



«Дети Наши»

Благотворительный фонд

Особенности психологии детей-сирот

Татьяна Панкова



Привязанность



Одна из наиболее важных концепций развития человека состоит в том, что, взрослея, человек проходит последовательность определенных стадий, ни одна из которых не может быть пропущена.

Эти стадии логически связаны друг с другом, и каждая предыдущая служит базой для формирования последующей.

Формирование привязанности (цикл 1-го года)



Формирование привязанности (цикл 2-го года)



У ребёнка возникает потребность

Родитель реагирует соответственно

Взрослый ограничивает ребенка,
говорит ему "нет"

Ребёнок либо слушается, либо не подчиняется,
либо пытается спорить со взрослым



Нарушение привязанности



Виды нарушения привязанности: невротическая привязанность



При пренебрежении либо гиперопеке со стороны родителей обычно развивается негативная (невротическая) привязанность. Такой ребенок постоянно «цепляется» за родителей, ищет «негативного» внимания, провоцируя родителей на наказания и стараясь раздражить их.



Виды нарушения привязанности: амбивалентная привязанность



Если родители были непоследовательны и истеричны: то ласкали, то взрывались и били ребенка — каждый раз бурно и без объективных причин, лишая тем самым ребенка возможности понять их поведение и приспособиться к нему (типично для алко- и наркозависимых родителей), у ребенка может развиться т.н. амбивалентная привязанность. В этом случае ребенок постоянно демонстрирует двойственное отношение к близкому взрослому: «привязанность-отвержение», то ластится, то грубит и избегает. При этом перепады в обращении являются частыми, полутона и компромиссы отсутствуют, а сам ребенок не может объяснить своего поведения и явно страдает от него.



Виды нарушения привязанности: избегающая привязанность



Если имел место болезненный разрыв отношений с близким взрослым, и ребенок «застрял» в состоянии горя; либо если разрыв воспринимается ребенком как «предательство», а взрослые — как «злоупотребляющие» детским доверием и своей силой, то ребенок может проявить т.н. избегающую привязанность. Ребенок с этим типом нарушенной привязанности угрюм, замкнут, не допускает доверительных отношений со взрослыми и детьми, хотя может любить животных. Основной мотив — «никому нельзя доверять».



Виды нарушения привязанности: дезорганизованная привязанность



У детей, подвергавшихся систематическому жестокому обращению и насилию, и никогда не имевших опыта привязанности, развивается т.н. дезорганизованная привязанность. Дело в том, что жизнь научила таких детей выживать, нарушая все правила и границы человеческих отношений, отказываясь от привязанности в пользу силы: им не надо, чтобы их любили, они предпочитают, чтобы их боялись. Это особенно тяжелый тип нарушения привязанности с т.з. возможной коррекции.



Кейс №1



В интернате Юля воспитывается с 8 лет, ранее жила с сильно пьющими родителями. Дважды попадала в приёмную семью и не смогла найти общий язык с приёмными родителями (возврат произошёл по инициативе опекунов). Воспитатели и психологи отмечают, крайне плохую успеваемость в школе, замкнутость, сверстники обижают Юлю, дразнят, отбирают вещи, заставляют делать уборку вместо себя.

Во время знакомства с волонтером Юля была замкнутой и никак не выражала заинтересованность в новом человеке, разговаривала вежливо, на «вы», отвечала односложно, не смотрела в глаза, отказалась снять верхнюю одежду в кабинете. Угощение, которое привезли ей, взяла и сразу раздала другим детям «Мне ничего не нужно». Следующую встречу во время прогулки, стала активно общаться, рассказала о родителях, братьях сестрах, страхах и своих недостатках, без вопросов со стороны волонтера. Все время держала наставницу за руку. Однако, уже через неделю, поведение девочки резко изменилось, она вела себя отчужденно, не хотела разговаривать, говорила, что у неё много дел, и нет времени общаться. Наставнице казалось, что девочка остаётся из вежливости, или кто то запретил ей общаться. Такие перепады в общении продолжались 6 месяцев.

Кейс №2



Свою наставницу Лена ждала больше полугода, и всегда спрашивала, когда уже приедут ко мне.

