

Санцевич Д.В., Юркевич Н.А.

Психиатрия, психотерапия и клиническая психология под ред. Р.А. Евсегнеева – Минск, 2010. - № 1, с. 91 - 102.
http://santsevich.blogspot.com/p/blog-page_09.html

В настоящее время развод стал обыденным явлением¹, тем не менее, для ребенка он может стать причиной серьезной психологической травмы. Одно из самых первых последствий развода - нарушение адаптации к повседневной жизни. После расставания родителей большинство детей проявляют различные признаки стресса. Они испытывают чувства вины, беспомощности, растерянности, страха, злости, гнева, печали, уныния. В поведении и взаимоотношениях с окружающими появляются: агрессивность, тревожность, непослушание, капризность, дерзость, ворчливость и т.п. В учебе - трудности с концентрацией внимания, усидчивостью; повышается утомляемость. Могут возникнуть нарушения сна и соматические расстройства. Психологически все эти реакции осознанно и неосознанно направлены на сохранение своей личности и семьи. Каким бы драматичным, болезненным развод не был для родителей, это принятое ими решение. Диапазон эмоциональных состояний взрослых простирается от тяжелых депрессий до ощущения освобождения, подъема жизненных сил. Для ребёнка же расставание родителей - это всегда крушение его мира.

Отдалённые последствия развода у детей, не справившихся с болью потери, могут коснуться глубоких изменений личности, а также представлений о любви, верности, о семье. Много зависит от того, в каком возрасте ребенок пережил развод родителей, был ли заключен повторный брак, как складывались взаимоотношения в новой семье и т. д. По данным Д. Баумринд [Baumrind, 1991] на характер переживания детьми развода влияют пол родителя, пол и возраст ребенка, особенности поведения родителей в постразводный период. Наибольшее число проблем зафиксировано в ситуации, когда ребёнок оставался в семье с родителем противоположного пола. Самая деструктивная, сложная диада – мать и сын. Почти половина детей из разведенных семей вступают в юность подавленными, неуверенными в своих способностях, тревожными, озлобленными. У них достоверно чаще встречаются неврозы и другие психические нарушения (Г.В. Ушаков, Э.Г. Эйдемиллер). В своей самостоятельной жизни они чаще испытывают трудности в браке, боятся провала в личных отношениях, чаще опасаются супружеской неверности, тяжелее переживают разрыв отношений. По данным исследования Bernard Lerer и Ofer Agid (Jerusalem, Molecular Psychiatry, 1999), дети разведенных родителей в семь раз чаще страдают от депрессии во взрослой

¹ По данным ЮНЕСКО, Беларусь в рейтинге государств с самым большим количеством разводов уступает только Мальдивским островам и Гуаму. На одну тысячу населения Беларуси, включая младенцев и стариков, приходится с средним 467 разводов в год, т.е. распадается практически каждый второй брак. Например, в январе-мае 2005 года на 1000 браков в стране приходилось 642 развода, за аналогичный период 2006 года - 607 разводов. В январе-сентябре 2008 года – на 1000 браков зафиксирован 451 развод, в январе-сентябре 2009 года - 411 развод (данные Министерства статистики и анализа Республики Беларусь).

жизни, чем люди того же возраста, чьи родители не развелись. Положительное влияние развод может оказать и воспринимается тогда как облегчение (Baydar, 1988), если он «ставит точку» на длительным периоде ссор, скандалов, страхе физической расправы и др. тяжелых переживаниях. Во враждебной конфликтной семье как до развода, так и длительное время после него исследователями констатируется рост числа проблем и реакций дизадаптации² у детей [Block et al., 1986]. Таким образом, развод может оказать серьезное негативное воздействие на становление личности ребенка, его отношение к себе, к другим и к миру в целом.

Одной из эффективных форм оказания психологической помощи детям является группа поддержки. Она способствует развитию эмоциональной регуляции поведения, повышению самооценки, дает возможность проанализировать внутренние конфликты и переживания в безопасной и доброжелательной атмосфере. Для оказания психологической помощи младшим школьникам из неполных семей мы организовали работу группы поддержки по программе «Радуга». Программа создана в рамках рационально-эмотивного подхода, опирается на механизмы когнитивной адаптации к кризисному событию. Её структура предусматривает работу с типичными проблемами, возникающими в результате переживания ребенком развода. «Радуга» позволяет участникам понять и принять новый состав своей семьи, нацеливает на здоровое и разумное решение проблем, вызванных переменами в жизни, способствует развитию чувства собственного достоинства.

