



БЫТЬ НАСТАВНИКОМ

ПОСОБИЕ ДЛЯ ВОЛОНТЕРА

Татьяна Панюшева Инна Пасечник

БЫТЬ НАСТАВНИКОМ

ПОСОБИЕ ДЛЯ ВОЛОНТЕРА



ВОЛОНТЕРЫ В ПОМОЩЬ
ДЕТЯМ-СИРОТАМ
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД
www.otkazniki.ru



«Дети Наши»

Благотворительный фонд

Москва

2017

Содержание

- Введение / 5
- 1 Психологические особенности детей-сирот / 9
 - 2 Роль наставника / 43
 - 3 Ожидания ребенка / 55
 - 4 Обязательства наставника и организационные моменты / 58
 - 5 В чем конкретно помогать ребенку? / 66
 - 6 Взаимодействие с учреждением / 73
 - 7 Коммуникативные навыки наставника / 76
 - 8 Конфликты / 80
 - 9 «Неудобные» темы / 87
 - 10 Провокационное поведение / 105
 - 11 Гостевой режим / 109
 - 12 Если возникла мысль о приемном родительстве... / 120
 - 13 Завершение отношений или варианты поддержания отношений в дальнейшем / 123
- Список рекомендуемой литературы и видеоматериалов / 135
- Приложения / 142



Введение

Зачем все это нужно?



В настоящее время структура детских домов в нашей стране меняется. В частности, в детских домах стараются организовывать группы семейного типа, т.е. разновозрастные группы с малым количеством детей и с постоянными воспитателями. Однако главной целью является развитие семейного устройства детей-сирот. На государственном уровне в нашей стране признано (постановление Правительства РФ №481 от 24.05.2014), что проживание детей в учреждениях может быть только временным, потому что для полноценного развития и успешной последующей жизни каждому ребенку необходима семья. Тем не менее, на данном этапе остается достаточное количество детей в детских домах. С одной стороны, это связано с большой численностью сирот и с недостаточным количеством специалистов и действительно профессиональных организаций, которые грамотно работали бы с детьми в учреждениях; с потенциальными кандидатами в принимающие семьи; с кровными семьями детей на предмет профилактики изъятий или воссоединения детей с родственниками. Во-вторых, более сложно идет дело с устройством в семьи детей подросткового возраста, а также детей с особенностями здоровья и развития. Кроме того, нельзя забывать о существовании детей, временно помещенных в учреждение по заявлению родителей. Основной проблемой в этой ситуации становится тот факт, что юридически такие дети не являются сиротами и не могут быть взяты в семью другими людьми, но при этом они переживают все те же трудности, что и дети-сироты. В данном случае не хватает развитой системы работы с кровными семьями этих детей (с целью возвращения детей в свои семьи), а также подготовки профессиональных семей, в которые возможно было бы размещение детей на время работы с их кровными родственниками.

Таким образом, в силу описанных выше причин на сегодняшний момент остается актуальной поддержка детей, проживающих в сиротских учреждениях. Ранее волонтерскому движению казалось важным обеспечение детских домов одеждой, игрушками и прочими материальными благами. И в некотором смысле был период, когда это было оправданным, когда детские дома находились на грани нищеты (90-е гг.).

Однако со временем стало очевидно, что материальная помощь не является тем, что может действительно помочь качественно изменить жизнь детей в учреждениях. Постепенно накапливались данные исследований о том, что важно для благополучного полноценного развития детей, а также о психологических особенностях детей-сирот и их причинах. Это привело к изменению самой системы работы с детьми-сиротами в различных странах, а также повлияло на понимание целей волонтерского движения. В результате волонтеры стали больше ориентироваться на непосредственное взаимодействие и регулярное общение с детьми; организацию мастер-классов, позволяющих в том числе расширить представление о мире у детей-сирот и получить опыт взаимодействия с людьми, отличающийся от реальности детских домов.

Следующим шагом стало развитие новой формы сопровождения детей из детских домов — наставничество. Такая форма взаимодействия требует значительно большей включенности, ответственности и самоотдачи. Наставничество предполагает регулярное взаимодействие волонтера с одним конкретным ребенком на протяжении длительного времени. Предполагается, что наставник может стать значимым взрослым в жизни ребенка для сопровождения подростка в процессе взросления, выбора образовательного пути, перехода к самостоятельной жизни. Важна возможность получения ребенком опыта предсказуемых, надежных отношений с признанием ценности его как личности. Именно такой опыт может дать ему шанс в будущем успешно выстраивать отношения с другими людьми, повысит его уровень социальной адаптации. Кроме того, в случае установления длительных отношений с наставником, ребенок, выходя из детского дома, имеет возможность обратиться к более опытному взрослому за помощью на первых этапах самостоятельной жизни.

Важно подчеркнуть, что отношения с наставником принципиально отличаются от детско-родительских отношений. Не стоит питать иллюзий, что регулярные встречи с ребенком, проживающим в детском доме, могут дать ему опыт жизни в семье: со всей глубиной и перепадами отношений, непрерывным совместным бытом, совместным переживанием кризисных и благополучных периодов и т.д. Таким образом, наставник скорее занимает позицию «старшего товарища», что значительно ближе к дружеским отношениям, а не к семейным. На первый взгляд, кажется, что раз цель понятна, то можно идти и действовать, и никаких специальных знаний тут не требуется. Однако практика показала, что люди, идущие помогать детям в детские дома без предварительной подготовки, сталкиваются совсем не с тем, чего они ожидают. Это может в итоге не только не приносить пользы, но даже приводит к значитель-

ному разочарованию с обеих сторон, а порой и к повторным психологическим травмам детей-сирот. Дело в том, что дети, попавшие в учреждения, имеют специфический жизненный опыт, и в связи с этим — свои психологические и эмоциональные особенности, свои представления об отношениях с людьми. Все это необходимо знать и учитывать при желании общаться с ними и принести им реальную пользу.

Цель данного пособия — дать потенциальным волонтерам-наставникам конкретную информацию о детях, живущих в детских домах, и конкретные рекомендации по установлению с ними отношений, описать возможные сложные и трудные моменты на этом пути с целью повышения эффективности взаимоотношений и избегания разочарований

Важно, чтобы потенциальные наставники имели возможность заранее (до «выхода к детям») подробно обдумать для себя, готовы ли они к столь серьезному и ответственному виду помощи детям-сиротам: какова их собственная мотивация; есть ли у них ресурсы на это дело; насколько они в состоянии скорректировать свои ожидания; готовы ли они столкнуться с возможными трудностями и пр.

Если кто-то из читателей еще на этапе ознакомления с данным пособием решит, что наставничество как вид волонтерства ему не подходит, то авторы будут считать такой результат тоже эффективным. Не у каждого человека есть призвание быть наставником, точно также как не каждый, например, готов стать приемным родителем. И в этом нет ничего страшного, так как существует много возможных точек приложения своих сил с целью улучшения нашего несовершенного мира. Не так просто бывает определиться со своим собственным выбором в сфере добровольчества. Но что касается волонтерства с людьми, и особенно с детьми-сиротами, то тут авторы убеждены, что это ответственность взрослых людей — сначала взвесить свои силы, а потом уже идти к детям.

Также авторы надеются, что всем читателям, вне зависимости от того, станут ли они волонтерами в детских домах или нет, будет интересно

и полезно узнать больше о детях-сиротах. Чем больше людей в нашем обществе будет владеть достоверной информацией об особенностях детей-сирот, тем меньше будет мифов, тем более реалистичное отношение будет формироваться как к этим детям, так и к приемным семьям.

