

Министерство образования Ставропольского края
Государственное бюджетное образовательное учреждение
«Краевой центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции»
(ГБОУ «Краевой психологический центр»)

Индивидуально-ориентированная
коррекционная образовательная программа
психолого-педагогической помощи детям и подросткам
в кризисной ситуации

«Вектор жизни»

Программа составлена:
педагогом-психологом
структурного подразделения
«Кризисный центр»
Баталовой Е.В

Ставрополь, 2021 г.

Пояснительная записка

Актуальность программы.

Травматические события в жизни любого человека всегда являются тяжелым испытанием, вызывая трудно переживаемые состояния и психологические травмы. *Травма* – вред, нанесенный психологическому здоровью индивида вследствие усиленного влияния стрессовых факторов, вызывающих острую эмоциональную реакцию. Зачастую данные факторы связаны с непосредственной угрозой жизни, формирующей стойкое ощущение небезопасности. Психологическая травма, полученная в результате критического инцидента, ситуации не типичной для человека, приводит его в отчаянье, с которым ему сложно справиться самому, особенно если это ребенок или подросток.

Под критическим инцидентом подразумевается любое травматическое событие, выходящее за рамки обычного человеческого опыта (суицид, жестокое обращение, сексуальное насилие, конфликты). Дети, пережившие критический инцидент, могут испытывать токсичные чувства беспомощности, им кажется, что они не способны управлять собой и своей жизнью. Но, как правило, такое травматическое событие – лишь одна из важных частей истории жизни ребенка, и, к сожалению, не основная. Такие дети с очень юного возраста имеют непростую историю отношений со значимыми взрослыми и переживают опыт ранней депривации.

Маленький ребенок – предшественник подростка, и если по какой-то причине задачи детского возраста не были решены, то перейти к решению задач подросткового возраста достаточно сложно. Непереработанные воспоминания, эмоции, фантазии прошлого могут препятствовать обретению чувства собственного «Я» в настоящем. Поэтому такой ребенок часто сбивает с толку себя и окружающих, используя различные формы деструктивного поведения. Травма «обучает» человека определенным способам восприятия мира и поведения в нем. Дефицит удовлетворения базовых потребностей отпечатывается в психике как предлагаемый памятью шаблон или сценарий. Этот «стрессовый сценарий» может стать устойчивой программой поведения в разных контекстах жизни и приводить к ревиктимизации.

Ревиктимизация – повторная виктимизация (лат. *victima* — жертва), подразумевающая причинение жертве критического инцидента вторичного вреда, обусловленного ее реакцией на первичную виктимизацию. Причинами повторной виктимизации являются поведение и действия родственников, знакомых, одноклассников, которое заставляет пострадавшего вновь переживать травмирующее событие и его последствия, ситуации, связанные с общением с этими лицами; поведение специалистов помогающих профессий, которое пострадавший рассматривает как невнимательное, нетактичное.

Если не проводить специальную длительную работу с такими детьми и их семьями, то вероятность навязчивого стремления ребенка к получению новых психотравм существенно возрастает. Поэтому, даже после выхода из

острого проживания кризисного состояния, дети, пережившие травму, нуждаются в дальнейшей длительной психологической помощи. Главной составляющей психотерапевтического взаимодействия в исцелении травмы является возможность идентификации и проживания чувств, раскрытия внутреннего потенциала ребенка.

Ситуации критического инцидента зачастую вызывают у детей и подростков изменения в системе ценностных ориентаций, жизненного смысла, имеет трансформирующую функцию, так как она ставит ребенка и окружающих его людей перед необходимостью поиска и обретения новых способов взаимодействия с миром. Поэтому индивидуально-ориентированная коррекционная образовательная программа «Вектор жизни» предназначена для детей и подростков и представляет собой длительную работу педагога-психолога Кризисного центра с ребенком или подростком, который пережил в своей личной истории травматические события или имеет опыт травмы отношений, а также консультирование родителей или законных представителей ребенка по вопросам детско-родительских отношений. Данная программа ориентирована на поиск и актуализацию ресурсов личности ребенка и его семьи в период преодоления кризисной ситуации, которые дают возможность детям и подросткам, обратившимся за профессиональной психологической помощью, справиться с имеющейся проблемой, разрешить трудную для них жизненную ситуацию и адаптироваться к новым условиям жизни.

