

# Дети, опалённые войной: психологическая реабилитация

**Андрей ШАДУРА**, ведущий научный сотрудник лаборатории социально-психологической реабилитации личности Государственного научно-исследовательского института Семьи и воспитания РАО, кандидат психологических наук  
**Гюнель МАМЕДОВА**, аспирантка лаборатории

А мы-то думали, что с Победой в 45-м году никогда больше не войдёт в нашу жизнь это страшное слово «война». Но оно пришло, правда, в лукаво «смягчённом» виде: сегодня войну называют «зоной конфликтов», «зоной военных действий». Но пули при этих «действиях» так же безжалостно смертельны, многие города и сёла этой «зоны» так же лежат в развалинах, матери теряют сыновей, жёны мужей, у детей военные действия отнимают родителей, лишают их детства.

Ребят, эвакуированных из зоны военных действий, сегодня в школах — сотни. Это дети с надломленной психикой, с исковерканной судьбой. Это подранки нашего времени.

Как относится к ним школа? Окружают ли их заботой и вниманием учителя, школьный психолог? Или ребята эти остаются один на один со своей недетской бедой? Ещё совсем недавно, лет 15 назад, никому бы не пришло в голову, что есть такая педагогическая проблема. Но сегодня она есть. И её надо решать и обсуждать.

Группа из четырёх психологов работала в летнем лагере с детьми, эвакуированными из зоны боевых действий в Чеченской Республике и проживающими ныне в Ставропольском крае. Это ребята от 11 до 14 лет разных национальностей — чеченцы, ногайцы, армяне, турки, азербайджанцы, татары, ингуши, черкесы, карачаевцы. В процессе работы мы, естественно, не акцентировали внимание на национальной принадлежности детей, но в их высказываниях заметили интерес к этой теме. Не педагоги, а сами ребята первыми заговорили о том, кто они по национальности, интересовались национальной принадлежностью работавших с ними психологов и педагогов. В группе были дети от смешанных браков, и это тоже служило предметом их обсуждения как во время занятий, так и в неформальном общении с нами.

Во время занятий неоднократно всплывала тема взаимоотношений между людьми, живущими в горах и на равнине — в устных высказываниях, в рисунках, лепке, построении домиков из материалов окружающей природной среды. Пространство равнины ребята воспринимали как несущее меньшую опасность. Для формирования положительного отношения к месту жительства, для ощущения безопасности большое значение имел для них характер ландшафта.

Школьники много рассказывали о тех посёлках и городах Ставропольского края, где они сейчас живут и избегали вначале рассказов о своих родных местах. К сожалению, **практически все ребята столкнулись в новых местах жительства с непониманием, а порой и с неприятием со стороны взрослых и сверстников.** Несмотря на юный возраст, они оценивали эту ситуацию по-взрослому: «Мы же чужие. Пока мы привыкали к новым людям, нам было трудно. Привыкали и к нам. Вначале нас обижали, даже дразнили, награждали кличками. Приходилось и драться. Но так всегда бывает на новом месте ...».

Этот период взаимного «привыкания», судя по рассказам ребят, был самым трудным. Для школьных педагогов и психологов это определённый сигнал.

**Именно в это время ребята, эвакуированные из района военных действий, из зоны конфликта (беженцы), нуждаются в особом человеческом и педагогическом внимании.** Советуем классным руководителям провести беседу в классе, рассказать через какие трудности, невзгоды прошли «новички», «чужаки», сколько страданий выпало на их долю. А может, и директору школы стоит провести короткую беседу на линейке со всеми классами, представить ученикам школы вновь прибывших ребят, сказать о них и о школе добрые слова. Тем самым педагоги помогут сократить «время отчуждения»,

### **предотвратить негативное отношение к новичкам.**

Частью программы социально-психологической реабилитации была **ландшафтная психотерапия**, которая заключалась в освоении детьми окружающей их природной среды, с последовательным пробуждением воспоминаний о той среде, которая окружала их в местах, где они жили в Чечне. Ребята строили из материалов окружающего пространства (камней, земли, песка, веток деревьев, дощечек и т.д.) «свой» посёлок, в котором были их дома, огороды, сады ...

