

Государственное казенное образовательное учреждение
для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей,
«Детский дом (смешанный) №24»

Методическое пособие по теме:

Педагогические технологии реабилитации детей, подвергавшихся жестокому обращению

номинация: Педагогические технологии реабилитации детей,
подвергавшихся жестокому обращению

Матулян Людмила Айковна
Воспитатель
Ставропольский край
Новоалександровский район
ст. Григорополисская
ул. Коминтерна 1
сот. тел.8 906 466 93 56
matulyanl@mail.ru

ст. Григорополисская

2014

Содержание

Аннотация

- 1.Формы жестокого обращения с детьми в семьях
- 2.Профилактика и предупреждение случаев жестокого обращения с воспитанниками детского дома
- 3.Педагогические технологии реабилитации детей, подвергавшихся жестокому обращению:
 - 3.1.Консультирование детей
 - 3.2.Арт-терапия для детей
 - 3.3.Групповая терапия с детьми
 - 3.4Тренинг с детьми

Заключение

Список литературы

Приложение:

к п. 2.4 Тренинг с детьми, подвергавшихся жестокому обращению.

Практические задания к модулям

Аннотация

Современное состояние нашего общества характеризуется высокой степенью социального напряжения, что проявляется, в частности, и в увеличении частоты случаев насилия и жестокого отношения к детям. Тем более, когда речь идет о работе с детьми и подростками, находящимися в сложной жизненной ситуации и оказавшимся в так называемой «группе риска». В детском доме проживают дети, которые ранее находились в социально - опасном положении: их родители злоупотребляли спиртными напитками, дети проживали в условиях, не соответствующих санитарно-гигиеническим нормам, родители жестоко обращались с ними. И хотя это не означает, что подросток обязательно совершит правонарушение или проявит признаки антисоциального поведения при поступлении в наше учреждение, однако повышает вероятность подобного поведения. И чем больше названных причин, тем больше степень риска. Воспитанники, поступившие к нам из неблагополучных семей, отличающиеся незрелостью социальной позиции, часто становятся на путь совершения правонарушений или становятся жертвами преступлений сами. Воспитателям приходится сталкиваться с сочетанием факторов, обуславливающих их девиантное, делинквентное и адекватное поведение. Как правило, дети с таким поведением попадают в поле зрения правоохранительных органов ещё до поступления в детский дом и требуют особого внимания со стороны образовательных учреждений.

Методическое пособие посвящено вопросам профилактики жестокого обращения с детьми, оказания им помощи в социализации и психоэмоциональной реабилитации и адресовано воспитателям детских домов, педагогу-психологу, социальному педагогу.

1. Формы жестокого обращения с детьми в семьях

Формы насилия, причиняемого детям, являются негативным свидетельством изощренности и больного воображения взрослого человека. Большое количество увечий наносится детям различными приспособлениями и предметами. Расческа, например, широко распространенное средство, используемое для битья детей. Тяжелые увечья наносятся детям голыми руками, ремнем, электрошнуром, телевизионными антеннами, веревками, бутылками, ножками столов и т.д. Распространенным является и битье ногами. Особое внимание привлекают семьи, где имело место кровосмешение. Сексуальное насилие над детьми включает все виды половой связи, как нормальной, так и извращенной. Взрослые, ставшие жертвами насилия в детском возрасте, так же сохраняют воспоминания, связанные с прошлым, которые выражаются в их заниженной самооценке, депрессиях, трудностях в личных взаимоотношениях, а так же в сексуальных проблемах, алкоголизме, применении наркотиков. Удовлетворение потребности ребенка в любви и привязанности настолько же важно для нормального роста и развития, как и для удовлетворения его физических потребностей. В некоторых семьях о детях хорошо заботятся физически, но при этом они страдают от эмоционального пренебрежения. Между тем эмоциональное пренебрежение трудно определить и задокументировать. Не менее широко распространена проблема эксплуатации детей. Многие родители принуждают своих детей к тяжелой работе, используют их в качестве слуг, рассматривают их как своих подчиненных, поощряют детей к воровству, к занятиям проституцией и т.д. Необходимо отметить, что истинная распространенность детского насилия неизвестна.

Жестокое обращение с детьми (а это несовершеннолетние граждане от рождения до 18 лет) включает в себя любую форму плохого обращения, допускаемое родителями, опекунами, попечителями (другими членами семьи

ребенка), педагогами, воспитателями, представителями органов правопорядка.

Различают 4 основные формы жестокого обращения с детьми: физическое, сексуальное, психическое насилие, пренебрежение основными нуждами ребенка.

Физическое насилие. Это - преднамеренное нанесение физических повреждений ребенку. Физическое насилие можно распознать по особенностям внешнего вида ребенка и характеру травм:

- внешние повреждения, имеющие специфический характер (отпечатки пальцев, ремня, сигаретные ожоги и т.п.);

- повреждения внутренних органов или костей, которые не могли бы быть следствием несчастных случаев. Физическое насилие, имеющее систематический характер, позволяют распознать особенности психического состояния и поведения ребенка:

- боязнь физического контакта со взрослыми;
- стремление скрыть причину травм;
- плаксивость, одиночество, отсутствие друзей;
- негативизм, агрессивность, жестокое обращение с животными;
- суицидальные попытки.

Сексуальное насилие (или развращение) - это - вовлечение ребенка с его согласия и без такового в сексуальные действия со взрослыми с целью получения последними удовлетворения или выгоды.

Согласие ребенка на сексуальный контакт не дает оснований считать его ненасильственным, поскольку ребенок не обладает свободой воли и не может предвидеть все негативные для себя последствия.

Сексуальное насилие можно заподозрить при следующих особенностях внешнего вида, заболеваний и травм ребенка: повреждения областей половых органов; заболевания, передающиеся половым путем; беременность. Сексуальное насилие позволяют распознать особенности состояния и поведения ребенка: ночные кошмары, страхи; несвойственные

характеру сексуальные игры, несвойственные возрасту знания о сексуальном поведении; стремление полностью закрыть свое тело; депрессия, низкая самооценка; проституция, беспорядочные половые связи.

Психическое (эмоциональное) насилие - это периодическое, длительное или постоянное психическое воздействие на ребенка, тормозящее развитие личности и приводящее к формированию патологических черт характера. К психической форме насилия относятся: открытое неприятие и постоянная критика ребенка; угрозы в адрес ребенка, проявляющиеся в словесной форме; замечания, высказанные в оскорбительной форме, унижающие достоинство ребенка; преднамеренная физическая или социальная изоляция ребенка; ложь и невыполнение взрослыми своих обещаний; однократное грубое психическое воздействие, вызывающее у ребенка психическую травму. Психическое насилие позволяют заподозрить следующие особенности состояния и развития ребенка: задержка физического и умственного развития ребенка; нервный тик, энурез; постоянно печальный вид; различные соматические заболевания. Особенности поведения ребенка, вызванные психическим насилием: беспокойство, тревожность, нарушения сна; длительно сохраняющееся подавленное состояние; агрессивность; склонность к уединению, неумение общаться; плохая успеваемость.

Пренебрежение нуждами ребенка. Это - отсутствие элементарной заботы о ребенке, в результате чего нарушается его эмоциональное состояние и появляется угроза его здоровью или развитию. К пренебрежению элементарными нуждами ребенка относятся: отсутствие адекватного возрасту и потребностям ребенка питания, одежды, жилья, образования, медицинской помощи; отсутствие должного внимания и заботы, в результате чего ребенок может стать жертвой несчастного случая. Недостаток заботы о ребенке может быть непредумышленным. Он может быть следствием болезни, безработицы, хронической бедности, неопытности родителей или их невежества, следствием стихийных бедствий или социальных потрясений.

Любой вид жестокого обращения с детьми нарушает физическое и психическое здоровье ребенка, мешает его полноценному развитию. Истинные масштабы насилия над детьми неизвестны. Точные данные получить трудно, по крайней мере, по двум причинам: отказ граждан и профессионалов сообщать о таких случаях и нежелание пострадавших детей говорить об этом. Многие избитые дети, полагая, что их наказание заслужено, хранят молчание, когда их интервьюируют те, кто мог бы им помочь, и они склонны видеть свое поведение в негативном свете. Драматический результат насилия родителей над детьми состоит в том, что насилие порождает насилие. Когда такие дети становятся родителями, то появляется высокая вероятность того, они станут притеснять своих родителей. Теоретически, злоупотребление генерирует необычно высокую степень враждебности, которая, в будущем может вылиться в насилие. Непропорциональное количество убийц, грабителей, и тех, кто издевается над членами семьи, были жертвами домашнего насилия в своем детстве. Дети - жертвы насилия имеют высокий риск выйти из-под контроля, который делает их жертвами и иногда это кончается вовлечением в преступную деятельность, типа воровства или проституции.

Заброшенность детей. В отличие от насилия над детьми, пренебрежение родительскими обязанностями это, скорее, проблема упущений. Специфические типы пренебрежения к детям включают: 1) отказ от детей; 2) отсутствие внимания к детям, даже если они живут в грязи, без необходимой одежды и пищи, предоставлены сами себе; 3) пренебрежительное отношение к образованию, когда ребенок часто отсутствует на школьных занятиях; и 4) отсутствие заботы о здоровье ребенка, лишение ребенка медицинского обслуживания. Заброшенным детям уделяется гораздо меньше внимания со стороны общества, чем детям, подвергающимся насилию. Часто родителями заброшенных детей бывают люди с отклонениями в психике или образе жизни, социально изолированные, представители бедных слоев населения или маргиналы. Влияние домашнего насилия на судьбу ребенка трагично.

Одна из тенденций текущего столетия - неуклонный рост частоты нервно-психических заболеваний, относящихся к пограничным состояниям, психогенным расстройствам. Основной причиной возникновения являются "психические переживания", "моральное потрясение", "удары судьбы", эмоциональное перенапряжение - стресс. Среди наиболее уязвимых в этом отношении возрастных групп на первое место уверенно выходят дети и подростки.

2. Профилактика и предупреждение случаев жестокого обращения с воспитанниками детского дома

Все воспитанники детского дома имеют трудную судьбу. Проживая с родителями, в неблагополучных семьях, практически каждый ребенок испытывал насилие. Поэтому при поступлении в детский дом мы (воспитатели, педагог психолог, социальный педагог) планируем индивидуальную работу с каждым ребенком. Проводим консультирование; арт-терапию; групповую терапию с детьми; тренинг с воспитанниками; анкетирование. По результатам диагностики было выявлено 100% воспитанников, испытали насилие до поступления в детский дом.

С целью профилактики и предупреждения случаев жестокого обращения с воспитанниками в детском коллективе, а также детского травматизма и правонарушений среди воспитанников составляется план мероприятий по детскому дому.