Описание участников программы:

Программа предназначена для психокоррекционной работы с детьми и подростками (от 7 до 18 лет), находящимися в посткризисном состоянии, в поведении которых отмечаются признаки:

- аутодеструктивного поведения;
- зависимого поведения;
- деструктивных детско-родительских отношений;
- нарушений поведенческой и эмоциональной саморегуляции;
- посттравматического стрессового расстройства;
- социальной дезадаптации.

Цель программы: актуализация ресурсов и повышение уровня адаптационных возможностей личности в кризисной ситуации.

Основные задачи программы:

1. Обеспечение безопасного терапевтического пространства для самораскрытия личности ребенка (работа с актуальными состояниями).
2. Диагностирование адаптационных ресурсов ребенка и степени влияния последствий стрессовой ситуации на их актуальное эмоциональное состояние.
3. Восстановление ощущения целостности собственной личности и чувства доверия ребенка к себе, к другим, к миру.
4. Актуализация внутриличностных ресурсов.
5. Формирование и развитие навыков самоанализа, самоконтроля, саморегуляции, развитие навыков стрессоустойчивости.

6. Восстановление позитивного отношения к будущему.
7. Развитие эмпатии родителей в восприятии и принятии личностных, эмоциональных и поведенческих особенностей ребенка.
8. Закрепление уверенности в себе, повышение самооценки ребенка через отработку конструктивных не директивных способов взаимодействия с родителями.
9. Формирование адаптивных механизмов социального функционирования.

Программа рассчитана на 46 часов: 36 индивидуальных занятий с ребёнком с периодичностью 1-2 раза в неделю по 1 академическому часу, и 10 часов консультаций с родителями (законными представителями).

Психолого-педагогическое консультирование может осуществляться, как в очной форме на базе ГБОУ «Краевой психологический центр», так и дистантно.

Ожидаемые результаты реализуемой программы «Вектор жизни»:

1. Стабилизация эмоционального состояния.
2. Формирование способности к ментализации состояний и чувств.
3. Развитие навыков конструктивного выражения эмоций и чувств.
4. Принятие и проживание тревоги, печали, горя и душевной боли.
5. Освоение навыков релаксации и телесного самовосприятия.
6. Снижение актуальности страха и агрессии, связанных с пережитой кризисной ситуацией.
7. Построение способов конструктивного взаимодействия в преодолении последствий кризисного состояния.
8. Формирование стабильного отношения к себе.
9. Повышение уровня социальной адаптации.

Тематический план работы с родителями

№	ТЕМА ЗАНЯТИЯ	СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ	КОЛ-ВО ЧАСОВ
1.	<p>Консультативная работа с родителями (законными представителями):</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализ результатов первичной; психокоррекционной работы с ребенком в ситуации критического инцидента; - формирование запроса на длительную психокоррекционную работу с ребенком; - заключение психологического контракта. 	<ul style="list-style-type: none"> - Сбор психологического анамнеза. - обсуждение условий оказания психологической помощи ребёнку; - решение организационных вопросов, связанных с основной коррекционной работой с ребёнком; - оказание психологической поддержки; - определение форм работы с родителем, уровня его психологической устойчивости в сложившейся ситуации; - мотивация на прохождения курса личной терапии (при необходимости). 	1
2.	<p>Консультативная работа с родителями в процессе коррекционной работы с ребёнком.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - повышение уровня психологической грамотности и родительской компетенции; - формирование и развитие у родителей навыков поддерживающего поведения; -отслеживание динамики коррекционной работы; - развитие рабочего альянса: «Психолог-родитель», для эффективного оказания психологической помощи ребёнку; - поиск путей выхода из кризисной ситуации. 	4
3.	<p>Консультативная работа с родителями или семейное консультирование по завершении индивидуальной коррекционной работы с ребенком</p>	<ul style="list-style-type: none"> - развитие эмпатии родителей в восприятии и принятии личностных, эмоциональных и поведенческих особенностей ребенка; - развитие уверенности в себе, повышение самооценки ребенка через отработку конструктивных не директивных способов взаимодействия родителей с ребенком; - повышение уровня психологической грамотности в вопросах эффективности общения; - формирование конструктивных способов разрешения детско-родительских и супружеских конфликтов. 	4
4.	<p>Завершающая консультативная работа с родителями:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - анализ результатов работы, проведённой по коррекционной программе «Вектор жизни»; 	1