Долгожданное знакомство прошло хорошо, Лена проявила большую заинтересованность в наставнике, в паре быстро установилось взаимопонимание, появились планы на следующие встречи. Через некоторое время, наставница рассказала психологу, что девочка почти не выражает своего мнения, соглашается с наставницей во всем, хотя в дальнейшем не проявляет инициативы и видно, что ей скучно. «Она как будто постоянно смотрит мне в рот, старается угодить, всегда переспрашивает, скоро ли я приеду, хотя я ни одной встречи не пропустила, ждет меня задолго до назначенного времени у ворот, с гордостью сообщает, что стоит тут уже час». Так же наставница отметила, что ей сложно выявить какие либо интересы подопечной, понять что ей нравится, всегда ответ «Я как ты».

Кейс №3



До 12 лет Инна воспитывалась в алкогольной семье. Часто оставалась без присмотра, уходила из дома, бродяжничала. Психологи предполагают, что девочка неоднократно подвергалась насилию.

Воспитатели детского дома отмечают, что Инна с трудом справляется с личной гигиеной, и как будто «не слышит», когда к ней обращаются. Так же Инна довольно часто провоцирует на себя агрессию сверстников (особенно тех, с кем отношения особенно близкие), учителей, воспитателей. Попав в ситуацию конфликта не отстаивает себя, обижается и уходит. Психологам говорит, что все люди всегда поступают с ней плохо и она сама виновата, но по другому быть не может. Постоянных и стабильных отношений со взрослыми нет.

Кейс №4



Дима живет в детском доме с 5 лет. Его нашли на улице сотрудники полиции. Дима помнит, что мама сильно выпивала, и часто оставляла его в разных местах. Есть признаки, что ребенок подвергался насилию.

В детском доме Дима общается только с теми людьми, которые выгодны для него в данный момент. Затем резко и грубо прерывает контакт. При попытке со стороны взрослых выстраивать доверительные отношения, начинает много врать и манипулировать. Требует «особых услуг», например освободить от урока, привезти подарок и т.д. Если получает убедительный отказ, делает вид, что не знаком с человеком. Затем может возобновить общение, как ни в чем не бывало. Никогда не признаёт своей ответственности за что либо. Агрессивен с младшими детьми.

Волонтерам рассказывает о себе фантастические истории, вызывая при этом доверие. В случае повторной встречи не общается или рассказывает новую «легенду».

Общие черты детей с нарушением привязанности



1. **Стремятся управлять событиями и людьми, присутствующими в их жизни.** Им кажется, что если они потеряют контроль, они могут умереть. Приняв этот момент за ключевой мотивирующий фактор жизни ребенка, его поведение становится объяснимым.
2. **Дети с НП постоянно лгут.** Правда поможет взрослому взять контроль над ними.
3. **Не умеют или не хотят смотреть в глаза, за исключением тех случаев, когда они лгут.** Не хотят давать взрослым возможность сломать их и одержать верх.
4. **Дети с НП редко способны вступать во взаимоотношения. Им недостает умения уделять и привлекать внимание.** Они воспринимают желание уделить им внимание и любовь как угрозу личной независимости, и отвергают любую попытку сближения с ними



Травма. Утрата

Травма. Проживание утраты



- Травма возникает тогда, когда воздействие (внутреннее или внешнее) интенсивнее, чем способность его переживать.
- Травма (буквальное значение – рана). Это разрушение нормальных связей со своим телом, самим собой, семьёй и окружающим миром. Проживание психологической травмы – это уникальный опыт.
- Психологическая реакция на травму включает в себя три относительно самостоятельные фазы, что позволяет охарактеризовать ее как развернутый во времени процесс



Фазы проживания утраты

Первая фаза: фаза психологического шока. Содержит два основных компонента:

1. Угнетение активности, нарушение ориентировки в окружающей среде, дезорганизация деятельности.
2. Отрицание происшедшего (своеобразная охранительная реакция психики) – до 48 часов.

Фазы проживания утраты

Вторая фаза: воздействие. Характеризуется выраженными эмоциональными реакциями на событие и его последствия. Это могут быть сильный страх, ужас, тревога, гнев, плач, обвинение – эмоции, отличающиеся непосредственностью проявления и крайней интенсивностью.