Формат методички не позволяет предоставить обширное и глубокое описание всех заявленных в содержании тем, поэтому в конце пособия приведен список дополнительной полезной литературы и фильмов, с которыми могут ознакомиться заинтересовавшиеся читатели.

АВТОРЫ МЕТОДИЧКИ

Панюшева Татьяна Дмитриевна

Психолог, кандидат психологических наук, сотрудник БФ «Волонтеры в помощь детям-сиротам». В сфере семейного устройства работает с 2006 года. Соавтор книги «Приемный ребенок: жизненный путь, помощь и поддержка», а также ряда методических пособий и статей по темам, связанным с приемными детьми. В данном пособии автор следующих глав:

1. Психологические особенности детей-сирот.
2. Роль наставника.
4. Обязательства наставника и организационные моменты.
9. «Неудобные» темы.
11. Гостевой режим.
12. Если возникла мысль о приемном родителстве...
13. Завершение отношений или варианты поддержания отношений в дальнейшем.

Пасечник Инна Викторовна

Психолог, сотрудник БФ «Волонтеры в помощь детям-сиротам». В сфере детской психотерапии и семейного консультирования с 2007 года. В данном пособии автор следующих глав:

3. Ожидания ребенка.
5. В чем конкретно помогать ребенку?
6. Взаимодействие с учреждением.
7. Коммуникативные навыки наставника.
8. Конфликты.
10. Провокационное поведение.

Психологические особенности детей-сирот

Разве эти дети сильно отличаются от обычных детей?



К детям-сиротам в нашем обществе на данный момент отношение очень неоднозначное. С одной стороны, оно может проявляться как сочувствие и жалость к «сиротинушкам» и к их непростой судьбе: интуитивно многие люди понимают, что жизнь у таких детей складывалась сложно, опыт у них тяжелый — далеко не каждый взрослый прошел через то, что было с детьми-сиротами/приемными детьми в разное время их детства. С другой стороны — неприятие, желание держать дистанцию, негативное отношение и даже страх, связанные с опасениями, что «все эти дети из плохих и неблагополучных семей», «все они с плохими привычками и преступным будущим» и т.д. Казалось бы, и то, и другое соображения имеют под собой основания: действительно, детство таких детей по определению не могло быть абсолютно безоблачным. Также верно, что нередко сложно складывается их взрослая жизнь. Но с чем на самом деле связаны эти трудности, и почему ребенку из кровной семьи с благополучным детством часто легче выстроить свою жизнь? Те люди, которые достаточно далеки от темы сиротства, не всегда знают настоящие причины проблем, возникающих у детей-сирот с поведением, отношением к себе и отношениями с другими людьми, выстраиванием собственной жизни. Понимание реальных источников особенностей детей-сирот жизненно важно как для адекватного отношения к ним общества, так и для оказания той необходимой помощи, которая могла бы помочь им справиться с жизненными сложностями.

Существует мнение, что кровные дети и дети-сироты ничем не отличаются друг от друга. Просто ребенку-сироте надо много внимания и любви, и он тут же все наверстает и будет обычным ребенком. Если бы это было правдой, то не возникало бы столько вопросов и сложностей в приемных семьях, не была бы такой острой тема возвратов детей из семей, не стоял бы вопрос о необходимости сопровождения и специальной помощи и поддержки для принимающих семей. А также не было бы столько трудностей с адаптацией выпускников детских домов к жизни в социуме. С чем это связано? И в чем же разница между кровными детьми и детьми-сиротами?

ПРИВЯЗАННОСТЬ

Дети-сироты попадают в детский дом разными путями. Они могут быть «отказными» с момента рождения, или могут быть найденными на улице/подброшенными, или изъятыми из своих семей. Общее для них всех то, что, так или иначе, они лишились своих кровных семей — лишились возможности жить со своими родителями, быть любимыми ими, получать от них защиту, любовь, принятие и заботу.

Маленькие дети меньше всего в жизни готовы лишиться родителей. Если ребенок был младенцем, то он совсем не был готов оказаться никому не нужным: в роддоме или больнице, где к нему редко и лишь по необходимости подходит разный медицинский персонал, и никому конкретно именно он не нужен. Взрослые в учреждении не откликаются чутко и своевременно на плач малыша или проявление его потребности в контакте, а если и оказывают внимание, то урывками и не постоянно. Для маленького человека практически невыносимо такое существование, без защиты, опоры и любви.

Доказано, что потребность в привязанности является биологически заданной: ребенок рождается с готовностью установить тесную связь с близким человеком, которая будет являться основой его безопасности и защиты, а также создаст условия для полноценного развития

Эта потребность не менее важна, чем физиологические потребности в еде, сне, тепле, физическом комфорте, отсутствии болезненных ощущений и пр.

На основе именно близких и принимающих отношений с чутким взрослым формируются отношения *надежной и безопасной привязанности* и выстраивается развитие ребенка во всех сферах. На этой жизненно важной основе формируется его отношение к себе, миру и людям: ребенок узнает на эмоциональном уровне, что нужен и важен кому-то, и на этом начинает строиться его самооценка и ощущение безопасности и стабильности мира; он получает опыт радости от общения с людьми. Мама играет

роль регулятора эмоционального состояния ребенка, успокаивая его в моменты стресса, страха и перевозбуждения, и позже ребенок на основе этого опыта сам учится контролировать свои эмоции. Внимание к потребностям ребенка как на физическом, так и на эмоциональном уровнях, создает важную основу для последующего умения ребенка самостоятельно понимать и трактовать сигналы своего тела и свои эмоциональные состояния, а также находить адекватные пути удовлетворения своих физических и эмоциональных потребностей. Без чуткой постоянной заботы у ребенка не формируются адекватным образом механизмы регуляции стресса, ему трудно контролировать свое состояние. Также именно благодаря тесному контакту с заботливым взрослым ребенок начинает понимать свои эмоциональные состояния и настроения других людей, получая опыт заботы и сочувствия, и со временем учится сострадать другим. Также крайне важно, что надежная привязанность напрямую связана и с познавательным развитием детей. Когда мир надежный и предсказуемый, в любой момент приходит помощь от мамы, тогда у ребенка естественным образом развивается любознательность. Он активно начинает исследовать окружающий мир, так как в любой момент при возникновении сложностей он сможет вернуться за поддержкой и утешением к маме, которая восстановит утраченное равновесие. Если такой «надежной базы» у ребенка нет, то ему становится не до изучения мира, потому что постоянно приходится выживать, полагаясь только на себя.

ИЗ ИСТОРИИ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ ПО ТЕМЕ



Представление об отношениях привязанности между ребенком и значимым взрослым и роли этих отношений для развития и жизни ребенка впервые сформулировал английский психиатр и психоаналитик Джон Боулби в 50-х годах XX века. Он является основоположником теории привязанности. Его первые публикации о влиянии окружения в раннем детстве на развитие детей были основаны на изучении историй жизни несовершеннолетних воров. Он показал воздействие ранних эмоциональных травм на развитие нарушений поведения: у детей и подростков с тяжелыми психическими заболеваниями в раннем детстве имели место тяжелейшие реальные травмы, причем на первом плане это были потери, утраты и разлуки со значимыми взрослыми. Работы других психиатров также подтверждали эту взаимосвязь. Например, швейцарский психиатр Адольф Майер пришел к выводу, что психические заболевания возникают из-за неудавшейся попытки человека отреагировать на реальные негативные психосоциальные воздействия.