Занятия программы имеют общую гибкую структуру, разработанную с учетом возрастных особенностей детей. Каждая встреча состоит из трех основных частей. Задача первой части занятия – настроить группу на совместную работу, установить эмоциональный контакт между участниками (используются упражнения и игры, направленные на уменьшение напряженности, скованности и тревоги: игры с именами, психогимнастика; игры, направленные на сокращение эмоциональной дистанции между участниками и т.п.). Задача второй части состоит в осуществлении коррекции эмоциональной, познавательной и когнитивной сфер ребенка. Основные методы работы: дискуссия, проективный рисунок, ролевые игры, а также игры, направленные на выражение эмоций и чувств. Задача третьей части занятия – закрепить чувство общности и положительные эмоции от работы в группе. Например, с помощью совместной деятельности, направленной на достижение конкретного результата (создание общего рисунка, аппликации) или с помощью подвижных игр.

Отбор детей в группу проводился на основе анализа индивидуальных особенностей ребенка и его семьи. Наряду с психологическими показаниями, необходимым условием участия являлось согласие ребенка и несущего за него ответственность родителя. Относительно каждого кандидата мы также собирали информацию о его внутренней картине

² Термин «дизадаптация» употребляется нами в значении нарушенной, искаженной адаптации (см. Энциклопедический словарь медицинских терминов - М., Советская энциклопедия, 1982).

мира, о его потребностях, сильных сторонах и ресурсах. На данном этапе принципиально было для каждого ребёнка определить:

- целесообразность включения в группу;
- возможность участия в *данной* группе. Например, сможет ли ребёнок с таким уровнем агрессивности, негативизма и др. эффективно работать в группе или станет ли угрозой для остальных детей, источником конфликтов?

Анализ результатов обследований позволил выделить ряд психологических особенностей детей: ощущение неадекватности и низкую самооценку, семейное неблагополучие, проблемы детско-родительских отношений, выраженную потребность в родительской любви и заботе, отклонения в половой идентификации, инфантилизм, самоизоляцию, тревожность, страхи и апатию.

Выстраивая групповую работу, мы опирались на специфику приспособления детей к новой ситуации в семье в результате развода родителей (теорию каузальной атрибуции Келли (1971) и Хайдера (1958), идеи Франкла (1990) об адаптации к травмирующим событиям, теорию Кюблер-Росс (1969) о стадиях переживания жизненного кризиса). Поскольку кризисные и травмирующие жизненные события влекут за собой снижение самооценки, то в основу целого ряда заданий программы были положены механизмы социального сравнения (Фестингер Л., 1958). Известно, что мотивационную тенденцию к самоизменению создает та часть образа-Я, которая опирается на социальное сравнение себя с теми, кто оказался в более тяжёлой ситуации, но справляется с трудностями также или ещё лучше. Данный аспект был учтен в ходе формирования группы (участники имели различные последствия развода, но только у одного ребенка мама успешно вступила во второй брак, мальчик называет отчима папой, зная, что «отец» ему не родной), в процессе межличностного взаимодействия, при подборе упражнений и заданий.

Изучение эффективности психологической помощи проводилось с помощью срезов в начале и в конце работы группы по следующим параметрам: самооценка, социальная адаптация, детско-родительские отношения (наблюдение, методика исследования самооценки Дембо-Рубинштейн, анкета «Влияние развода» (Приложение 1), проективные методики «Статический рисунок семьи», «Кинетический рисунок семьи»).

Для отслеживания динамики эмоционального состояния участников в начале и по окончании каждого занятия проводилась проективная методика «Футбольное поле» ([1, с. 142], Приложение 2). Участникам предлагалась следующая инструкция: «Представь себя на этом поле. Внимательно посмотри на всех футболистов и выбери: где находишься ты. Раскрась фигурку тем цветом, который больше всего сейчас подходит тебе, отражает твоё настроение». На вопросы участников по поводу инструкции психолог предлагал уточнения типа: «Раскрась того игрока, на которого ты сейчас больше всего похож, кем ты себя сейчас чувствуешь». Переменными анализа текущего эмоционального состояния были: роль, выбранная ребёнком;

цвет (-а), которым (-и) он разукрашивал футболиста и комментарии своего выбора. Кроме того, заполнение «Футбольного поля» в начале и в конце каждого занятия способствовало сплочению участников, став частью ритуала встречи и прощания. В ходе подведения общих итогов групповой работы каждый ребёнок отметил перемещения своих игроков от занятия к занятию на сводном футбольном поле (цифрой – номер занятия, двумя цветами – себя в начале и в конце занятия). Дети активно использовали свои футбольные поля в процессе обсуждения вопроса: «Как я изменился (-ась) за время работы в группе?».