	<ul style="list-style-type: none"> - подведение итогов проведённой коррекционной работы с ребёнком, рефлексия; - планирование дальнейшего психологического сопровождения ребёнка в зависимости от результатов реализуемой программы. 	<ul style="list-style-type: none"> - рекомендации родителям по вопросам эффективного взаимодействия с ребёнком по окончании коррекционной работы; - планирование дальнейшей работы (при необходимости проведение заключительной диагностики, возможность направления ребёнка к другим специалистам); - завершение психологического контракта. 	
--	--	--	--

Тематический план работы ребенком

№	ТЕМА ЗАНЯТИЯ	СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ	КОЛ-ВО ЧАСОВ
1.	Знакомство с ребёнком. Установление доверительного контакта, формирование благоприятного психологического настроения на работу, прояснение запроса.	<ul style="list-style-type: none"> - снижение психоэмоционального напряжения; - поиск адаптивных механизмов и ресурсов ребенка для полного преодоления последствий кризисного состояния; - заключение психологического контракта с ребёнком. 	3
2.	Индивидуальная коррекционная работа.	<ul style="list-style-type: none"> - создание условий для самовыражения несовершеннолетнего; - оказание помощи ребенку в переосмыслении травматичного опыта, отработка актуальных негативных эмоциональных переживаний; - стабилизация эмоционального состояния посредством развития способности к ментализации собственных состояний и чувств; - восстановление ощущения ценности собственной личности и чувства доверия клиента к себе, к другим, к миру; - актуализация внутриличностных ресурсов; - формирование и развитие навыков самоанализа, самоконтроля, саморегуляции, развитие навыков стрессоустойчивости; - восстановление позитивного отношения к окружающей действительности, развитие позитивной картины будущего; - выявление индивидуальных интересов, способностей и жизненных целей; - развитие навыка постановки целей с учетом интересов, способностей и 	30

		<p>жизненных потребностей;</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие навыка рефлексивности, самоанализа и самопрезентации; - ознакомление с алгоритмами достижения краткосрочных и долгосрочных целей; - помощь в формировании жизненных ценностей, ознакомление с правилами согласования ценностей и целей, ресурсов и жизненных потребностей для достижения цели; - развитие навыков достижения цели. 	
3.	Завершение индивидуальной коррекционной работы с ребёнком.	<ul style="list-style-type: none"> - подведение итогов коррекционной работы с ребёнком; - рефлексия. 	3

Теоретическое обоснование методов коррекционной работы в данной программе:

Поскольку критический инцидент – это не только тяжелая ситуация, опасность, но и переломный момент, и возможность, специалисты Кризисного центра помогают ребенку прожить ее, открывая для себя возможности для личностного роста и развития.

Педагогу психологу, работающему с детьми и подростками, пережившими ситуацию критического инцидента, важно помнить, что не существует универсального способа проживания критического инцидента, он уникален в каждом отдельном случае. Поэтому на определенном этапе проживания ребенком кризиса, важно создать условия для понимания того, что единственность, уникальность, присущие каждому человеку, определяют и смысл каждой отдельной жизни. Поскольку каждый человек неповторим, неповторимо и то, что он делает – в любви, творчестве, учебе, работе. Осознание этой незаменимости формирует в ребенке чувство ответственности за свою жизнь, за то, чтобы он прожил ее во всей ее полноте.

Педагог-психолог, работающий с ребенком или подростком, оказавшимся в ситуации критического инцидента, помогает не только справиться с ней, но и использовать ее как потенциал для своего личностного развития. Основная идея психологической помощи детям и подросткам в ситуации критического инцидента, заключается в построении безопасного пространства для проживания и осмысления травматического опыта и доверительных отношений педагога-психолога с ребенком, способствующих его самораскрытию.

Психодинамический подход.

На первом этапе работы, направленном на проживание чувств и формирование способности к ментализации одним из лучших является психодинамический подход, позволяющий понять психодинамические процессы, происходящие в самом ребенке, его социальном окружении.

