

Психологическое сопровождение детей группы риска

Лариса Анатольевна Илатовская,
педагог-психолог Великоустюгского
центра психолого-медико-
социального сопровождения

Подростковый возраст — важный этап формирования личности человека. Именно в этом возрасте появляется интерес к собственному внутреннему миру, возникает желание понять, лучше узнать себя. Возникает острое чувство «Я». Вместе с тем подросткам трудно думать и говорить о себе, что приводит, с одной стороны, к повышенной тревожности и возникновению чувства неуверенности в себе, а с другой стороны — к агрессии и неадекватно-разрушительному поведению. Такие подростки попадают в группу риска. В связи с этим, исключительно важное значение приобретает качественная психологическая помощь, направленная на формирование у таких подростков коммуникативных навыков и моделей конструктивного поведения.

● *подростковый возраст* ● *подростки группы риска* ● *девиантное поведение* ● *психолого-педагогическая помощь* ● *психокоррекция*

Изучением проблемы ухудшающегося положения семьи и ребёнка в российском обществе занимаются сегодня многие учёные, педагоги, психологи, социальные работники. Теоретические и практические исследования этой проблемы представлены в работах И.А. Фурманова (6), Т.И. Шульги, Л.Я. Олиференко, А.В. Быкова (7), Е.Е. Даниловой (1), Е.А. Стребелевой (5), Н.А. Рычковой (4), М.М. Кравцовой (2), А.М. Прихожан, Н.Н. Толстых (3) и др. Данные исследования подтверждают вывод о нестабильном социально-экономическом положении России последних лет. Ухудшение условий жизни населения приводит к существенным изменениям социального статуса семьи, росту детской безнадзорности и беспризорности, девиантному (отклоняющемуся) поведению детей и подростков. Увеличивается число семей, в которых родители недобросовестно выполняют свои функции по заботе и воспитанию, что приводит к увеличению брошенных и обездоленных детей.

ТЕХНОЛОГИЯ И ПРАКТИКА

Растёт число детей, которые занимаются бродяжничеством и попрошайничеством.

Вот данные, полученные Н.Е. Буториной (4, с.14) при изучении группы подростков с различными типами девиантного поведения: 48,5% из них воспитывались в крайне неблагополучных семейных условиях; 31,5% — «формально неблагополучные семьи», в которых выявлены самые разнообразные типы аномального воспитания; 43% поведенческих девиаций наблюдались у подростков с микросоциальной педагогической запущенностью; 20% — с различными патохарактерологическими формированиями личности и лишь 3% подростков страдали психическими заболеваниями».

Таким образом, семейный микроклимат, особенности воспитания и взаимодействия внутри семьи оказывают огромное и решающее влияние на психическое и физиологическое состояние ребёнка. Дети, которые находятся в тяжёлых семейных условиях жизни, составляют группу риска и требуют специализированной квалифицированной психологической помощи.

Анализ обращений детей, родителей и педагогов в ГОУ «**Великостыгский центр психолого-медико-социального сопровождения**», проведённые диагностические исследования позволяют классифицировать нарушения и проблемы подростков в пять основных групп:

1. Нарушения в сфере поведения: расторможенность и гиперактивность; повышенная тревожность и пассивность; агрессивность, насильственные, разрушительные действия (драки, грабежи, порча имущества); нарушение социальной приспособляемости (поведение, выходящее за рамки принятых норм); стойкое непослушание, негативизм, реакции протеста, уходы из школы, угрозы ухода; уходы из дома и бродяжничество; суицидальное поведение (фантазии, мысли, высказывания, угрозы, тенденции и действия, связанные с лишением себя жизни); употребление алкоголя, курение; корыстные действия (мелкие кражи, спекуляция, вымогательство); систематическое пребывание в асоциальных группах; уклонение от учёбы и трудовой деятельности.

2. Нарушения в эмоционально-волевой сфере: эмоциональная слабость — плаксивость; эмоциональная лабильность; стойкое пониженное настроение (субдепрессия); страхи и переживания; постоянно повышенное, «дурашливое» эмоциональное состояние.