Анкета «Влияние развода» - результат нескольких лет нашей работы с детьми и подростками из неполных семей. Была разработана с целью оперативной оценки влияния развода родителей на детей 8-11 лет и используется нами для индивидуального и группового исследования детей 8-11 лет, переживающих развод родителей. Анкета состоит из 20 утверждений, каждое из которых испытуемому необходимо оценить по степени выраженности в течение 7 последних дней. Обработка результатов: влияние развода выражается в баллах по каждому критерию. При анализе полученных данных необходимо учитывать, что общий итоговый показатель может находиться в диапазоне от 0 до 40 баллов, по каждому критерию – от 0 до 10. При этом, чем выше итоговый показатель, тем сильнее влияние развода родителей на испытуемого.

Следует учесть, что для оказания, а также оценки эффективности психологической помощи имеет значение не столько количество баллов, полученных по четырём предложенным шкалам, сколько их соотношение. Качественный анализ позволяет определить особенности эмоциональных, когнитивных и поведенческих способов совладания с ситуацией развода у испытуемого.

Достоинством анкеты является удобство и экономичность в проведении обследования и обработке результатов, существенным недостатком - влияние социальной желательности, возможность неискренности. Поэтому особую роль в получении достоверных результатов играют: наличие контакта между психологом и испытуемым, мотивация диагностики, добровольный характер тестирования.

Групповая динамика анализировалась на основе наблюдения, сводных «Футбольных полей» каждого участника, рефлексии и видеозаписи с учетом следующих аспектов: тема обсуждения, активность участников, формы взаимодействия, эмоциональная атмосфера. Такой подход способствовал оптимальному выстраиванию и прогнозированию работы.

На этапе формирования группы участники вели себя осторожно, скованно, старались оправдать ожидания психолога, демонстрировали готовность при высказываниях, контролировали сохранение дистанции. В ходе приспособления к ситуации участия в группе у детей зафиксированы проявления таких индивидуальных защитных механизмов как проекция,

перенос, смещение и регрессия. Например, Юля³ на первом занятии в контакт с психологом вступила неохотно, избегала контакта глаз, была насторожена и вела себя «тише воды, ниже травы». Производила впечатление сильно запуганного ребёнка. С удивлением отозвалась на похвалу психологов в свой адрес: «*Красиво? Молодец?..*» - повторяла еле слышно, не веря своим ушам.

В ходе формирования группы возникли и оставались в той или иной степени актуальными на протяжении всей работы вопросы, связанные с мотивацией (*Зачем мне участвовать в этой группе? Что (кто) мне нравится в группе?*). Основным показателем мотивации была собственная активность детей, направленная на исследование себя и окружающего мира. На эмоциональном уровне она выражалась в переживании сплочённости с другими, в эмпатии, в привнесении своих эмоций, в удовлетворении любопытства, потребности в любви, признании и пр. На когнитивном - в возможности сопоставлять, принимать решения, спорить, осознавать и пр. На поведенческом – в экспериментировании с различными ролями и ситуациями, в удовлетворении потребности в физической активности. Организованности в работе и мобилизации участников на выполнение поставленных психологом задач способствовали:

- доступно сформулированные групповые цели и нормы;
- лаконичные, полные инструкции к играм и упражнениям;
- предоставление детям права выбора (выполнять какое-либо задание или наблюдать за происходящим в группе).

В основе оппозиции, молчания, длинных монологов, «клоуничаия», отказа от участия в упражнениях и других вариантов деструктивного поведения в большинстве случаев лежало сопротивление. Это была потребность избежать неприятных переживаний, ответственности; потребность манипулировать другими, сохранить имеющиеся представления о себе. Так, Валера активно протестовал против требования психолога приходить на занятие вовремя, Галя демонстрировала сверхпослушность, Сергей пытался подчинить себе других, Юля проявляла заторможенность, отстраненность от общения, отказывалась играть.