На формирование идеи о биологической заданности системы привязанности повлияли данные этологов (исследования с животными: например, эксперименты Харлоу с детенышами обезьян). Боулби окончательно утвердился в правильности своей теории, когда готовил по поручению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) доклад о положении бездомных и осиротевших детей в послевоенное время. Собирая материалы для доклада, он смог еще раз наглядно увидеть, как страдает развитие детей, начиная с их физического состояния, при отсутствии жизненно необходимых отношений привязанности с близким взрослым. Еще до работ Боулби Рене Спитц (в 1935 году) первым провел масштабную работу по наблюдению за младенцами в приютах, оценивая влияние на них продолжительной разлуки с матерями. Он первым описал *госпитализм*^{*} и *анаклитическую депрессию*^{**}. В исследовании было показано ухудшение в состоянии и развитии детей вследствие ранней разлуки с матерями, от задержек в развитии до значительных проблем в их телесном и психическом состоянии. При этом проблемы могли частично нивелироваться при условии не слишком длительной разлуки с матерью и при удовлетворительных отношениях матери и ребенка до расставания.

Ребенок не может сам по себе вырасти самостоятельным и уверенным в себе, с жадной познания нового и умением планомерно достигать целей. Для этого ему жизненно необходимы отношения надежной

^{*}ГОСПИТАЛИЗМ (англ. *hospitalism*) — в буквальном смысле, совокупность психических и соматических расстройств, обусловленных длительным пребыванием человека в больничном стационаре в отрыве от близких людей и дома. Понятие Г. ввел в оборот австро-американский психоаналитик Р. Спитц (R. Spitz, 1887-1974) в 1945 г., исследовавший его причины, проявления и последствия у младенцев и детей, долго находившихся в больницах. По Р. Спитцу, Г. младенческого и детского возраста обуславливается преимущественно разлукой с матерью. К симптомам Г. он относил замедление психического и физического развития, отставание в овладении собственным телом и языком, пониженный уровень адаптации к окружению, ослабленную сопротивляемость к инфекциям и т. д. Последствия Г. у младенцев и детей являются долговременными и зачастую необратимыми. В тяжелых случаях Г. приводит к смерти. Явления Г., по Р. Спитцу, возникают в различных заведениях, где уход за детьми и их воспитание осуществляются при полном или частичном отсутствии матери, и в условиях семьи, где матери не любят своих детей или не уделяют им должного внимания. Г. взрослых людей характеризуется социальной дезадаптацией, утратой интереса к труду и трудовым навыкам, уменьшением и ухудшением контактов с окружающими, тенденцией к хронификации заболевания и др. проявлениями. *Краткий психологический словарь. — Ростов-на-Дону: «ФЕНИКС». Л. А. Карпенко, А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. 1998.*

^{**}АНАКЛИТИЧЕСКАЯ ДЕПРЕССИЯ (англ. *anaclitic depression*) — термин, предложенный американским психологом Р. Спитцем для обозначения острых и хронических депрессивных последствий отрыва ребенка от матери (родителей). *Большой психологический словарь. — М.: Прайм-ЕВРОЗНАК. Под ред. Б. Г. Мещерякова, акад. В.П. Зинченко. 2003.*

привязанности хотя бы с одним взрослым человеком в детстве. Для формирования положительной самооценки и уверенности в себе нужно, чтобы в детстве кто-то просто так любил ребенка (его самого по себе, а не при каких-то условиях или за какое-то поведение), поддерживал в трудные минуты, утешал, защищал, помогал выходить из сложных ситуаций, поддерживал в растущей потребности к самостоятельности и изучения нового. Для того, чтобы в будущем ребенок смог сам что-то делать, планировать, ставить цели и их достигать, ему нужен опыт совместных игр со взрослым в детстве, опыт решения сначала простых бытовых ситуаций соответственно своим возрастным возможностям и с поддержкой взрослого. Именно взрослый помогает в детстве ребенку довести что-то до конца, получить радость и удовольствие от результата, празднует с ним его маленькие успехи, помогает ребенку сосредоточиться, когда тому уже трудно удерживать свое внимание и т. д. — так и формируется постепенно сила воли и желание доводить начатое до поставленной цели. Чуткий взрослый поддерживает ребенка и поощряет растущую в нем самостоятельность, интерес к миру и общению с другими людьми.

Еще одним важным следствием наличия в жизни ребенка опыта надежной и безопасной привязанности становится умение понимать свои потребности и свое состояние (как физическое, так и эмоциональное) и осуществлять выбор. Это только на первый взгляд кажется, что выбирать из нескольких вариантов — просто. Чтобы это стало действительно доступно ребенку, он должен хорошо понимать свои потребности и то, что может их удовлетворить, а без опыта чуткой заботы это становится значительно сложнее. С другой стороны, малышу необходим опыт небольших самостоятельных выборов с самого раннего детства. Только так можно осознать последствия своих выборов и научиться смотреть немного вперед, чтобы предвидеть возможный результат того или иного действия в будущем. Начинается все в детстве с мелочей: съесть это или то; пойти на эту игровую площадку или на ту; взять на прогулку одну или другую игрушку и т. д. Важно, чтобы опыт маленьких выборов сопровождался поддержкой взрослого. Например, когда ребенок будет разочарован результатом своего решения, необходимо выразить сочувствие, поддержать и обещать дать попробовать другие варианты при следующей похожей ситуации выбора. Ведь с неудачными последствиями тоже важно уметь справляться приемлемым образом.

В ходе развития у ребенка также вырабатываются нормы поведения в социуме и правила сосуществования с другими людьми: долгое время в маленьком возрасте дети следуют правилам только потому, что родители показывают, что хотят от них определенного поведения,

и подкрепляют своим вниманием правильные действия ребенка. Малыш старается соответствовать ожиданиям взрослых не потому, что моральные нормы заданы и существуют у него самого от рождения, а только потому, что ему ценны отношения с мамой и папой, и он хочет сохранить эти хорошие отношения. Например, малыш учится в песочнице не отнимать силой игрушки у других, а просить поиграть не потому, что ему так больше нравится или у него сложилось понимание о частной собственности. Просто он старается делать так, чтобы не расстраивать маму, стремится получить ее одобрение, ему важны эти отношения. Только со временем он поймет про то, что есть свое и чужое, и что чужое брать нельзя. Только со временем внешние правила могут стать внутренними правилами жизни для самого ребенка, и происходит это, как правило, не раньше подросткового возраста. Если же представить себе ребенка, который жил в разных местах, не имея рядом с собой ничего и никого постоянного, практически никогда не был нужен конкретному близкому человеку, вокруг него сновали и сменялись многочисленные взрослые, у каждого из которых были свои правила, нормы и наказания — становится понятно, что единых и незыблемых правил для таких детей нет, потому что им просто неоткуда было взяться. Моральные и социальные нормы усваиваются детьми с раннего детства, и происходит это опять же на основе опыта благополучной привязанности.

На основе надежной привязанности у ребенка формируется выносливость к психическим нагрузкам и умение совладать со стрессом. В конфликтных ситуациях в дальнейшем эти дети чаще выбирают социально приемлемые решения, они редко агрессивны к себе или к другим. Они умеют устанавливать контакты и дружеские, близкие отношения с другими людьми, гибко реагируют на изменение ситуации. Уже в дошкольном возрасте такие дети демонстрируют способность к сопереживанию: они чувствительны к миру других людей, могут понять точку зрения другого человека и его чувства.

