. Мой ребенок нравится мне таким, какой он есть.
57. Я тщательно слежу за состоянием здоровья моего ребенка.
58. Я восхищаюсь своим ребенком.
59. Ребенок не должен иметь секретов от родителей.
60. Я невысокого мнения о способностях моего ребенка и не скрываю этого от него.
61. Ребенок должен дружить с теми детьми, которые нравятся его родителям.

Обработка и оценка результатов

Для каждого из видов родительских отношений, выясняемых при помощи данного опросника, ниже указаны номера суждений, связанные с данным видом.

Принятие — отвержение ребенка: 3, 5, 6, 8, 10, 12, 14, 15, 16, 18, 20, 23, 24, 26, 27, 29, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 49, 51, 52, 53, 55, 56, 60.

Кооперация: 21, 25, 31, 33, 34, 35, 36.

Симбиоз: 1, 4, 7, 28, 32, 41, 58.

Контроль: 2, 19, 30, 48, 50, 57, 59.

Отношение к неудачам ребенка: 9, 11, 13, 17, 22, 54, 61.

За каждый ответ типа «да» испытуемый получает 1 балл, а за каждый ответ типа «нет» — 0 баллов. Высокие баллы свидетельствуют о значительной развитости указанных выше видов родительских отношений, а низкие баллы — о том, что они сравнительно слабо развиты. Если говорить конкретно, то оценка и интерпретация полученных данных производятся следующим образом.

Высокие баллы по шкале «принятие — отвержение» — от 24 до 33 — говорят о том, что у данного испытуемого имеется выраженное положительное отношение к ребенку. Взрослый в данном случае принимает ребенка таким, какой он есть, уважает и признает его индивидуальность, одобряет его интересы, поддерживает планы, проводит с ним достаточно немало времени и не жалеет об этом.

Низкие баллы по этой же шкале — от 0 до 8 — говорят о том, что взрослый испытывает по отношению к ребенку в основном только отрицательные чувства: раздражение, злость, досаду, даже иногда ненависть. Такой взрослый считает ребенка неудачником, не верит в его будущее, низко оценивает его способности и нередко своим отношением третирует ребенка. Понятно, что имеющий такие наклонности взрослый не может быть хорошим педагогом.

Высокие баллы по шкале «кооперация» — 7-8 баллов — являются признаком того, что взрослый проявляет искренний интерес к тому, что интересуется ребенка, высоко оценивает способности ребенка, поощряет самостоятельность и инициативу ребенка, старается быть с ним на равных.

Низкие баллы по данной шкале — 1-2 балла — говорят о том, что взрослый по отношению к ребенку ведет себя противоположным образом и не может претендовать на роль хорошего педагога.

Высокие баллы по шкале «симбиоз» — 6-7 баллов — достаточны для того, чтобы сделать вывод о том, что данный взрослый человек не устанавливает психологическую дистанцию между собой и ребенком, старается всегда быть ближе к нему, удовлетворять его основные разумные потребности, оградить от неприятностей,

Низкие баллы по этой же шкале — 1-2 балла — являются признаком того, что взрослый, напротив, устанавливает значительную психологическую дистанцию между собой и ребенком, мало заботится о нем. Вряд ли такой взрослый может быть хорошим учителем и воспитателем для ребенка.

Высокие баллы по шкале «контроль» — 6-7 баллов — говорят о том, что взрослый человек ведет себя слишком авторитарно по отношению к ребенку, требуя от него безоговорочного послушания и задавая ему строгие дисциплинарные рамки. Он навязывает ребенку почти во всем свою волю. Такой взрослый человек далеко не всегда может быть полезным, как воспитатель, для детей.

Низкие баллы по этой же шкале — 1-2 балла — напротив, свидетельствуют о том, что контроль за действиями ребенка со стороны взрослого человека практически отсутствует. Это может быть не очень хорошо для обучения и воспитания детей. Наилучшим вариантом оценки педагогических способностей взрослого человека по этой шкале являются средние оценки, от 3 до 5 баллов.