Психолог шаг за шагом двигался в направлении осознания участниками того, *что* и *зачем* они делают.

Психолог: «*Сергей, ты заметил, что сейчас делал?*».

Сергей: «*Нет*».

Психолог (вопрос к группе): «*На что в поведении Сергея вы обратили внимание?*».

Для определения продуктивности молчания кого-либо из участников, анализировались следующие аспекты: что чувствует «молчун», пытается ли он что-то выразить таким способом, как реагирует группа на его поведение.

Следующий этап начался с самораскрытия некоторых участников. Дети смогли рассказать о своих противоречивых чувствах, связанных с разводом: о любви к маме и обиде на неё за то,

³ Все имена детей изменены.

что папа ушёл; о любви к отцу и злости на него за то, что бросил, предал семью. Участники обнаружили много общего в своих переживаниях и трудностях. Они проявляли непосредственное поведение, активность, боролись друг с другом за внимание и одобрение психолога, проверяли диапазон приемлемости. Например, Валера на четвёртом занятии поделился в группе тем, что ему, бывает, некому рассказать о своих неприятностях. Обсуждение в группе привело мальчика к осознанию причин своей драчливости.

Процесс самораскрытия положил начало определению социальных статусов участников при динамической ориентации в общении. Особое внимание пришлось уделить проблеме образования подгрупп. Дети стремились выполнять задания и упражнения только с определённым (-ми) участником (-ми), отвергая других. Одной психологической поддержки «отверженным» со стороны психолога оказалось недостаточно, поэтому мы внесли изменения во взаимодействие между детьми. Была увеличена доля упражнений и заданий, повышающих самооценку. Подбор игр в этот период работы осуществлялся с точки зрения необходимости роста вариантности и интенсивности общения детей. Тем не менее, защитное поведение сохранялось ещё продолжительное время. Чаще других использовались вытеснение, отрицание, идентификация с агрессором, проекция, интроекция и регрессия. На этом этапе дети много спрашивали. Большую часть вопросов мы переадресовывали самим участникам, чтобы уменьшить зависимость группы от психолога. Ведущую роль в преодолении защит, как и во всей групповой динамике, играл характер отношений между психологом и ребёнком, своевременность и глубина реагирования руководителя группы на эмоциональные и поведенческие проявления детей. В частности важно было:

- выражать словами невербальные сообщения участников друг другу (*«Олег, я обратила внимание, что когда Катя рассказывала о своём страхе, ты стал раскачиваться на стуле. Это действие как-то связано с её рассказом?»*);
- обобщать взгляды, уточнять мнения (*«Ты хочешь сказать, что ..., Если я правильно поняла, ты считаешь...»*);
- подводить итоги обсуждения.

Для ослабления защитных реакций в ходе выполнения групповых заданий мы акцентировали внимание детей на возможности *попробовать что-то сделать*, а также *проследить за своими чувствами* в процессе работы. Известно, что любое задание или упражнение ценно обретенным участником опытом в результате его выполнения, поэтому с помощью вопросов мы помогали самоанализу участников. Например:

1. *Что ты узнал для себя нового?*
2. *На что ты обратил внимание во время игры?*
3. *Было что-то привычное в твоём поведении?*
4. *Тебе хочется что-то изменить (в рисунке, в поделке, в сыгранной ситуации и т. п.)?*
5. *Как ты можешь использовать этот опыт за пределами группы?*

К середине работы группа вступила в период конфронтации, завершившийся распределением ролей и переходом к устойчивой ориентации в общении. Дети проявляли активность, инициативность, демонстративность, негативизм. Наблюдалась потребность в положительном подкреплении, обострилась борьба за внимание психолога, совершенствовались способы его привлечения. Так, одни участники заведомо нарушали групповые правила, другие - выступали в этой ситуации в роли супервизора. Достижение целей данного этапа помимо доверительных отношений в группе, требовало групповой сплочённости. Поскольку, как и мотивацию к участию в работе, эти основные параметры невозможно установить раз и навсегда, мы постоянно держали их в поле внимания, анализируя текущую ситуацию в группе с помощью таких вопросов, как:

- Что происходит в группе в данный момент?
- Какие процессы стоят за этими проявлениями?
- Что/кто в центре моего внимания, внимания участников?
- Необходима ли моя активность, какая именно будет наиболее эффективной?