Что происходит, если у ребенка не было опыта благополучной — надежной и безопасной — привязанности в раннем возрасте? Тогда могут сформироваться другие виды привязанности, от относительно адаптивных (ненадежных форм) до тяжелых нарушений привязанности, и этот сложный опыт повлияет на развитие ребенка во всех сферах. Первая классификация основных типов привязанности была создана в научно-исследовательской группе Джона Боулби. Мэри Эйнсворт, работавшая в этой команде, наблюдала за взаимодействием матерей с маленькими детьми в Уганде и в США и проводила

лонгитюдные исследования^{*}. В результате она разработала стандартизированную методику наблюдения для оценки качества привязанности ребенка к матери («Незнакомая ситуация»), а также были выделены несколько основных типов привязанности: надежная, амбивалентная и избегающая. Амбивалентная и избегающая привязанности считаются в настоящее время адаптивным вариантом, хотя и относятся к ненадежным формам привязанности. В основе каждого из этих типов эмоциональной связи ребенка со взрослым лежит та или иная манера поведения взрослого в отношении ребенка.

При *избегающей привязанности* маленький ребенок внешне может не протестовать при уходе матери и избегать ее при возвращении. Такой ребенок имеет опыт взаимодействия со взрослым, в котором ему из раза в раз давали понять, что он должен уметь сам успокаиваться, его лишали утешения и сочувствия. Такой подход может встречаться в семьях с установкой на формирование «ранней самостоятельности» ребенка. Сами по себе намерения благие, но способ их достижения не соответствует возможностям и потребностям ребенка. В результате ребенок учится не показывать свою потребность в утешении, скрывать желание получить помощь и поддержку от родителей. Внешнее спокойствие и «удобство» таких детей для взрослых обманчиво: современные исследования показали, что эти дети испытывают высокий уровень стресса при расставании с близкими; также у них часто отмечаются соматические жалобы, так как это остается единственным выходом для накопившегося стресса. К тому же стресс мешает свободной игре детей, которая необходима для их развития, и мешает реализации их познавательного потенциала. Таким образом, опыт отказа в поддержке не учит маленького ребенка самостоятельности, а только добавляет сложностей.

Если говорить о детях, не имевших опыта жизни в семье, то избегающая привязанность может складываться и в условиях учреждения, где многочисленным взрослым не до проявлений чуткости к конкретным детям, где ребенок не может в необходимый момент получить сочувствие и поддержку. Опять же, воспитатели будут скорее поощрять тихого ребенка, который не проявляет активно своих потребностей и «удобнее» для них в текучке учрежденческой жизни. Это учит детей скрывать потребность в поддержке — тем более что она не находит отклика — и пытаться справляться со всем самостоятельно. Такая непосильная

^{*} ЛОНГИТУДНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ (англ. *study, longitudinal*; нем. *Langsschinttuntersuchung*) — вид повторного исследования в социологии и психологии, при котором ведется длительное периодическое наблюдение над одними и теми же лицами или соц. объектами. *Antinazi. Энциклопедия социологии, 2009.*

нагрузка для ребенка с большой долей вероятности отрицательно скажется и на качестве его здоровья, как уже говорилось выше, и на его способности к развитию и реализации своего потенциала. Избегающая привязанность может сложиться и при опыте неблагополучной жизни в кровной семье, когда родители не могли удовлетворять потребности ребенка в поддержке и проявлять к нему необходимую чуткость в силу своих заболеваний и других проблем (разные формы зависимостей; психиатрические болезни; частое отсутствие родителей дома и пр.).

При *амбивалентной привязанности* ребенок, когда ему требуется эмоциональная поддержка, долго и бурно выражает свои чувства. При возвращении матери после ее ухода такой ребенок долго не может вернуть себе утраченное равновесие, демонстрирует противоречивое поведение в отношении матери. Ребенок показывает и свою потребность в поддержке, и одновременно отказ от нее. Как правило, такой ребенок имеет опыт непредсказуемого поведения взрослого, противоречивых посланий. Например, родитель одновременно утешал и тут же ругал/отвергал ребенка. В ситуации жизни в неблагополучной семье в детстве непредсказуемость поведения и реакций взрослых на ребенка может быть связана с проблемами родителей — их болезнями и зависимостями; неуравновешенным состоянием и срывами на детей по причине того, что сами взрослые не справляются с жизненными сложностями. При таком типе привязанности ребенок также со временем будет проявлять все меньше заинтересованности в исследовании окружающего мира, потому что он не получает стабильной и ясной поддержки от взрослых, не получает своевременного утешения в сложных ситуациях. Тогда силы ребенка начинают уходить на попытку совладания со стрессом и напряжением, а не на развитие и игру. В условиях жизни в учреждении похожий опыт ребенок может получать в силу постоянной смены взрослого окружения (много воспитателей, нянечек, специалистов), когда каждый по-своему реагирует на ребенка, порой в одних и тех ситуациях давая ребенку совершенно противоположный отклик.

Описанные два вида ненадежной привязанности — когда у ребенка есть эмоциональные связи со взрослым, но они непрочные — являются фактором риска для дальнейшего развития. У детей снижена выносливость к психическим нагрузкам, им трудно справляться с напряжением и стрессом, они не умеют просить о помощи и принимать ее. В сложной ситуации ребенок будет цепляться за близкого человека, но не сможет довериться ему и расслабиться. Такому человеку трудно понять чувства и мысли других людей, сложно распознать свои собственные переживания и намерения и поделиться ими с кем-то.

В последующих исследовательских работах был описан вариант нарушения формирования привязанности, названный *дезорганизованным*. В этом случае поведение детей крайне противоречиво. Иногда они кажутся «отсутствующими»; иногда могут повторять одни и те же бессмысленные движения; ребенок может начать идти в сторону матери и вдруг броситься прочь с яростным криком. Причиной нередко является то, что сами родители страдают от непроработанных психических травм (болезненных потерь, унижений, насилия...). Если младенец каким-то своим поведением возвращает родителей в травматическую ситуацию, то они могут вести себя неадекватно, не могут быть чуткими в отношении своего ребенка. Такое поведение близких пугает малыша, внушает беспокойство: на родителей то можно положиться, то нельзя. У ребенка не формируется целостная внутренняя картина эмоциональной безопасности. Также ряд авторов считает, что причиной формирования дезорганизованной привязанности может быть опыт систематического жестокого обращения с ребенком со стороны близких взрослых.

На этом изучение привязанности и разных ее видов не остановилось. Например, П. Криттенден, работавшая с детьми, подвергавшимися жестокому обращению и насилию, расширила первоначальную классификацию Мэри Эйнсворт. Другие авторы, С. Гринспэн и А. Либерман, разработали свой вариант теории привязанности и ее нарушений.

Говоря о *видах нарушения привязанности*, необходимо упомянуть про современного автора, серьезно и давно занимающегося изучением темы привязанности и лечением людей с нарушениями привязанности. Это доктор медицинских наук, немецкий психиатр и психоаналитик Карл Хайнц Бриш. На основе многолетней практики и работы с пациентами, как взрослыми, так и детьми, у него сложилась своя типология нарушений привязанности у детей. Кратко обозначим ее здесь.

— ***Отсутствие поведенческих проявлений привязанности***

Ребенок не проявляет вообще никаких признаков привязанности к значимому лицу. Есть внешнее сходство с аутизмом, но нет характерного для аутизма избегания телесного контакта, стереотипного поведения, задержки речевого развития.