Высокие баллы по шкале «отношение к неудачам ребенка» — 7-8 баллов — являются признаком того, что взрослый человек считает ребенка маленьким неудачником и относится к нему как к несмышленому существу. Интересы, увлечения, мысли и чувства ребенка кажутся взрослому человеку несерьезными, и он игнорирует их. Вряд ли такой взрослый может стать хорошим учителем и воспитателем для ребенка.

Низкие баллы по этой же шкале — 1-2 балла, напротив, свидетельствуют о том, что неудачи ребенка взрослый считает случайными и верит в него. Такой взрослый, скорее всего, станет неплохим учителем и воспитателем.

Семейная социограмма (Э.Г. Эйдемиллер)

Цель: выявление положения субъекта в системе межличностных отношений и характер коммуникаций в семье – прямой или опосредованный.

Испытуемым дают бланк с нарисованным кругом диаметром 110 мм.

Инструкция: «На листе перед вами изображен круг. Нарисуйте в нем самого себя и членов своей семьи в форме кружков и подпишите их именами». Члены семьи выполняют это задание, не советуясь друг с другом.

Критерии, по которым производится оценка результатов психодиагностики:

- число членов семьи, попавших в площадь круга;
- величина кружков;
- расположение кружков относительно друг друга;
- дистанция между ними.

Центры помощи для детей, подвергающихся насилию и страдающих от жестокого обращения, в Свердловской области

<i>Город</i>	<i>Центр помощи</i>	<i>Адреса и телефоны</i>	<i>Электронная почта, адреса сайтов</i>
г. Екатеринбург	1. РОО Кризисный центр для женщин и детей, переживших насилие в семье «Екатерина»	т. (343) 220-30-28, (343) 271-49-34	notviolence@etel.ru, www.kc-ekaterina.ru
	2. Некоммерческое партнерство "Семья детям"), проект "Нет" насилию в отношении детей"- бесплатная психологическая помощь детям и подросткам, столкнувшимся с насилием и жестоким обращением	(343) 229-53-49	http://www.nasiliune t.ru, a.dovidenko@family 2children.ru
	3. Центр помощи семье и детям Чкаловского района	т.(343) 227-40-50, (343) 227-54-01	-
	4. Центр помощи семье и детям Верх-Исетского района	т. (343) 223-60-17	-
г. Богданович	Областной центр помощи семье и детям с кризисным отделением для женщин и детей, переживших насилие в семье	т. (34376) 2-13-76	-
г. Каменск-Уральский	1. Центр помощи семье и детям «Лада»	т. (3439) 33-00-40, (3439) 33-91-76	-
	2. Территориальная общественная организация «Российский Союз Молодежи»	т. (34378) 3-50-11	rsm_kamensk@hotmail.com
г. Нижний Тагил	Кризисный центр «Лана»	т. (3435) 246-346, 34-16-01	lana@lana.unets.ru
г. Первоуральск	1. Территориальный центр социальной помощи семье и детям «Росинка»	т. (34392) 2-37-76	-
	2. Муниципальное учреждение «Первоуральский Территориальный центр социального обслуживания граждан пенсионного возраста и инвалидов «ОСЕНЬ»	ул. Герцена, 12-б, т. (34392)5-90-98, 5-56-45	tatval@pervouralsk.ru
г. Полевской	1. Центр социальной помощи семье и детям	ул. Решетникова, 25 т. (34350)5-89-25	plv-sd@gov66.ru
	2. Центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции «Ладо»	мкр-н Черемушки, 24 т. (34350)4-05-70, 5-77-87	www.centerlado.ru , centerlado@yandex.ru
г. Реж	Фонд поддержки (ресурсный центр) «Партнер»	т. (34364) 2-15-32	partnerrezh@inbox.ru

Извлечения из законодательных актов Российской Федерации по вопросам защиты детей от жестокого обращения

В российском федеральном законодательстве отсутствует формальное закрепление и расшифровка понятия «жестокое обращение с детьми» и его видов, а отдельные действия или бездействия и проявления, которые можно отнести к жестокому обращению с детьми, описаны в рамках различных законов и кодексов, не образуют единую систему, не охватывают всю реальную феноменологию жестокого обращения с детьми (например, физические наказания детей), которая в силу этого часто не реализуется в судебной практике.