План дополнительных мероприятий, направленных на профилактику жестокого обращения с детьми, детского травматизма и правонарушений воспитанников в 2014-2015 учебном году

| № | Срок проведения | Название мероприятия | Ответственный |
|----|-----------------|--|--------------------------------|
| 1. | сентябрь | Совещание педагогических работников, посвященных | Директор, зам. директора по ВР |

| | | | |
|----|------------------|---|--|
| | | проблеме защиты детей от жестокого обращения на тему «Формы жестокого обращения с детьми». | |
| 2. | сентябрь | Проведение индивидуального собеседования с воспитанниками с целью выявления случаев жестокого обращения с ними. | зам. директора по ВР, воспитатели групп |
| 3. | сентябрь | Диагностика определения уровня агрессивности у воспитанников | Зам. директора по ВР, психолог, воспитатели групп. |
| 4. | октябрь | Диагностика «Социометрия» | Зам. директора по ВР, социальный педагог |
| 5. | октябрь | Круглый стол для педагогов: «Детская агрессивность: причины и пути преодоления» | Директор, зам. директора по ВР, педагогические работники |
| 6. | ноябрь май | Совещание при директоре «Анализ состояния травматизма детей и проведения мероприятий в образовательном учреждении, направленных на предупреждение травматизма». | Директор, зам. директора по ВР, медицинская сестра, педагогические работники |
| 7. | постоянно | Инструктажи по соблюдению техники безопасности в период нахождения в летних оздоровительных лагерях, общественных местах, правил дорожного движения, поведения на природе и водных объектах, а также в период проведения спортивных и массовых мероприятий. | воспитатели групп |
| 8. | декабрь 2014г | Информационно - просветительская кампания среди подростков «Детство без жестокости и насилия: защита и помощь»: - беседа «Телефон доверия - шаг | Зам. директора по ВР , психолог, социальный педагог, воспитатели групп |

| | | | |
|-----|-------------------------|---|---|
| | | к безопасности ребенка» | |
| 9. | В течение года | Разъяснительные встречи медицинской сестры детского дома с детьми: беседы, диктанты по теме: «Соблюдай правила дорожного движения», «Физкультурный заслон ОРЗ», «Если хочешь быть здоров – закаляйся», «Чистота рук - залог здоровья», «Профилактика простудных заболеваний», «Профилактические прививки - за и против», «Расти здоровым», «Чистота и здоровье», «Я здоровье берегу - сам себе я помогу». | Медицинская сестра, воспитатели |
| 10. | В течение года | Обновление наглядной информации по профилактике соблюдения ПДД, о правилах поведения в ЧС, (стенды, в каждом уголке группы) | Медицинская сестра, воспитатели |
| 11. | Январь | Коллективный просмотр презентации - видеоролика «Скажи жестокости НЕТ!» | Зам. директора по ВР Панина Н.В., психолог, социальный педагог, воспитатели групп |
| 12. | В течение года | Размещение информации для воспитанников с указанием единого телефона доверия, контактных телефонов заинтересованных служб и ведомств | Зам. директора по ВР Панина Н.В., воспитатели групп |
| 13. | согласно графику работы | Организация правового воспитания (тематические занятия по программе «Право и закон», беседы, консультации, круглые столы, приглашение представителей правоохранительных органов) | Зам. директора по ВР Панина Н.В., воспитатель Балаян Г.А. |
| 14. | февраль | Практикум для воспитателей «Педагогические ситуации, способы их решения» | Зам. директора по ВР Панина Н.В., |

| | | | |
|-----|-----------|--|---|
| | | | воспитатели групп |
| 15. | март | <p>Групповые занятия «Давайте жить дружно!»</p> <ul style="list-style-type: none"> - беседа «Друг. Дружба» (младший возраст), - круглый стол «О насилии на стадии свиданий» (средний возраст), - Тренинговое упражнение «Учись управлять своими эмоциями» (старший возраст). | Зам. директора по ВР Панина Н.В., воспитатели групп |
| 16. | апрель | Семинар – практикум для педагогов «Формы жестокого обращения с детьми» | Зам. директора по ВР Панина Н.В., психолог, социальный педагог, воспитатели групп |
| 17. | ноябрь | <p>Групповые профилактические занятия с воспитанниками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - диспут «Учись быть добрым» (младший возраст), - беседа «О правилах поведения и безопасности на улице» (средний возраст), <p>круглый стол «Взаимоотношения в семье» (старший возраст).</p> | Зам. директора по ВР Панина Н.В., воспитатели групп |
| 18. | декабрь | <p>Проведение цикла профилактических бесед с воспитанниками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Я и моя семья» - для младших воспитанников. - «Я и мой мир» - для среднего возраста - «Я и мое окружение» - для старшего возраста | Зам. директора по ВР Панина Н.В., воспитатели групп |
| 19. | постоянно | Индивидуальная работа с детьми «группы риска» | Зам. директора по ВР Панина Н.В., воспитатели групп, педагог-психолог |
| 20. | май | Круглый стол для педагогов «Жестокое обращение с детьми как социально-психологическое | Зам. директора по ВР Панина Н.В., психолог, социальный педагог, |

| | | | |
|-----|-----|---|---|
| | | явление» | воспитатели групп |
| 21. | май | Проведение диагностики подростков по методике «Недописанный тезис». | Зам. директора по ВР Панина Н.В., психолог, воспитатели групп |

3. Педагогические технологии реабилитации детей, подвергавшихся жестокому обращению

3.1. Консультирование детей

Основная цель работы воспитателя детского дома, психолога с воспитанниками, подвергавшихся жестокому обращению заключается в уменьшении и ликвидации последствий травматических переживаний. В процессе консультирования важно установить контакт с ребенком.

Наиболее подходящим вариантом работы с детьми, пережившими жестокое обращение, является мульти модульная модель консультирования, в которой сочетаются три основных психотерапевтических направления: работа с мыслями, работа с эмоциями, работа с поведением. Выбор конкретного метода в практической работе зависит от: возраста ребенка; стадии консультирования, то есть над чем в данный момент идет работа: над мыслями, эмоциями или поведением; уровня когнитивного развития ребенка. Консультирование лучше проводить в игровой или неформально обставленной комнате, нежели в кабинете. Это способствует снятию напряжения, усиливает чувство безопасности и контроля над ситуацией. Считается, что процесс консультирования идет успешнее, если дети могут контролировать дистанцию между собой и взрослым. Дети, пережившие насилие научились не доверять окружающим, поскольку испытали сильную боль от тех, кого они любили. Это означает, что первичное установление контакта педагога с ребенком и дальнейшее формирование доверительных отношений будет нескорым и непростым. Интервьюирование, или беседа воспитателя с ребенком, пережившим насилие, позволит защитить его

законные права и интересы только в том случае, если ей будет предшествовать целенаправленная подготовка, а полученные сведения будут надлежащим образом проанализированы. Таким образом, под беседой с ребенком понимается не просто разговор педагога и ребенка, но и работа, проделанная до и после разговора. Исходя из такого широкого понимания слова «беседа», выделяют три стадии: подготовка, проведение и анализ. В свою очередь, в двух первых стадиях можно выделить несколько фаз.

Подготовка к беседе. Стадия подготовки к беседе включает следующие три фазы: сбор информации, составление плана беседы, выбор места и создание условий для беседы.

1) Сбор информации. До начала беседы воспитателю, психологу, необходимо получить максимум информации о случившемся.

2) Составление плана беседы. До начала беседы необходимо составить план, в котором нужно указать наиболее важные вопросы, требующие выяснения. Затем необходимо перефразировать эти вопросы так, чтобы они были понятны ребенку, то есть соответствовали его возрастному восприятию и интеллектуальному развитию.

3) Выбор места и создание условий для беседы. Выбранное для проведения беседы место должно быть удобно для ребенка. Из помещения необходимо удалить все, что может отвлекать его внимание, но при этом не следует создавать «холодную атмосферу».

Далее следует проведение беседы.

Трудность при обследовании заключается в том, что ребенку тяжело выразить словами все то, что с ним произошло. Он точнее и легче выразит это своим поведением, действиями. Менее травматично выразить все в игре. Возможны следующие варианты: игра с куклами: для детей от 2 до 7 лет; рисование: для детей от 5 лет; рассказывание истории: для детей школьного возраста, имеющих языковые способности и достаточный словарный запас.

Игра с куклами. Дети, которые не испытали сексуального насилия, воспроизводят в игре свою повседневную жизнь. Дети, пережившие

сексуальное насилие проигрывают сексуальные роли. Обе группы детей играют так, как это происходило и происходит с ними на самом деле.

Рассказывание историй может быть: по стандартным тестам (картинкам); по специально разработанным тестам. Проигрывается, проговаривается, обсуждается то, что ребенка волнует в данный момент.

При завершении беседы необходимо поблагодарить ребенка за помощь, выразить ему признательность за сотрудничество вне зависимости от того, сколь информирована была беседа и оправдала ли она наши ожидания.

Анализ полученных сведений. Целью стадии анализа являются получение ответа на два вопроса: подтверждают ли полученные сведения, что ребенок пострадал от того или иного вида жестокого обращения; какова достоверность сказанного. Решить указанную задачу можно, только сформулировав и проверив альтернативные гипотезы, объясняющие, почему ребенок дает такие показания. Основными принципами проведения анализа являются объективность, профессионализм и опора на факты. При оценке достоверности показаний ребенка обязательно учитывают время, прошедшее с момента, когда о факте насилия стало известно окружающим – правоохранительным органам, социальным службам, а также число бесед, проведенных ранее. Чем больше времени прошло с момента раскрытия факта насилия, и чем больше число предварительных бесед, тем больше вероятность возникновения искажений в показаниях ребенка. Принимая решение о достоверности сообщенных ребенком фактов, обязательно учитывать информацию, полученную из других источников. Такими обстоятельствами, подтверждающими достоверность показаний ребенка, являются: наличие нарушений поведения, характерных для данной формы жестокого обращения с детьми; особенности поведения ребенка во время беседы; данные, полученные при медицинском осмотре ребенка; наличие вещественных доказательств; показания незаинтересованных свидетелей.

Выбор подхода к психологическому консультированию жертв насилия зависит от того, какие у детей существуют проблемы в когнитивном,

аффективном и поведенческом плане. У жертв насилия чаще всего наблюдаются отклонения во всех вышеуказанных сферах, в частности: когнитивный уровень: низкая самооценка; иррациональные, разрушительные мысли; проблемы с принятием решения; проблемы с поиском выхода из сложных ситуаций; аффективный уровень: гнев, злость, тревожность, чувство вины, страх отвержения, фобии, депрессия; поведенческий уровень: драки, слезы, низкая учебная успеваемость, ночные кошмары, изоляция от окружающих, конфликты с окружающими. Дети избирают следующие формы сопротивления: отказываются говорить, отрицают, что проблема насилия существует, отказываются говорить на «больную» тему, говорят о чем-то несущественном. Избегают контакта глаз, опаздывают или пропускают встречи, невербально закрываются и разговаривают враждебно, не идут на контакт с педагогом (например, прячутся за мебель) и т. п. Основная задача воспитателя – стать заодно с ребенком, чтобы помочь ему.

3.2. Арт-терапия для жертв насилия

Поскольку насилие является сложным предметом для обсуждения, а его жертвы во избежание разглашения обстоятельств совершенного насилия вынуждены молчать, арт - терапевтический подход является для них наиболее приемлемой формой работы с педагогом. Даже не раскрывая психотравмирующего обстоятельства, пострадавший от насилия может благодаря работе с изобразительными материалами получать разнообразные положительные эффекты. Для перенесших насилие детей характерно создание изображения ущербных или неполноценных персонажей (возможно, изображенных карикатурно), а так же таких, которые испытывают страх, страдания, находящиеся в опасной ситуации. Использование фотографий, создание фотоколлажа или ассамбляжа, плаката или иллюстрированной фотографией «книжки» будет также предполагать изобразительную деятельность. Фотографии могут сочетаться с сочинениями историй или «сценариев», что будет связано и с литературным творчеством.

Если при создании коллажа используются образы, взятые из полиграфической продукции, то осознанно или неосознанно идентифицируясь с ними, автор переносит на них свои чувства и потребности, что способствует глубокому самораскрытию и выражению актуального для автора психологического материала. Фотоколлаж представляет своего рода «визуальное размышление» автора о жизни, отражает его картину мира, отношение к себе и к другим людям, своему прошлому, настоящему и будущему. Можно попросить автора создать на основе фотоколлажа историю или сказку с участием реальных или фантастических персонажей. Ассамбляж могут представлять собой расположенную на определенной плоскости, например, на листе бумаги группу предметов – разнообразных природных (камни, семена, ракушки, цветы, листья и др.) и техногенных объектов. Некоторые из таких предметов могут являться личными вещами, другие же могут быть найдены на улице или выданы педагогом. Можно использовать и фотографические образы. В некоторых случаях предметы и фотографии могут использоваться в сочетании с графикой, живописью и лепкой. Более, старшие дети могут рассказать о «жизненном пути», который изображает коллаж. Фрагмент, изображение, композицию ребенок может поместить в рамку. Рамка выполняет защитную функцию. Она дает ощущение безопасности, охраняя то, что в нее помещено (чувства, представления, ценности, опыт автора). Это повышает самооценку и придает ценность опыту, даже если он был сложен и травматичен (рамка из различных материалов). Поскольку насилие является сложным предметом для обсуждения, в частности из-за того, что его жертвы часто подвергаются шантажу, во избежание разглашения обстоятельств преступления, арт-терапевтический подход является эффективным средством установления с ребенком диалога, мобилизации его защитно-приспособительных реакций и достижения лечебно-реабилитационных эффектов.