— ***Недифференцированность в проявлениях привязанности***

Два варианта. При одном — социальном промискуитете — ребенок приветлив без разбора ко всем людям, в стрессе обратится за утешением к любому человеку, но редко можно ребенка реально успокоить

так, чтобы он мог увлеченно чем-то заняться. Второй вариант — крайняя безбоязненность — при котором характерно рискованное поведение, приводящее к частым травмам и несчастным случаям. Полученный болезненный опыт как будто ничему не учит ребенка.

— ***Чрезмерность в проявлениях привязанности***

Крайняя степень цепляния за близкого взрослого, успокоиться ребенок может только в абсолютной близости к нему. В новых ситуациях и при появлении новых людей проявляется чрезмерная боязливость и тревога. На расставание со значимым человеком ребенок реагирует чрезмерным эмоциональным стрессом. Часто такое поведение детей характерно в семьях, где у матерей есть тревожное расстройство или сильнейший страх потерь.

— ***Робкое поведение привязанности***

Ребенок мало сопротивляется расставанию с близким человеком, характерно чрезмерное приспособленчество, обеднен обмен позитивными эмоциями с близким взрослым, но в отсутствие значимого взрослого более свободно и открыто выражает свои чувства. Характерно детям с опытом жестокого обращения, которые жили в ситуации постоянной угрозы применения физической силы.

— ***Агрессивность в проявлениях привязанности***

Ребенок предпочитает строить отношения на основе физической и/или вербальной агрессии. Характерно детям из семей, где приняты агрессивные формы поведения (вербальные или невербальные). Исходя из своего семейного жизненного опыта, такие дети ожидают отказ от других людей и сразу выражают свою потребность в привязанности агрессивно и воинственно, что только отталкивает от них окружение.

— ***Привязанность с инверсией ролей***

Ребенок меняется ролями со значимым взрослым. Ребенок берет на себя заботу о взрослом человеке, может контролировать его, заботиться о его благополучии. Например, такое часто случается в семьях, где родитель зависим от алкоголя, и маленький ребенок пытается заботиться о своем родителе, переживая за него.

Иногда это усугубляется необходимостью заботиться также о младших братьях/сестрах. В такой ситуации ребенок теряет детство, его возможности для развития и изучения окружающего мира ограничены, он не получает необходимой ему самому поддержки и помощи взрослого.

— ***Нарушение привязанности с болезненными влечениями***

Ранний опыт депривации или нечуткий уход за ребенком может вызывать у него сильнейший стресс, и впоследствии могут выработаться формы поведения, напоминающие манию, вплоть до формирования зависимостей (от алкоголя или наркотиков; трудоголизм; игровая зависимость; пищевая зависимость; зависимые отношения...). Отсутствие чуткого человека, к которому можно было бы привязаться, и который мог бы регулировать состояние возбуждения и напряжения, успокаивать и т.д., заменяется болезненным пристрастием к чему-то — с целью снижения стресса, получения опыта переживания тех или иных эмоций.

— ***Психосоматическая симптоматика***

Нарушения привязанности могут выражаться в развитии психосоматических симптомов. Например, задержка роста из-за депривации.

К сожалению, формат данной методички не позволяет подробно описать все имеющиеся на сегодняшний день интересные данные по изучению привязанности и упомянуть всю историю вопроса и всех авторов. Тем более что тема настолько актуальна сегодня, что про нее написаны многочисленные книги. Для тех, кто заинтересуется и захочет узнать для себя больше, в списке литературы приведены различные труды, в которых можно больше почерпнуть на эту интересную тему.

Итак, это было краткое знакомство с темой привязанности — краеугольного камня для развития любого ребенка. Волонтеру-наставнику необходимо знать это для лучшего понимания поведения ребенка-сироты, его отношения к себе и к миру, чтобы справляться потом с задачей установления отношений и общения с ним. Наставник может столкнуться с низкой самооценкой у ребенка, которая может выражаться как в разной степени отрицательного отношения к себе и в неверии в свои силы, так и в защитной позиции «крутости», когда кажется, будто ребенок, напротив, внешне крайне самоуверен. Также у детей может быть снижен познавательный интерес, отсутствовать мотивация к учебе.

У них могут быть проблемы с пониманием и выражением своих чувств, а также с пониманием чувств других людей и сочувствием. Детям может быть сложно соблюдать границы в общении: они могут либо все время нарушать их, как бы проверяя взрослого на прочность, либо держаться на очень большой дистанции, не доверяя никому. Дети могут быть не способны совершать выбор даже в предельно простых ситуациях и тем более не уметь справиться со своими эмоциями, если выбор окажется неудачным. У ребенка могут быть не сформированы моральные нормы и т. д.

При этом стоит помнить, что у всех детей очень индивидуальный жизненный опыт, и не стоит априори ожидать от детей-сирот исключительно «проблемности» и глубоких травм. Хотя мало шансов встретить в учреждении ребенка с опытом надежной привязанности, но такое в редких случаях возможно. У некоторых детей могли быть длительные этапы благополучной жизни в кровных семьях (до какой-либо жизненной катастрофы, подломившей семью). У кого-то на разных этапах жизни мог быть небольшой опыт принятия и заботы: либо в кровной семье, либо в целом на жизненном пути, в том числе в учреждениях, попадались лично в них заинтересованные достаточно чуткие взрослые. Иногда даже крупицы ценного положительного опыта оказывают влияние на состояние и развитие ребенка. В целом важно не настраиваться на крайности — как негативные, так и позитивные. И даже у самого «проблемного» ребенка всегда есть сильные положительные стороны, если быть настроенным их найти и увидеть, а для его «проблемного» поведения всегда есть реальные жизненные причины... Понимание волонтером возможных истоков негативного или странного поведения детей-сирот поможет ему адекватно на него реагировать, не воспринимая все слишком лично.

УТРАТА КРОВНОЙ СЕМЬИ И ДРУГИЕ ПОТЕРИ...

Кроме проблем, связанных с ненадежной или нарушенной привязанностью, у любого ребенка в детском доме есть травма потери своей кровной семьи. Не стоит думать, что этот страшный факт проходит бесследно, или это не важно, или ребенок «был маленький и не помнит». Конечно, дети могут не помнить события так, чтобы описать словами или понять происшедшее самостоятельно без помощи взрослых. Но на эмоциональном уровне эта травма реальна, и она никуда не пропадает сама по себе. Кроме того, на эту травму может накладываться опыт потерь других значимых людей в ходе дальнейшей жизни. Например, при перемещениях из учреждения в учреждение могут рваться важные эмоциональные связи, установившиеся у ребенка с кем-то

из взрослых или других детей. Могут быть разлучены привязанные друг к другу братья и сестры, могут уходить на пенсию или увольняться сотрудники, с которыми у ребенка успели сложиться близкие отношения. Да и сама частая смена места жительства (переход из группы в группу внутри учреждения; частые госпитализации; перемещения между учреждениями и т. д.) может тяжело переживаться ребенком и становиться очень болезненным опытом. Крайне тяжелой повторной травмой и новым переживанием отвержения и потери могут становиться ситуации возвратов детей из приемных семей, а также опыт «неудавшихся гостей» — когда ребенка брали на гостевой режим, а окончательно в семью брать не стали.