В законодательных актах РФ используется следующая терминология и действия, имеющие отношения к жестокому обращению с детьми (насилию и пренебрежению нуждами ребенка), и санкции (данный перечень не является исчерпывающим).

Неконкретизированное жестокое обращение с детьми

Уголовный кодекс РФ (в ред. Федерального закона 27.07.2009 №215-ФЗ):

Статья 156. Неисполнение обязанностей по воспитанию несовершеннолетнего

Неисполнение или не надлежащее исполнение обязанностей по воспитанию несовершеннолетнего родителем или иным лицом, на которое возложены эти обязанности, а равно педагогом или другим работником образовательного, воспитательного, лечебного либо иного учреждения, обязанного осуществлять надзор за несовершеннолетним, если это деяние соединено с жестоким обращением с несовершеннолетним, - наказывается штрафом в размере до ста тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до одного года, либо обязательными работами на срок до двухсот двадцати часов, либо исправительными работами на срок до двух лет, либо лишением свободы на срок до трех лет с лишением право занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до пяти лет или без такового.

(в ред. Федерального закона от 27.07.2009 № 215-ФЗ)

Семейный кодекс РФ (с изм. и доп. С 01.09.2008)

Статья 56. Право ребенка на защиту

Должностные лица организации и иные граждане, которым станет известно об угрозе жизни или здоровью ребенка, о нарушении его прав и законных интересов, обязаны сообщить об этом в орган опеки и попечительства по месту фактического нахождения ребенка. При получении таких сведений орган опеки и попечительства обязан принять необходимые меры по защите прав и законных интересов ребенка.

Статья 73. Ограничение родительских прав

...2. Ограничение родительских прав допускается, если оставление ребенка с родителями (одним из них) опасно для ребенка по обстоятельствам, от родителей (одного из них) независящим (психическое расстройство или иное хроническое заболевание, стечение тяжелых обстоятельств и другие).

Ограничения родительских прав допускается также в случаях если оставление ребенка с родителями (одним из них) в следствии их поведения является опасным для ребенка, но не установлены достаточные основания для лишения родителей (одного из них) родительских прав.

Статья 69. Лишение родительских прав

Родители (один из них) могут быть лишены родительских прав если они:

- уклоняются от выполнения обязанностей родителей, в том числе при злостном уклонении от уплаты алиментов;
- отказываются без уважительных причин взять своего ребенка из родильного дома (отделения) либо из иного лечебного учреждения, воспитательного учреждения, учреждения социальной защиты населения или из аналогичных организаций;
- злоупотребляют своими родительскими правами;
- жестоко обращаются с детьми, в том числе осуществляют физическое или психическое насилие над ними, покушаются на их половую неприкосновенность;
- являются больными хроническим алкоголизмом или наркоманией;
- совершили умышленное преступление против жизни или здоровья своих детей либо против жизни или здоровья супруга.

Статья 77. Отобрание ребенка при непосредственной угрозе жизни ребенка или его здоровью

1. При непосредственной угрозе жизни ребенка или его здоровью орган опеки и попечительства в праве немедленно отобрать ребенка у родителей (одного из них) или у других лиц, на попечении которых он находится.

Немедленное отобрание ребенка производится органом опеки и попечительства на основании соответствующего акта органа и исполнительной власти субъекта Российской Федерации.