На каждом занятии мы стремились вызвать воспоминания ребят о природе своей малой родины и тех мест, где они проживают в настоящее время. В этих рассказах-воспоминаниях присутствовали образы родных, соседей в Чечне, а также людей живущих с ними по соседству сейчас. Дети говорили о взаимоотношениях, которые у них складываются на новом месте жительства со сверстниками и взрослыми, в школе и за её пределами. Таким образом, мы вместе с детьми «проживали» их недавнюю жизнь на родине, погружаясь в её природу, в социум, переживали социальные отношения в прошлом и настоящем в жизни детей. Игрушечный посёлок, построенный руками ребят, был дорог им. Как некое сказочное царство, они берегли посёлок, до последнего дня пребывания в лагере, восстанавливали «свои дома», которым наносили повреждения дождь, ветер. Наши ежедневные занятия начинались с «ремонта посёлка» и завершались в нём.

Наши совместные прогулки в окрестностях лагеря давали детям ощущение защищённости в новой для них природной среде. А это очень важно для их душевного благополучия. Встречи с разными людьми во время таких прогулок, спонтанные отношения с ними давали возможность почувствовать себя равноправными, «своими среди своих». Хотя конфликтные ситуации, связанные с этнической принадлежностью ребят, случались. Несколько раз местные подростки и жившие в лагере взрослые в оскорбительной форме выражали к ребятам из Чечни пренебрежительное отношение. В этих ситуациях мы, конечно же, активно становились на защиту ребят, улаживали конфликтные ситуации, вели разъяснительные беседы. Очень действенны в этом отношении беседы о национальных традициях разных народов, об их конфессиональных различиях. В школе полезно провести на эту тему вечер или праздник с национальными танцами, песнями, демонстрацией национальных костюмов. Такой межэтнический, поликультурный диалог поможет сблизить детей, снять барьер отчуждённости, а то и враждебности. Ведь подобные чувства по отношению к «чужакам», да еще из Чечни, испытывают даже взрослые.

В нашем лагере был такой случай. Врач, отвечающий за здоровье детей, узнав от воспитателей о том, что у беженцев температура, заявила: «Вот вам таблетки, лечите их сами, а я к ним не пойду». Только после настойчивых просьб и требования руководителя она пришла к ребятам-«чужакам».

Но такое отношение всё же исключение. Большинство взрослых и подростков из разных регионов страны подходили к нам, к воспитателям, к самим ребятам с предложением чем-то помочь, приглашали вместе провести вечер, экскурсию, выражали свою симпатию чеченским сверстникам.

Очень помог сближению подготовленный тюменской делегацией (после консультации с психологами) вечер поэзии и песен, посвящённых Великой Отечественной войне. У многих чеченских ребят он пробудил яркие эмоциональные переживания, вызванные их собственным опытом перенесённой войны. Некоторые ребята не спали всю ночь, плакали, рассказывали о том, что они пережили. Это был некий катарсис, способствующий преодолению травматического стресса, позволивший чеченским детям понять, что их горе понимают и разделяют другие люди, что «чужого горя не бывает», как сказал поэт.

На другой день чеченские школьники активно участвовали во всех делах, в их лицах засиял внутренний свет, в движениях появились лёгкость и свобода. То, что психологи изредка наблюдали только на занятиях, стало проявляться в повседневном общении с окружающими взрослыми и ровесниками. А через какое-то время ребята, опалённые войной, предложили воспитателям подготовить свой концерт. Это был настоящий праздник, в котором чеченские

дети раскрыли особенности своих культурных традиций, яркие черты национального характера. В стихах и песнях звучали мотивы чеченской войны. Один из подростков, читая стихотворение, в котором была строчка: «Будь проклята, война!» — оговорился и произнёс: «Будь проклята, Чечня...» В зале воцарилась тревожная, какая-то зловещая тишина... Но выступающая следом за ним девочка, как ни в чём не бывало, начала читать своё стихотворение, и все неслышно, с облегчением вздохнули: поняли оговорку, и ни у кого не возникло желания её поддержать.

Для детей из чеченской делегации этот вечер был ещё одним прорывом в новую систему социальных отношений: они почувствовали себя носителями культурных традиций своего народа, людьми равноправными с другими.

Для успешной социально-психологической реабилитации детей очень важно их активное участие в жизни детского коллектива — в конкурсах экибаны, детского рисунка, в соревнованиях по настольному теннису, по волейболу. Особую радость приносила им победа как символ своих возможностей, радость от сознания хорошо сделанного дела.