Постепенно эти эмоции сменяются реакцией критики или сомнения в себе. Она протекает по типу «что было бы, если бы...» и сопровождается болезненным осознанием неотвратимости происшедшего, признанием собственного бессилия и самобичеванием.

Данная фаза является критической в том отношении, что после нее начинается либо «процесс выздоровления», либо происходит фиксация на травме и последующий переход постстрессового состояния в хроническую форму. В последнем случае человек остается на второй фазе реагирования



При благополучном
емоціональному отреагуванні
возникає третя фаза — фаза
нормального реагування.

Фазы проживания утраты



Эмоциональное
отреагирование

Принятие реальности

Адаптация к новым
обстоятельствам

Виды травмы



- Острая шоковая травма;
- Пролонгированная травма;
- Кумулятивная травма;
- Генерационная травма;
- Травма свидетеля.

Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР)



- ✓ Ослабевание когнитивных способностей;
- ✓ Разрыв контакта с телом (снижение чувствительности);
- ✓ Навязчивое поведение;
- ✓ Негативные копинговые стратегии;
- ✓ Депрессия, суицидальное поведение;
- ✓ Навязчивые воспоминания;
- ✓ Панические атаки;
- ✓ Невозможность проживать опыт здесь и сейчас;
- ✓ Разделение на «Я» до и «Я» после.



«Любой человек рожденный на свет, обладает естественной способностью преодолеть любую травму»

(цитата из книги Питера Левина «Исцеление от травмы»)



Границы и манипуляция

Психологическая граница личности



- ✓ Формируется в течении жизни в контакте со значимым взрослым;
- ✓ Невозможно формировать границу в контакте с человеком, собственные границы которого размыты;
- ✓ Для формирования здоровой психологической границы нужно иметь четкое представление о собственных чувствах и потребностях (что для меня хорошо, а что плохо);
- ✓ Необходимо представление о чувствах и потребностях других;
- ✓ Возможность и способность адекватно выражать негативные эмоции, говорить «нет».

Почему дети манипулируют?



- Неумение общаться;
- Страх отвержения;
- Вытеснение сложных или тяжелых чувств;
- Необходимость получить контроль;
- Привлечение внимания.

Психодраматический треугольник Стивена Карпмана

Инициирование игры Жертвой

ЖЕРТВА
ВСЯ ВИНА

ВЫТЕСНЯЕТСЯ
АГРЕССИЯ

отрицает наличие собственных ресурсов
просит совета, не принимает решений
отказывается от ответственности

вариант игры:
«да конечно ... но!»

ПРИГЛАШЕНИЕ
ПОУЧАСТВОВАТЬ
ИЗБЕЙ МЕНЯ

ПРИГЛАШЕНИЕ
ПОУЧАСТВОВАТЬ
СПАСИ МЕНЯ

ВЫТЕСНЯЕТСЯ
УЯЗВИМОСТЬ

АГРЕССОР
ВСЯ ЗЛОСТЬ

ВЫТЕСНЯЕТСЯ
БЕССИЛИЕ

СПАСАТЕЛЬ
ВСЯ ДОБРОТА

обесценивает жертву
считает ее не способной
взять ответственность
или принимать решения

вариант игры:
«почему бы вам не...?»

- АКТИВНЫЙ
- КАРАЮЩИЙ
- ПАССИВНЫЙ

Начало перехода из роли в роль:

Спаситель	чувство вины, чувство беспомощности, ощущение обязанности помогать и невозможности отказать: "Я обязан помочь!", "Что обо мне подумают, как я буду выглядеть, если откажусь?".	Жертва
	желание наказать "плохого", восстановить справедливость, направленную не на себя, чувство абсолютной собственной правоты и благородного праведного возмущения.	Агрессор
Жертва	чувство обиды и несправедливости, творимой по отношению к тебе лично.	Агрессор
	желание помочь, жалость к бывшему Агрессору или Спасителю	Спаситель
Агрессор	внезапное (либо растущее) чувство беспомощности и растерянность.	Жертва
	чувство вины, чувство ответственности за другого человека	Спаситель



«Дети Наши»

Благотворительный фонд

Татьяна Панкова
психолог проекта «Будем вместе»

+7 (495) 787-99-70

<http://detinashi.ru/>

    /detinashi