

# Оказание помощи ребенку в сложной жизненной ситуации."



***Кризисная*** для ребенка (подростка) ***ситуация*** наступает тогда, когда он не может самостоятельно, без чьей-либо поддержки и помощи справиться с ней.



- **Кризис** (от греч. kreses – решение, поворотный пункт, исход) определяется в психологии как тяжелое психологическое состояние, являющееся результатом либо какого-нибудь внешнего воздействия, либо вызванное внутренней причиной, либо как резкое изменение статуса персональной жизни.

- **Травматические ситуации** – это экстремальные критические события, которые несут угрозу жизни или здоровью (как самого ребенка, так и его значимых близких) и требуют экстраординарных усилий по совладению с последствиями их воздействия.

Переживаемые детьми и подростками кризисы можно условно разделить на три основные группы:

- **Возрастные кризисы.**

-кризисы естественные, нормативные.

Неблагоприятные внешние воздействия, стрессовые факторы в эти периоды оказывают огромное влияние на дальнейшее формирование личности ребенка, в частности на становление его сексуальности и способов реагирования на воздействия внешней среды

- **Кризисы утраты и разлуки.**

- **Травматические кризисы.**



## Кризисы утраты и разлуки

*Утрата* – переживание, человеческий опыт, связанный со смертью близкого человека.

Во время кризиса утраты ребенок переживает смешанные эмоции - от подавленности и печали до гнева и досады.

## **Условно можно выделить несколько стадий переживания утраты.**

- **Первая стадия. Шок.**

Характеризуется тотальным эмоциональным отрицанием, часто неправильно понимаемым теми, кто пытается помочь ребенку справиться с горем.

- **Вторая стадия. Злость и ощущение несправедливости.**

На этой стадии человека мучает вопрос: почему это произошло именно со мной?

- **Третья стадия. Печаль и сожаление.**

Эта стадия характеризуется ощущением одиночества и депрессией; может возникать компульсивная потребность вернуть прошлое как способ отрицания произошедшего.

- **Четвертая стадия. Восстановление.**

Жизнь начинает постепенно входить в свою колею, и к концу первого года можно уже надеяться на восстановление.



**С кризисами разлуки** дети сталкиваются в случаях развода родителей и создания родителями других семей.

Процесс адаптации детей после развода условно делят на три фазы.

*Первая, самая острая фаза,*  
длится примерно около двух лет.

*Вторая фаза – переходная.*

*Третья фаза означает создание нового  
жизненного стиля.*

## Травматические кризисы

**Травматические кризисы** возникают в результате внезапного кратковременного или длительного воздействия событий, выходящих за рамки нормального человеческого опыта, к которым человек, как правило, не является готовым.

### Выделяются травмы:

- стихийным или природным бедствием
- причиненные людьми

### По продолжительности

краткосрочные

длительные

повторяющиеся



# Кризис насилия

Выделяют четыре типа жестокого обращения с ребенком:

- Физическое жестокое обращение.
- Сексуальное насилие.
- Пренебрежение нуждами ребенка.
- Психологическое насилие.

## Насилие может быть

- явным и скрытым.
- актуальным (происходящим в настоящее время)
- случившимся в прошлом.

## Может происходить:

- дома – со стороны родственников или соседей;
- в школе – со стороны педагогов или детей;
- на улице – со стороны детей или со стороны незнакомых взрослых.



## Признаки физического насилия:

- изменения на коже (царапины, следы ударов);
- повреждение костей или мягких тканей;
- гематомы;
- кровоизлияние сетчатки глаза;
- ушибы тела;
- определенный тип ожогов или рубцов после них (множественные – от сигарет, утюга и другие);
- следы укусов;
- выявляемые с помощью рентгена закрытые переломы,
- смещения суставов и другие.

## Психологические:

- наличие у ребенка стресс-синдромов (например, недостаточной циркуляции крови и, как следствие, холодных рук и ног, «мраморной» кожи, бледности);
- характерное выражение лица ребенка (его называют «постоянной бдительностью», «взглядом козули»);
- наличие в поведении ребенка рефлекторных жестов и поз защиты

## Особенности психического состояния и поведения детей разных возрастов, позволяющие заподозрить совершенное над ним физическое насилие:

### Возраст 1,5 – 3 года:

боязнь взрослых  
плаксивость, проявления радости – очень редкие  
реакция испуга на плач других детей  
крайности в поведении – от чрезмерной агрессивности до безучастности.

### Возраст 3 года – 6 лет:

отсутствие сопротивления при агрессивном отношении к ним  
пассивная реакция на боль  
болезненное отношение к замечаниям, критике  
заискивающее поведение, чрезмерная уступчивость  
псевдовзрослое поведение (сильное подражание взрослым)  
негативизм, агрессивность  
лживость, воровство  
жестокость по отношению к животным  
склонность к поджогам.