Психодинамика – термин, который взят из психоанализа, под которым рассматривается функционирование психики человека – или, иногда мы это называем психическим в человеке – это всегда соотношение некоторых сил внутри человека – это движение, взаимодействие, рост, регресс, остановка. Этот термин широко применяется не только по отношению к человеку, но и имеет отношение к развитию социальных групп: будь то семья или учреждение. Когда мы работаем индивидуально с человеком – мы говорим о психодинамике, имея в виду процесс индивидуальных изменений внутри человека. Когда мы имеем дело с группой, коллективом – мы говорим о динамике развития группы.

Психодинамическое сопровождение – термин, включающий в себя сопровождение работы психолога на разных этапах психологической работы – будь то на этапе первичной встречи, на этапе консультирования, диагностики и собственно психологической работы с ребенком, подростком и его социальным окружением.

Поскольку фокусом работы является критический инцидент – важно отслеживать динамику изменений в клиенте, будь то ребенок, подросток или социальная группа, окружающая его, – то есть какие изменения можно наблюдать или не наблюдать в социальном окружении – имеем ли мы дело с регрессивными процессами развития или прогрессивными.

Критический инцидент, произошедший в жизни подростка, например, попытка суицида, часто отражает внутриличностные конфликты ребенка. Подросток переживает кризис идентичности – он не всегда может ответить самому себе на вопрос – какой я – чего я хочу – кем я хочу быть – чувствуя спутанность, иногда переживая пустоту.

Конфликт может быть явным – между желанием и нравственным требованием внутри самого человека – и как выражением внутренней борьбы несовместимых мотивов, желаний. Это конфликт между желанием и защитой от этого желания. Конфликт может выражаться между двумя противоположными чувствами – любви и ненависти. Иногда конфликт может быть скрыт от самого человека – быть неосознанным – может находить выражение в поведении или даже симптомах, трудностях характера.

Конфликт может быть глубинным внутриличностным или он может выражаться в отношениях с внешним миром: борьба, вызов, крик о помощи. Ребенок не существует изолированно – он находится во взаимодействии с окружающей средой. Не только отдельный индивид влияет на окружение – но, и среда влияет на индивида. Психолог имеет дело с неразрешимыми противоречиями – с одной стороны, человек – это индивидуальность, с другой – он не существует изолированно от сообщества ему подобных. Эта двойственная природа между индивидуальным в человеке и социальным свойственна человеку.

Таким образом, перед психологом стоят практические вопросы по преодолению кризисных моментов в развитии или жизни – и помощи ребенку/подростку в разрешении конфликта. Речь идет не об избавлении от всякого рода конфликтов – а лишь о снятии, насколько это возможно внутри-

личностного напряжения, тревог, симптоматики, помощи в поиске жизненных смыслов.

Важно подчеркнуть – когда психолог заключает договор на психологическую работу, важно учитывать, то насколько ребенок/подросток и его социальное окружение готовы поддержать такую работу, насколько психологу удастся найти контакт с конкретным ребенком – может ли пара психолог-клиент подойти друг другу, то есть, сформировать рабочий альянс.

Заключая договор с подростком и его семьей или с учреждением – психолог может столкнуться с таким феноменом как *сопротивление к изменению*, что может выражаться в сопротивлении к работе в целом. Сопротивление может быть открытым – выражаться в отказе, или может принимать замаскированные формы – когда есть видимое согласие на психологическую работу, на сотрудничество – но на деле работа саботируется под разными предлогами. Сопротивление может выражаться на индивидуальном уровне и на уровне семьи или даже на уровне всего коллектива. Работа с сопротивлением – это важная составляющая работы психолога.

Сам факт обращения за психологической помощью предполагает способность довериться другому – что, в свою очередь, предполагает сформированное базовое доверие к миру, которое формируется в раннем возрасте. Перед детьми и подростками, с отягощенными жизненными историями – стоят трудноразрешимые задачи – одна из которых, – научиться доверять, полагаться на другого. Возможно, эта задача никогда не будет разрешимой.