2. При отобрании ребенка орган опеки и попечительства обязан незамедлительно уведомить прокурора, обеспечить временное устройство ребенка и в течении семи дней после вынесения органом исполнительной власти субъекта Российской Федерации акта об отобрании ребенка обратиться в суд с иском о лишении родителей родительских правили об ограничении их родительских прав.

Федеральный закон № 120- ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (ред. От 13.10.2009)

Статья 9. Гарантии исполнения настоящего Федерального закона

...2. Органы и учреждения системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних в пределах своей компетенции обязаны обеспечить соблюдение прав и законных интересов несовершеннолетних, осуществлять их защиту от всех форм дискриминации, физического или психического насилия, оскорбления, грубого обращения, сексуальной и иной эксплуатации, выявлять несовершеннолетних и семьи, находящиеся в социально опасном положении, а также незамедлительно информировать:

- орган прокуратуры - о нарушении прав и свобод несовершеннолетних;
- комиссию по делам несовершеннолетних и защите их прав - о выявленных случаях нарушения прав несовершеннолетних на образование, труд, отдых, жилище и других прав, а также о

недостатках в деятельности органов и учреждений, препятствующих предупреждению безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних;

➤ орган опеки и попечительства - о выявлении несовершеннолетних, оставшихся без попечения родителей или иных законных представителей либо находящихся в обстановке, представляющей угрозу их жизни, здоровью и ли препятствующей их воспитанию;

➤ орган управления социальной защиты населения- о выявлении несовершеннолетних, нуждающихся в помощи государства в связи с безнадзорностью или беспризорностью, а также о выявлении семей, находящихся в социально опасном положении;

➤ орган внутренних дел - о выявлении родителей несовершеннолетних или иных законных представителей и иных лиц, жестоко обращающихся с несовершеннолетними и (или) вовлекающих их в совершение преступления или антиобщественных действий или совершающих по отношению к ним другие противоправные деяния, а также о несовершеннолетних, совершивших правонарушения или антиобщественные действия;

➤ орган управления здравоохранения - о выявлении несовершеннолетних, нуждающихся в обследовании, наблюдении или лечении в связи с употреблением алкогольной и спиртосодержащей продукции, пива и напитков изготавливаемых на его основе. Наркотических средств, психотропных или одурманивающих веществ;

➤ орган управления образованием - о выявлении несовершеннолетних, нуждающихся в помощи государства в связи с самовольным уходом из детских домов, школ- интернатов и других детских учреждений либо в связи с прекращением по неуважительным причинам занятий в образовательных учреждениях;

➤ орган по делам молодежи - о выявлении несовершеннолетних находящихся в социально опасном положении и нуждающихся в этой связи в оказании помощи в организации отдыха, досуга, занятости.

3. Информация, указанная в пункте 2 настоящей статьи, подлежит хранению и использованию в порядке, обеспечивающем её конфиденциальность.

4. Должностные лица, родители несовершеннолетних или иные их законные представители и иные лица несут ответственность за нарушения прав несовершеннолетних. А также за неисполнение или ненадлежащее исполнение обязанностей по их воспитанию, обучению и (или) содержанию в порядке, установленном законодательством Российской Федерации и законодательством субъектов Российской Федерации.

Пренебрежение нуждами ребенка

Федеральный закон № 120- ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (ред. От 13.10.2009):

Статья 1. Основные понятия

• **безнадзорный** - несовершеннолетний, контроль за поведением которого отсутствует вследствие неисполнения или ненадлежащего исполнения обязанностей по его воспитанию, обучению и (или) содержанию со стороны родителей или иных законных представителей либо должностных лиц;

• **несовершеннолетний**. Находящийся в социально опасном положении, - лицо, которое вследствие безнадзорности или беспризорности находится в обстановке, представляющей опасность для его жизни или здоровья либо не отвечающей требованиям к его воспитанию или содержанию, либо совершает правонарушения или антиобщественные действия;

- семья, находящаяся в социально опасном положении,- семья. Имеющая детей, находящихся в социально опасном положении, а также семья, где родители или иные законные представители несовершеннолетних не исполняют своих обязанностей по их воспитанию, обучению и (или) содержанию и (или) отрицательно влияют на их поведение либо жестоко обращаются с ними.