Со свойственной подростковому возрасту прозорливостью дети очень чутко улавливают фальшь в поведении и словах взрослых. Сохраняя внешнюю лояльность по отношению к ним, подростки либо за спиной, а иногда и в глаза, высказывают своё нелицеприятное отношение. Мы были свидетелями того, как ребята осуждали взрослых на своём родном языке. Один из психологов, работавших с чеченскими детьми, владел турецким, и мы имели возможность увидеть вербальные реакции детей на чёрствость, неискренность окружающих.

В социально-психологической реабилитации мы использовали арт-терапию — метод психологической помощи, который можно обозначить как лечение с помощью изобразительного творчества. Арт-терапия — средство невербального общения. Существует много примеров тому, как она способствовала психической гармонизации человека. Цвет, форма, символы, композиция — всё это различные «языки» нашего бессознательного, и для каждого содержат свои особые смыслы.

Рисование — мощное средство сближения людей. Работа над рисунком, над картиной часто отражает повторное переживание нанесённой человеку душевной травмы, восстанавливает чувствительность, способность к светлому восприятию жизни. Пробуждение жизненной энергии — часть психотерапевтического процесса. Творчество и терапия частично совпадают: то, что является творческим, оказывается и лечебным, глубоко воздействующим на человека. Спонтанное экспрессивное искусство даёт человеку возможность раскрыть свой внутренний мир, обнаружить актуальные переживания и выразить их в художественной форме.

В кризисной ситуации у человека, как правило, возникают искажённые представления о себе, своей ситуации, об окружающем мире. Арт-терапия помогает снять искажения, представить кризисную ситуацию в ином свете, восстановить и укрепить связи человека с окружающей действительностью.

Группа, с которой мы проводили арттерапевтические занятия, состояла из 13 детей в возрасте от 11 до 15 лет. Занятия проходили в светлом, просторном помещении с большим количеством окон, недалеко от моря. В помещении было большое количество ковриков, на которых ребята лежа и сидя рисовали, лепили — расслаблялись. Активно использовалось всё пространство помещения. Перед нами стояла задача — создать такую атмосферу, которая располагала бы детей к искренности, к творчеству.

В первый день они охотно рисовали, осваивали помещение и разные материалы, приравнивались к условиям групповой работы в новой для себя обстановке. Тема занятия «Ваши впечатления о море» обусловлена тем, что дети впервые в жизни увидели море. На выбор предлагались им различные изобразительные материалы — акварель, фломастеры, простые и цветные карандаши, гуашь, пластилин. Выбирали изобразительные средства ребята сами. Тем не менее первые рисунки, в основном, были выполнены в карандаше, без использования ярких красок. В рисунках преобладали вялые, неуверенные линии. Мы чувствовали, как необходима психологическая поддержка этим детям, поэтому стремились уделить внимание

каждому из них.

...Шамилю 11 лет. Во всех его движениях — скованность, ригидность. На первом занятии он сделал из бумаги кораблик, и тут же скомкал его, выбросив в мусорное ведро. Может быть, это было желание освободиться от напряжения, от агрессии, от негативных эмоций, словно с этим корабликом мальчик «выбросил» то, что ему мешало. От любого прикосновения он вздрагивал, на вопросы не отвечал, со сверстниками не общался, прикрывал свои рисунки всем телом. Контакт, общения на этом занятии не получилось.

На второй день мы решили начать занятия с чтения сказок. Ребята сначала реагировали вяло, потом увлеклись, смеялись, спорили, задавали вопросы, раздумывали над поведением героев «Цветика-семицветика». Коллективное чтение и увлекательный сюжет помогли снять напряжённость, установить контакты. После сказки перешли к рисованию. Каждый из ребят изобразил свой цветик-семицветик. Появились яркие, несмешанные цвета. После завершения работы каждый из ребят загадал желание. В глазах уже плясали живые огоньки, появился азарт, желание продолжить рисование. Казалось, дети испытывали радость от того, что в их распоряжении такие разные и яркие изобразительные материалы.

Сделали важное наблюдение: **апатии стало меньше**. Поразительно наблюдать, как росла творческая активность детей на этом этапе работы, как поднималось их настроение, прогоняя апатию. В группе царил атмосфера подлинного высокого интереса к работе.

В третий день ребята изображали сказочных героев в совместном групповом рисовании. Рисовали на листах небольшого формата, что побуждало сфокусироваться на создаваемых образах. Характер рисунков изменился: стало больше мелких деталей, они выполнялись более тщательно. Дети пользовались большим количеством красок, создавая один рисунок за другим. Работы были интересными, гармоничными, отражали совершенно иное, чем два дня назад, душевное состояние. Впервые дети работали совместно, пытались взаимодействовать друг с другом. Общая атмосфера в группе — вовлечённость в творческий процесс с длительными периодами молчаливой, сосредоточенной деятельности.