Литвинский В. М. в предисловии к книге французского психоаналитика Жана Лапланша «Жизнь и смерть в психоанализе» написал: *... человек нуждается в постоянном подтверждении своего знания о себе, которое он может обрести лишь в отклике Другого. Но этот отклик в свою очередь определяется Историей Другого, которая нам неизвестна*

Человек стремится избегать болезненных переживаний, связанных с болью, утратой, разочарованием – адаптируясь под жизненные ситуации. Так функционирует психика отдельного человека, по этим же законам функционируют группы. Новый неизвестный опыт – в противоположность привычному, пусть даже худшему, но опыту узнаваемому – зачастую может отвергаться. Любые изменения предполагают усилия, что связано с преодолением сопротивлений. Дети и подростки, не находившие поддержки и участия в их жизни со стороны социального окружения – будут сопротивляться установлению контакта даже если у взрослых благородные намерения. Они всячески тестируют нас/мир на прочность ... Недоверие ребенка подростка к учителю, психологу, другим специалистам может фрустрировать способность помогать, способность к эмпатии. В такие моменты специалисты могут быть захвачены аффектами, с которыми бывает трудно справиться и нуждаются в супервизии, интервизии.

Феномен сопротивления тесно связан с феноменом психологических защит в человеке. Мы знаем, что естественной реакцией на горе является

отрицание. Необходимо время чтобы было возможным допустить мысль об утрате, чтобы была возможной работа скорби, – работа по признанию человеком утраты... В стрессовой ситуации человек может использовать защиты бегства иногда изоляции. Те психологические защиты, которые служили адаптации, могут ослабляться, – в то время как новые механизмы защиты еще не выработаны. Психологические защиты относятся к функционированию Эго – восприятию, мышлению и способности находить компромиссы, принимать решения, переживать аффекты, тестировать реальность. Психологические защиты могут быть частью характера. Процесс изменений временно может вызывать регресс. И это та динамика, которую учитывают в работе психологи.

У детей, ставших жертвой психологического или физического насилия со стороны объекта привязанности, часто формируются дезадаптивная защита в виде торможения ментализации, которая препятствует процессу развития. Еще чаще бездумное или жестокое обращение с ребенком приводит к отвержению ментализации. Это следует рассматривать не просто как дефицит, а как адаптацию, которая помогла ребенку достичь некоторого дистанцирования от травмирующей ситуации. Хотя ограничение ментализации было вначале адаптивным, имеет место ясная и мощная связь между этой ограниченной способностью и уязвимостью к последующей травме. Поэтому психолог в длительной работе с такими детьми, в контрпереносе может испытывать много токсичных чувств: страха, агрессии, вины, стыда. В этом случае очень важно оставаясь стабильным безопасным, поддерживающим объектом в социальном окружении ребенка, уважающим его психологические защиты, контейнировать его чувства. Помощью в формировании способности ребенка к ментализации чувств будет сохранение психологом картины ментального состояния ребенка в своем уме и интеграции этого образ как части ощущения ребенком самого себя. В случае успешного лечения ребенок постепенно приходит к принятию того, что чувства можно переживать безопасно, а идеи – безопасно обдумывать. Происходит постепенный сдвиг к переживанию внутреннего мира как отделенного и качественно отличного от внешней реальности.

Таким образом, анализ психодинамических процессов в работе с ребенком и его семьей, уважение к психологическим защитами его личности, помощь в формировании способности к ментализации, принятии и проживании чувств, вызванных критическим инцидентом, позволят перейти на другой этап работы, направленных на актуализацию ресурсов для адаптации в новых условиях жизни и определение дальнейшего вектора развития личности.

Клиент-центрированный подход.

К. Роджерс, основатель клиент-центрированного подхода считал, что человек свободный и здоровый находится в состоянии соответствия между переживанием, коммуникацией и осознанием и обладает тенденцией к самоактуализации, которая способствует здоровью и росту. Данный подход больше подходит для работы с подростками. Психолог действует как

помощник в устранении эмоциональных блоков или препятствий к росту и способствует еще большей зрелости подростка, переживающего последствия психотравмирующего события.

Цель психологической коррекции состоит в выработке у ребенка большего самоуважения и способности предпринимать действия, необходимые для приведения его «Я»-реального в соответствие с его личным опытом и глубинными переживаниями. С самого начала внимание концентрируется не на проблемах ребенка, а на нем самом, на его «Я», поэтому задача, которая ставится и решается в рамках взаимодействия психолога и ребенка, - это помощь в личностном росте и развитии.