Уголовный кодекс РФ (в ред. Федерального закона от 27.07.2009 № 215 – ФЗ):

Статья 125. Оставление в опасности

Заведомое оставление без помощи лица, находящегося в опасном для жизни или здоровья состоянии и лишенного возможности принять меры к самосохранению по малолетству, старости, болезни или в следствии своей беспомощности, в случаях, если виновный имел возможность оказать помощь этому лицу и был обязан иметь о нем заботу либо сам поставил его в опасное для жизни или здоровья состояние.

Статья 156. Неисполнение обязанности по воспитанию несовершеннолетнего

Неисполнение или ненадлежащее исполнение обязанностей по воспитанию несовершеннолетнего родителем или иным лицом, на которого возложены эти обязанности, а равно педагогом или другим работником образовательного, воспитательного, лечебного, либо иного учреждения, обязанного осуществлять надзор за несовершеннолетним, если это деяние соединено с жестоким обращением с несовершеннолетним.

Физическое насилие по отношению к ребенку

Уголовный кодекс РФ (в ред. Федерального закона от 27.07.2009 № 215- ФЗ):

Статья 111. Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью

1. Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью опасного для жизни человека, или повлекшего за собой потерю зрения, речи, слуха либо какого-либо органа или утрату органом его функций, прерывание беременности. Психическое расстройство. Заболевание наркоманией, либо токсикоманией, или выразившегося в неизгладимом обезображивании лица или вызвавшего значительную стойкую утрату трудоспособности не менее чем на одну треть или заведомо для виновного полную утрату профессиональной трудоспособности.

Статья 112. Умышленное причинение средней тяжести вреда здоровью

1. Умышленное причинение средней тяжести вреда здоровью. Неопасного для жизни человека и не повлекшего последствий, указанных в статье 111 настоящего Кодекса, но вызвавшего длительное расстройство здоровья или значительную стойкую утрату общей трудоспособности менее чем на одну треть.

Статья 115. Умышленное причинение легкого вреда здоровью

1. Умышленное причинение легкого вреда здоровью, вызвавшего кратковременное расстройство здоровья или незначительную стойкую утрату общей трудоспособности.

Статья 116. Побои

1. Нанесение побоев или совершение иных насильственных действий, причинивших физическую боль, но не повлекших последствий, указанных в статье 115 настоящего Кодекса.

Статья 117. Истязания

1. Причинение физических или психических страданий путем систематического нанесения побоев либо иными насильственными действиями, если это не повлекло последствий указанных в статьях 111 и 112 настоящего Кодекса.

Сексуальное насилие по отношению к ребенку

Уголовный кодекс РФ (в ред. Федерального закона от 27.07.2009 № 215 – ФЗ):

Статья 131. Изнасилование

1. Изнасилование, то есть половое сношение с применением насилия или с угрозой его применения к потерпевшей или к другим лицам либо с использованием беспомощного состояния потерпевшей.

Статья 132. Насильственные действия сексуального характера

1. Мужеложство, лесбиянство или иные действия сексуального характера с применением насилия или с угрозой его применения к потерпевшему (потерпевшей) или к другим лицам либо с использованием беспомощного состояния потерпевшего (потерпевшей).

Статья 133. Понуждения к действиям сексуального характера

Понуждение лица к половому сношению, мужеложству, лесбиянству или совершению иных действий сексуального характера путем шантажа, угрозы уничтожением, повреждением или изъятием имущества либо с использованием материальной или иной зависимости потерпевшего (потерпевшей).