Накапливающиеся душевные раны не врачуются сами по себе, не прожитое горе не исчезает по волшебству. Все это оставляет следы в душе ребенка и истощает его внутренние ресурсы, сказываясь на его поведении, самочувствии и отношении к себе и к миру. Один ребенок сам по себе не в силах осмыслить и справиться со столь тяжелыми потерями в жизни, это возможно только с помощью близкого взрослого, который мог бы обеспечить безопасность и защиту, помочь выразить все сложные чувства и постепенно справляться с ними. Если помощи и стабильности в жизни нет, то ребенок может прибегнуть только к таким защитным механизмам, как вытеснение и отрицание — пытаться жить дальше, «как будто ничего не было», постаравшись абстрагироваться от случившегося. На практике это не спасает, так как отодвинутые чрезвычайно болезненные воспоминания и чувства остаются, и могут внезапно прорываться разными способами — внезапными вспышками агрессии или депрессивными состояниями, истериками, проблемами с учебой и неспособностью сосредоточиться, неадекватным поведением (особенно если что-то вдруг напомнило о болезненном событии) и пр. Усложняет ситуацию тот факт, что мало кто из персонала детского дома связывает проблемы в состоянии детей с их возможными переживаниями потерь. Соответственно, дети не могут получить необходимой им помощи и поддержки, потому что окружение в учреждении будет ситуативно реагировать на внешнее поведение, стараясь просто вернуть детей в нужные и удобные рамки. Сам ребенок крайне редко в состоянии понять, с чем связаны наплывы сильных чувств, срывы и другие происходящие с ним сложности. И это нормально — в том плане, что обычно трудные ситуации и переживания ребенка разъясняются ему близким заботливым взрослым, который адекватно комментирует происходящее и помогает ребенку справляться с переживаниями. В отсутствие такого опыта и столь жизненно необходимой помощи взрослых ожидать от ребенка способности самостоятельно понять весь размах

его жизненных катастроф, да еще и справиться с ними — это все равно, что требовать от младенца объяснений по поводу его плача, да так, чтобы он сам устранил причину дискомфорта и вернул себя в хорошее расположение духа.



УПРАЖНЕНИЕ К РАЗМЫШЛЕНИЮ НАД СОБСТВЕННЫМ ОПЫТОМ

Вспомните какую-то ситуацию потери из своей жизни. **НЕ** обращайтесь к самым серьезным утратам или к недавним потерям! Выберите ту ситуацию, которая уже в прошлом и с которой вы в итоге справились. Попробуйте вспомнить себя в разные моменты той непростой истории: в самом начале, когда вы только узнали плохую новость, что происходило с вами? Как вы себя чувствовали и какие приходили в голову мысли? Какие переживания приходили на смену первым чувствам? Сколько времени прошло, прежде чем вы смогли вернуться к обычному течению жизни? Что помогало вам пережить трудный период, какие ресурсы вы использовали: свои внутренние и внутреннюю работу над осмыслением и проживанием случившегося, помощь близких, обращение к специалистам (медикам, психологам и пр.), к религии, физическую нагрузку, уход в работу или переключение на какие-то расслабляющие занятия-хобби?.. Что из этого помогло вам больше всего?

Выполнив упражнение, вернитесь к ситуации с ребенком в учреждении: обратите внимание, что у него нет практически ничего из того, что помогает обычно взрослому человеку справиться с тяжелой потерей. Рядом нет близких, сознательно обратиться за помощью к специалистам он не может — как уже говорилось, он не всегда может понимать источник своего состояния и не может сформулировать запрос, не говоря уже о том, что в учреждении может не быть специалиста, который мог бы адекватно помочь. Внутренних ресурсов для совладания со стрессом и тяжелыми переживаниями у ребенка в детском доме, как правило, тоже нет. Потому что, как говорилось в начале этой главы, умение понимать и выражать свои чувства, справляться со стрессом и т.д. не заложены от природы, а формируются благодаря чуткой заботе близкого взрослого. У ребенка в детском доме даже нет банально своего личного пространства, потому что он полностью живет «общественной жизнью». Такая ситуация тем более небезопасна для выражения очень личных переживаний. Обратите внимание и на то, что при серьезных потерях нам помогает тот факт, что хоть что-то в жизни осталось на своих местах — связано ли это с людьми или с физическим пространством.

Ребенок-сирота, как правило, одновременно с серьезными потерями теряет полностью свое окружение: при изъятии из кровной семьи, при госпитализациях и сменах учреждений. Меняется и предметный мир, и мир людей вокруг, и все заведенные правила и порядки. В такой обстановке всякий раз надо выживать заново, тут нет места и времени для того, чтобы пережить случившееся, тем более что нет и понимания окружающих — есть только новые требования, которым надо срочно соответствовать.

Недопонимание причин тяжелого состояния детей в учреждениях связано с отсутствием какой-либо подготовки персонала к работе с травмированными детьми, а также обилием «мифов» и заблуждений насчет детей-сирот. Например, люди могут не верить, что для отказного ребенка потеря его кровной матери может быть травмой: «ведь они же даже не находились сколько-то времени вместе». А изъятие ребенка из неблагополучной ситуации в кровной семье тем более не воспринимается обществом как утрата: «там ему было опасно и плохо. Это ужасные люди, они плохо с ним обращались. Для ребенка благо оказаться в другом месте, его фактически спасли!». Однако практически не бывает так, чтобы в кровной семье у ребенка был только негативный опыт. Много ли знают те, кто строит такие быстрые суждения, о том, что было с семьей до возникновения проблемной ситуации? Всегда ли там было «плохо и опасно» ребенку? Зачастую в кровных семьях бывают целые периоды благополучной жизни; там бывают ресурсные любящие родственники, многое давшие ребенку; порой семья была полностью благополучной до некой глобальной катастрофы и пр. Никогда не стоит делать поспешный вывод о жизни людей, про жизнь которых нам известно мало подробностей. И даже когда есть более подробная информация, прежде чем выносить суждение, стоит мысленно поставить себя на их место и подумать, смогли бы мы сами справиться с теми событиями, имея тот опыт жизни, который у людей был, или нет.

На самом деле каждый ребенок, да и вообще человек, отчаянно нуждается и в том, чтобы его любила его семья, и в том, чтобы любить своих родителей и гордиться ими. Любой человек хотел бы, чтобы его родители были самыми прекрасными во всех отношениях людьми. Желание любить своих родителей и сохранить с ними связь столь сильны, что детям свойственно забывать плохие моменты, оправдывать проступки взрослых и защищать их, мечтать о том, что они могли стать лучше и наладить свою жизнь. Их семья — это часть их идентичности, часть их самих. Чувства к кровной семье неизменно очень сложны и запутаны у детей-сирот. Они состоят из смеси противоположностей: желания любить; перемешанных хороших и плохих воспоминаний

(если ребенок жил в семье и помнит ее); нереалистичных мечтаний; надежд, обид, злости (за то, что причиняли боль; за то, что не справились и не выстроили жизнь семьи; за невыполненные обещания...).

При отсутствии воспоминаний, особенно если ребенок не жил в своей кровной семье, он может не только домысливать себе что-то, но и «собирать» что-то из услышанных им историй других детей. Это происходит потому, что человеку невозможно жить без прошлого, без своей истории. В такой пустоте невозможно существовать, под ногами необходимо иметь хоть какую-то почву. Неспроста снято столько художественных фильмов и написано столько книг о взрослых людях, потерявших память — по сути, свою идентичность — и отчаянно ищущих информацию, чтобы понять, кто они такие. Для ребенка ситуация отсутствия семьи, своей истории и идентичности еще более катастрофична. Ему не на чем основываться, не из чего строить представление о себе и себя самого как такового: в норме маленькие дети с самого раннего возраста получают от ближайшего окружающего их мира и, в первую очередь, семьи отклик на себя и информацию о том, какие они, что они умеют, что они чувствуют, как действовать в тех или иных ситуациях и т. д. Маленький ребенок видит себя глазами близких взрослых, совсем не скоро он будет способен к формированию собственных представлений о себе, без внимания к реакциям окружающих.