Позиция психолога выражается в отказе от попыток играть какую-либо роль. Главная профессиональная обязанность психолога – быть собой и создать соответствующий психологический климат, в котором ребенок сам бы отказался от защитных механизмов. При этом самое трудное - быть настоящим в общении с ребенком, проявлять уважение, заботу, принятие и понимание. Психолог работает в пространстве определенным образом организованных профессиональных отношений, в которых переживания, чувства, фантазии и прочие ментальные феномены ребенка становятся предметом психологической работы, и в ходе этой работы непосредственно соприкасаются с ментальностью психолога. В пространстве этих ничем, кроме соответствующих правил, не опосредованных отношений основным инструментом работы психолога является он сам: его чувства, эмоции, мысли и т. д.

К. Роджерс указывает на необходимые условия успешного коррекционного процесса, которые относятся к личности психолога и достаточно независимы от частных характеристик самого ребенка - это так называемая «триада К. Роджерса»:

1. Конгруэнтность в отношениях.

Конгруэнтность, или подлинность, означает необходимость правильной символизации психологом его собственного опыта. Под опытом понимаются как неосознаваемые события, так и феномены, представленные в сознании и относящиеся к определенному моменту, а не к некоторой совокупности прошлого опыта. Открытость опыту означает, что каждый стимул (внутренний или из внешней среды) не искажается защитными механизмами. Форма, цвет, звук из окружающей среды или следы памяти из прошлого - все это вполне доступно для сознания. Осознание - это символическая репрезентация некоторой части опыта.

2. Безусловная положительная оценка по отношению.

Положительная оценка предполагает сердечность, расположение, уважение, симпатию, принятие и т.д. Безусловно, положительно оценивать другого означает оценивать его позитивно, независимо от того, какие чувства вызывают его определенные поступки. Поступки могут оцениваться по-разному. Психолог ценит личность ребенка в целом, в равной мере чувствует и проявляет безусловную положительную оценку как тех переживаний, которых боится или стыдится сам ребенок, так и тех, которыми тот доволен

или удовлетворен. Клиент должен чувствовать, что его воспринимают как самостоятельного, значительного человека, который волен говорить и действовать, не опасаясь осуждения. Забота - традиционный термин экзистенциализма - в концепции Роджерса имеет выраженный оттенок безусловного принятия ребенка таким, каков он есть, причем именно сочувственного принятия с выраженной готовностью откликнуться на актуальное состояние ребенка и с перспективой видения личностного потенциала.

3. Эмпатическое восприятие.

Эмпатия - особое отношение психолога к клиенту, при котором последний воспринимается и трактуется не через призму инструментальных концепций, а непосредственно через позитивное личное отношение и принятие феноменологического мира. Психолог старается увидеть мир глазами ребенка и переживать события так же, как их переживает клиент.

Эмпатическое восприятие означает восприятие субъективного мира (охватывающего весь комплекс ощущений, восприятий и воспоминаний, доступных сознанию в данный момент), восприятие с присущими эмоциональными компонентами и значениями, как если бы воспринимающий сам был этим другим человеком. Это означает - ощущать боль или удовольствие другого так, как чувствует это он сам, и так же, как он, относиться к причинам, их породившим, но при этом ни на минуту не забывать, что это - «если бы» (когда это условие утрачивается, состояние эмпатии становится состоянием идентификации).

Когда созданы и соблюдаются указанные выше условия, возможно осуществление процесса психокоррекции, который протекает в следующем направлении:

- клиент все более свободен в выражении своих чувств, которое осуществляется как по вербальным, так и по моторным каналам;
- выраженные клиентом чувства имеют все большие отношения к «Я» и все реже остаются безликими;
- клиент все чаще дифференцирует и распознает объекты своих чувств и восприятий (включая среду, окружающих лиц, собственное «Я», переживания и взаимоотношения между ними);
- выраженные чувства клиента все больше относятся к несоответствию между каким-то из его переживаний и его «Я-концепцией», и клиент начинает осознавать угрозу такого несоответствия;
- клиент осознает переживание чувств, в отношении которых в прошлом отмечались отказы или искажения;
- по мере реорганизации «Я-концепции» ослабляются защиты и в нее включаются такие переживания, которые ранее были слишком угрожающими, чтобы осознаться;
- клиент развивает способность переживать безусловное положительное отношение со стороны психолога без какого-либо чувства угрозы;
- клиент все отчетливее чувствует безусловную положительную самооценку;

- источником представления о себе все в большей степени являются собственные ощущения;

- клиент реже реагирует на опыт, исходя из оценок, даваемых значимыми другими.

