

Опыт проведения балинтовских групп для родителей детей с ОВЗ

Мария Вячеславовна Гайдай,
учитель начальной школы,

Юлия Николаевна Зайцева,
учитель биологии, СОШ № 616,

Виктория Витальевна Морозова,
учитель биологии, СОШ № 616,

Арина Дмитриевна Дмитриева,
учитель начальной школы,
СОШ № 616;
учителя СОШ № 616, сотрудники
Центра абилитации
с индивидуальными формами
обучения «Динамика»,
Адмиралтейский район,
Санкт-Петербург, Россия

В статье представлен опыт работы с родителями детей с ОВЗ в новом формате. Исходя из того, что современные авторы трактуют родительство как отдельный вид человеческой деятельности, характеризующийся эмоциональной напряжённостью и способный приводить к выгоранию, как и некоторые виды профессиональной деятельности, был выбран формат балинтовских групп в авторской модификации. Работа по модифицированному варианту балинтовских групп позволила, согласно самооценке 15 матерей-участниц, достичь улучшения эмоционального состояния родителей детей с ОВЗ, создать коллективную поддержку и осуществить совместную проработку нескольких значимых ситуаций, связанных с детско-родительскими отношениями.

• родители детей с ОВЗ • родительское выгорание • балинтовские группы • групповая работа

Образовательная система России с 1 сентября 2016 года переживает совершенно новый опыт, связанный с введением Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ). Данный стандарт впервые в истории нашей страны делает возможной инклюзию, обозначает разные варианты программ обучения детей с ОВЗ, ставит акцент на коррекционной работе. В рамках этого ФГОС также происходят и существенные преобразования во всей системе построения взаимоотношений между субъектами образовательного процесса. Например, пункт 1.10 указанного документа сообщает о необходимости учитывать мнение родителей (законных представителей) при смене образовательного маршрута, программ и условий получения образования [8].

Эти изменения требуют пересмотра методов, способов взаимодействия педагогов с родителями детей с ОВЗ. Родители перестают быть объектами, которым специалисты (психологи, дефектологи и пр.) указывают, какой путь в образовании будет логичнее и правильнее проходить их ребёнку. Они становятся субъектами, принимающими решения, добивающимися оптимальной самостоятельности ребёнка, заботящимися о нём в полной мере —

совместно с педагогами и специалистами службы сопровождения.

Семья и родители являются значимыми фигурами жизненного и образовательного пути любого ребёнка [1]. Однако для детей с ОВЗ это утверждение имеет дополнительное значение, особый смысл. Сложность сепарации от родителей осложняется заболеванием ребёнка. Сама роль родителя становится принципиально другой по сравнению с ролью родителя здорового ребёнка. Родители, особенно матери, центрируются на ребёнке, который является «семейным симптомом». В процессе выяснения, кто несёт ответственность за появление в роду дефекта, обостряются супружеские конфликты, становятся напряжёнными межпоколенные связи, что проявляется в формировании негативных установок в отношении всего мира и педагогов и школы в частности [6, 7].

Зачастую яркое проявление таких установок свидетельствует о том, что родители эмоционально выгорают, пытаются справиться со сложностями в воспитании детей. Особенно эмоциональному выгоранию подвержены родители детей с ОВЗ, уход за которыми требует много физических и психических сил и энергии. Пытаясь «как следует» позаботиться о ребёнке, такие родители (в основном это матери) предпочитают отказаться от трудовой деятельности, остаются дома со своими детьми, занимаются их обучением и реабилитацией. Основным занятием, практически профессией таких родителей становится развитие, образование и забота о ребёнке; можно говорить о формировании «профессии родителя» и о том, что она часто сопряжена со значимыми эмоциональными вкладами, строго оценивается обществом и может приводить к выгоранию [2, 3, 11].

В связи с этим в работе с такими родителями необходимо применять принципиально иные методы и технологии. В нашем случае применялся модифицированный метод балинтовских групп.