**Ребенок, лишенный семьи,
дезориентирован и потерян. Потеря кровной
семьи не только тяжелейшая утрата, но еще и удар
по возможности строить свою идентичность.
Дети, выживая, пытаются сами хоть как-то
заполнить этот зияющий пробел**

Эта сложная картина дополняется тем, что очень часто в учреждениях и от разных взрослых дети слышат, в своем присутствии или «из-за двери», негативные высказывания о своих кровных родственниках. «Бомжи», «опустившиеся люди», «пьяницы», «наркоманы»... — список ярлыков бесконечен, нет смысла его продолжать. Проблема не только в том, что высказывающиеся люди, как правило, не знают подробно

историй жизни кровных родителей детей, а делают вывод даже просто из факта нахождения ребенка в учреждении. Проблема в безличном навешивании ярлыка на всю жизнь человека, который мог не иметь дома, страдать той или иной формой зависимости, не справляться со своей жизнью и воспитанием детей, но нельзя на основе отдельных фактов выдавать оценку всей жизни или личности человека. Особенно когда неизвестна вся жизнь и вся предыстория, когда мы не знаем этого конкретного человека.

Проведено множество исследований, касающихся того, что взрослые, практиковавшие жестокое обращение со своими детьми или не справлявшиеся с воспитанием своих детей, как правило, имели собственное тяжелое детство, опыт насилия и так далее. Это не служит оправданием кровным родителям и не снимает с них ответственность за то, что они могли причинить вред своим детям, но это совершенно иная картина, в отличие от «ярлыка». Почувствуйте разницу: сказать ребенку «Твоя мама бомж и пьяница, из-за нее ты здесь!» (какие чувства, как вам кажется, возникают в ответ на такие слова?) или «У твоей матери была болезнь — зависимость от алкоголя — и поэтому она не смогла правильно о тебе заботиться. Из-за этого ты не мог остаться с ней жить. Мы не знаем точно, почему у нее была эта болезнь, и почему она не смогла с ней справиться, но мы знаем про ее детство, что с ней происходило то-то и то-то (...). Возможно, этот непростой опыт помешал ей лучше выстроить свою жизнь, и это очень жаль...». В чем разница? В том, что во второй версии информация предоставлена с уважением к чувствам ребенка и без попытки оценить его кровную маму или ее жизнь. И это важно! Даже если взрослый человек не смог дать ребенку ничего, кроме самого факта жизни, стоит иметь в виду, что жизнь — это очень ценный подарок.

УПРАЖНЕНИЕ К РАЗМЫШЛЕНИЮ НАД СОБСТВЕННЫМ ОПЫТОМ



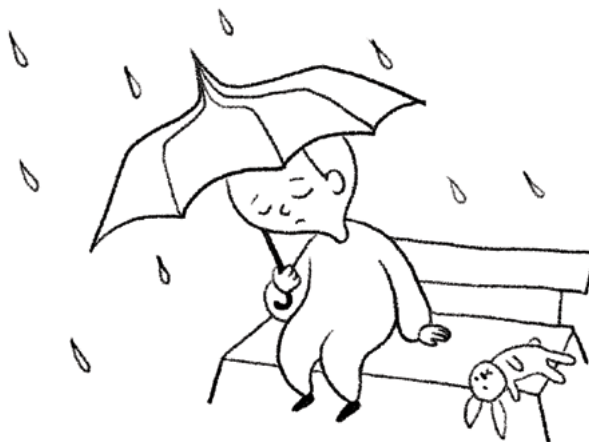
Подумайте о своих разнообразных родственниках (не обязательно только тех, кого вы знали и знаете лично — про многих предков мы знаем только по рассказам близких). Как правило, среди родни всегда есть те, кто нам больше остальных нравится и на кого нам приятно быть похожими. Есть и такие персонажи, которые чем-то нам неприятны или за которых стыдно, чей жизненный путь или отдельные поступки не кажутся нам достойным подражания. Внутри семьи мы по-разному обсуждаем нашу общую родню, в том числе кого-то можем ругать и высказывать свое недовольство. А теперь представьте, что некто посторонний, не из вашей семьи, говорит при вас плохо о ком-то

из ваших родственников, возможно, о том, кто вам и самому не слишком импонирует. Какие возникают чувства? Будете ли вы поддерживать такой разговор? Чаще всего в такой ситуации сразу хочется отстранить постороннего человека: «Нечего обсуждать нашу семью! Это мои родственники, вы не имеете права говорить о них плохо, мне это неприятно!». Человеку свойственно защищать свой род, свою семью от бесцеремонного обсуждения посторонними. Негатив в адрес родни неприятен и ранит наши чувства: ведь и я сам из этого рода! Это понятные чувства. Теперь же поставим себя на место ребенка, который про самых близких родственников (часто – кровных родителей) может от кого угодно услышать некрасивые и негативные оценки, не имея возможности защититься. Имеют ли люди на это право?

На самом деле, каждый ребенок в детском доме имеет право на получение адекватной информации об истории своей кровной семьи, высказанной с уважением к его чувствам и к событиям. К сожалению, на сегодняшний день далеко не во всех учреждениях проводится такая работа, но эта практика становится все более распространенной. Она заключается в грамотной работе социальных работников и психологов по сбору максимально полной информации о кровных семьях детей с последующей индивидуальной работой с каждым ребенком над историей его жизни (техника создания «Книги жизни»). Зачастую эту работу проделывают для своих детей приемные родители, понимая всю важность и ценность этого для эмоционального благополучия ребенка.

ЭТАПЫ ПЕРЕЖИВАНИЯ ГОРЯ

Возвращаясь от значимости кровной семьи к теме утраты: уже было упомянуто, что потерь у ребенка может быть накоплено немало, начиная с утраты кровной семьи и продолжая целым списком последующих



потерь. Утрата — это не что-то одномоментное, это процесс, занимающий определенное время и состоящий из нескольких стадий. Каковы же этапы горевания, переживаемые человеком? В среднем принято считать, что процесс переживания горя занимает около года. Особенности его протекания и проявлений носят индивидуальный характер, однако структура и последовательность стадий — общая для всех людей независимо от возраста, пола и культурной принадлежности. Дети проходят те же самые этапы, но у них есть свои особенности, которые будут описаны чуть ниже. Важно также обозначить, что под утратой подразумевается далеко не только потеря близкого человека в результате смерти, хотя это одна из самых страшных утрат. Потерять можно значимые отношения, место жительства, здоровье, работу и т. д. В результате серьезных жизненных катаклизмов люди могут переживать крушение своих ценностей, целей, надежд и веры.

Описание этапов горевания приводится здесь на примере переживания смерти близкого человека. По изменению силы чувств и степени контроля над ситуацией процесс переживания горя подразделяют на следующие стадии:

1. Начальная стадия или шок

Кратковременная стадия, когда ошеломление нарушает восприятие реальности, происходит своего рода «отключение» чувствительности — эмоциональной и физической. Длится от нескольких минут до 2-3 недель. В это время человек не чувствует душевной боли за счет защитной реакции психики — «диссоциации», но характерны проявления вегетативных реакций тревоги: сердцебиение, напряжение мышц, потение, сухость во рту, нарушения сна и аппетита, желудочные расстройства. На интеллектуальном уровне возникают реакции отрицания «не верю»/«может, он оживет»/«ничего не случилось»: человек уже знает, но не в состоянии понять, как такое могло произойти. Повышенный мышечный тонус может приводить к гиперактивности как к форме отрицания: избегание психической нагрузки и переживаний путем изменения физического состояния. Например, убегание, драки, употребление алкоголя и наркотиков. Если человек «застрял» на стадии отрицания более 3-6 месяцев, то ему требуется помощь специалистов.