3.3. Групповая терапия с детьми

Групповые дискуссии и упражнения помогают детям решить для себя, кому в этом мире они могут доверять, а с кем следует быть осторожными. Задачей групповой терапии является не только помощь ребенку в преодолении психологической травмы, нанесенной жестоким обращением, но и формирование у него жизненных навыков, соответствующих возрасту. Процесс групповой терапии ориентирован на социализацию ребенка. Он способствует формированию здоровых взаимоотношений детей друг с другом и учит их уважать как свои права, так и права других. Одна из главных целей групповой терапии – помочь ребенку развивать самоконтроль и умение вести себя согласно нормам, принятым в обществе. Помимо этого, участие в групповых занятиях повышает самооценку. У детей появляется возможность в спокойной и доброжелательной обстановке разобраться в собственных противоречивых чувствах. Таким образом, именно групповая терапия является оптимальной формой работы реабилитации детей, подвергавшихся жестокому обращению, поскольку в процессе такой работы у них снижается чувство изолированности, развиваются навыки общения, появляется возможность проанализировать внутренние конфликты и переживания. Для отбора детей для участия в групповой терапии необходимо собрать о них как можно больше информации, касающейся: личностных особенностей; особенностей раннего развития; динамики внутрисемейных отношений. Окончание групповой терапии должно восприниматься детьми как значительное достижение, которое необходимо отметить в виде общего праздника, на котором отмечаются успехи детей.

3.4 Тренинг с детьми

Тренинг работы с детьми, состоит из трех этапов и десяти модулей.

Этап 1 включает в себя:

Модуль 1. «Добро пожаловать в группу».

На первых встречах вырабатываются групповые нормы. Задача педагога на этом этапе – привлечь всех членов группы к участию в общем процессе и создать доброжелательную атмосферу. Основные задачи: 1. Вместе с участниками определить границы приемлемого поведения в группе и принять соглашение о соблюдении установленных ограничений. 2. Повысить самооценку каждого участника, обеспечив каждому возможность поделиться своими мыслями и чувствами в обстановке доброжелательности и поддержки. Подчеркнуть значимость каждого члена группы для формирования совместного группового опыта. 3. Помочь всем участникам группы осознать цель групповой работы.

Практические задания модуля 1: Упражнение 1 «Групповой рисунок». Упражнение 2 «Назови свое имя». Упражнение 3 «Паутина». Упражнение 4 «Двадцать «Я». Упражнение 5 «Рисую себя». Упражнение 6 «Какой я человек?». Упражнение 7 «Какие мы?». Упражнение 8 «Легкие пути ведут в тупик». Упражнение 9 «Футболка с надписью». Упражнение 10 «Письмо себе, любимому»

Модуль 2. «Приобретаем друзей» Модуль способствует дальнейшему формированию внутригрупповой сплоченности и доверия, установлению неформальных взаимоотношений между участниками. Основные задачи: 1. Строить позитивные взаимоотношения между сверстниками в условиях группового взаимодействия. 2. Рост доверия между членами группы. 3. Дать возможность выразить эмоции, связанные с переживанием позора, и разъяснить природу подобных чувств. 4. Вырабатывать умение находить себе друзей.

Практические задания модуля 2: Упражнение 1 «Легкие пути ведут в тупик-2». Упражнение 2. «Выбираем друзей». Упражнение 3 «Друзья».

Упражнения на установление контакта Упражнение 1 «Автобус». Упражнение 2 «Найди пару». Упражнение 3 «Найди пару - 2». Упражнение 4 «Невербальный контакт». Упражнение 5 «Испуганный ежик». Упражнение 6 «Установление контакта». Упражнение 7 «Очередь».

Упражнение 8 «Объявление». Упражнение 9 «Идеал». Упражнение 10 «Откровенно говоря»

Модуль 3. «Чувства – это нормально». Основная задача этапа – адаптировать детей к групповому взаимодействию и создать обстановку, способствующую работе с болезненными чувствами и внутренними конфликтами, порожденными травмой. Эмоциональный опыт ребенка оказывает большое влияние на его общее развитие, поэтому данный модуль целиком посвящен работе с чувствами. Основные задачи: 1. Научить участников группы выражать свои чувства в вербальной форме, тем самым снижая вероятность их неадекватного проявления в поведении. 2. Подготовить детей к работе с неприятными и часто противоречивыми чувствами, связанными с пережитым злоупотреблением: гневом, ощущением предательства, страхом, печалью, стыдом, виной, чувством отверженности и беспомощности. 3. Способствовать развитию эмпатии, обсуждая в доброжелательной обстановке чувства всех членов группы. Развивать способность детей понимать и поддерживать других.

Практические задания модуля 3: Упражнение 1 «Что заставляет людей чувствовать?..». Упражнение 2 «Коллажи чувств». Упражнение 3 «На что похоже мое настроение». Упражнение 4 «Имена чувств». Упражнение 5 «Эмоции в моем теле». Упражнение 6 «Угадай настроение». Упражнение 7 «Зеркало».

Этап 2. Включает в себя Модуль 4. «Рассказываем друг другу о том, что произошло». На первом этапе работы дети научились видеть разнообразные чувства у других и проявлять их. На этом этапе у детей появляется возможность рассказать о том, что произошло, поделиться чувствами, часто глубоко спрятанными, и получить поддержку и понимание. Основные задачи: 1. Дать детям возможность выразить чувства, связанные с пережитым злоупотреблением, в обстановке понимания и поддержки. Вербальное выражение чувств снизит вероятность проявления неотреагированных эмоций в поведении. 2. Помочь детям разобраться в их чувствах,

направленных на насильника. 3. Дать детям возможность рассказать о жестоком обращении тем, кто пережил сходные события и испытал похожие чувства. Это поможет избавиться от ощущения одиночества и стыда. 4. Помочь детям проанализировать чувство вины, часто неосознаваемое, и ощущение ответственности за то, что с ними произошло, и справиться с ним.

Практические задания модуля 4: Упражнение 1 «Что я чувствую, когда вспоминаю об этом». Упражнение 2 «Я думаю, это произошло потому, что...». Упражнение 3 «Что обо мне подумают». Упражнение 4 «Рассказываем друг другу о том, что произошло». Упражнение 5 «Письмо обидчику».

Модуль 5. «По секрету». К этому моменту участники группы поделились друг с другом подробностями того, что с ними произошло, и начали работать со своими чувствами, вызванными жестоким обращением. Основные задачи: 1. Поддержать ребенка в его решении рассказать о происшедшем, несмотря на негативную реакцию окружающих. Тем самым уменьшается вероятность возникновения подобных «семейных тайн» в будущем. 2. Поработать с чувством вины, беспомощности и ответственности за злоупотребление, чтобы помочь детям понять, почему для них было важно сохранять тайну.

Практические задания модуля 5: Упражнение 1 «Сохраняем тайну». Упражнение 2 «Раскрываем тайну». Упражнение 3 «Письмо родителю».

Модуль 6. «Моя семья». Дети часто продолжают сомневаться, правильно ли они поступили, рассказав о случившемся, даже когда переживания, вызванные оглаской, уже теряют свою остроту. Нередко они чувствуют себя ответственными за те потрясения и перемены, которые неизбежно происходят в их семьях после раскрытия факта злоупотребления. Иногда возникающие осложнения накладываются на старые проблемы в детско-родительских отношениях, и это приводит к тому, что ребенок больше считается с потребностями родителей, чем со своими собственными. Основные задачи: 1. Уменьшить чувство ответственности ребенка за то, что происходит в семье. 2. Помочь детям адаптироваться к изменениям,

происходящим в их семьях. 3. Научить детей спокойно просить у родителей разрешения, если они хотят чаще уходить из дома и общаться с друзьями.

Практические задания модуля 6: Упражнение 1 «Моя новая семья». Упражнение 2 «Скульптура семьи». Упражнение 3 «Семейные истории». Упражнение 4 «Поиграем в семью». Упражнение 5 «Связанные одной цепью». Упражнение 6 «Представление о своей будущей семье». Упражнение 7 «Идеальная семья». Упражнение 8 «Жизнь идеальной семьи». Упражнение 9 «Позаботься о себе». Упражнение 10 «Младенец». Упражнение 11 «Сценки из жизни семьи».

Этап 3. Включает в себя Модуль 7. «Позаботься о себе сам». Основные задачи: 1. Помочь детям поверить в свои силы и осознать, что они способны постоять за себя. 2. Помочь им научиться распознавать потенциально опасные ситуации. 3. Помочь осознать необходимость уважения права другого человека на личное пространство. 4. Научить детей быть твердыми в отстаивании своей позиции и говорить «Нет!». 5. Дать детям почувствовать, что каждому из них уделяется внимание, тем самым снижая потребность утверждаться за счет других. 6. Научить детей заботиться о себе и не чувствовать себя жертвой. 7. Формировать навыки общения, учить получать и давать положительную и отрицательную обратные связи, проявляя заботу друг о друге, а, не демонстрируя защитное поведение.

Практические задания модуля 7: Упражнение 1 «Мне нравится в тебе». Упражнение 2 «Комплименты». Упражнение 3 «Слепой и поводырь». Упражнение 4 «Каким я вижу себя». Упражнение 5 «Как позаботиться о себе». Упражнение 6 «Такие разные прикосновения». Упражнение 7 «Проявляем твердость характера».

Модуль 8. «Девочки взрослеют». С помощью этого модуля девочки смогут узнать об особенностях женского полового развития, преодолеть типичные заблуждения и более оптимистично взглянуть на перспективу взросления. Основные задачи: 1. Удовлетворить интерес детей к вопросам о сексе. 2. Предоставить детям достоверную информацию по вопросам

полового развития и репродукции. 3. Развеять заблуждения детей о влиянии сексуального насилия на их будущую половую жизнь.

Практические задания модуля 8. Упражнение 1 «Фильм о половом созревании». Упражнение 2 «Вопросы о сексе». Упражнение 3 «Когда я вырасту».

Модуль 9. «Мальчики взрослеют». Основные задачи модуля: 1. Предоставить участникам необходимую информацию о половом развитии. 2. Заострить внимание на тех психологических качествах членов группы, которые способствуют нормальной половой идентификации мальчиков. Это уменьшает количество неадекватных попыток продемонстрировать мужественность. 3. Уделить внимание переживаниям детей, связанным с отношениями между мужчиной и женщиной.

Практические задания модуля 9: Упражнение 1 «Фильм о половом созревании». Упражнение 2 «Вопросы о сексе». Упражнение 3 «Когда я вырасту».

Модуль 10. «На прощание». Завершающий этап работы призван помочь участникам увидеть «свет в конце тоннеля», переключить внимание с пережитого ими на продолжение нормальной жизни. Затрагиваются такие темы, как самооценка, умение отстаивать свои права, половое созревание.

Задания этого модуля позволят детям и взрослым подвести итоги длительной и напряженной работы группы. Основные задачи: 1. Помочь участникам группы увидеть связь между негативными чувствами, которые у них вызывает предстоящее окончание работы, и их прошлыми проблемами (личными потерями, социальной изоляцией). 2. Сделать акцент на положительных чувствах, связанных с завершением программы, подготовить членов группы к окончанию групповой работы. 3. Вспомнить, как проходила работа группы, уделяя особое внимание наиболее значимым моментам и личным успехам каждого участника. 4. Определить, с какими участниками группы необходима дальнейшая терапевтическая работа.

Практические задания модуля 10: Упражнение 1 «С тех пор, как я в группе». Упражнение 2 «Моя группа». Упражнение 3 «Фильм о моей жизни». Упражнение 4 «Я - подарок для человечества». Упражнение 5 «Машина времени». Упражнение 6 «Прощание». Упражнение 7 «Прощальная вечеринка».

Заключение

Жестокое обращение с детьми и пренебрежение их основными потребностями оказывает негативное влияние на психическое развитие ребенка, нарушает его социализацию. Насилие по отношению к детям, неисполнение родителями обязанностей по содержанию и воспитанию своих детей является одной из основных причин безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, ведет к росту социального сиротства. Семейное неблагополучие, использование неадекватных форм воспитания (таких как насилие) наиболее часто проявляется в образе жизни детей, их поведении, характере межличностных отношений. Одним из проявлений личностного реагирования, особенно подростков, являются гиперактивность с уходом в асоциальную и криминальную среду.