В ходе групповой работы проявились гендерные различия в переживании развода. Для мальчиков были характерны нарушения правил работы в группе, зачастую имевшие явно провокационный характер, нарушения игровых правил. Доминирующее чувство – злость. Чем больше мальчик самоутверждался с её помощью, тем чаще применял (прийти в очередной раз на занятие с красноречивыми следами недавней драки; пренебрежительно выкрикнуть имя девочки во время игры и удостовериться в том, что ей это не понравилось; отказаться разговаривать с отцом по телефону). Ведущие чувства девочек – грусть и обида. Ярko была выражена тенденция носить переживания в «себе», боязливость на фоне общей утомляемости. В моменты нахлынувших эмоций девочки прибегали к слезам, отказу от общения, предпочитали уединённые занятия (рисование, лепку за отдельным столом). Последствия развода по данным Шнейдера Л. Б. (2000) на мальчиках сказываются сильнее, чем на девочках. В период от двух месяцев до года со времени развода они становятся неуправляемыми, агрессивными, теряют самоконтроль, проявляют несамостоятельность и тревожность, инфантильность (Шнейдер Л. Б., 2000). На второй год трудности сглаживаются, количество проблем уменьшается, однако только в тех семьях, где дети успешно адаптируются к новой ситуации (Райс Ф., 2000).

Наибольшие сложности в выражении и преодолении у всех детей вызвали чувства злости и вины. В ходе работы со злостью ярко проявился запрет на ее выражение, стремление уйти от обсуждения, а также потерянности и неловкость. Чтобы преодолеть сопротивление и дать выход болезненным переживаниям детей, мы применили ряд техник арт-терапии. Например, Сергей активно участвовал в обсуждении на тему «Злость». Сказал, что злится, если им командуют, хочет в таких случаях уйти, убежать. Слепив свою Злость из пластилина, бил её кулаком, расплющивая по столу. Валера первый «расправился» со своей пластилиновой Злостью, смяв её. Затем слепил новую, напоминающую его рисунок страха: *«Она любит*

темноту». Злость у Гали, по её словам, «не очень злая». Фигурку Злости она вылепила с белыми крыльями: «для того, чтобы вовремя улететь». Символическое отреагирование внутренних конфликтов участников дало толчок к осознанию и принятию собственной злости и агрессивности. Позитивную роль в этом процессе сыграло сходство жизненного опыта и переживаний детей. Группа впервые предстала целостным психологическим образованием и выступила в качестве субъекта психологической защиты. Начался процесс ее саморегуляции. Было зафиксировано самораскрытие детей, ранее проявлявших демонстративность и негативизм. Так, Валера пришёл на занятие первым, стал сразу расспрашивать о том, чем будем заниматься. Претендовал на повышенное внимание к себе, проецировал на психолога свои отношения с матерью. С её слов, Валера – любимый сын в отличие от нежеланной, отвергаемой дочери. Активизировались механизмы переноса, смещения и идентификации с агрессором. Открытый разговор о том, что неприятно, боязно вспоминать, помог мальчику вернуться к конструктивной работе.

На завершающем этапе наблюдалось увеличение сплоченности группы, адекватность выборов в общении и частичный отказ от неконструктивных форм реагирования на фрустрирующие ситуации. Кульминацией группового взаимодействия стала работа с чувством вины. Полное или частичное принятие на себя вины за расставание родителей было характерно для большинства детей: «Я баловался, когда был маленький. Папе это надоело, и он ушёл от нас», «Я плохо себя вела. Они из-за меня ругались, потом ещё много из-за чего. Мама плакала. Я ей говорила: «Только не плачь. Я буду хорошо себя вести». Она сказала, что папа будет жить с другой тётёй, а ко мне будет приходить». Особенность переживания чувства вины детьми связана с недостатком жизненного опыта. Логика их рассуждений примерно такова: «Раз **со мной** это случилось и **мне** от этого плохо, значит, я когда-то в чем-то провинился, и поэтому **все это** случилось». Внутренняя атрибуция всегда чревата переживанием вины и указывает на деструктивно сформированное чувства контроля («Если буду хорошо учиться и хорошо себя вести, то папа вернется», «Если бы я был самым лучшим, он бы не ушел»). Обсуждение, в ходе которого каждый ребенок пытался объяснить для себя причину развода, имело исключительное значение для снятия ответственности за решение взрослых. Известно, что неоднозначные факты человек воспринимает предвзято. Стремление объяснить случившееся (что в данном случае обозначало найти для себя причину расставания родителей) – это и есть выражение потребности достичь чувства контроля и надёжности, ощущения предсказуемости ситуации и жизни в целом. Это адаптивное конструирование внутренней реальности, направленное на восстановление устойчивости своей психической жизни. В поиске смысла произошедшего в семье главным было не содержание причин, а вера в найденные объяснения. Именно сила убеждённости в своих доводах влияла на успешность психологической адаптации. Содержательная же сторона атрибуций – на степень ощущения контроля. Другими словами, если я в состоянии