## Младший школьный возраст:

- стремление скрыть причину своих физических повреждений и травм
- отсутствие друзей
- боязнь идти домой после школы
- странные пищевые пристрастия: штукатурка, кал, листочки, улитки, жучки

## Подростковый возраст:

- побеги из дома
- суицидальные попытки
- делинквентное поведение
- употребление алкоголя,
- наркотиков, токсических веществ.



**Сексуальное насилие** – одна из форм жестокого обращения с ребенком.

**Сексуальное насилие** – это использование ребенка или подростка другим лицом для получения сексуального удовлетворения.

### **Виды сексуального насилия**

- Инцест.
- Сексуальное соблазнение.
- Сексуальное нападение.
- Изнасилование.
- Использование ребенка в порнографии и проституции.
- Приглашение ребенка к прикосновениям сексуального характера или поощрение соответствующих действий.
- Мануальный, оральный, генитальный или любой другой телесный контакт с половыми органами ребенка.
- Ласки эрогенных зон;
- Введение для стимуляции предметов во влагалище, анус;
- Демонстрация эротических материалов с целью стимуляции ребенка;
- Мастурбация в присутствии ребенка, принуждение ребенка к мастурбации;
- Эксгибиционизм – демонстрация обнаженных гениталий, груди или ягодиц перед ребенком;
- Вуайеризм – подглядывание за ребенком в момент купания, переодевания или пребывания в туалете, а также принуждение ребенка к раздеванию.

## Последствия сексуального насилия для ребенка

**Дети до 3-х лет** - страхи, спутанность чувств, нарушения сна, потерю аппетита, страх перед чужими людьми.

**У дошкольников**- эмоциональные нарушения (боязливость, спутанность чувств, чувство вины, стыда, отвращения, беспомощности, испорченности) и нарушения поведения (регресс, отстраненность, агрессия, сексуализированное поведение, мастурбация).

**У детей младшего школьного возраста** – амбивалентные чувства по отношению к взрослым, сложности в определении ролевого поведения, страх, чувство стыда, отвращения, недоверия к миру; в поведении отмечаются отстраненность, агрессия, молчаливость либо неожиданная разговорчивость, нарушения сна, аппетита, сексуальные игры с другими детьми.

**У детей 9-13 лет** отмечаются те же признаки, что и у младших школьников, а также депрессия, диссоциативные эпизоды – чувство потери ощущений; в поведении – изоляция, манипулирование другими детьми с целью получения сексуального удовлетворения, противоречивое поведение.

## **Состояние ребенка после изнасилования** проходит несколько этапов.

- В первый день после совершения изнасилования ребенок находится в **состоянии шока**, он не понимает, где он находится, что с ним происходит. Хотя машинально может выполнять то, что от него требуется, что он привык делать. Потом ему будет невозможно вспомнить, что он делал, его чувства притуплены. Иногда шоковое состояние продолжается и на следующий день.

- **Фаза отрицания**, у ребенка появляется сильное желание отказаться от ситуации, убедить себя в том, что это произошло не с ним, и «все, что произошло – неправда».

- **Депрессия**. Ребенок не хочет жить, не хочет ничего делать: ходить в школу, учить уроки, общаться с окружающими. Приходится признать, что то, что произошло – правда. Период депрессии длится до десяти дней, иногда может затянуться на более длительный срок. Затем ребенка охватывает **гнев**, который может быть обращен на насильника, на себя, на милицию, на родителей, на других людей, на общество.

- **Принятие решения**. Решения могут быть разными – ребенок может рассказать кому-то о том, что с ним произошло, или он принимает решение молчать. Он может обратиться к кому-нибудь за помощью или попытаться что-то сделать самостоятельно, чтобы избавиться от тяжелого состояния. Длительность этого этапа различна, она может зависеть от возраста ребенка (у маленьких детей этапы прослеживаются неотчетливо), от особенностей его характера, от сложившейся объективной ситуации.



## **Пренебрежение нуждами ребенка** (моральная жестокость)

отсутствие со стороны родителей или лиц, их заменяющих, элементарной заботы о ребенке, в результате чего нарушается его эмоциональное состояние и появляется угроза его здоровью или развитию.

### Формы неудовлетворения основных потребностей ребенка:

- отсутствие адекватного возрасту и потребностям ребенка питания, одежды, жилья, образования, медицинской помощи, включая отказ от его лечения;
- отсутствие должного внимания или заботы, в результате чего ребенок может стать жертвой несчастного случая;
- нанесение повреждений, вовлечение в употребление алкоголя, наркотиков, а также совершения правонарушений.