3. Неврологические нарушения здоровья: энурез; невротические реакции; нарушение сна; невроз навязчивых движений; заикание и пр.

4. Проблемы развития познавательной сферы: умственная отсталость; низкий уровень развития когнитивной деятельности (мышления, внимания, памяти и т.д.); отсутствие познавательной мотивации.

Л.А. Илатовская. Психологическое сопровождение детей группы риска

5. Нарушения в сфере общения: застенчивость; замкнутость; грубость в общении, нецензурная брань; запинки в речи и заикание; отказ от речевого общения.

Практический опыт работы психолога по данным проблемам позволяет сделать вывод о том, что в последние годы постоянно увеличивается количество детей с нарушениями в сфере поведения и общения.

Для организации работы психолога с такими подростками была разработана программа **«Радость отношений»**.

Цель программы: способствовать формированию социально-психологической компетентности подростков, навыков конструктивного поведения и взаимодействия с собой и окружающими людьми.

Для достижения поставленной цели необходимо решение таких *задач*: расширить представления подростков о собственной личности, активизировать механизмы самопознания; развивать у детей и их родителей навыки конструктивного поведения и общения в ситуациях взаимодействия друг с другом, умения эффективно разрешать конфликты; способствовать снижению тревожности, эмоционально-психического напряжения у подростков.

В целом, психокоррекционный комплекс программы состоит из пяти блоков:

- 1. Диагностический блок*, цель которого — диагностика особенностей развития личности, выявление факторов риска, формирование общей программы психологической коррекции.
- 2. Установочный блок* направлен на побуждение желания взаимодействовать и сотрудничать с другими, снятие излишней тревожности, повышение уверенности в себе, формирование атмосферы психологической безопасности и доверия.
- 3. Коррекционный блок* призван решать задачи гармонизации и оптимизации развития подростка, овладения определёнными навыками взаимодействия, общения и поведения.
- 4. Итоговый блок* — закрепление полученных знаний и навыков, рефлексия изменений, закрепление мотивации личностного саморазвития.
- 5. Блок оценки эффективности коррекционного воздействия*, позволяющий измерить психологическое содержание и динамику реакций, стабилизировать позитивные установки и формы поведения и общения, перенести их в привычную систему взаимодействия с окружающими людьми.

Диагностический инструментарий программы «Радость отношений» составляет набор методик: опросник Леонгарда — Шмишека, шкала самооценки Спилбергера — Ханина, опросник Айзенка, методика А. Прихожан «Мотивация и тревожность», методика первич-

ТЕХНОЛОГИЯ И ПРАКТИКА

ной диагностики и выявления детей группы риска М.И. Рожкова, М.А. Ковальчук, методика К. Томаса «Поведение в конфликтных ситуациях», опросник «КОС — 1» В.В. Синявского, Б.А. Федоришина и пр.

Диагностика проводится дважды: до начала коррекционно-развивающей работы и после её завершения. Если требуется, возможна и промежуточная диагностика.

В ходе реализации программы использованы следующие методы и приёмы: ролевые игры; групповые дискуссии и «мозговые штурмы»; игровая терапия; арт-терапия; музыкотерапия; выступления и спектакли, сочинение историй; когнитивно-поведенческая терапия; метод выразительных движений (проигрывание этюдов, изучение поз, походок, мимики и пантомимики); цвето- и светотерапия; релаксация.

Организация работы по данной программе проводится на базе комнаты психологической разгрузки с использованием техник релаксации, психомышечной тренировки, аутогенной тренировки и дыхательной гимнастики.

Программа предназначена для проведения групповых занятий с подростками группы риска (13 — 15 лет), преимущественно с проблемами поведения и общения. Вводное и заключительное занятия проводятся совместно с детьми и их родителями.

Каждое занятие рассчитано на один академический час, частота проведения — раз в неделю. Цикл включает в себя 15 занятий. Занятия проходят в помещении, имеющем достаточную площадь для проведения динамических упражнений, игр, элементов психогимнастики и арт-терапии.