В русскоязычной литературе на эту тему следует отметить статью М. Хоффмайстер «Вклад Микаэла Балинта в теорию и метод психоанализа» [9] и работу С.А. Кулакова «Супервизия в психотерапии» [4].

Так, в статье М. Хоффмайстер указывается на то, что Микаэл Балинт (1896 — 1970) придерживался психоаналитических взглядов, изучал явление трансфера в отношениях между врачом (психотерапевтом) и пациентом и интересовался межличностными коммуникациями. В 1956 году он и его жена Энид применили такую методику работы с врачами и социальными работниками, которая получила название балинтовских групп [9].

С.А. Кулаков рассматривает балинтовские группы как один из вариантов супервизии. Такие группы позволяют прорабатывать «слепые пятна» в отношениях с клиентами и пациентами, обеспечивать специалисту коллегиальную поддержку. Не играют роли пол, возраст, стаж работы. Количество участников — от шести до 15 человек. Основной принцип формирования группы — добровольность и заинтересованность в само- и взаимопомощи [4].

Отмечается роль балинтовских групп в сохранении неконфликтных отношений между врачами и пациентами, что профилактирует профессиональное выгорание медиков [10].

Данный метод работы используется для развития саморегуляции и формирования умения решать проблемы. При этом балинтовские группы проводятся в щадящем режиме: без резких оценок и неконструктивной критики, без обострения конфликтов и в доброжелательной манере [5].

За рубежом работа в таком формате используется для психологической подготовки профессионалов в различных областях человекознания.

Так, балинтовские группы специалистов, проводящих ультразвуковую диагностику плода, дают их участникам возможность налаживать связь между соматикой и психикой, обнаруживать новую роль ультразвуковой диагностики в развитии и становлении процессов отцовства и материнства, лучше осознавать риски антенатального периода существования человека. Обычная теперь практика проведения ультразвукового обследования играет жизненно важную роль в эволюции материнских и отцовских процессов, заставляя будущих родителей тревожиться о странностях поведения плода и о неопределённости его

человеческой судьбы. Подобно проективному тесту, ультразвуковое исследование (УЗИ) вызывает выброс родительских чувств, усиливая конфликты, присущие пренатальному этапу воспитания. Во время УЗИ родители и специалисты находятся в тесной межсубъектной взаимосвязи. Угроза или подтверждение аномалии плода даёт потенциально трагический тон этому ультразвуковому подходу к антенатальной диагностике [12].

Материалы полуструктурированных интервью врачей, участвовавших в балинтовских группах, дают возможность обсуждать темы рефлексии, эмпатии, слепых пятен, ожиданий от врача, принятия, восприятия перспективы и благодарности за индивидуальный опыт. Такой формат работы также побуждает задуматься о таких часто неконтролируемых проблемах, как повторяемость некоторых событий во врачебной практике, беспокойство, неопределённость влияния. Эти результаты свидетельствуют об относительно сложной природе интрапсихических и межличностных навыков, необходимых для эффективного управления тревожными отношениями между врачом и пациентом [13].

В работе J.L. Sternlieb подчёркивается, что балинтовские группы остаются важным инструментом работы в рамках структурированного группового процесса, помогающего обеспечивать обратную связь участников. Этот автор отстаивает идею о том, что анализ деятельности таких групп должен быть прежде всего качественным [14].

Таким образом, как у нас в стране, так и за рубежом балинтовские группы заслуженно пользуются популярностью. Данный метод получил распространение за счёт своей деликатности; он может использоваться для решения специфических задач не только для улучшения взаимоотношений врача и пациента, но и в более широком спектре ситуаций межличностного взаимодействия. В нашем случае это были несколько модифицированные балинтовские группы для родителей.

В целях организации практической работы с родителями детей с ОВЗ использовалось представление о балинтовской группе как особой социальной практике позитивного взаимодействия. Предполагалось, что данная практика позволит улучшать эмоцио-

нальное состояние родителей, предотвращать развитие выгорания.