контролировать действовавшие причины, то подобное больше не повторится. Самое сильное чувство контроля наблюдалось у Олега и Валеры. Они были убеждены в том, что приведшие к изменению отношений между родителями и детьми причины больше не действуют. В их представлениях о себе и мире была выражена «временная разорванность», то есть **«Я» в настоящем** и нынешняя жизненная ситуация у этих детей отличались в их собственном восприятии от **«Я» в прошлом** и от ситуации развода. Такой разрыв послужил гарантом того, что «больше такого не случится», способствуя психологической устойчивости и адаптации. Примеры «временной разорванности»:

- *Раньше мама и папа ругались. Теперь папа забирает меня в воскресенье, играет со мной, водит в «Макдональдс». Они больше не ругаются.*

- *Раньше у меня плохо получалось убирать свои вещи. Теперь мама меня хвалит.*

- *Раньше я боялась оставаться одна дома. Теперь не боюсь.*

- *Раньше мама часто была грустная и я тоже. Теперь нам хорошо.*

- *Раньше я боялся, что мама уйдёт и не вернётся. Теперь я знаю, что она не такая.*

Трудности в работе с содержанием атрибуций были связаны с тем, что истинные причины развода родителей лежали, как правило, вне контроля ребёнка. В результате, мы столкнулись с позицией бессилия: как бы ты себя ни вёл, как бы ни выглядел, как бы ни учился в школе и пр. - всё равно это бы произошло. Подобные убеждения, имея под собой объективную основу, вызывают ощущение безысходности, провоцируют тревожность и пассивность (Юля, Галя). Усилия психолога в случаях Юли и Гали были направлены на выявление теплого, заботливого отношения к ребёнку со стороны значимых взрослых, в первую очередь, родителей, на подтверждение надёжности этих отношений. Характерно, что именно у Юли и Гали была сильнее всего выражена потребность в любви и признании. По мере осознания своей непричастности у детей снижалась тревожность, улучшалось отношение к себе, появлялась вера в собственные возможности и желание действовать. Таким образом, изменение оценки произошедшего в семье повлекло за собой положительную динамику психологического состояния, восприятия себя и мира. Степень влияния внешней или внутренней атрибуции зависела от нынешнего качества жизни ребёнка и его внутренней картины мира.

В результате проведённой работы по программе «Радуга» у детей были отмечены следующие изменения: снижение тревожности, страхов и агрессивности, улучшение самопринятия. Это подтвердилось анализом анкет «Влияние развода», проведенных в начале и в конце занятий в группе, а также субъективной оценкой участниками своего эмоционального состояния. Улучшились взаимоотношения детей со сверстниками (*«Другим детям нравится играть со мной», «Меня чаще принимают в игру»*) и родителями (*«Я смог спокойно поговорить с родителями об этом», «Я не боюсь рассказать дома о том, что у меня произошло в школе»*). В пользу успешной адаптации к изменениям, вызванным разводом родителей, говорит наличие разрыва в психологическом времени личности, которое выявлено

с помощью наблюдения, анализа заданий на сравнение прошлой и настоящей жизненных ситуаций: «*Когда я был маленький..., а теперь я ...*». При этом, самый устойчивый и широкий диапазон изменений наблюдался у детей, мотивированных к преобразованиям в своей жизни, активных и инициативных в ходе занятий.

Когнитивное фокусирование программы «Радуга» позволило установить контакт с болезненными переживаниями детей. Сходство жизненного опыта и переживаний стали основой для взаимопонимания и эмоциональной поддержки в группе. Ведущим фактором психологической помощи, по нашим наблюдениям, была эмпатическая коммуникация между психологом и участником, психологом и группой, где основная сила принадлежала эмпатической реакции психолога во время переработки материала ребенком. Неадаптивные установки, вызванные разводом, имели, в большинстве случаев, преходящий характер и поддавались коррекции.