Затем мы предложили ребятам большой лист ватмана для коллективной работы. Стало очевидно, что большинство ребят ещё не готово к ней. Это проявилось, например, в стремлении рисовать в пределах своих «территорий». Дети были разделены на группы из 3–4-х человек. Лишь немногим удалось совместно создать законченную гармоничную композицию...

Четвёртый день был посвящён работе с пластилином. Создавали сюжеты сказки «Колобок».

Лепили довольно быстро, создавая одну фигурку за другой. В процессе лепки дети как бы проигрывали сюжет, озвучивая образы своих героев.

Преимущество использования пластилина в том, что в процессе лепки дети могли свободно менять внешние черты и характер персонажей сказки. Они разыгрывали сюжет в одиночку и в парах. С самого начала это была импровизация — яркий, эмоциональный, процесс. Каждый проигрывал свою роль, вкладывая в характер персонажа сказки свои собственные мысли и чувства.

Выбирая для работы «Колобок», мы исходили из естественного символа сказки как мифа. В сказке всегда есть элемент игры. Создавая большое количество фигурок, объединяя их в единую композицию, интерпретируя сюжет на свой лад, подростки придавали героям новые черты характера, активно выражали свои чувства. Но некоторые ребята, слепив, комкали фигурки, превращая их в бесформенные массы. Значит, не все мысли и чувства, актуализировавшиеся в ролях, принимали сами авторы работ.

Занятия с пластилином важны ещё и тем, что разрабатывают мелкую моторику рук, столь важную в данной ситуации. Это помогло в дальнейшем на занятиях по рисованию красками.

Пятый и шестой дни ребята участвовали в общих лагерных мероприятиях, и занятия мы не проводили. Но участие в общих делах укрепило доверительные отношения детей между собой и с нами, педагогами и психологами.

В седьмой день мы совершили с ними прогулку по берегу моря. Шли, беседовали, бросали камешки в воду. Дети с интересом осматривали всё вокруг, рассказывали истории из своей жизни. Спускаясь по каменистой крутой дороге, собирали красивые камешки, ракушки. У моря расселись на нагретых солнцем камнях. Долго сидели молча, слушали музыку слабого прибоя, вдыхали запахи моря, любовались его красками и безграничным простором водной стихии...

После этого мы предложили им игру: взять камешки и бросить как можно дальше. Это был символический акт очищения, сбрасывания с себя всего негативного, тяжёлого, всего ненужного в их жизни, что мешает свободе выражения мыслей и чувств. Дети очень старательно выбирали камни побольше и изо всех сил, с выдохом, бросали как можно дальше «свой камень». Каждый искренне верил в таинство этого очищающего действия.

После прогулки, отдохнувшие и веселые, мы продолжили занятие. Рисовали на плоских камешках и листах бумаги — почти все рисовали море. Работали увлечённо, радостно, светло. Мы тоже радовались этой гармонии, которая наконец-то воцарилась в детских душах.

На одном из последних занятий дети рисовали автопортрет. Неохотно откликнулись на это задание, говорили, что не хотят и не умеют рисовать человеческие лица, тем более себя. Мы попытались им объяснить, что от них не требуется добиваться портретного сходства, надо дать условный образ, как они сами себя представляют, ощущают. Это удивительно, но во всех портретах улавливались ... схожие черты! В основном, это были лица, лишённые тела, без шеи и плеч, в свободном пространстве листа. Только один мальчик 12 лет осмелился нарисовать себя почти в полный рост, но без прорисовки ног и рук. Лица ребята изображали во весь лист, глаза — с отсутствием зрачков, это были скорее лица-маски. Значит, в глубине души ещё гнездились горе, ещё не могло растопить его до конца наше участие в их судьбе и не могли они смотреть на мир ясными, открытыми глазами...

Потом мы рисовали фломастерами, красками — смело и безбоязненно, без предварительного карандашного рисунка.