Статья 19 Конвенции ООН о правах ребенка гласит: "Государства-участники принимают все необходимые законодательные, административные, социальные и просветительные меры с целью защиты ребенка от всех форм физического и психологического насилия, оскорбления или злоупотребления, отсутствия заботы или небрежного обращения, грубого обращения или эксплуатации, включая сексуальное злоупотребление, со стороны родителей, законных опекунов или любого другого лица, заботящегося о ребенке". Поэтому перед педагогами детского дома стоят важные задачи профилактики жестокого отношения к детям, а также реабилитация пострадавших от насилия детей.

Список литературы

Конвенция ООН о правах ребёнка

1. Алексеева И.А., Новосельский И.Г. Жестокое обращение с ребенком. Причины. Последствия. Помощь. 3-е изд., перераб. И доп. –М.- Национальный фонд защиты детей от жестокого обращения. 2013.-470с.
2. Введение в проблему насилия и жестокого обращения с детьми. / Под ред. Е.Н.Волковой.- Н.Новгород, 2008.
3. Григович И.Н. Синдром жестокого обращения с ребенком. Диагностика. Помощь. Предупреждение.- М.: Национальный фонд защиты детей от жестокого обращения. 2013. -184с.
4. Догадина М.А., Пережогин Л.О. Сексуальное насилие над детьми. М.: Сам себе адвокат, 1999.
5. Жестокое обращение с детьми. Помощь детям, пострадавшим от жестокого обращения и их родителям // Под ред. д.м.н. Сафоновой Т.Я. : М. – 2001.
6. Защита детей от жестокого обращения. / Под ред. Е.Н. Волковой. – СПб.: Питер, 2007
7. Дерябина В.В. Психологическая помощь детям, пережившим насилие в семье. //Автореф. дисс. к.психол.н., М., 2010.
8. Карабанова О.А. Игра в коррекции психического развития ребенка. РПА – М.1997.
9. Михайлов А.Н., Дерябина В.В. Диагностика последствий жестокого обращения с детьми./ Под ред. Т.Я. Сафоновой. М.: ДО ЦОУО Окружной методический центр, 2008.
10. Насилие в семье: с чего начинается семейное неблагополучие: Научно-методическое пособие / Под ред. Л.С. Алексеевой. – М., 2000.
11. Насилие и его влияние на здоровье: пособие для медицинских и социальных работников / Под. общ. ред. Л.С. Алексеевой и Г.В. Сабитовой. Государственный НИИ семьи и воспитания, 2005.

12. «Профилактика жестокого обращения и насилия над детьми. Помощь детям, пережившим насилие», УМК под ред. В.Н. Ослон, Москва, 2014. 116 с.
13. Проблемы насилия над детьми и пути их преодоления. / Под ред. Е.Н. Волковой. – СПб.: Питер, 2008.
14. Письмо Минобрнауки РФ от 10.03.2009 N 06-224 «Об организации в субъектах Российской Федерации работы по профилактике жестокого обращения с детьми» (вместе с «Рекомендациями об организации в субъектах Российской Федерации работы по профилактике жестокого обращения с детьми»)// Вестник образования. N 12. Июнь. 2009.
15. Технологии работы оказания помощи детям, пережившим жестокое обращение (методическое пособие). Челябинск, 2011. 97 с.

Интернет - ресурсы

ПРИЛОЖЕНИЕ

2.4 Тренинг с детьми, подвергавшихся жестокому обращению

Практические задания к модулям

Модуль 1

Упражнение 1 «Групповой рисунок». Для выполнения этого упражнения на взаимодействие детям выдается большой лист бумаги и фломастеры и предлагается сделать совместный рисунок. Они должны сами решить, что это будет за рисунок, и распределить между собой роли в процессе его создания. Это задание учит детей договариваться и дает специалистам возможность наблюдать, какую стратегию использует каждый из детей. Оно также способствует сближению участников группы.

Упражнение 2 «Назови свое имя». Детям дается следующая инструкция: «Сядьте, пожалуйста, в один большой круг, назовите свое имя и положительное качество (то, что вы в себе цените) на первую букву имени, по кругу». После проведения этого упражнения можно провести обсуждение: что ты ценишь в себе? Трудно ли было находить в себе хорошее качество, что ты при этом чувствовал? Детям иногда трудно назвать качество на нужную букву или найти в себе положительное качество, поэтому специалисту важно вовремя поддержать ребенка, оказать ему помощь и привлечь для этого других участников группы.

Упражнение 3 «Паутина». Это упражнение – хороший способ как выработки, так и проверки сплоченности группы. Для его выполнения необходим клубок ниток. Удобнее проводить упражнение сидя на полу. Детям дается следующая инструкция: «Сядьте в круг. У каждого из вас сейчас есть возможность назвать свое имя и что-нибудь рассказать о себе, например, чем тебе нравится заниматься или какая твоя любимая игра или еда. Подумайте, что вы хотите рассказать о себе. (Специалист берет клубок ниток и, сказав что-то о себе, зажимает свободный конец нити в руке и кидает клубок участнику, сидящему напротив). Если хочешь, ты можешь назвать нам свое имя и что-нибудь рассказать о себе. Если ты ничего не хочешь говорить, то можешь просто взять нить в руку, а клубок перебросить

следующему». Таким образом, все члены группы оказываются «в паутине». Поговорите с ними на разные темы, которые могут способствовать групповой сплоченности: как вы думаете, почему мы составили такую паутину? Что нам помогло создать такую мощную паутину? После обсуждения паутина распутывается. Каждый участник возвращает клубок предыдущему, называя его по имени, пока клубок не вернется к ведущему. Следует быть готовым к тому, что нить может запутаться. Эту ситуацию можно прокомментировать с юмором, сказав, например, что члены группы уже тесно связаны между собой. «Все ли высказались? Что вы почувствовали? Чьи рассказы вас заинтересовали? Трудно ли было говорить о себе? Кто в группе вызвал любопытство?»

Упражнение 4 «Двадцать «Я». Это упражнение особенно подходит для первых занятий и является хорошим способом «сломать лед», способствует развитию атмосферы открытости и доверия. Для специалиста это упражнение является диагностическим. Каждому члену группы даются карандаш и бумага. Детям дается следующая инструкция: «Двадцать раз ответьте на вопросы «кто я, какой я?». Используйте характеристики, черты, интересы, чувства для описания себя, начиная каждое предложение с местоимения «я»... Если вы уже закончили, приколите листок бумаги на грудь. Затем начинайте медленно ходить по комнате, подходите к другим членам группы и внимательно читайте то, что написано на листке у каждого. Пожалуйста, ходите молча и лишь читайте, что написано у остальных. Когда я скамандую «Стоп!», вы можете остановиться рядом с кем-нибудь и поговорить друг с другом о своих ответах». Возможный вариант: «Можете не показывать свой список всем, дайте прочитать его тем, кому захотите».

Упражнение 5 «Рисую себя». Участникам предоставляются листы бумаги разного формата и цветов, фломастеры, карандаши, ручки, мелки и т. д. Детям дается следующая инструкция: «Сейчас я предлагаю вам нарисовать себя. Себя можно изобразить растениями, животными, с помощью схем, цвета, коллажа или как-то еще, как вам захочется. Для рисования вы можете

использовать любую бумагу и любые пишущие принадлежности. Каждый может показать другим свой рисунок и рассказать о нем». Специалисту надо иметь в виду, что дети часто стремятся к тому, чтобы взрослый похвалил их рисунок, «оценил на отлично». Специалист при этом подчеркивает, что у каждого рисунок хорош по-своему, и главное, что участники изобразили себя.

Упражнение 6 «Какой я человек?». Детям дается следующая инструкция: «Человек часто задает вопросы, но в основном другим. Эти вопросы о чем угодно, только не о себе самом. Сейчас мы будем отвечать на два вопроса из многих, отражающих ваше представление о себе. Возьмите лист бумаги и ответьте на предлагаемые вопросы. Мой жизненный путь: каковы мои основные успехи и неудачи? •Влияние семьи: как на меня влияют мои родители, братья и сестры, близкие? Ваши ответы должны быть предельно откровенными, так как, кроме вас, их никто не увидит. Только с вашего разрешения с этими ответами ознакомлюсь я. Через некоторое время у вас накопится много ответов на этот простой и одновременно такой сложный вопрос: какой я человек? Эти ответы помогут вам лучше разобраться в себе». Это упражнение можно проводить многократно в течение курса занятий, повторяя и меняя заданные вопросы.

Упражнение 7 «Какие мы?». Все члены группы садятся в круг и получают от специалиста по листу бумаги. Каждый участник пишет в верхней части листа свое имя и делит лист вертикальной линией на две части. Левую отмечаем сверху знаком «+», правую – знаком «-». Под знаком «+» перечисляем: название любимого цвета, любимое время года, любимый фрукт, животное, книгу, то, каким образом легче всего доставить мне удовольствие, и т. п. В правой части листа под знаком «-» каждый называет: нелюбимый цвет и т. д. Специалист участвует в упражнении вместе со всеми: читает вслух название каждого пункта и пишет свои ответы. После этого проводится знакомство с ответами и их обсуждение.

Упражнение 8 «Легкие пути ведут в тупик». Это упражнение можно провести в конце одного из первых занятий. Его рекомендуется время от времени повторять с целью диагностики динамики группы. Детям дается следующая инструкция. «Мы познакомились друг с другом, узнали новые имена и, самое главное, индивидуальные особенности всех членов нашей группы. Сейчас вам нужно записать в таблицу «Индивидуальность» то, что вам запомнилось о каждом из участников, суть его или ее высказываний о своей индивидуальности. Вспомните то, что они сами говорили о себе, что говорили о нем другие, когда мы сидели вместе. Это, безусловно, не очень легко, но «легкие пути всегда ведут в тупик». Вы можете добавить и свои выводы об индивидуальности этого человека, которые вы смогли сделать во время занятия. Например, вы можете написать: «Ирина отличается от всех своим спокойствием». На эту работу вам отводится 10 минут. Постарайтесь вспомнить как можно больше о каждом из членов группы. Не ленитесь, это нужно в первую очередь именно вам. Затем вы соберетесь в большой круг и по очереди зачитаете свои записи, исправляя неточности в графе «Его собственное высказывание».

| Индивидуальность № | Тренинговое имя участника | Его собственное высказывание | Мое представление о его индивидуальности |
|--------------------|---------------------------|------------------------------|--|
| 1 | | | |
| 2 | | | |
| 3 | | | |
| 4 | | | |

Упражнение 9 «Футболка с надписью». Специалист говорит о том, что всякий человек «подает» себя другим. Говорит о футболках с разными надписями, приводит примеры «говорящих» надписей. Затем членам группы

предлагается за 5–7 минут придумать и записать на листке бумаги надпись на своей «футболке». Оговаривается, что эта надпись в дальнейшем может меняться. Важно, чтобы она что-нибудь говорила о ребенке сейчас – о его любимых занятиях и играх, об отношении к другим, о том, чего он хочет от других, и т. п. После выполнения задания каждый зачитывает свою надпись. Специалист во всех случаях предоставляет участнику эмоциональную поддержку. Затем проводится очень короткое обсуждение: о чем в основном говорят надписи на футболках? Что мы хотим сообщить о себе другим людям? В заключение специалист показывает (желательно, в шуточной форме) надпись на своей футболке.

Упражнение 10 «Письмо себе, любимому». Детям дается следующая инструкция. «Сейчас вы напишете письмо самому близкому вам человеку. Кто самый близкий вам человек? Вы сами. Напишите письмо себе, любимому».

МОДУЛЬ 2

Упражнение 1 «Легкие пути ведут в тупик-2». Это переходное упражнение, связывающее первый и второй модули. Дети разбиваются на пары и делают короткий «рекламный ролик» друг о друге, используя таблицу «Индивидуальность», которую они заполнили в модуле 1. Возможно, специалисту придется дать пример – продемонстрировать, как именно можно убедить группу в том, что кто-то будет замечательным другом. Необходимо пояснить, что рассказ должен быть доброжелательным. Презентация проводится перед всей группой. Ребенок, о котором идет речь, садится на специальное «почетное место». Дети часто испытывают удивление и радость, находясь в центре внимания группы.