Количество участников группы — не более 10 человек. Комплектование группы проводится по результатам консультативной и диагностической работы, и обязательно по принципу добровольности.

Как правило, структура каждого занятия состоит из трёх частей:

1. Вступительная (разминочная) часть: ритуал приветствия, им начинается каждое занятие. Ритуал выполняет функцию установления эмоционально-позитивного контакта психолога с подростками и формирования у них направленности на сверстников. Разминка включает упражнения, которые помогают подросткам настроиться на работу, повышают уровень их активности и способствуют формированию их групповой сплочённости. Обсуждение домашнего задания (рефлексия предыдущего занятия) проводится после (иногда вместо) разминки и помогает закреплению пройденного материала.

2. Основная часть включает целевые упражнения, игры, беседы, диагностические приёмы, направленные на развитие и коррекцию личностной сферы подростков, как правило, не более двух — трёх. Порядок выполнения таких заданий может варьироваться.

Л.А. Илатовская. Психологическое сопровождение детей группы риска

3. *Заключительная часть*: подведение итогов занятия (рефлексия) является обязательным этапом и предполагает эмоциональную и смысловую оценку работы группы; план самостоятельной работы в виде домашнего задания; ритуал прощания, направленный на групповое сплочение, создание атмосферы доверия и принятия.

Соблюдение подобной структуры занятий позволяет подросткам привыкнуть к еженедельным занятиям, их правилам и особенностям, подготовиться к более эффективной работе при следующей встрече и сформировать соответствующие ожидания.

Таблица

| Тематическое планирование | | |
|----------------------------------|--|---------------------|
| № п/п | Тема встречи | Кол-во часов |
| 1 | Встреча 1–2 (совместно с родителями) «Знакомство. Изучение себя и своей личности» | 2 |
| 2 | Встреча 3–4 «Обучение приемам невербального общения» | 2 |
| 3 | Встреча 5–6 «Развитие способов приема и подачи обратной связи в общении» | 2 |
| 4 | Встреча 7–8 «Формирование конструктивного общения» | 2 |
| 5 | Встреча 9–12 «Формирование конструктивного взаимодействия» | 4 |
| 6 | Встреча 13 «Формирование позитивного поведения» | 1 |
| 7 | Встреча 14 «Формирование самосознания, навыков сотрудничества, ответственного поведения» | 1 |
| 8. | Встреча 15 (совместно с родителями) «Развитие уверенного, ответственного поведения. Подведение итогов работы в группе» | 1 |
| | Всего занятий: | 15 |

Содержание занятий

Встреча 1–2 «Знакомство. Изучение себя и своей личности» (совместно с родителями).

Создание условий для лучшего знакомства. Формирование климата психологической безопасности. Принятие правил работы группы. Изучение своих индивидуальных особенностей и качеств личности («Кто Я?», «Надпись на футболке», «Перевоплощения» и пр.). Организация домашней работы подростков над собой.

ТЕХНОЛОГИЯ И ПРАКТИКА

Встреча 3–4 «Обучение приёмам невербального общения».

Сплочение группы. Развитие умения открытого выражения своих чувств. Мимика и жесты как средство общения людей друг с другом. Определение своих чувств и настроения через музыку и изобразительное творчество. Понимание чувств и настроения других людей. Доверие друг к другу.

Встреча 5–6 «Развитие способов приёма и подачи обратной связи в общении».

Развитие умения говорить о своих чувствах и настроении. Введение понятия «обратная связь». Отработка навыков подачи и принятия обратной связи в общении и межличностном взаимодействии («Ассоциации», «Белое кресло», «Слепое слушание» и пр.). Снятие психоэмоционального напряжения.

Встреча 7–8 «Формирование конструктивного общения».

Рольевые игры, направленные на осознание собственного поведения в конфликтных ситуациях (со сверстниками, педагогами и родителями). Поиск путей разрешения трудных ситуаций. Отработка навыков вербального и невербального взаимодействия (совместный рисунок, совместная работа, игра и пр.). Психогимнастика и снятие напряжения.

Встреча 9–12 «Формирование конструктивного взаимодействия».