Внутренняя раскованность, открытость выражалась и в рисунках, и в контактах. Ребята охотно рассказывали о себе, общались со сверстниками и взрослыми, у них появились друзья из разных групп. К творческим заданиям они подходили с интересом и рвением. Рисовать стали в любое свободное время. В рисунках появились сложные цвета, дети стали смешивать краски, создавая яркие, контрастные сочетания. Это навело нас на мысль — предложить ребятам расписать стены помещения, в котором проходили наши занятия. Тема возникла в процессе обсуждения с детьми — «Цирк. Клоуны». Каждый выбирал «своё» пространство на белых стенах. Рисовали не спеша, получая видимое удовольствие от самого процесса росписи. Краски наносили флейтуалами и кистями широкими мазками — смело и размашисто, как и подобает художникам-монументалистам. И всё же мы увидели, что и в этой коллективной росписи нет единства, ребята ещё не могут проявить себя как дружная творческая группа с общим оптимистическим настроем.

Мы спросили ребят, чего не хватает для завершённости этой работы? Они подумали и быстро сообразили: не хватало фона, который объединил бы все фигурки клоунов, всё это цирковое действо. И на стенах появились яркие цветовые пятна, цветные шары, флажки — это было уже похоже на цирковое представление.

В итоге наша рабочая комната стала напоминать пёструю арену. Ей дали единодушное название «Цирк».

Почему завершающей стадией работы мы выбрали клоунов? Клоуны — тот образ, за который можно как бы спрятаться, в скрытой форме создать автопортрет, выразить свои чувства по отношению к себе и другим. Дети чувствовали себя защищёнными пространством этого яркого художественного вымысла, позволяющего преодолеть неадекватные формы психологической защиты. Для наших ребят это было, желательнее, менее травматично, чем изображение дома и семьи. Это была некая вербализация позитивных отношений к себе и миру в иной культурной и социальной форме.

Конечно же, мы не ставили задачу научить детей рисовать, а лишь стремились создать

пространство художественного творчества, которое позволяло им стать внутренне сильнее, раскованнее, научиться выражать себя. На занятиях дети двигались, играли, обсуждали свою жизнь, и возникало своего рода соединение творчества и жизни, одна форма искусства переходила в другую, позволяла выразить отношение детей к окружающему миру в приемлемой для них знаковой форме. Мы очень рекомендуем учителям, в школе которых есть дети, приехавшие из районов военных действий, чаще рисовать с ними. В рисунках они смогут пережить повторно трудную ситуацию, преодолеть страхи, внутреннюю боль, восстановить психическое равновесие и обрести новый положительный опыт взаимодействия с миром.

После лагерной смены с учителями-практиками г. Пятигорска проведён семинар по психологическому консультированию подростков в кризисной ситуации. Тема охватывала работу и с детьми, и семьями беженцев из Чеченской Республики, из других территорий России. Проведён так же психологический тренинг с детьми, лишёнными родительского попечительства, эвакуированными из Чеченской Республики. На семинаре затем учителя использовали результаты психологического тренинга с подростками, учились анализировать рисунки, рассказы детей, соотносить их с их душевным состоянием.

Чтобы «погрузить» педагогов в ситуацию, пережитую детьми, мы провели ролевую игру на тему «Жизнь во время войны» по событиям в Чечне. В ней были простые на первый взгляд, но очень сложные психологические ситуации: пускать или не пускать ребёнка на улицу, когда там ходят танки? И вообще — как жить, когда идут военные действия? Из многих ситуаций просто нет выхода. Прожитые ситуации были настолько реальны в своём драматизме и даже трагизме, учителя так смогли погрузиться в них, прочувствовать, что почти все плакали. Во время обсуждения сказали, что это очень тяжело, но помогает в какой-то мере преодолеть горе, душевную «нагрузку».

Но вот что удивительно. Через какое-то время, ещё со слезами на глазах, они почувствовали потребность в радости, в разрядке, в приближении к своему дому, вековым традициям. Женщины, которые ещё совсем недавно вновь испытывали потрясение от пережитого, начали... танцевать. Медленно, скованно... Учителя словно переходили из одного состояния в другое, сбрасывая груз скорби и открываясь навстречу жизни, её вечно оптимичному началу...

Семинар выявил довольно низкий уровень знаний участников группы в области психологии, что затрудняло и понимание, и проведение психологического консультирования. Однако жизненный опыт позволял педагогам и психологам интуитивно принимать правильные решения в тех или иных ситуациях при оказании психологической помощи. Психологический семинар в школе, в методкабинете может стать одной из форм профессионального роста учителей.

Тем территориям, где особенно много беженцев из Чечни и других бывших республик СССР, да и в самой Чеченской Республике стоит, на наш взгляд, подумать о том, чтобы создать региональную службу социально-психологической помощи детям из этих семей.

### *Ставропольский край*