Упражнение 2. «Выбираем друзей». Каждому ребенку дается рабочий листок с вопросами о выборе друзей. Как и в предыдущих упражнениях, специалист может сам разбить детей на пары. Участники группы по очереди отвечают на вопросы. Отвечая на вопрос: «Где ты находишь друзей?», дети часто вынуждены признаться, что практически не общаются со сверстниками

за пределами школы. Причиной этого они нередко называют страх того, что их «секрет» будет раскрыт. Чувства, связанные с ощущением «испорченности», выходят на поверхность при ответе на вопрос: «Выбираешь ли ты в друзья тех, кто похож (или не похож) на тебя?». Также можно определить, как дети воспринимают отношение взрослых к их дружеским связям. Бывает, что они сердятся и обижаются на взрослых за то, что после происшедшего те стали излишне строгими. Рабочий листок «Выбираем друзей» содержит следующие вопросы:

1. Где можно найти себе друзей? а) _____
б) _____
2. Как ты выбираешь себе друга (подругу)?
3. Выбираешь ли ты в друзья тех, кто похож на тебя? Чем они похожи на тебя?
4. Выбираешь ли ты в друзья тех, кто не похож на тебя? Чем они не похожи на тебя?
5. Расскажи об одном из твоих друзей: На кого он (она) похож? О чем вы разговариваете? Что вы делаете вместе? Как другие люди относятся к твоему другу (подруге)?
6. Как ты даешь понять другому, что хочешь с ним подружиться?
7. Что твои родители говорят о твоих друзьях?

Упражнение 3 «Друзья». Это упражнение посвящено обсуждению того, что значит быть хорошим другом и какими качествами надо обладать для этого. Анализируется способность каждого из детей быть другом. Отвечая на вопросы этого листка, дети часто выходят на обсуждение проблемы доверия другим людям, поэтому все задание может рассматриваться как работа с ощущением предательства, пережитого детьми. Это упражнение нередко вызывает замешательство у детей, что связано с негативным отношением взрослых к их разговорам с друзьями о происшедшем.

Рабочий листок «Друзья» содержит следующие неоконченные предложения:

1. Настоящий друг (подруга) всегда _____

2. Настоящий друг (подруга) никогда_____
3. Я бы хотел, чтобы мой друг (подруга)_____
4. Я всегда бы мог рассказать моему другу (подруге)_____
5. Я никогда не рассказал бы моему другу (подруге) 6. Я – хороший друг (подруга), потому что_____

Упражнения на установление контакта

Для того чтобы установился хороший контакт, важно расположить собеседника к себе, вызвать его доверие, интерес. Для этого у нас есть невербальные и вербальные средства. Невербальные – поза, улыбка, контакт глаз, организация пространства общения (дистанция). Вербальные – комплименты, «ритуальные» фразы: «Какая хорошая погода...», открытые вопросы, дающие возможность собеседнику ответить более полно, например: «Вы живете в этом доме?» – закрытый вопрос; «Где вы живете?» – открытый вопрос. Эту вводную информацию можно использовать перед началом выполнения упражнений по тренировке в установлении контакта.

Упражнение 1 «Автобус». Выбираются двое желающих, которые садятся в центре круга. Специалист объясняет ситуацию: вы едете в автобусе. Он останавливается на красный свет, и вдруг в автобусе, стоящем в соседнем ряду, вы замечаете приятеля, которого давно не видели. Окна автобусов закрыты, но вы хотите договориться о встрече с ним в каком-то определенном месте и в определенное время. В вашем распоряжении – одна минута, пока автобусы стоят у светофора. После невербального проигрывания ситуации участники делятся информацией о том, как они поняли друг друга. В упражнении по очереди участвуют все желающие. Легко ли было понять партнера? Легко ли было выразить свои мысли без слов? Какими средствами вы пользовались? Что помогало, что мешало понять партнера?

Упражнение 2 «Найди пару». Все сидят в круге. По сигналу нужно поменяться с кем-то местами. Для этого предварительно, без слов, нужно установить контакт глазами.

Упражнение 3 «Найди пару - 2». Детям дается следующая инструкция. «Я раздам вам карточки, на которых написано название животного. Каждое название встречается на карточках два раза. К примеру, если вам достанется карточка, на которой будет написано «слон», знайте, что у кого-то еще тоже есть карточка с надписью «слон». Прочтите, что написано на вашей карточке, так, чтобы надпись видели только вы. Теперь карточку можно убрать. Задача каждого – найти свою пару. При этом можно пользоваться любыми выразительными средствами, только нельзя ничего говорить и издавать характерные звуки «вашего животного». Другими словами, все, что мы будем делать, мы будем делать молча. Когда вы найдете свою пару, останьтесь рядом, но продолжайте молчать, не переговаривайтесь. Только когда все пары будут образованы, мы проверим, что у нас получилось».

Упражнение 4 «Невербальный контакт». Детям дается следующая инструкция: «Один из участников (доброволец) должен выйти из комнаты. Когда он вернется, ему надо будет определить, кто из группы готов вступить с ним в контакт. При этом мы все будем пользоваться только невербальными средствами. Группа в отсутствие водящего должна будет выбрать участника, который будет демонстрировать готовность вступить в контакт, остальные должны будут показывать нежелание этого делать». Затем из комнаты выходят другие добровольцы. При этом количество участников, желающих вступить в контакт, можно постепенно увеличивать – двое, трое или все, кто хочет. «Легко ли было устанавливать контакт? Что помогло найти желающего общаться? Какими средствами вы показывали нежелание общаться? Что вы чувствовали, когда понимали, что в общении с вами не заинтересованы? Были ли добровольцы, которым удалось установить контакт с большим количеством членов группы, чем планировалось?»

Упражнение 5 «Испуганный ежик». Один участник изображает испуганного ежика, свернувшегося в клубок. Задача другого – попытаться соответствующими жестами, словами установить контакт с «ежиком», успокоить его и заслужить его доверие, чтобы он развернулся. Детям дается

следующая инструкция: «Кто из вас видел настоящего ежика? Вы знаете, что делает ежик, когда его пугает неожиданно появившаяся лисица или собака? Один из вас будет сейчас ежиком, который сильно испугался собаки. Другие по очереди будут подходить и успокаивать ежика. Кто из вас хотел бы быть ежиком? Ежик, свернись калачиком. Представь себе, что ты еще очень маленький ежик и тебя напугал громкий лай собаки. А когда собака еще и ткнула тебя носом, чтобы обнюхать, тебе стало совсем страшно. Поэтому ты свернулся в крепкий клубочек, чтобы защитить свой носик и живот. К тебе на помощь придет мальчик или девочка, но ты недоверчив, потому что ты еще не знаешь, кто такие люди и чего от них можно ожидать. Кто хочет успокоить ежика? Подойди к ежику, тихонько поговори с ним. Скажи ему, что окажись ты на его месте, ты тоже испугался бы. Можешь его погладить. Если ты будешь осторожен, ежик тебя не уколёт. Попытайся показать ежику, что ты к нему очень хорошо относишься, не только словами, но и жестами, мимикой, прикосновениями. Успокой его – и ты увидишь, что он расслабился и раскрылся». Затем ежиком становятся другие участники группы. «Что вы чувствовали, когда были ежиками? А когда были людьми? Как пытались установить контакт, вызвать доверие ежика? Что было трудным? Что помогло? В каких ситуациях вы ведете себя подобно ежику? Что вам помогает установить контакт в реальных ситуациях?»

Упражнение 6 «Установление контакта». Участники группы в парах, по очереди, разыгрывают различные сценки на установление контакта. Основному играющему дается инструкция: «Ты должен установить контакт с собеседником, для того чтобы...» Например, один участник – администратор гостиницы, а второй хочет поселиться в ней, один участник – продавец, а второй хочет поменять купленные вчера перчатки, один – спешащий прохожий, второй должен узнать, как доехать до улицы N и т. п. Можно разыграть сценку с одним основным участником и несколькими дополнительными. Один из вариантов такой сценки описан в следующем упражнении.

Упражнение 7 «Очередь». Из группы выбираются несколько человек, из которых один – водящий. Остальные становятся друг за другом в очередь, а водящий должен пройти к прилавку магазина без очереди. Он завязывает разговор с каждым из стоящих в очереди, пытаясь достичь своей цели. При этом все или некоторые из них могут получить определенные инструкции (неизвестные другим участникам) – например, не пропустить «нахала» к прилавку или взять его себе в компаньоны для чего-либо. Желательно, чтобы водящий проиграл сценку несколько раз подряд в разных условиях. Если водящему не удалось добиться цели, то отмечается, что было недостаточно, на что надо обратить внимание в следующий раз. Специалист обязательно акцентирует внимание на том, что было удачным. Участники из «очереди» обычно не обсуждаются.

Упражнение 8 «Объявление». Детям дается следующая инструкция: «Вы знаете, что сегодня большинство газет публикует различные объявления частных лиц, в том числе и желающих найти друзей, увлеченных тем же хобби. Действительно, такие объявления помогают людям найти друг друга, они начинают переписываться, делиться новостями, радостями и т. д. Попробуйте и вы. Ваша задача – составить текст газетного объявления с заголовком «Ищу друга». В нем нужно указать свои основные увлечения, любимые занятия. Чем вы занимаетесь в свободное время? Чем можете заинтересовать другого человека, чем помочь ему? Не забудьте, что это обращение к живому человеку, найдите искренние слова. По объему текст объявления не должен превышать одной странички».

Упражнение 9 «Идеал». Участникам предлагается представить свой идеал человека, с которым ему бы хотелось общаться постоянно, который мог бы стать другом. Каждый пытается письменно сформулировать черты характера такого человека. Черты характера своего идеала записываются на листе бумаги слева в столбик. После завершения этой работы листочки пускаются по кругу, и участники стараются дополнить каждую строку именами тех из присутствующих, кто наиболее соответствует сформулированному на строке

качеству. Для подведения результатов каждый берет свою записку, внимательно просматривает записи других участников и считает, чье имя на странице упоминается наибольшее число раз. Этот человек, по всеобщей объективной оценке, оказывается наиболее близким к идеалу данного участника. Упражнение помогает детям получить групповую оценку своих качеств и, возможно, открыть что-то новое в других.

Упражнение 10 «Откровенно говоря». Детям дается следующая инструкция: «Мы уже убедились, что в этой группе можно быть откровенным. Давайте еще раз попробуем пооткровенничать друг с другом. Перед вами в центре круга стопка карточек. Вы будете по очереди брать по одной карточке и сразу продолжать фразу, начало которой написано на ней. Ваше высказывание должно быть предельно искренним и откровенным! Члены группы будут внимательно слушать вас, и если они почувствуют, что вы неискренни и неоткровенны, вам придется взять другую карточку с новым текстом и попробовать ответить еще раз. Примерное содержание карточек: Откровенно говоря, когда я иду в школу... Откровенно говоря, я скучаю, когда... Откровенно говоря, мне очень трудно забыть... Откровенно говоря, я до сих пор не знаю... Откровенно говоря, мне до сих пор... Откровенно говоря, когда я вижу ребенка... Откровенно говоря, мне радостно, когда... Откровенно говоря, мне очень хочется... Откровенно говоря, я думаю, что самое важное в жизни... Откровенно говоря, я всей душой ненавижу... Откровенно говоря, когда я вижу красивого парня... Откровенно говоря, когда я вижу красивую девушку... Откровенно говоря, когда я болею...
МОДУЛЬ 3.

Упражнение 1 «Что заставляет людей чувствовать?..». Детям предлагается описать жизненные ситуации, в которых у людей возникают такие чувства, как «грусть», «ярость», «радость» или более сложные: «смущение», «стыд», «зависть». Заполнив рабочие листки, дети по очереди вносят свои варианты в общий список, который составляется для каждого чувства. Возникающие у ребенка ассоциации часто помогают специалистам верно

проинтерпретировать некоторые особенности его поведения. Так, мальчик, который на занятиях группы вел себя очень тихо, написал, что разговоры вызывают у людей «смущение». Другой ребенок утверждал, что некоторые люди «чувствуют себя одинокими», когда во время перерыва на обед с ними никто не разговаривает.