Статья 134. Половое сношение и иные действия сексуального характера с лицом, не достигшим шестнадцатилетнего возраста

1. Половое сношение, мужеложство или лесбиянство, совершенные лицом, достигшим восемнадцатилетнего возраста с лицом, заведомо не достигшим шестнадцатилетнего возраста.

Статья 135. Развратные действия

1. совершение развратных действий без применения насилия лицом, достигшим восемнадцатилетнего возраста в отношении лица, заведомо не достигшего шестнадцатилетнего возраста.

Статья 240. Вовлечение в занятие проституцией

1. Вовлечение в занятие проституцией или принуждение к продолжению занятия проституцией.

Статья 242.1 Изготовление и оборот материалов или предметов с порнографическими изображениями несовершеннолетних

1. Изготовление, хранение или перемещение через Государственную границу Российской Федерации в целях распространения, публичной демонстрации или рекламирования либо распространения, публичная демонстрация или рекламирование материалов или предметов с порно-

графическими изображениями несовершеннолетних, а равно привлечение несовершеннолетних в качестве исполнителей для участия в зрелищных мероприятиях порнографического характера лицом, достигшим восемнадцатилетнего возраста.

Психологическое (эмоциональное) насилие по отношению к ребенку

Уголовный кодекс РФ (в ред. Федерального закона от 27.07.2009 № 215-ФЗ):

Статья 110. Доведение до самоубийства

Доведение лица до самоубийства или до покушения на самоубийство путем угроз, жестокого обращения или систематического унижения человеческого достоинства потерпевшего.

Статья 119. Угроза убийством или причинением тяжкого вреда здоровью

1. Угроза убийством или причинением тяжкого вреда здоровью. Если имелись основания опасаться этой угрозы.

Статья 127. Незаконное лишение свободы

1. Незаконное лишение человека свободы, несвязанное с его похищением.

Статья 127.1 Торговля людьми

1. Купля- продажа человека, иные сделки в отношении человека, а равно совершенные в целях его эксплуатации вербовка, перевозка, передача, укрывательство или получение.

Статья 127.2 Использование рабского труда

1. Использование труда человека, в отношении которого осуществляются полномочия, присущие праву собственности, в случае, если лицо по не зависящим от него причинам не может отказаться от выполнения работ (услуг).

Статья 130. Оскорбления

1. оскорбления, то есть унижение чести и достоинства другого лица, выраженное в неприличной форме.

Статья 150. Вовлечение несовершеннолетнего в совершение преступления

1. Вовлечение несовершеннолетнего в преступление путем обещаний, обмана, угроз или иным способом. Совершенное лицом, достигшим восемнадцатилетнего возраста.

Статья 151. Вовлечение несовершеннолетнего в совершение антиобщественных действий

1. Вовлечение несовершеннолетнего в систематическое употребление спиртных напитков, одурманивающих веществ, в занятие бродяжничеством или попрошайничеством, совершенное лицом, достигшим восемнадцатилетнего возраста.

Статья 156. Неисполнение обязанностей по воспитанию несовершеннолетнего

Неисполнение или ненадлежащее исполнение обязанностей по воспитанию несовершеннолетнего родителем или иным лицом на которое возложены эти обязанности, а равно педагогом или другим работником, образовательного, воспитательного, лечебного либо иного учреждения,

обязанного осуществлять надзор за несовершеннолетним, если это деяние соединено с жестоким обращением с несовершеннолетним.

Федеральный закон № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (ред. От 13.10.2009):

- антиобщественные действия- действия несовершеннолетнего, выражающиеся в систематическом употреблении наркотических средств, психотропных и (или) одурманивающих веществ, алкогольной и спиртосодержащей продукции, пива и напитков изготавливаемых на его основе, занятии проституцией, бродяжничеством или попрошайничеством, а также иные действия нарушающие права и законы других лиц.