Разогрев, подготовка к работе. Групповая дискуссия, направленная на осознание проблем и трудностей межличностного взаимодействия («Что такое дружба?», «Откуда берётся равнодушие?» и пр.). Рольевые игры на отработку уверенного общения, умения слушать и слышать друг друга, эффективно разрешать конфликтные ситуации («Необитаемый остров», «Авария на Луне»). Диагностика социальной контактности подростков («Социометрия»). Снятие напряжения и усталости.

Встреча 13 «Формирование позитивного поведения».

Подготовка к работе. Игры на разогрев. Рольевые игры, направленные на формирование эффективного поведения в конфликтных ситуациях (с друзьями, сверстниками). Разыгрывание ситуаций с уверенным, неуверенным и агрессивным поведением. Поиск моделей конструктивного поведения. Снятие психоэмоционального напряжения.

Встреча 14 «Формирование самосознания, навыков сотрудничества, ответственного поведения».

Стимулирование мотивационной готовности к работе. Осознание своих индивидуальных качеств личности как положительных, так и отрицательных («Зебра»), ориентация на те качества, которые важны в установлении конструктивного общения и взаимодействия с окружающими людьми. Групповое взаимодействие, формирование

Л.А. Илатовская. Психологическое сопровождение детей группы риска

ответственного и уверенного поведения (совместный рисунок, автопортрет). Раскрепощение, релаксация под музыку.

Встреча 15 (совместно с родителями) «Развитие уверенного, ответственного поведения. Подведение итогов работы в группе».

Разогрев. Информирование о способах разрешения конфликта (соперничество, сотрудничество, компромисс, избегание, приспособление). Ролевые игры, направленные на отработку уверенного и ответственного поведения в конфликтных ситуациях, умения разрешать их путём сотрудничества (с родителями, взрослыми и сверстниками). Закрепление навыков конструктивного общения. Ориентация подростков на положительные стороны своей личности. Составление «дерева целей» дальнейшей психологической работы над собой и своими проблемами. Оценка работы группы. Подарки друг другу в виде благодарностей и добрых пожеланий.

Рекомендуется последнюю встречу организовать в виде свободного общения: чаепитие, творческая мастерская.

Программа «Радость отношений» апробирована с 2005 по 2010 годы. Ежегодно по ней занимаются 3–4 группы. Наполняемость группы 7–8 детей, т. е. пропускная способность программ, составила в среднем 120 человек. Кроме детей, занятия посещали и их родители. За прошедшие годы в занятиях по этой программе приняли участие 67 родителей.

Критерием эффективности программы для нас служат качественные изменения в развитии личностных ресурсов подростков и родителей, уровня сформированности у них способов конструктивного общения и поведения, а именно:

- сформированность адекватной самооценки, снижение уровня тревоги, улучшение психоэмоционального состояния и самочувствия;
- сформированность способности адекватного выбора стратегий поведения в конфликтных ситуациях;
- устойчивость мотивации к достижению взаимопонимания в общении и взаимодействии с окружающими людьми, сформированность коммуникативных и организаторских склонностей;
- улучшение взаимоотношений в системе «взрослый — ребёнок»;
- удовлетворённость детей и родителей формами коррекционной работы.

Сравнительное диагностирование детей показывает, что у участников групповой работы по программе значительно снизился уровень тревожности и гнева. Так, до коррекционной работы высокий уровень тревожности имели 75% детей, после неё — 43%. Существенно изменился и уровень гнева. Имея высокие показатели (53%) до проведения занятий (когда реакция гнева проявлялась в крайне же-

ТЕХНОЛОГИЯ И ПРАКТИКА

стоких формах — грубости, нецензурной брани, драках), после занятий высокий уровень гнева отмечается лишь у 12% испытуемых, причём его проявления приобрели конструктивную форму.

Показатели уровня развития коммуникативных и организаторских способностей у подростков также изменились в положительном направлении.