Упражнение 2. Каждому ребенку предлагается сделать, используя фотографии (картинки), коллаж одного из чувств («грусть», «счастье», «испуг» и т.п.). Затем другие участники группы пытаются угадать, какое чувство передает этот коллаж. После этого ребенок, сделавший коллаж, объясняет, каким образом каждая из картинок выражает это чувство. Если дети увидели в этих иллюстрациях другие чувства, им предлагается дать свои объяснения.

Упражнение 3 «На что похоже мое настроение». Это упражнение позволяет участникам осознать свое эмоциональное состояние «здесь и сейчас» и выразить его в образной, символической форме. Упражнение выполняется в кругу с мячиком, который участники перебрасывают друг другу, по очереди, отвечая сначала на один вопрос, потом – на следующий и т. д. Детям дается следующая инструкция: «Прислушайтесь к себе. На какой цвет похоже сейчас ваше настроение?» Варианты: «На какую погоду (музыку, цветок, животное и т. д.) похоже ваше настроение?»

Упражнение 4 «Имена чувств». Места, где я обычно испытываю эти чувства

| | | | | | | |
|--------|-----------|--|------------------|--------------|------------------------|-------|
| Дома | На улице | В школе | В новой компании | Среди друзей | В других местах (где?) | |
| Обычно | 1. Злость | 2. Радость | 3. Уныние | 4.... | 5. ... | 6.... |
| 7.... | Сегодня | 1. Скука | 2. Страх | 3. Восторг | 4,... | 5.... |
| 6.... | 7.... | Каждый записывает столько «имен» чувств, сколько сможет. | | | | |

Участник, записавший наибольшее количество, зачитывает, а специалист в это время записывает слова на доске. Затем подсчитывается количество совпадений этих слов и слов других участников. В завершение этого упражнения можно задать группе несколько вопросов: «Какие чувства

испытывал каждый из вас, когда вы в последний раз писали контрольную работу? Что вы чувствовали, когда приближались каникулы? Что вы чувствовали, когда в последний раз что-нибудь сломали? Какое, по-вашему, самое неприятное чувство? Какое чувство вам нравится.

Упражнение 5 «Эмоции в моем теле». Упражнение позволяет осознать связь эмоций с телесными переживаниями. Необходимо подготовить листок со схематичным изображением человеческого тела для каждого участника и достаточное количество карандашей синего, красного, желтого, черного цветов. Детям дается следующая инструкция: «Представьте, что вы сейчас очень сильно злитесь на кого-нибудь или на что-нибудь. Постарайтесь всем телом почувствовать свою злость. Может быть, вам будет легче представить, если вы вспомните какой-нибудь недавний случай, когда вы сильно разозлились на кого-нибудь. Почувствуйте, где в теле находится ваша злость. Как вы ее ощущаете? Может быть, она похожа на огонь в животе? Или у вас чешутся кулаки? Заштрихуйте эти участки красным карандашом на своем рисунке. Теперь представьте, что вы вдруг испугались чего-то. Что вас может напугать? Представили? Где находится ваш страх? На что он похож? Заштрихуйте черным карандашом это место на своем рисунке».

Упражнение 6 «Угадай настроение». Детям дается следующая инструкция: «За одну минуту нарисуйте свое настроение, не рисуя ничего конкретного, – используйте только линии, формы, различные цвета... Теперь передайте свой рисунок соседу справа... Посмотрите внимательно на рисунок, который оказался у вас в руках. Попробуйте угадать, какое настроение изображено на нем».

Упражнение 7 «Зеркало». Один участник мимикой изображает соседу какую-либо эмоцию. Тот, в свою очередь, копирует его своим лицом как можно точнее и «передает» гримасу дальше по кругу. Упражнение заканчивается, когда гримаса возвращается к первому участнику. Таким же образом «передаются» еще несколько эмоций. «Как вы узнаете, что чувствует другой человек? Как на вашем лице отражаются ваши собственные

эмоции? Какие мышцы при этом задействованы? Что вы чувствуете, когда видите мимическое изображение разных эмоций?»

ЭТАП 2

МОДУЛЬ 4

Упражнение 1 «Что я чувствую, когда вспоминаю об этом» Выполняя это упражнение, дети начинают задумываться над чувствами, связанными с пережитым насилием. Чтобы заполнить рабочий листок, им необходимо разобраться в своих переживаниях. Например, отношение к утверждению «Я думал, что.....на самом деле меня любил» может стать отправной точкой для обсуждения амбивалентности чувств ребенка к насильнику, который часто воспринимается как более заботливый родитель. Специалисту важно подчеркнуть сходство различных ситуаций и в то же время показать, что каждый случай индивидуален. Повтор этого практического задания ближе к окончанию работы поможет определить, как занятия в группе повлияли на чувства детей, связанные со злоупотреблением.

Упражнение 2 «Я думаю, это произошло потому, что...». Пытаясь осмыслить происшедшее, дети постепенно избавляются от чувства вины и ответственности за то, что произошло, преодолевают ощущение собственной беспомощности. Детям предлагается перечислить причины случившегося в двух разных вариантах: 1. Я думаю, это произошло, потому что _____ 2. Мне кажется, что сделал это, потому что _____

Упражнение 3 «Что обо мне подумают» В этом упражнении участники группы работают со своими переживаниями, вызванными опасениями, что сверстники будут над ними смеяться или что их отвергнут после того, как узнают о подробностях насилия, совершенного по отношению к ним.

РАБОЧИЙ ЛИСТОК «Что обо мне подумают»

1. Когда другие люди узнают о том, что случилось, они могут подумать, что _____
2. Я боюсь, что я единственный, кто (кого) _____

3. Если я расскажу об этом другим детям, они _____
4. Люди могут подумать, что я ненормальный, если я скажу им, что _____
5. Труднее всего мне рассказать о _____
6. Меня предупредили, что другие дети могут сказать, что _____
7. Я боюсь, что, если я расскажу обо всем, что случилось, то у _____ будут неприятности
8. Мне было бы легче говорить об этом, если бы _____

Упражнение 4 «Рассказываем друг другу о том, что произошло». Дети разбиваются на пары, и им предлагается взять друг у друга интервью, используя вопросы анкеты. Вопросы касаются взаимоотношений ребенка с совратителем и подробностей пережитого злоупотребления. Дети должны постараться заполнить анкету как можно более подробно, однако если какой-нибудь вопрос смутит их, разрешается сказать о своем смущении и не отвечать на вопрос. Возможность обсудить вопросы сначала только с одним из детей помогает снизить тревожность и укрепляет доверие. После бесед в парах ребята по очереди рассказывают о случившемся уже всей группе.

АНКЕТА «Рассказываем друг другу о том, что произошло» Прочитай эту инструкцию своему партнеру: «Никто не заставляет тебя отвечать на все вопросы. Если какой-нибудь из вопросов тебя смущает, ты можешь его пропустить»

1. Сколько лет тебе было, когда это случилось в первый раз?

2. Кто это сделал? 3. Как _____ относился (относилась) к тебе до того, как это произошло? 4. Изменилось ли отношение _____ к тебе после того, как это произошло? 5. Расскажи о том, как это случилось в первый раз. Что _____ говорил(а) тебе? Как прикасался (прикасалась)? Дотрагивался (ась) ли ты до _____ сам(а)? 6. После

того, как это произошло в первый раз, прикосновения изменились? Если изменились, то как? 7. Где это происходило? 8. Когда это происходило?

9. Как часто _____ делал(а) это (только один раз, ежедневно, раз в месяц, раз в неделю)? Сколько это продолжалось (это произошло только один раз, несколько месяцев, дольше)? 10. Где находились остальные члены семьи, когда это происходило? 11. Кто-нибудь видел, как это происходило, или знал об этом? 12. Делал(а) ли _____ это с кем-нибудь другим? 13. Если да, то случалось ли тебе быть свидетелем этого? 14. Что ты чувствовал(а), отвечая на все эти вопросы?

Упражнение 5 «Письмо обидчику». Выполняя это упражнение, дети пытаются противостоять человеку, совершившему насилие. Для одних это – возможность подготовиться к встрече с обидчиком (если он является членом семьи, которая будет воссоединена); для других – единственный способ «поговорить» с насильником. Каждому ребенку предлагается написать письмо этому человеку, рассказать о своих переживаниях по поводу происшедшего и чувствах, которые он испытывает к виновнику случившегося попросить специалиста сделать это за него. В некоторых случаях ребенок предпочитает порвать письмо. Такое действие является попыткой избавиться от чувства вины и дискомфорта, которое часто сопровождает выражение гнева, и специалист должен обратить на это внимание.

МОДУЛЬ 5.

Упражнение 1 «Сохраняем тайну». Участники группы разыгрывают ситуации, в которых один или оба персонажа должны решить: сохранить тайну или раскрыть ее. Выполняя это задание, дети начинают понимать чувства, которые заставляли их скрывать происшедшее. У них появляется возможность еще раз пережить эти чувства и обсудить их двойственную природу. После одной из таких ролевых игр мальчик сказал, что ему не хотелось никому говорить о том, что его совратил дедушка, так как у его мамы «и без того было слишком много проблем, и она всегда была

грустная». Дети разбиваются на пары, и каждая пара зачитывает группе свой сценарий. К сценарию прилагаются вопросы, над которыми следует подумать. Затем каждая пара разыгрывает свою ситуацию перед группой.

РАБОЧИЙ ЛИСТОК «Сохраняем тайну» Ролевая игра № 1 Ситуация. Катя и Яна подверглись сексуальному насилию со стороны своего тренера по баскетболу. Это было так. Однажды после тренировки он предложил им остаться и посмотреть видео. Они согласились, но во время просмотра фильма он стал приставать к ним, дотрагиваться до них. Катя не хочет никому об этом рассказывать, так как боится, что у нее возникнут проблемы в школе, а мама запретит ей заниматься баскетболом. Но Яна считает, что надо обо всем рассказать. Вопросы 1. Что чувствует Катя? Что чувствует Яна? 2. Что произойдет, если девочки обо всем расскажут? 3. Что произойдет, если Яна расскажет об этом, а Катя – нет? 4. Если они расскажут об этом, им поверят? 5. Кому они могут об этом рассказать?

Ролевая игра № 2 Ситуация Женя был в гостях у своего друга и, вспомнив о том, что забыл дома книгу, решил вернуться. Но когда он пришел домой, то увидел, что входная дверь заперта. Он очень удивился, так как знал, что его сестра Саша и его отчим должны быть дома. Он обошел дом, заглянул через окно в комнату сестры и увидел, что его сестра лежит на кровати и плачет, а отчим застегивает молнию на брюках. Вопросы 1. Что почувствовал Женя в этой ситуации? 2. Что ему теперь делать? 3. Должен ли он рассказать кому-нибудь об этом? Кому? 4. Как вы думаете, если бы Саша знала, что Женя все это видел, то каких действий она бы от него ждала? Ролевая игра Женя рассказывает Саше о том, что он видел.

Ролевая игра № 3 Ситуация Лена и Аня учатся в одном классе. Они стали подружками еще в детском саду и всегда рассказывали друг другу все свои секреты. Но совсем недавно Лена стала замечать, что с Аней что-то происходит. Раньше она была хохотушкой, а теперь почти всегда ходит грустная. Однажды Лена спросила Аню о том, что ее тревожит. Аня согласилась рассказать, но только при условии, что Лена пообещает хранить

это в тайне. Если же Лена нарушит свое обещание, то она не будет с ней дружить и скажет всем девочкам их класса, что она предательница. Лена дала слово, что сохранит все в тайне, и тогда Аня рассказала ей, что отец прикасается к интимным частям ее тела. Вопросы 1. Какие чувства испытывает Аня? 2. Какие чувства испытывает Лена? 3. Должна ли Лена хранить все это в тайне? 4. Почему, на ваш взгляд, Аня доверила Лене свою тайну? Ролевая игра Как Лене убедить Аню не хранить это в тайне?