Некоторые права ребенка, которые часто нарушаются, когда он оказывается в ситуации жестокого обращения со стороны родителей

Семейный кодекс РФ (с изм. и доп. С 01.09.2008)

Статья 54. Право ребенка жить и воспитываться в семье

2. Каждый ребенок имеет право жить и воспитываться в семье, насколько это возможно, право знать своих родителей, право на их заботу, право на совместное с ними проживание, за исключением случаев, когда это противоречит его интересам.

Ребенок имеет право на воспитание своими родителями, обеспечение его интересов, в всестороннее развитие, уважение его человеческого достоинства.

Статья 55. Право ребенка на общение с родителями и другими родственниками

1. Ребенок имеет право на общение с обоими родителями, дедушкой, бабушкой, братьями, сестрами и другими родственниками. Расторжение брака родителей, признание его недействительным или раздельное проживание родителей не влияют на права ребенка.

В случае раздельного проживания родителей ребенок имеет право на общение с каждым из них. Ребенок имеет право на общение со своими родителями также в случае их проживания в разных государствах.

Статья 56. Право ребенка на защиту

Должностные лица организаций и иные граждане, которым станет известно об угрозе жизни и здоровью ребенка, о нарушении его прав и законных интересов, обязаны сообщить об этом в орган опеки и попечительства по месту фактического нахождения ребенка. При получении таких сведений орган опеки и попечительства обязан принять необходимые меры по защите прав и законных интересов ребенка.

Статья 57. Право ребенка выражать свое мнение

Ребенок вправе выражать свое мнение при решении в семье любого вопроса, затрагивающего его интересы, а также быть заслушанным в ходе любого судебного или административного разбирательства. Учет мнения ребенка, достигшего возраста десяти лет, обязателен, за исключением случаев, когда это противоречит его интересам. В случаях предусмотренных настоящим Кодексом (статьи 59, 72, 132, 134, 136, 143, 145), органы опеки и попечительства или суд могут принять решение только с согласия ребенка достигшего возраста десяти лет.

Статья 10. Имущественные права ребенка

1. Ребенок имеет право на получение содержания от своих родителей и других членов семьи в порядке и размерах, которые установлены разделом V настоящего кодекса.

Статья 65. Осуществление родительских прав

1. Родительские права не могут осуществляться в противоречии с интересами детей. Обеспечение интересов детей должно быть предметом основной заботы их родителей.

При осуществлении родительских прав родители не вправе причинять вред физическому и психическому здоровью детей, их нравственному развитию. Способы воспитания детей должны исключать пренебрежительное, жестокое, грубое, унижающее человеческое достоинство обращение, оскорбление или эксплуатацию детей.

Статья 80. Обязанности родителей по содержанию несовершеннолетних детей

1. родители обязаны содержать своих несовершеннолетних детей.

Закон РФ от 10.07.1992 № 3266-1 (ред. От 27.12.2009) «Об образовании» (с изм. и доп., вступающим в силу с 29.01.2010)

Статья 52. Права и обязанности родителей (законных представителей)

2. Родители (законные представители) обучающихся, воспитанников обязаны обеспечить получение детьми основного общего образования и создать условия для получения ими среднего (полного) общего образования.

Также права ребенка описаны в имеющей силу международных договоров «Конвенции о правах ребенка» (одобрено Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989, вступило в силу для СССР 15.09.1990).