## ПОВЕДЕНИЕ РЕБЕНКА В КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ

### Механизмы психологической защиты

- *Регресс к более раннему детскому поведению*
- *Идентификация с агрессором*
- *Подавление Я*
- *Отрицание*
- *Проецирование*
- *Изоляция чувств*
- *Диссоциативные защиты*

### Настораживающие признаки поведения ребенка

**экспрессивные реакции** – ребенок проявляет сильные эмоции, может плакать, кричать, рыдать, смеяться, но главным при этом является невозможность контролировать себя;

**контролируемые** – ребенок пытается сдерживать себя, внешне может выглядеть чрезмерно спокойным;

**шоковые** – ребенок как бы оглушен, подавлен, ему трудно понять, что с ним произошло.

## ТИП ПОВЕДЕНИЯ

1. *Интернализированное поведение. Дети, обнаруживающие этот тип поведения, часто изолированы и закрыты. Они не стремятся к взаимодействию с другими.*
2. *Экстернализированное поведение. Дети с экстернализированным поведением направляют свои эмоции и чувства вовне, на других детей, на взрослых, на предметы.*
3. *сексуализированное поведение,*



## Позитивные последствия и ресурсы

### *Жизнестойкие дети :*

- они социально компетентны и чувствуют себя непринужденно как в обществе сверстников, так и среди взрослых;
  - они уверены в себе и самодостаточны, трудности их подзадоривают, а непредвиденные ситуации не смущают;
  - они независимы, и хотя и прислушиваются к советам взрослых, но не попадают под их влияние;
  - обычно они обладают дружескими связями (как со сверстниками, так и со взрослыми), придающими им чувство безопасности и защищенности;
- они стремятся к достижениям, успех доставляет им радость, они видят, что могут добиться многого и изменить условия, в которых оказались.

*Необходимым условием жизнестойкости детей является наличие в их жизни хотя бы одного взрослого человека, любящего их безусловно и поддерживающего.*

**Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР)** возникает как отставленная и/или затяжная реакция на стрессовое событие или критическую ситуацию (кратковременную или продолжительную) угрожающего или катастрофического характера.

**Их разделяют на группы:**

- острые ПТСР (продолжительностью менее трех месяцев),
- хронические (продолжительностью 3 месяца и более)
- отсроченные (проявляющиеся по крайней мере через 6 месяцев после пережитого стресса).

**Посттравматические нарушения характеризуются:**

1. повторением травматического переживания в мыслях, снах и воспоминаниях;
2. ослаблением связей с жизнью, проявляющимся в сдерживании эмоций, ощущении оторванности от других и уменьшении активности в значимых видах деятельности;
3. возникновением и развитием психосоматических симптомов (нарушение сна, расстройства памяти).

# ПОМОЩЬ РЕБЕНКУ В КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ

## цели:

- освобождение ребенка от чувства страха, смущения, безнадежности;
- восстановление нормального для конкретного ребенка психологического состояния (того, в котором он находился до кризиса);
- привлечение внешних источников помощи и актуализация внутренних ресурсов ребенка;
- создание возможностей для понимания ребенком (подростком) взаимосвязи между содержанием конкретного кризиса и особенностями своей жизни;
- формирование и развитие у ребенка новых установок, способов поведения и копинговых механизмов, с помощью которых он может выйти из актуального кризиса и которые помогут ему в дальнейшем справляться с кризисными ситуациями.

## ОБЩИЕ ПРИНЦИПЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПСИХОЛОГА С РЕБЕНКОМ В КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ

Главный принцип общения с ребенком в кризисе – *принятие, спокойное и понимающее отношение* к тому, что с ним происходит. Ни в коем случае нельзя никого оценивать и осуждать. В работе с маленькими детьми и детьми, пострадавшими физически, важно дать им понять, что испытываемое ими чувство страха нормально и свойственно любому человеку, оказавшемуся в подобной ситуации. В случае изнасилования важно признать право ребенка на чувство вины, при этом убедить его в том, что его возможности противостоять насилию были чрезвычайно ограничены. Работая с ребенком, надо быть очень *внимательным к мелочам и деталям* его поведения, отмечая для себя все, что может оказаться важным для понимания ребенка и оказания ему помощи, но при этом ни в коем случае не проявлять этого внешне. Необходимо заверить ребенка в том, что в настоящий момент он находится в безопасности, что он будет защищен. Ни в коем случае нельзя оставлять ребенка в одиночестве, нужно обеспечить ему надежное сопровождение, создать у него ощущение, что психолог рядом, что он доступен.