Новизна проделанной работы заключалась в том, что участниками группы были не профессионалы-единомышленники, а родители, матери, люди разного возраста, социального и материального положения, уровня образования. Единственное, что их объединяло, — это наличие в семье ребёнка с ОВЗ.

Целью работы было улучшение эмоционального состояния родителей детей с ОВЗ за счёт коллективной поддержки и совместной проработки значимых жизненных ситуаций детско-родительского взаимодействия.

При организации групповой работы мы ставили перед собой следующие задачи:

- создать психологически безопасное пространство;
- повысить родительскую компетентность;
- способствовать формированию активной позиции в воспитании ребёнка;
- стимулировать коммуникативную активность;
- способствовать сплочению родительского коллектива;
- развивать умение рефлексировать, доверять, слышать.

В проведённой работе можно выделить несколько этапов.

Первый этап можно обозначить как организационно-подготовительный: происходит изучение родительских ресурсов, мотивация родителей к взаимодействию, подготовка к встрече.

В начале года учителя представили родителям информацию о балинтовских группах и основных правилах её работы. Информирование проводилось в устной и письменной формах. Также в письменной форме предлагалось дать согласие или отказ на участие в работе такой группы. Были опрошены 22 родителя из пяти классов. Семь человек от участия в предложенной работе отказались. Вероятно, это связано с личными особенностями: стеснительность, боязнь новизны, отсутствие запроса на помощь, недоверие к другим людям.

Пятнадцать согласившихся родителей (матерей) позволили нам сформировать три группы для апробирования работы в балинтовских группах. Надо отметить, что специфика данной категории участников не позволяет проводить подобный вариант взаимодействия в полном соответствии с классическим вариантом. Мы позволили себе некую модификацию процедуры, взяв за основу, как говорилось выше, основные принципы и правила работы в балинтовской группе. В балинтовских группах рассказчик описывает свой случай без предварительной подготовки, мы же предложили родителям заранее обдумать и сформулировать проблему или ситуацию, которая особенно взволновала их в процессе взаимодействия с ребёнком и которую они хотели бы увидеть со стороны. Анализ запросов позволил выделить три основных блока проблем, волнующих родителей детей с ОВЗ:

«Как распределить родительское внимание между детьми в семье, воспитывающей ребёнка с ОВЗ и младших детей»? Интересно, что данная проблема волнует и многодетные семьи с большим родительским опытом, и семьи, в которых недавно появился младший здоровый ребёнок.

«Мой ребёнок боится неудач». В основном проблема становится актуальной, начиная со второго года обучения, когда сложность программного материала и интеллектуальные нагрузки возрастают, а ресурсов ребёнка недостаточно для того, чтобы с ними справиться. Невротизация нарастает и у матери, которая видит, что её ребёнок плохо усваивает программу, боится ошибок, порицания, низких отметок.

«Откуда мне взять терпение?» Самый популярный родительский запрос. Особенно проблема волнует тех мам, чей ребёнок только пошёл в школу, и период адаптации протекает тяжело: ребёнок проявляет вспыльчивость, агрессию, отказывается ходить в школу и т.д.

Проблемы, изложенные родителями, не новы и хорошо известны учителям коррекционных школ. Родители же зачастую не обладают достаточными знаниями, компетентностями и ресурсами для их решения. В круг задач, решаемых балинтовской группой, не входит обучение участников, однако мы решили, что учителю — веду-

щему группы необходимо подготовить небольшую лекцию для родителей о природе возникновения проблемных ситуаций, отражённых в запросах и возможных путях их коррекции.

Второй, деятельностный, этап: работа модифицированных балинтовских групп.