В постразводный период приспособление осуществляется за счёт удовлетворения потребности в стремлении объяснить случившееся, усилить контроль и повысить самооценку. В рамках группы поддержки основное внимание психолога должно быть направлено на особенности формирования этих когнитивных элементов у ребенка, на их соотношение и проявление в группе, а также рефлексии собственных когнитивных механизмов адаптации.

Литература:

1. Инновационные методы обучения в гражданском образовании / Величко В.В., Карпиевич Д.В., Карпиевич Е.Ф., Кирилук Л.Г. – 2-е изд. доп. – Мн.: «Медисонт», 2001.
2. Келли Г. Процесс каузальной атрибуции // Современная зарубежная социальная психология. Тексты. - М.: Изд-во Московского университета, 1984.
3. Кюблер-Росс Э. О смерти и умирании. Пер. с англ. К.Семенова и В. Трилиса К. – София, 2001.
4. Фестингер Л. Теория когнитивного диссонанса. - СПб., 2000.
5. Франкл В. Человек в поисках смысла. – М.: Прогресс, 1990.

Анкета «ВЛИЯНИЕ РАЗВОДА»

Имя, фамилия: _____ Класс: _____

Дата: _____

Инструкция: оцени, пожалуйста, в какой степени в течение недели к тебе относились приведённые ниже высказывания. Для этого по каждому из 20 пунктов «галочкой» (✓) отметь тот квадратик, который соответствует тому, как часто ты с сталкивался (-ась) с данным проявлением.

№	Высказывания	часто	редко	никогда
1.	Некоторые места в городе, игрушки, предметы, одежда напоминают мне о том родителе, который не живёт теперь со мной.	☐	☐	☐
2.	Меня не интересует, что происходит вокруг: в классе, в школе, во дворе, у друзей и т.д.	☐	☐	☐
3.	Я не разрешаю себе расстраиваться, когда думаю о разводе, когда что-то напомнило о нём.	☐	☐	☐
4.	Я дерусь, борюсь, «распускаю руки».	☐	☐	☐
5.	Я стараюсь ни с кем не говорить о разводе.	☐	☐	☐
6.	То, к чему я привык (-ла), кажется после развода не таким как раньше.	☐	☐	☐
7.	Я стараюсь не вспоминать родителя, который не живёт теперь со мной.	☐	☐	☐
8.	Я думаю, что мои родители развелись из-за меня.	☐	☐	☐
9.	Я стараюсь не обращать внимания на всё, что напоминает мне о разводе родителей.	☐	☐	☐
10.	Я думаю о том, почему это случилось именно со мной.	☐	☐	☐
11.	Я нарушаю правила поведения в школе и общественных местах, правила игр.	☐	☐	☐
12.	Я стараюсь забыть о том, как наша семья жила до развода.	☐	☐	☐
13.	Мне снятся неприятные, страшные сны.	☐	☐	☐
14.	Мысли о разводе, о том, как это было, снова и снова появляются, хотя я не хочу об этом думать.	☐	☐	☐
15.	Мне нравится оставаться одному (-ой).	☐	☐	☐
16.	Я чувствую оцепенение: не могу радоваться, грустить, злиться, удивляться как раньше.	☐	☐	☐
17.	Мне трудно сосредоточить внимание на чём-либо.	☐	☐	☐
18.	Я кричу, воплю, дразню кого-нибудь или ругаюсь.	☐	☐	☐
19.	Напоминание о разводе заставляет меня заново переживать, как это было.	☐	☐	☐
20.	Мне нужно больше времени на обычные дела.	☐	☐	☐

Ключ:

1. Вмешательство чувств и мыслей о разводе в текущую жизнь, их навязчивость.
2. Избегание всего, что касается развода родителей.
3. Интенсивность переживаний, связанных с разводом.
4. Трудности взаимодействия, обучения.

Каждый критерий представлен пятью пунктами:

1 – 1, 6, 10, 14, 19; **2** – 3, 5, 7, 9, 12; **3** – 4, 8, 13, 16, 18; **4** – 2, 11, 15, 17, 20.

Выраженность критериев отмечается следующими баллами:

2 - часто, 1 - редко, 0 - никогда.