Ролевая игра № 4 Ситуация Уже 6 месяцев Миша подвергается сексуальному насилию со стороны отчима. Его отчим часто ездит на охоту и время от времени берет Мишу с собой. Отчим пригрозил Мише, что если он кому-нибудь об этом расскажет, то ему несдобровать. Миша очень боится своего отчима, но все же решил рассказать обо всем своему школьному психологу. Вопросы 1. Какие чувства испытывает Миша? 2. Как вы думаете, есть ли у него серьезные причины опасаться своего отчима? 3. Почему Миша все же решился рассказать обо всем школьному психологу? 4. Как психолог может помочь Мише? Ролевая игра Миша рассказывает школьному психологу о том, что с ним происходит.

Ролевая игра № 5 Ситуация В течение трех лет Сережа подвергается сексуальному насилию со стороны своего дяди. Сереже нравится общаться с дядей Игорем за исключением тех моментов, когда у дяди возникает желание погладить его интимные места. Отец Сережи умер, когда он был совсем маленьким, и дядя Игорь практически заменил ему отца. Вопросы 1. Почему Сережа никому об этом не рассказывает? 2. Что произойдет, если он расскажет? 3. Если Сережа расскажет обо всем кому-нибудь из взрослых, что он от этого выиграет? Что потеряет? Ролевая игра Мама Сережи хочет, чтобы он поехал на выходные к дяде Игорю. Несмотря на все уговоры мамы, Сережа упорно отказывается.

Ролевая игра № 6 Ситуация Уже год Вова подвергается сексуальному насилию со стороны своего двоюродного брата Кости, который старше его. Костя обещал избить Вову, если он кому-нибудь об этом расскажет. Вова

часто издевается над своими сверстниками и даже их бьет, но все равно не рассказывает никому о том, что происходит. Вопросы 1. Почему Вова никому об этом не рассказывает? 2. Кто может защитить Вову от его двоюродного брата? 3. Почему Вова так жестоко обращается со своими сверстниками? 4. Почему он не рассказал никому из своих друзей о насилии? Ролевая игра Мама привела Вову на прием к психологу, жалуясь на то, что он слишком много дерется с другими мальчиками.

Упражнение 2 «Раскрываем тайну». Участникам группы предлагаются вопросы, связанные с раскрытием факта злоупотребления. После заполнения рабочего листка дети обсуждают свой опыт с другими участниками группы, используя ответы. Детям часто бывает стыдно за то, что они хранили эту тайну так долго, и они часто удивляются, когда узнают о том, что другие испытывают те же чувства. Иногда дети продолжают сомневаться в правильности своего решения рассказать о случившемся, считая, что они совершили предательство по отношению к насильнику.

РАБОЧИЙ ЛИСТОК «Делимся секретом»

1. Что _____ говорил(а) тебе, чтобы заставить тебя хранить все произошедшее в тайне и никому не рассказывать об этом? 2. Трудно ли тебе было держать это в тайне? Хотелось ли тебе кому-нибудь рассказать об этом? Кому? 3. Пытался (пыталась) ли ты кому-нибудь об этом рассказать? Как это происходило? 4. Сколько тебе было лет, когда взрослые обо всем узнали? 5. Откуда твои родители узнали о том, что произошло? 6. Какие чувства ты испытывал(а), когда твою тайну раскрыли? 7. Поверили ли твои родители твоему рассказу? А сейчас они верят тому, что ты говоришь? 8. Что произошло после того, как все об этом узнали? Кто расспрашивал тебя о случившемся? 9. Что случилось потом с твоим обидчиком? Пришлось ли тебе переехать жить на новое место?

Упражнение 3 «Письмо родителю, непричастному к сексуальному злоупотреблению». Детям предлагают написать письмо непричастному к злоупотреблению взрослому. В этих письмах членов группы просят

поделиться своими чувствами по поводу того, как этот взрослый реагировал на их признание. Участникам объясняют, что письма нужны для того, чтобы помочь им выразить свои чувства, и они могут по своему усмотрению дать или не дать взрослому прочесть это письмо.

МОДУЛЬ 6

Упражнение 1 «Моя новая семья». Каждому ребенку выдают большой лист бумаги и просят разделить его пополам вертикальной линией. На одной половине ребенок рисует свою семью до того, как стало известно о случившемся, на другой – семью в настоящий момент. На рисунке надо изобразить типичный день из жизни семьи с участием всех ее членов. Затем специалист помогает ребятам понять, что изменилось в их семьях, включая взаимоотношения с братьями и сестрами и семейные обязанности каждого.

Упражнение 2 «Скульптура семьи». Для этого упражнения необходима комната соответствующего размера с мебелью или же разнообразный реквизит, позволяющий оформить помещение как сцену, на которой разыгрываются различные сцены из жизни семьи. Каждый участник по очереди превращается в скульптора. Он воссоздает свою семью в виде «живой скульптуры», выбирая других участников группы на роли ее членов и располагая их в комнате так, чтобы они символизировали обстановку в его семье. В идеале, скульптор выбирает кого-то, кто занимает в скульптуре его собственное место. Если членов семьи больше, чем участников в группе, автор сам исполняет свою роль. Завершив скульптуру, ее создатель интерпретирует свою работу, объясняя, почему члены семьи расположены именно так. После этого консультант предлагает скульптору перестроить скульптуру – изваять свою семью, какой бы он хотел ее видеть.

Упражнение 3 «Семейные истории» Для выполнения упражнения нужны крупные листы бумаги для рисования и цветные карандаши или фломастеры. Каждый участник делит лист на две половины и рисует два семейных воспоминания – счастливое и несчастливое. Оба события, нарисованные на одном листе, подчеркивают то, что и позитивные, и негативные явления

происходят внутри одной единицы – семьи. Когда группа закончит рисовать, каждый участник по кругу демонстрирует группе свой рисунок и комментирует изображенные события.

Упражнение 4 «Поиграем в семью» Группа делится на «семьи» (они могут быть неодинаковыми по количеству человек). Семьи располагаются за столами в различных частях комнаты. Задача участников – определить состав семьи, распределить возраст ее членов, семейные роли. Каждый обдумывает, чем он занимается, где работает, чем увлекается, какую носит одежду, что любит есть на завтрак и т. д. Члены семьи решают, как проходят их будни и выходные дни, где и как они проводят свой отпуск, как распределяют семейные обязанности, какие у них отношения в семье, решают ли они все вопросы коллегиально или есть глава семьи. Подгруппа придумывает отличительные черты своей семьи, которые отражаются в фамилии. Семья создает свой герб, выбирает девиз, фамильную реликвию или историю, которой она гордится, и какую-то семейную тайну, о которой они не хотели бы рассказывать окружающим. Все соображения зарисовываются на листах бумаги. Количество рисунков, их содержание, совместные они или отдельные у каждого члена семьи, «семья» решает сама. Если в группе помимо специалиста участвует еще один взрослый, то они расходятся в разные «семьи». Желательно, чтобы они выбрали роли младших детей. В этом случае участники будут проявлять больше самостоятельности и творческой активности. После выполнения задания каждая подгруппа по очереди представляет свою семью. После представления «семье» можно задать уточняющие вопросы. Важно отметить, какой состав семей выбирают участники: полные это семьи или неполные, есть ли в семье дети, появляются ли «холостяки», которые не входят ни в одну из семей. Дети обычно выбирают главой семьи отца. Он чаще всего имеет фирму и достаточно богат. В семье обычно есть бабушки и дедушки и редко встречаются дяди и тети.

Упражнение 5 «Связанные одной цепью». В каждой семье ее члены связаны друг с другом, все вступают в какие-то взаимоотношения, как-то влияют друг на друга. С помощью этого упражнения можно представить отношения в семье. Для этого упражнения надо приготовить отрезок веревки длиной 1 м для каждого из участников и моток веревки и ножницы для каждой «семьи». Участники обвязываются вокруг пояса короткой веревкой. После этого «семьи» становятся в круг на расстоянии вытянутой руки друг от друга, и каждый привязывает к веревке на поясе концы отрезанных от мотка длинных веревок так, чтобы быть связанным с каждым членом «семьи». Не должно остаться ни одного свободного конца. (Для «семьи» из трех человек достаточно трех веревок, для четырех человек их понадобится шесть, для пяти – десять.) «Это не значит, что вы каждый день ходите с веревками, но вы ощущаете эти незримые связи в семье. Представьте себе какую-то повседневную ситуацию и начните действовать. Например, мама и папа хотят подойти друг к другу и обняться или сын хочет пойти поиграть в свои игрушки. Насколько вы чувствовали себя связанными с другими? Что семье удалось сделать, где при этом находился каждый член семьи? Где имела место напряженность? Что вы можете сделать для того, чтобы ослабить ее? Эти веревки можно рассматривать как различные чувства: любовь, беспокойство, тревога, ответственность за других. Мы ослабляем веревки, признавая право каждого человека на личную жизнь».

Упражнение 6 «Представление о своей будущей семье». Детям дается следующая инструкция. «Закрой глаза, расслабься и войди в свое внутреннее пространство. Представь, что ты взрослый человек. Вот ты идешь по улице,ходишь к своему дому, поднимаешься по лестнице, открываешь дверь своим ключом. Что ты видишь, что слышишь, какие запахи чувствуешь? Твоя семья радостно встречает тебя или каждый занят своими делами? Ты проходишь в комнату. Оглядишься внимательно, что ты видишь, кто в ней находится?». Затем каждый участник рассказывает о том, что он видел. Это

упражнение можно провести несколько раз в течение курса занятий для контроля динамики состояния детей.

Упражнение 7 «Идеальная семья». Как ребенок представляет себе идеальную семью? Что в ней делают родители? Какое у детей представление о «правильном» воспитании детей, о «хороших» детях, как они представляют себе, что ожидают от них родители? На эти темы можно провести беседы, порисовать и обсудить рисунки. Часто дети, особенно младшие, имеют идеализированное представление о благополучной семье, и главное для многих из них – что родители любят своих детей. Любовь, по их мнению, «это когда все покупают ребенку, что он хочет – много лимонада, конфет, тортов, жвачки... плееры, велосипеды, часы, – и ни в чем не отказывают. А ребенок во всем слушается своих родителей, делает все по хозяйству, что ему скажут. Родители никогда не наказывают своих детей».

Упражнение 8 «Жизнь идеальной семьи». Участники группы разыгрывают сцены из жизни семьи, выбирая радостные или грустные события. Один из участников (доброволец) назначает других на разные роли для разыгрывания сценки из жизни идеальной семьи. Остальные участники – зрители. После проигрывания сцены они делятся своими впечатлениями о том, что они видели. Затем сцены разыгрываются другими участниками. Возможно, сцены не будут получаться такими идеальными, как хочется участникам. Это позволит подойти к обсуждению того, что действительно важно в семье, об отношениях в семье, проблемах, о развитии семьи.

Упражнение 9 «Позаботься о себе». Упражнение заключается в невербальной подстройке участников друг к другу как аналогии семейной жизни. Сначала, разбившись на пары и прислонившись спинами друг к другу, надо найти максимально удобное положение, чтобы тело расслабилось; необходимо максимально снять напряжение, чтобы стало комфортно обоим. Затем к паре подстраивается третий участник (у родителей появляется ребенок). Упражнение идет непросто, у некоторых пар и троек оно получается, у других нет. У некоторых возникает ощущение давления, напряжения.

Упражнение 10 «Младенец». Это упражнение проводится в виде сценки. Выбираются трое участников. Двое из них – папа и мама, а третий – младенец. Он еще не умеет говорить, а только лежит на спине в кроватке. Он может реагировать только жестами и звуками. Родители нагибаются над ним и играют с ним, кормят его, меняют ему пеленки и т. д., руководствуясь при этом его попытками объяснить, что же он хочет. Через 5 минут участники меняются ролями. В середине одной из ситуаций специалист может ввести какую-то помеху семейной идиллии, например, звонит телефон или раздастся звонок в дверь. Можно выбрать тот момент, когда «младенец» чего-нибудь хочет. После окончания упражнения каждый из «членов семьи» делится впечатлениями – что он думал и чувствовал, как повлияло на него постороннее вмешательство. Затем сценка разыгрывается другими участниками.

Упражнение 11 «Сценки из жизни семьи». Участники делятся на две подгруппы и по очереди разыгрывают сценки из семейной жизни. Это может быть ситуация из прошлого, из будущего или просто воображаемая ситуация. Затем зрители становятся играющими. Участники могут придумать и разыграть сцены на любую тему.