Главным критерием включения родителей в группу служил факт конфликтных взаимоотношений внутри семьи, отсутствие должной заботы о своих детях, непонимание их возрастных и индивидуальных особенностей. Положительным результатом проделанной работы явилось то, что родители регулярно посещали занятия, приходили к психологу с индивидуальными вопросами по проблемам воспитания и развития своих детей, отмечали целесообразность продолжения такого вида работы. Достигнутая доверительная атмосфера в группе, позитивные эмоциональные взаимоотношения родителей с психологом, активное участие родителей в предлагаемых упражнениях позволили добиться следующих положительных результатов коррекционно-развивающей работы:

- 1.** Все родители (100%), которые участвовали в групповой работе и сотрудничали с психологом, отмечают целесообразность продолжения коррекционно-развивающих занятий и психологического обучения.
- 2.** Большинство родителей (90%) отмечает изменившиеся внутрисемейные взаимоотношения, нормализацию психологического микроклимата, более тёплую и терпимую внутрисемейную атмосферу.
- 3.** Участвуя в групповой работе вместе со своими детьми, 70% родителей обнаружили в себе новые качества, особенности своей личности, родительский дар. Они более открыто стали говорить о своих переживаниях, чувствах, активно обсуждали различные драматические события своей жизни, повысилась их самооценка и самоуважение, что привело к позитивным сдвигам во взаимоотношениях со своими детьми (73% участников). В семьях, участвующих в реализации программы, а в дальнейшем и в индивидуально-консультативной практике, изменился характер семейного воспитания, возникло прочное понимание важности родительских чувств, долга, открытого общения со своими детьми, из системы их воспитания исчезли физические наказания и жестокое обращение.
- 4.** Около 95% взрослых удовлетворены позитивными новообразованиями в развитии личности их ребёнка. Родители отмечают снижение агрессивных реакций в поведении детей, повышение уверенности в себе, сформированность мотивации на самосовершенствование и саморазвитие, умение разрешать конфликтные ситуации и говорить о своих потребностях, чувствах и пр. Некоторые родители отмечают улучшение успеваемости ребёнка, отсутствие самовольных уходов его из семьи и школы, существенное уменьшение случаев

Л.А. Илатовская. Психологическое сопровождение детей группы риска

употребления ПАВ, значительные положительные изменения со стороны его здоровья и развития.

Таким образом, проведённый нами сравнительный анализ материалов диагностики в рамках реализации программы «Радость отношений» для подростков группы риска и их родителей доказывает позитивную динамику в достижении основных планируемых результатов: сформированности социально-психологической компетентности подростков, навыков конструктивного поведения и взаимодействия с собой и окружающими людьми, гармонизации внутрисемейных взаимоотношений.

Можно отметить, что в работе с подростками группы риска и их родителями наиболее эффективными оказались ролевые игры и арт-терапевтические методы (рисование, обыгрывание жизненных ситуаций, постановки спектаклей), а также приёмы психогимнастики и релаксации. Наибольшую трудность составили техники рефлексии и «обратной связи», связанные, на наш взгляд с проблемами сформированности коммуникативных навыков у подростков, неуверенностью и низкой самооценкой. В работе с родителями нелёгким яви-

лось противостояние психолога их нереалистичным ожиданиям. Многие из них были убеждены, что специалист чудесным образом в один момент изменит ребёнка в удобную для них сторону, найдёт способы преодоления семейных конфликтов.

Литература

1. Данилова Е.Е. Практикум по возрастной и педагогической психологии. М.: Академия, 1999.
2. Кравцова М.М. Дети-изгои. Психологическая работа с проблемой. М.: Генезис, 2005.
3. Прихожан А.М., Толстых Н.Н. Психология сиротства. 2-е издание. СПб.: Питер, 2005.
4. Рычкова Н.А. Деадаптивное поведение детей: диагностика, коррекция, психопрофилактика. М.: Гном, 2000.
5. Стребелева Е.А. Дети сироты: консультирование и диагностика. М.: Полиграф сервис, 1998.
6. Фурманов И.А. Психология депривированного ребёнка. М.: ВЛАДОС, 2004.
7. Шульга Т.И., Олиференко Л.Я., Быков А.В. Социально-психологическая помощь обездоленным детям. М.: УРАО, 2003.