Для встречи было организовано специальное родительское собрание: «Социальные практики как образовательный и воспитательный ресурс». На собрание пришли 15 родителей. Средний возраст мам — 39 лет. Было организовано три группы по пять человек. У каждой группы — свой ведущий-учитель. Учителя-ведущие рассказали ещё раз своей группе об истории создания балинтовских групп и правилах её работы. Слово учителя было направлено на создание безопасной атмосферы в группе и ориентацию участников на эффективную коммуникацию. Далее выбрали того, кто желает рассказать о своей проблеме. Благодаря тому, что родители уже обдумывали волнующие их вопросы на подготовительном этапе, знали о блоке обсуждаемых проблем, им было психологически комфортно вести рассказ, описывая не только ситуацию, но и свои чувства, эмоции и переживания. На следующем этапе высказывались остальные участники группы. Не все были активны, но в целом высказываний было достаточно много, т.к. описываемые ситуации были близки остальным участникам группы, а может, когда-то и пережиты ими. Несмотря на то что балинтовские группы не предполагают обучения, а только обмен эмоциями и образами, участники нашего тренинга не могли удержаться от советов и описания своих действий в подобной ситуации. Ведущий мягко ориентировал участников на эмоциональную, чувственную сторону обсуждения.

После обсуждения рассказчик поделился своими переживаниями и мыслями, возникшими в процессе обсуждения. Для родителей это непростой этап! Они не привыкли делиться чувствами и эмоциями, наоборот, свои переживания они зачастую прячут очень глубоко. В основном рассказчик благодарил остальных участников за поддержку, говорил о том, что, оказывается, его проблема актуальна и для остальных. Далее всем участникам предоставили возможность поделиться тем, что им дало

это обсуждение, что для них значил этот случай. Не у всех обсуждение вызвало положительные эмоции. Двое родителей отметили, что им тяжело было анализировать проблему, они воспринимали всё близко к сердцу, сочувствовали рассказчику и себе. На заключительном этапе учитель-ведущий предложил для своей группы приготовить по проблеме материал в виде небольшой лекции: «Особые дети обычных родителей» — о взаимоотношениях братьев и сестёр в семьях с особым ребёнком, о стратегиях родительского поведения в таких семьях; «Научите ребёнка проигрывать» — о формировании правильного отношения к неудачам, о разграничении собственных желаний с желаниями и возможностями ребёнка; «Дети учат терпению» — советы психологов, о том, как стать терпеливым родителем. В заключительной части собрания учитель поблагодарил участников, отметив их доброжелательность и смелость.

Заключительный (рефлексивный) этап был посвящён анализу результатов.

Для анализа результатов участники группы заполняли анкеты, давая оценку работы группы по определённым критериям.

Большинство участников высоко оценили работу в балинтовских группах. При описании общего впечатления о деятельности в группе наиболее часто встречались слова «интересно», «никогда такого не слышала», «новый», «сложно». Основным результатом большинство посчитало взаимную поддержку и теплоту.

Большинство родителей (13 человек) отметили улучшение психологического состояния за счёт коллективной поддержки и совместной проработки значимых жизненных ситуаций. Работать далее в таком формате согласились 11 человек из 15. Видимо, участие в тренинге требует от некоторых мам ресурсов, которые очень сложно в себе найти. Те, кто захотел продолжать работу в таком формате, готовы представить для обсуждения свою проблему, стать рассказчиком. Учителя, анализируя свою работу в качестве ведущих группы, отметили, что это очень сложно, хотя и интересно.

Первой трудностью было создать атмосферу безопасности для родителей, чтобы они

чувствовали себя комфортно и свободно. Отмечалась некоторая зажатость участников в присутствии учителя, поскольку формат отношений «родитель — учитель» предполагает некую дистанцию, а формат балинтовской группы требует доверия, открытости, даже откровенности. Вторая сложность — отсутствие у учителей опыта подобной работы, связанное с этим недостаточно умелое управление группой. Третья сложность — психологическая напряжённость во время работы, ощущение, что вторгаешься в личное пространство родителей, слишком большой эмоциональный накал, сопереживание. Все учителя отметили, что готовы продолжать такую работу только при желании большинства родителей.