Для такого коррекционного процесса характерно следующее:

- основной акцент делается на эмоциональных аспектах, чувствах, а не на интеллектуальных суждениях, мыслях, оценках;

- коррекционная работа ведется по принципу «здесь и теперь»;

- преимущество отдается инициативе клиента, который является главным во взаимодействии и стремится к саморазвитию, а психолог лишь направляет это стремление в нужное русло. Клиент сам определяет те изменения, которые ему необходимы, и сам их осуществляет.

Психологу необходимо воздерживаться от интерпретации сообщений клиента или от подсказки решений его проблем. Ему нужно только выслушивать и всего-навсего выполнять функцию зеркала, отражающего мысли и эмоции клиента и формулировать их по-новому. Цель такого перефразирования - выделение в высказывании клиента наиболее существенного, «острых углов». Клиент также получает подтверждение тому, что его не только слушают, но и слышат. Такое отражение и приводит клиента к изучению своих внутренних переживаний, более реалистичному самовосприятию и пониманию того, как его воспринимают другие люди. Согласно Роджерсу, именно в результате развития реалистического представления о самом себе, человек приобретает способность разрешать проблемы, с которыми он сталкивается.

Процесс коррекции можно считать завершенным, когда у ребенка появляются следующие относительно постоянные изменения:

- становится более конгруэнтным, открытым для опыта, меньше прибегает к защитам и вследствие этого более реалистичен, объективен, экстенционален в восприятии;

- эффективнее решает свои проблемы;

- улучшается психологическая приспособляемость. приближаясь к оптимальной, уменьшается ранимость;

- восприятие своего «Я»-идеального становится более доступным и реалистичным;

- вследствие увеличения конгруэнтности уменьшается тревожность, а также физиологическое и психическое напряжение;

- повышается степень положительной самооценки;

- оценку и выбор воспринимает локализованными внутри себя, доверяет себе;

- становится более реалистичным, правильно воспринимает окружающих и окружающие воспринимают поведение клиента как более социально зрелое;

- происходят различные изменения в поведении, поскольку увеличивается доля опыта, ассимилированного в «Я-структуру» и

увеличивается доля поведения, которое может быть «присвоено» как принадлежащее «Я»;

- поведение становится более креативным, более адаптивным по отношению к каждой новой ситуации и к каждой вновь возникающей проблеме и кроме этого представляет более полное проявление экспрессии его собственных намерений и оценок.

Гештальттерапия.

Целью гештальт-терапии является создание и укрепление целостного образа (гештальта) личности. Посредством осознания клиент должен выявить отвергаемые им части своей личности: отвергаемые эмоции, потребности, черты характера, мысли. Затем принять (либо нейтрализовать) их, принять себя и тем самым восстановить целостность своей личности. Большое внимание при этом уделяется также развитию независимости личности — умению следовать своим собственным мечтам и потребностям, а не потребностям других людей. В процессе терапии активизируется творческое приспособление, что улучшает способности клиента к адаптации.

В ходе сессий психолог дает обратную связь, говорит, какие чувства в нем вызывают те или иные действия, слова ребенка. С психологом человек воспроизводит все те же самые паттерны, которые он демонстрирует в общении с другими людьми. Через контакт в рамках сессий он может их осознать.

При использовании методов гештальт-терапии в работе с детьми, пережившими кризисный инцидент, особое внимание обращают на работу с защитными механизмами в виде интроекции, проекции, ретрофлексии и конфлюэнции, которые вносят свой вклад в происхождение саморазрушающего поведения.

Методы гештальт-терапии весьма эффективны при консультировании детей и подростков, ставших жертвами насилия. Они позволяют:

а) помочь установить контакт с окружающим и воспринимать настоящее. «Что вы видите или чувствуете сейчас, в данный момент?», «Что происходит с вами и вокруг вас?»; слова «сейчас», «в данный момент» являются ключевыми и понемногу возвращают собеседника к реальности;

б) работать над сосредоточением внимания. «Всмотритесь (вслушайтесь, вчувствуйтесь) в то, что происходит именно сейчас с вами, вокруг вас»; фиксация на актуальных переживаниях отстраняет прошлое и позволяет сосредоточиться не только на окружающей реальности, но и на переменах в состоянии клиента;

в) работать с воспоминаниями. Человек обладает фундаментальной способностью – завершать любую ситуацию или взаимодействие (контакт), которые не являются законченными. Работа с воспоминаниями помогает завершить гештальт и приблизиться к возможности изменений;