**Примеры эффективного и неэффективного
реагирования педагога-психолога на информацию о насилии**

<i>Фраза ребенка или наблюдаемая ситуация</i>	<i>Неподходящая реакция</i>	<i>Подходящая реакция</i>
<i>Целенаправленное раскрытие факта насилия: «Мама вчера рассердилась на меня и била меня щеткой»</i>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ За что? ➤ Что ты натворил(а), если даже мама была сердитой? ➤ Я не думаю, что мама хотела сделать тебе больно. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ты говоришь, что мама вчера била тебя... (повторение). ➤ Расскажи, пожалуйста, что вчера произошло? (открытый вопрос) ➤ Я понимаю тебя... (сопереживание).
<i>Целенаправленное раскрытие факта насилия – ребенок может начать с совсем маленькой детали и наблюдать вашу реакцию: «У меня вчера был плохой день»</i>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Что ты делал в этот момент? ➤ Наверное, папа услышал, как ты ссорился с сестрой? ➤ Почему ты называешь день плохим? 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Да, я вижу, что ты грустный сегодня... ➤ Расскажи, пожалуйста, что произошло вчера? (открытый вопрос). ➤ Что именно было плохо? (уточнение)
<i>Целенаправленное раскрытие факта насилия – ребенок может спросить у вас о помощи: «Вы могли бы поговорить с моей мамой, чтобы она не кричала на меня так сильно?»</i>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Хорошо, я попробую поговорить с твоей мамой. ➤ Наверное, мама переживает, что ты стал хуже учиться. ➤ Почему мама кричит на тебя? 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ты хотел бы, чтобы я поговорила с твоей мамой... ➤ Я вижу, что ты встревожен... ➤ Расскажи, пожалуйста, как это было?
<i>Случайное раскрытие факта насилия – слова ребенка заставляют вас думать о возможном опыте насилия: «Меня проучат, если я не буду делать то, что говорит мне папа»</i>	<p>Слова ребенка остаются незамеченными.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Папа бьет тебя, если ты делаешь то, что он говорит? ➤ Что заставляет родителей так к тебе относиться? ➤ Я думаю, что ты преувеличиваешь. ➤ Даже если дома тебя не понимают, в школе ты всегда можешь рассчитывать на своих друзей 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Что с тобой происходит, если ты не делаешь то, что тебе говорят? ➤ Правильно ли я поняла, что папе не нравится, когда ты его не слушаешь? Что происходит потом? ➤ Я вижу, что ты беспокоишься, когда говоришь об этом. Что именно вызывает у тебя беспокойство?

<p><i>Случайное раскрытие факта насилия</i> – у вас появляются подозрения о возможном насилии при наблюдении за игрой ребенка. Ребенок хихикает с другом и произносит такие звуки, что это напоминает сексуальное поведение взрослых</p>	<p>Говорить (сердитым или удивленным голосом): «Что ты делаешь?»</p> <p>Детализировано, тут же расспросить ребенка, где, когда и как он научился таким вещам</p>	<p>Если это наблюдают другие дети, переключить внимание ребенка, отвлечь его каким-нибудь другим действием. Наедине с ребенком спросить его, где он научился таким звукам и жестам.</p>
<p><i>Случайное раскрытие факта насилия</i> – на теле ребенка вы видите раны, синяки. Например, на руках ребенка видны следы от ожогов сигаретой</p>	<p>Не замечать происходящего.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Покажи, что это? ➤ Это сделал твой папа, потому что был сердит на тебя? 	<p>Как ты получил такие ожоги?</p>
<p><i>Случайное раскрытие факта насилия</i> – ребенок может вызвать у вас подозрение своими вопросами: «Всегда ли мне нужно идти в гости к дяде, если мне не нравится туда ходить?»</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Почему ты не хочешь туда идти? Дядя наверняка радуется, когда ты приходишь. ➤ Может, тебе не нравится, что там не с кем поиграть? 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Что происходит, когда ты приходишь в гости к дяде? ➤ Я вижу, что ты тревожишься, когда говоришь об этом. Что именно тебя тревожит?
<p><i>Случайное раскрытие факта насилия</i> – ребенок задерживается после уроков, как можно дольше оттягивает время возвращения домой. «Мне не хочется идти домой, мне страшно, если мамы вечером долго нет дома»</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ты уже слишком большой, чтобы бояться темноты... ➤ Ты не пробовал зажечь везде свет? ➤ Что ты делаешь, когда остаешься один? 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ты говоришь, что тебе страшно, когда мамы нет дома... ➤ Чего ты боишься, когда мамы нет дома? ➤ Что именно тебя пугает?