

Володина Ю.А.
кандидат психологических наук, доцент
ФГБОУ ВО «Брянский государственный университет
имени академика И.Г. Петровского»,
Г. Брянск, ул. Бежицкая, 14,
psylabgu@ya.ru

Тренинговые формы работы в условиях психологической гостинной для детей-сирот

Социальное сиротство за последние десятилетия стало не просто проблемой современного общества, а социальным феноменом, на изучение которого направлены усилия различных наук. При этом зачастую решением проблем детей-сирот занимаются специалисты социальных служб. Особого внимания среди детей-сирот, оставшихся без попечения родителей, заслуживает та категория, которая пережила жестокое обращение в родительской семье (биологической, приемной, опекуной). В большинстве случаев такие факты остаются невыявленными в виду различных причин (страха ребенка перед родителями, страха повторения случаев жестокого обращения, формирования комплекса «жертвы», отсутствия у ребенка возможности рассказать о произошедшем, и др.).

Исходя из чего, своевременное выявление случаев жестокого обращения с детьми и оказание им квалифицированной психологической помощи позволяет ребенку справиться с травмой и выработать адаптивные способы реагирования на сложившуюся жизненную ситуацию. Одной из форм эффективного психологического сопровождения детей-сирот, находящихся в трудной жизненной ситуации, является психологическая гостинная. Психологическая гостинная - это модель психолого-педагогического сопровождения, ориентированная на оказание психологической помощи детям, пережившим жестокое обращение в семье, включающая комплекс мероприятий по профилактике конфликтных и кризисных ситуаций, выявлению случаев высокого риска для жизни ребенка и принятия необходимых мер по его снижению, психологическому консультированию детей-сирот и их социальной адаптации в окружающей среде.

Цели психологической гостинной - оказание комплексной психолого-педагогической помощи детям, находящимся в трудной жизненной ситуации; создание адаптивного психологического пространства; выявление случаев высокого риска для жизни ребенка и принятие необходимых мер по его снижению, отработка травматических переживаний, связанных с насилием в семье и вне ее; развитие навыков преодоления сложных жизненных ситуаций (конфликтов, кризисных ситуаций, ситуаций потери близких, ситуаций насилия); формирование у детей-сирот, переживших жестокое обращение в семье позитивных стратегий и моделей поведения в кризисных ситуациях [2].

Для участия в психологической гостинной подбираются дети, пережившие трудные жизненные ситуации. Занятия проводит педагог-психолог с использованием активных методов психологической работы (тренинги, ролевые игры, групповые дискуссии, арттерапия, рисуночная терапия, психодрама и др.). Формат встреч носит неофициальный характер, предоставляет членам гостинной чувствовать себя свободно, оказывать взаимную эмоциональную поддержку. Мониторинг результативности работы психологической гостинной осуществляет педагог-психолог.

Основные этапы работы психологической гостинной:

Первый этап включает в себя формирование целевой группы, знакомство, разъяснение детям целей пребывания в психологической гостинной и совместное обсуждение правил и норм пребывания в гостинной, возможных видов деятельности, формирование активной позиции ребенка. На данном этапе важно установить доверие и создать безопасное психологическое пространство для работы с группой.

Второй этап реализации проекта включает в себя конкретную помощь детям, находящимся в трудной жизненной ситуации. Для этого выявляются индивидуальные особенности и проблемы каждого ребенка, определяется индивидуальная программа психологической

помощи. Основным методом активной работы на данном этапе становится психологический тренинг, который включает 6 основных частей, состоящих из 6 занятий по 30-40 минут каждое:

Блок 1. Страхи и их преодоление (коррекция страхов по отношению к окружающим): Мир эмоций, знакомство со страхом. Я и мой страх, пещера дракона. Я - самый смелый, страхи прочь! (Побеждаем страх). Мои помощники в борьбе со страхом. Волшебный рюкзачок (как перестать бояться). Золотой ключик (к сердцам людей).

Блок 2. Как реагировать на отрицательные ситуации (развитие умений реагирования на отрицательные внешние воздействия): Я и взрослые, трудности взаимопонимания. Я и сверстники, дерево дружбы. Наедине с собой, гармония. Магия общения. Конфликты, медиация. Палитра позитива, релакс.

Блок 3. Стрессоустойчивость (формирование стрессоустойчивости): Мой душевный мир. Тревожность: пешка или источник? (факторы стресса). Гнев, огненный вулкан. Внештатные ситуации, треугольники страданий (треугольник Карпмана). Проблема как друг. Защита «Я»: учусь говорить «нет».

Блок 4. Мое представление о себе. Навыки самопрезентации (формирование навыков самопрезентации): Я - интересный человек! Старательный чукча. (Первая встреча. Улыбка. Обаяние. Репрезентативные системы). Зеркало, безоценочное восприятие. Пойми меня: Баба-яга и Гуси-лебеди! Compliments, тайна слов. Эмпатия, мы вместе!

Блок 5. Стратегии эффективного поведения (развитие эффективных поведенческих копинг-стратегий): Уверенный в себе, я все смогу! Человек разумный, алгоритм безопасности. Шипашу (копинги+мышление). Позитивный фидбек. Квест (приключенческая игра, интерактивная история с главным героем, управляемым игроком). Моя траектория, управление поведением.

Блок 6. Мои модели поведения в обществе (развитие индивидуального стиля поведения, позитивной презентационной модели поведения): Сам себе режиссер, цели в моей жизни. Мой мир, мои «кейсы». Семь Я, мои ресурсы. Цветные шляпы (различные способы мышления). Пилотный проект, самопрограммирование. Территория жизни, старт [1].

На данном этапе проводится работа по повышению уровня самооценки детей-сирот через создание ситуаций успеха, одобрения, развивается умение устанавливать и поддерживать позитивный контакт; формируются позитивные навыки разрешения конфликтов в трудных жизненных ситуациях, идет работа по снятию психологических защит ребенка, коррекции страхов и развитию умений по их преодолению.

Третий этап проекта является завершением работы с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации и выводом их из услуг проекта. Проводятся различные мониторинги, диагностики, анкетирования для выявления динамики. Составляются отчеты и проводятся обсуждения достигнутых результатов.

Критерии эффективности работы психологической гостиной: качество подготовки и проведения психологических занятий; создание ситуации психологического комфорта для детей, переживших жестокое обращение в семье; использование в практической деятельности приобретённого в психологической гостиной опыта.

Литература

1. Володина Ю.А. Я в фокусе жизни. Тренинг по развитию позитивных презентационных моделей поведения подростков: учебно-методическое пособие. Брянск: ООО «Ладомир», 2015. – 100 с.

2. Володина Ю.А., Овчарова А.Е., Юшкова Н.М. Психологическая гостиная как форма сопровождения детей-сирот, переживших жестокое обращение и насилие в родительской семье. Фундаментальные исследования. – 2014. – № 12–3. – С. 630-634 URL: www.rae.ru/fs/?section=content&op=show_article&article_id=10005433 (дата обращения: 04.01.2017).