г) работать с телесными ощущениями. Дезинтеграция приводит к тому, что чувства притупляются. Осознание того, что происходит с телом, способствует жизни в настоящем и интеграции частей личности;

д) работать с вербализацией мыслей и чувств. Высказывание способствует отстранению переживаний и снижению их интенсивности, что позволяет затем перейти к реконструкции, переменам и новому синтезу;

е) работать с непрерывностью эмоций. Отрицательные эмоциональные переживания являются значимыми, их можно контролировать; введение элементов осознанного контроля избавляет от бесчувственности и страха переживать свои эмоции, при этом важна спонтанность, а не само принуждение.

Список рекомендованной литературы

1. Аверин В.А. Психология детей и подростков / В.А. Аверин. – СПб., 2017.
2. Амбрумова А.Г. Методические рекомендации по профилактике суицидальных действий в детском и подростковом возрасте / А.Г. Амбрумова, Л.Я. Жезлова. – М., 2016.
3. Асмолов А.Г. Психология личности / А.Г. Асмолов. – М., 2017.
4. Василюк Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). — М.: МГУ, 1984.-200с.
5. Волкова, А.Н. Психолого-педагогическая поддержка детей суицидентов /А.Н. Волкова// Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. – 2015.– №2 – С. 36-43.
6. Вроно Е.М. Предотвращение самоубийства подростков. Руководство для подростков / Е.М. Вроно. – М.: Академический проект, 2001.54
7. Гладченко Л.Г., Кумейко О.А., Кущенко А.В., Мелихова В.И., Петренко О.Н, Пешков С.Н., Шумская Н.Г. «Матрица критического инцидента». Методическое пособие. – Ставрополь, 2018. – С. 7-27
8. Донцов Д.А. Консультативная психология / Д.А. Донцов. – Одинцово: АНОО ВПО «Одинцовский гуманитарный институт», 2012. – 139 с.
9. Захаров А.И. Отклонения в поведении ребёнка / А.И. Захаров – М., 2013.
10. Захаров А.И. Неврозы у детей и подростков. — Л.: Медицина, 2018.- 248с.
11. Исаев Д.Н. Формирование понятия смерти в детском возрасте и реакции детей на процесс умирания //Журн. обозрение психиатр. и мед. психологии им. В.М. Бехтерева. -2017.-2. -С. 17–28.
12. Крон Т. Помощь находящемуся в кризисном состоянии. Вестник РАТЭПП, вып. 1, 2016.
13. Лебедев, В.И. Личность в экстремальных условиях / В.И. Лебедев. – М., 2015.
14. Сатир Вирджиния Вы и ваша семья – Москва, 2000.
15. Семичев С.Б. Теория кризисов и психопрофилактика // Ленингр. науч. — исслед. Психоневрологический ин-т им. В.М. Бехтерева. Сессия: Труды. — Л., 2018. — Т. 63. — С 96–99.
16. Собчик Л.Н. Стандартизованный многофакторный метод исследования личности. — М., 2016,- 45с.
17. Тарабрина Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб.: Питер, 2016

18. Шавердян Г.М. Страх и тревога. //Стрессология-наука о страдании. — Ереван.: Изд-во Мегополис, 2017. — С. 103–117.
19. Марина И.Е. Психологическое сопровождение личности, склонной к суицидальным формам поведения / И.Е. Марина. – СПб.: Речь, 2013. – 80 с.
20. Суицидология. Прошлое и настоящее // Сборник статей. Составитель А.Н. Моховиков М.: Когито-Центр, 2013. – 569 с.
21. Селигман М. Обычные семьи, особые дети / М. Селигман, Р.Дарлинг. – М.: Теревинф, 2016. – 368 с.
22. Синягин Ю.В. Детский суицид. Психологический взгляд / Ю.В. Синягин, Н.Ю. Синягина. – М.: Каро, 2006. – 176 с.
23. Фонда П. Травма и сепарация // Комментарии для теоретического семинара Восточно-Европейского Института психоанализа в Одессе (декабрь 2008).
24. Ханох Д. Психологическая травма и пути восстановления / Д. Ханох // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2010. – №4.
25. Что нужно знать родителям о подростковых суицидах? / под ред. Вихристюк О.В., – М.: МГППУ, 2013. – 67 с.