Подводя итог проделанной работы, отметим, что балинтовские группы — метод работы для профессиональных сообществ. Для работы с родителями, особенно теми, кто имеет детей с ОВЗ, требуется его серьёзная адаптация. Здесь существует опасность, что балинтовские группы трансформируются в совершенно иной вид работы с родителями. На данный момент, проведя работу с несколькими группами родителей, мы добились поставленной цели: улучшение психологического состояния родителей детей с ОВЗ за счёт коллективной поддержки и совместной проработки значимых жизненных ситуаций. Многие родители готовы работать в таком формате и дальше, представив для обсуждения свою проблему. Однако учителям необходимы специальные знания и опыт, чтобы стать грамотными специалистами — ведущими балинтовских групп.

Список использованных источников:

1. Векилова С.А. Психология семьи: учебник и практикум для академического бакалавриата. — М.: Юрайт, 2019. — 308 с.
2. Грабельникова У.К., Дорошева Е.А. Синдром эмоционального выгорания, особенности совладающего поведения и регуляции эмоций у матерей, воспитывающих ребёнка с расстройством аутистического спектра // Reflexio. — 2018. — Т. 11, № 1. — С. 5 — 18.
3. Ефимова И.Н. Возможности исследования родительского «выгорания» // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. — 2013. — № 4. — С. 31 — 40.

4. Кулаков С.А. Супервизия в психотерапии: учебное пособие для супервизоров и психотерапевтов. — СПб.: Вита, 2004. — 128 с.
5. Матвеева Н.В., Шугалей Д.В., Архипова С.С. Сотрудничество специалистов в рамках работы экспериментальной площадки ФИРО // *World science: problems and innovations: сборник статей победителей VIII Международной научно-практической конференции: в 2-х ч.* — Пенза: Наука и Просвещение, 2017. — С. 277–280.
6. Никитина Л.Н., Семёнова Г.В. Дистанционное обучение детей с множественными нарушениями развития / Под ред. Л.М. Шипицыной. — СПб.: ИСПиП, 2012. — 191 с.
7. Семёнова Г.В. Гендерная проблематика и эксклюзия в семьях, воспитывающих детей с ОВЗ (на примере ДЦП) // *Здоровье. Образование. Безопасность: коллективная монография. Серия «Семья и дети в современном мире»* / Под ред. В.Л. Ситникова, С.А. Бурковой, Э.Б. Дунаевской. — СПб.: Социально-гуманитарное знание, 2017. — С. 185–192.
8. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1598). URL: <https://base.garant.ru>
9. Хоффмайстер М. Вклад Микаэла Балинта в теорию и метод психоанализа // *Журнал практической психологии и психоанализа.* — 2002. — № 2. URL: <https://psyjournal.ru/articles/vklad-mikaela-balinta-v-teoriyu-i-metod-psihoanaliza>
10. Шевцова Ю.В., Плотнова С.В. Тренинги в балинт-группах как профилактика профессионального выгорания у медицинских работников // *Kant.* — 2019. — № 2. — С. 151–154.
11. Mikolajczak M., Brianda E., Avalosse H, Roskam I. Consequences of parental burnout: Its specific effect on child neglect and violence // *Child Abuse&Neglect.* — 2018. — Vol. 80. — P. 134–145.
12. Missonnier S. Obstetrical ultrasound: E-baby and parenthood // *Annales medico-psychologiques.* — 2018. — Vol. 176. Issue 3. — P. 282–285.
13. Player M., Freedy J.R., Diaz V. et al. The role of Balint group training in the professional and personal development of family medicine residents // *International journal of psychiatry in medicine. 2nd National Biennial Meeting of the American-Balint-Society (ABS).* JUL 21–24, 2016. 2018. — Vol. 53. Issue 1–2. — P. 24–38.
14. Sternlieb J.L. Demystifying Balint culture and its impact: An autoethnographic analysis // *International journal of psychiatry in medicine. 2nd National Biennial Meeting of the American-Balint-Society (ABS).* JUL 21–24, 2016. 2018. — Vol. 53. Issue 1–2.