ЭТАП 3

МОДУЛЬ 7

Упражнение 1 «Мне нравится в тебе». Детям предоставляется возможность получить положительную обратную связь от участников группы и дать ее другим людям. Для этого каждый ребенок пишет на отдельных листках по два положительных высказывания в адрес каждого из участников группы и специалиста. Затем ведущие собирают листки и раздают каждому ребенку адресованные ему высказывания. Далее участники группы, включая специалиста, по очереди зачитывают вслух полученные ими положительные высказывания. Ребятам предлагается взять листочки домой и показать их взрослым. Это упражнение обычно очень приятно детям, так как они видят, что нравятся окружающим.

Упражнение 2 «Комплименты» Члены группы делятся на две равные части и встают, образуя внутренний и внешний круг, лицом друг к другу. Один из стоящих во внешнем круге говорит стоящему напротив него во внутреннем круге: «Мне нравится, что ты... (положительное качество)». Участник из внутреннего круга отвечает на это: «Да, я... (повторяет), и еще я... (добавляет какое-нибудь положительное качество)». Важно, чтобы все говорили искренне.

Упражнение 3 «Слепой и поводырь». Эта игра позволяет участнику почувствовать, насколько он может доверять другому человеку и насколько он может брать ответственность на себя. У участников, играющих в паре, могут измениться прежние впечатления друг от друга и улучшиться отношения. Так как это парное упражнение, оно должно проводиться в группе, где агрессивность не слишком высока, иначе участники начинают толкаться, обижать «слепых», и упражнение теряет свой смысл. Детям дается следующая инструкция: «Разбейтесь по двое. Один из вас двоих надевает повязку на глаза так, чтобы ничего не видеть. Второй будет поводырем. Когда ты поводырь, ты должен провести «слепого» по помещению так, чтобы он чувствовал себя спокойно и уверенно. Это упражнение выполняется молча, без слов». После выполнения упражнения участники меняются ролями. «Как ты чувствовал себя, когда был «слепым»? Вел ли тебя твой поводырь бережно и уверенно? Знал ли ты все время, где ты? Как ты себя ощущал в роли поводыря? Что ты делал, чтобы вызвать и укрепить доверие своего партнера? Когда тебе было лучше: когда ты вел или когда тебя вели?»

Упражнение 4 «Каким я вижу себя». Каждый ребенок делает из журнальных вырезок коллаж на тему «Каким я вижу себя» и показывает его группе. Дети обсуждают, соответствует ли коллаж их представлению об авторе. Специалист помогает детям понять, как они сами воспринимают себя и как влияют взрослые на их мнение о себе. В первой части курса есть

аналогичные упражнения, и очень полезно сравнить результаты, чтобы оценить изменение в самовосприятии ребенка.

Упражнение 5 «Как позаботиться о себе». Специалист показывает детям видеофильм, в котором рассказывается о потенциально опасных ситуациях – как их предвидеть, как их избегать и как вести себя в таких случаях. Полезно использовать фильмы, в которых дети оказываются в различных угрожающих ситуациях. Участники группы могут обсудить, какие чувства испытывают дети в этих историях, и вспомнить, не было ли у них похожих переживаний. Затем дети разыгрывают сцены, где они оказываются в ситуации, когда им может угрожать насилие. За основу берутся сцены из фильма или варианты, предложенные специалистом. Тем самым участники учатся отказывать, искать возможные способы выхода из опасных ситуаций и решают, кому они могли бы рассказать о случившемся. Каждый ребенок должен побывать в роли как жертвы, так и преступника. Значение этих ролевых игр в том, что, как выразился один мальчик, он был бы «слишком испуган в реальной ситуации», но, оказывается, «легко продумать заранее, что надо делать».

Упражнение 6 «Такие разные прикосновения». Хотя обычно уже маленьких детей учат тому, что прикосновения бывают разными, тем не менее, детям предпубертатного возраста часто трудно понять нюансы этих различий. Например, укол можно воспринимать как «неприятное» прикосновение, но оно не относится к насильственному; в то же время когда мать обнимает сына, это вполне допустимо и приятно, но может возбудить мальчика, и он почувствует себя растерянным и виноватым. Дети отвечают на вопросы, какие прикосновения им приятны, а какие – нет. Иногда им сложно в точности определить, как они относятся к тому или иному прикосновению. В анкете оставлено свободное место, куда они могут вписать свои примеры приятных и неприятных прикосновений. Специалист помогает участникам разобраться в своих ощущениях, научиться отличать прикосновения просто неприятные от прикосновений, ведущих к насилию, и проводит обсуждение

того, как определить, приемлемо или нет то или иное прикосновение. Упражнение достаточно сложное, так как ответ на вопрос, является ли данное прикосновение допустимым, зависит от большого количества факторов.

Упражнение 7 «Проявляем твердость характера» Идея этого задания в том, что каждый ребенок имеет право на справедливое отношение к себе. Специалисты объясняют детям, как лучше поступить, когда их друзья делают или говорят им что-то неприятное. В таком случае следует сказать им о своих чувствах и выйти из неприятной ситуации. Это упражнение дает детям возможность проявить твердость в отношениях со сверстниками, не унижая и не оскорбляя их. И, конечно же, очень важно научить детей считаться с чувствами приятного или неприятного, возникающими у других, и уважать их.

МОДУЛЬ 8.

Упражнение 1 «Фильм о половом созревании». Группа девочек просматривает фильм, в котором доступным для возраста языком рассказывается о проблемах полового созревания. Это помогает начать обсуждение данной темы и дает девочкам возможность рассказать о своих страхах оказаться «испорченными» в отличие от «нормальных» детей. Обсуждая фильм, дети обычно делятся своей тревогой по поводу слишком раннего или позднего созревания в сравнении с другими девочками. У них возникают вопросы, касающиеся особенностей мужского и женского полового созревания и взаимоотношений между мужчиной и женщиной.

Упражнение 2 «Вопросы о сексе». Девочек просят написать на листке вопросы, касающиеся секса и полового созревания, не указывая своего имени. Это позволяет участникам группы задать любые вопросы, не испытывая неловкости и не опасаясь насмешек. Специалист собирает вопросы и зачитывает их вслух. Участники группы могут отвечать, если они знают ответ, а специалист дает необходимые пояснения и информацию. Вот несколько наиболее типичных вопросов: «Откуда берутся дети?», «Можно ли

забеременеть, не занимаясь сексом?», «Что такое противозачаточные меры?», «С какого возраста девушка может заниматься сексом?», «Сможет ли мой парень узнать, что со мной было?», «Я все еще девушка?», «Как люди болевают СПИДом?», «Что подумают парни, если узнают, что меня пытались изнасиловать?».

Упражнение 3 «Когда я вырасту». Специалист вывешивает на большую доску фотографии женщин различных профессий, среди них: врач, медсестра, секретарь, учитель, спортсменка, женщина с ребенком, фотомодель, балерина, музыкантша, работница фабрики. У каждой картинки есть номер, которым пользуется ребенок, заполняя рабочий листок. Задача детей – написать, чем, по их мнению, занимаются эти женщины. Предположения детей могут и не совпадать с вариантами ведущих. Например, специалист может считать, что картинка женщины с ребенком – это «мама», а девочки обозначают ее как «няня» или «детский врач».

Это упражнение дает возможность лучше осознать существующие у детей стереотипные представления о взрослых женщинах и связь существующих стереотипов с собственной половой идентификацией. Кроме того, оно помогает девочкам задуматься о том, какими они видят себя сейчас и как представляют себя в будущем.

МОДУЛЬ 9

Упражнение 1 «Фильм о половом созревании». Мальчикам показывают фильм о половом созревании и репродукции. В нем должны быть отражены физические изменения внешности подростков и взрослых, физиологическая природа сексуального возбуждения и оргазма, развитие репродуктивной способности. Затем специалист проводит дискуссию, подробно останавливаясь на половом созревании и подчеркивая, что это естественная стадия развития.

Упражнение 2 «Вопросы о сексе» После обсуждения фильма участникам предлагается письменно задать еще хотя бы один вопрос о сексе. Мальчикам говорят, что специалист прочтет эти вопросы и даст на них ответы на

следующей неделе. Конфиденциальность и отсутствие жесткой инструкции позволяют выявить область сомнений и конфликтов каждого члена группы.

Упражнение 3 «Когда я вырасту». Специалист прикрепляет к большой доске фотографии мужчин различных профессий: врач, бизнесмен, учитель, футболист, баскетболист, лыжник, мужчина с ребенком, танцор, музыкант, рабочий, каскадер, солдат и полицейский. У каждой фотографии есть номер, который ребенок может использовать, заполняя рабочий листок. Задача детей – написать, чем, как им кажется, занимаются эти мужчины. Предположения детей могут не совпадать с вариантами специалиста. Например, специалист может считать, что мужчина, балансирующий на страховке, – строитель-монтажник, тогда как мальчики принимают его за каскадера.

МОДУЛЬ 10

Упражнение 1 «С тех пор, как я в группе». Дети заполняют анкету, цель которой – узнать, что изменилось в их ощущениях и поведении за время прохождения программы. Специалисты используют ответы детей и свои наблюдения, чтобы оценить индивидуальную динамику каждого участника группы и обеспечить объективную обратную связь.

Упражнение 2 «Моя группа». Ребята заполняют рабочий листок. В нем они перечисляют чувства, которые могут возникнуть у них в связи с окончанием программы, и дают оценку своему опыту работы в группе.

Упражнение 3 «Фильм о моей жизни». Этому упражнению можно уделить не одно, а два или даже три занятия. Детям дается следующая инструкция: «Представьте себе всю вашу будущую жизнь как художественный фильм, в котором вы играете. Каждый из вас – и сценарист, и режиссер, и исполнитель главной роли. Вам решать, о чем этот фильм, вам выбирать, какие в нем будут действовать персонажи, где будут происходить события. Нарисуйте на бумаге портрет героя будущего фильма, но не обычный автопортрет, а портрет того, кем бы вы хотели стать. При этом не важно, будет ли этот рисунок выполнен в реалистической, абстрактной или в какой угодно другой манере. Важно, чтобы он отражал вас таким, каким вы хотели бы видеть себя

в будущем. Отдохните немного и посмотрите на рисунок. Скажите себе: «Это я. Такой, каким я сделал себя сам. Нравлюсь ли я себе таким?» Если нет или не совсем, все можно исправить. Внесите необходимые изменения, уберите ненужное, добавьте детали. Сделайте все, чтобы вы были довольны. Не торопитесь. Теперь вы нравитесь себе? Тогда опишите словами то, что вы вложили в портрет себя в будущем. Наш герой готов к действиям.

Упражнение 4 «Я - подарок для человечества». Детям дается следующая инструкция: «Каждый человек – это уникальное существо. И верить в свою исключительность необходимо любому из нас. Подумайте, в чем состоит ваша исключительность, уникальность. Подумайте над тем, что вы действительно являетесь подарком для человечества. Аргументируйте свое утверждение, например: я подарок для человечества, потому что я...».

Упражнение 5 «Машина времени». Специалист предлагает участникам поговорить об их жизни и пофантазировать о том, что можно было бы сделать иначе, представить, что они перенеслись в какое-то время своей жизни, которое им бы хотелось изменить. Участникам предлагается зарисовать это событие так, как оно могло бы произойти, включая те действия, которые им следовало бы сделать, чтобы добиться другого развития событий.

Упражнение 6 «Прощание». Дети получают бланки прощальных писем каждому участнику группы и специалисту и заполняют их. Специалист тоже пишет каждому ребенку письмо, в котором подчеркивает его успехи и достижения в процессе работы. Затем письма раздаются адресатам, и каждый зачитывает их вслух всей группе. Детям очень важно знать, что к ним хорошо относятся, их ценят, что кому-то их будет не хватать. Некоторые дети выражают желание написать прощальные письма тем участникам группы, которые перестали посещать занятия раньше срока. Следует поддержать это стремление детей и заверить их, что письма будут отправлены.

Упражнение 7 «Прощальная вечеринка». На последнем занятии проводится прощальная вечеринка. Лучше, чтобы дети сами продумали программу и меню. В конце мероприятия детям раздают их личные папки, в которых находятся все задания, выполненные за время работы. Специалист может подарить каждому ребенку недорогой подарок.