## ОБЩИЙ АЛГОРИТМ РАБОТЫ

Психологическая работа с ребенком в кризисной ситуации обязательно должны включать в себя несколько этапов:

Подготовка к работе.

Составление примерного плана работы.

Установление контакта с ребенком, восстановление вместе с ним картины произошедшего.

**Анализ внешних признаков и особенностей переживания ребенком кризисной ситуации:**

- его физического (соматического) состояния;
- качества его настроения;
- его поведения и общего психологического состояния.

**Диагностика особенностей психологического развития ребенка:**

- познавательной сферы личности;
- эмоционально-личностных отношений;
- акцентуаций характера и психических отклонений.
- выстраивание стратегии работы с ребенком. Выделение основных направлений этой работы.

## Выявление основных направлений работы

### **В поведенческой сфере, в сфере взаимодействия с другими:**

эгоцентризм, избегание решения проблемы, нестабильность отношений с окружающими преимущественно однотипный способ реагирования на фрустрирующую ситуацию, неуверенность в себе, высокий уровень притязаний при отсутствии критической оценки своих возможностей, склонность к обвинениям или чрезмерная угодливость сексуализированное поведение.

**В аффективной сфере:** эмоциональная лабильность, низкая фрустрационная устойчивость и частое возникновение тревоги и депрессии, сниженная и нестабильная самооценка, появление социофобий, агрессивность.

**В мотивационно-потребностной сфере:** блокировка потребности в защищенности, самоутверждении, принадлежности, невозможность простроить временную перспективу.

**В когнитивной сфере:** наличие искажений, усиливающих дисгармонию личности «аффективная логика»:

«произвольное отражение» - («я супермен», «я неудачник»);

«селективная выборка» - «меня в школе никто не любит, так как я из приюта»;

«чрезмерное обобщение» - («все, что я делаю – плохо»);

«черно-белое мышление» - «очень хорошо – очень плохо», «мир или черный, или белый»;

«персонализация» - «они смеются не просто так, они смеются надо мной»;

преувеличение негативных событий и минимизация позитивных.

## НЕОБХОДИМО РЕШАТЬ СЛЕДУЮЩИЕ ЗАДАЧИ:

### При работе с чувствами и эмоциями ребенка:

- Учить ребенка выражать свои чувства ( в том числе в связи с кризисной ситуацией).
- Учить ребенка дифференцировать свои чувства (ощущать их разнообразие).
- Тренировать сензитивность (чувствительность) ребенка.
- Развивать ощущение телесной самости, безопасного восприятия физического контакта.

### При работе с когнитивными схемами (способами мышления)

- Учить ребенка осознавать свои чувства и эмоции, в том числе связанные со взаимоотношениями с другими людьми.
- Развивать у ребенка умение вырабатывать свои суждения о том, что нравится или не нравится.
- Формировать у ребенка позитивное отношение к собственным переживаниям.
- Учить ребенка ориентироваться в проблемах.
- Учить ребенка осознавать особенности своих взаимоотношений с другими людьми.

### При работе с поведением ребенка, его взаимоотношениями с другими:

- Развивать у ребенка умение слушать (в том числе навыки активного слушания).
- Учить ребенка высказывать свою точку зрения (умение говорить «нет»).
- Формировать умение принимать решение, приходиться к компромиссу.
- Учить аргументировать и отстаивать свои решения.
- Развивать навык установления контакта с другими людьми.

## Примерная программа первичной беседы с ребенком

1. Представиться:

«Меня зовут... Я работаю...» Попросить ребенка представиться.

2. Сообщить основные правила:

а) Я могу задавать некоторые вопросы по два раза (если я не пойму твоего ответа).

б) Если ты не понял(а) вопроса, скажи об этом.

в) Ты имеешь право не знать ответа на мой вопрос, только скажи мне об этом.

г) Если ты не уверен(а) в ответе, так и скажи.

д) Если я неправильно пойму тебя, поправь меня.

3. Ознакомить ребенка с темой беседы (при этом надо избегать по возможности таких слов, как «тяжелый», «страшный», «насилие» и т.д.

свободной форме.

4. Побеседовать с ним о домашней жизни:

- а) Сколько тебе лет? Когда у тебя день рождения?
- б) Где ты живешь?
- в) Кто живет вместе с тобой?
- г) Каков твой дом, кто в какой комнате живет?

5. Поговорить о школе и друзьях:

- а) В какой школе ты учишься?
- б) Как зовут твою учительницу?
- в) Что тебе в школе больше всего нравится?
- г) Есть ли у тебя лучший друг?

Дать возможность ребенку рассказать о произошедшем с ним в свободной форме.