2. Острая стадия горевания

На этой стадии горе обрушивается на человека всей тяжестью. Чем большее место в жизни занимала потеря, тем труднее в этот период,

длящийся от 2-х месяцев до года. У человека возникают сильные переживания тоски и муки, связанные с необходимостью отказаться и желанием удержать привязанность. В человеке как бы борются две реальности: реальность любви и реальность смерти. Боль и попытки ее утолить могут вызывать специфическую реакцию поиска, которая проявляется в постоянных всепоглощающих мыслях об ушедшем; в поиске мест его бывшего присутствия и ожидании возможной встречи в какой-либо форме; нецеленаправленной беспокойной деятельностью, которая призвана как бы «занять время ожидания».

Постоянное столкновение надежды с реальностью утраты постепенно подтверждает ее бесповоротность. У человека возникает протест против факта потери, против вызванной этим боли. Проявляться это может в форме поиска «виноватых» и причин происшедшего, в гневе на самого ушедшего («бросил!»), враждебность к тем, кто пытается помочь, и ненависть к себе. Ненависть к себе может подпитываться круговоротом мыслей и чувств на тему «Если бы я сделал то-то и то-то, то этого бы не случилось...».

В период таких острых переживаний эффективно работать и учиться человек не может, он постоянно находится в своих переживаниях и мыслях. Разлад может происходить и в бытовых простых делах, когда человек становится временно не в состоянии обслуживать себя как раньше, выполнять простые домашние дела.

Однако сильные переживания отнимают так много сил и ресурсов, что не могут длиться бесконечно. Неизбежно наступает спад эмоционального напряжения, изнеможение и апатия:

- *снижается физическая активность* (упадок сил);
- *возникают мотивационные нарушения* (все теряет смысл по сравнению с горем);
- *имеют место интеллектуальные проблемы* (переживания оттягивают на себя все силы).

В эмоциональном плане изнеможение выражается депрессией, утратой интереса к жизни, незащищенностью и безнадежностью. Сочетание отчаяния и утомления может привести к появлению мыслей о самоубийстве как способе покончить с болью и воссоединиться с ушедшим.

Если на стадии шока важна физическая забота, то на стадии острого горя необходимо находиться рядом с человеком, оказывать эмоциональную поддержку и помощь в организации дел. Возможно обращение за помощью к специалистам — медикам, психологам. Если адаптация к потере не происходит более года, и признаки острого горя не смягчаются, участие специалистов становится обязательным.

3. Восстановление

В это время происходит свыкание с потерей: человек способен вновь войти в жизнь, которая принимает в расчет утрату, но не заполнена ею целиком. Важное значение для прохождения этой стадии имеет отыскание смысла в утрате, чтобы соотнести ее со своим пониманием жизни, Бога или добра. Происходит осознание того, что наихудшее случилось, человек принял это и уцелел, и теперь снова готов жить и расти — с памятью об ушедшем и ради него.

Признаки перехода к этапу восстановления:

- меньше слез;
- возврат физической активности и интереса к жизни;
- сосредоточение на настоящем и будущем, а не на прошлом;
- появление положительных эмоций, повышение эмоциональной экспрессии;
- восстановление самооценки;
- чувство защищенности.

Есть вариант описания стадий горевания более дробный, в котором выделяются 5 фаз: отрицание, гнев, торг, смирение, восстановление. По сути, содержательного отличия в этом нет: все эти фазы входят и в описанные три стадии, когда гнев и торг включены в фазу острого горя, а смирение и восстановление — это уже завершающая фаза.

ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ ГОРЯ ДЕТЬМИ

Основная сложность с детьми заключается в том, что у них изначально нет моделей поведения в скорби, они не знают, что должны делать и чувствовать. Как правило, ребенок в детстве получает опыт внутри семьи: в самых разных стрессовых ситуациях, значительных и не очень, он видит реакцию взрослых и выражение ими своих чувства. Также ребенок, при хорошем раскладе, получает от взрослых поддержку и понимание, что и он может переживать — взрослые помогают выразить чувства ребенку и стараются дать ему максимальное утешение и сочувствие, облегчить временно для него нагрузку и подстроить жизнь семьи под актуальную ситуацию. Возможности осознания серьезных утрат ограничиваются также возрастными особенностями детей, что требует от взрослых пояснений на доступном для ребенка уровне. Сами по себе, без помощи взрослых, маленькие дети облечь свои переживания в слова не могут. Они как бы «замирают», и их поведение может выглядеть таким же, как всегда — что сбивает с толку взрослых, ошибочно полагающих, что «дети не понимают/не переживают» или «им все равно».

Когда привычный мир рушится, становится хаотичным и неустойчивым, дети ищут защиты в обычных и знакомых вещах: например, могут пойти играть, позвать маму гулять и т.д. Это не значит, что ребенок не переживает! Кроме того, дети также проходят через шоковую защитную реакцию на первой стадии горевания. Дети-сироты и в достаточно большом возрасте могут иметь проблемы с пониманием и описанием своих чувств, так как часто у них есть серьезная задержка в развитии эмоциональной сферы в силу опыта *депривации** и отсутствия опыта надежной привязанности. В связи с этим понятно, почему взрослые так часто недооценивают степень травматичности для ребенка его помещения в учреждение или перевода из группы в группу, в другое учреждение: дети нередко не проявляют переживаний в силу описанных причин. Или их реакции трактуются не как проявления горя и стресса, а как проблемы со здоровьем, с поведением, сложный характер и что угодно еще.

Реакции детей на потери могут быть очень разными:

- подавленность, страх (за близких, за себя, страх одиночества... нежелание говорить о случившемся, чтобы избежать сильных чувств и из страха, что тогда случится новое несчастье);
- живые воспоминания об ушедшем человеке (яркие воспоминания, в которых он как живой);
- нарушения сна (кошмары, проблемы при засыпании от наплыва воспоминаний);

*ДЕПРИВАЦИЯ (от лат. *deprivatio* — лишение; от англ. *deprivation* — лишение, потеря). Психическое состояние, возникающее в результате длительного ограничения возможностей человека для удовлетворения его основных психических потребностей; характеризуется выраженными отклонениями в эмоциональном и интеллектуальном развитии, нарушением социальных контактов. Для полноценного развития ребёнка необходимы следующие условия: 1) многообразные стимулы разной модальности (зрительные, слуховые и т.д.). Их недостаток вызывает стимульную (сенсорную) Д.; 2) удовлетворительные условия для учения и приобретения различных навыков. Хаотичная структура внешней среды, которая не позволяет понимать, предвосхищать и регулировать происходящее вовне, вызывает когнитивную Д.; 3) социальные контакты (со взрослыми, прежде всего с матерью), обеспечивающие формирование личности. Их недостаточность ведёт к эмоциональной Д.; 4) возможность осуществления общественной самореализации посредством усвоения социальных ролей, приобщения к общественным нормам и ценностям. Ограничение этой возможности вызывает социальную Д. Распространённое ранее мнение о необратимости последствий Д. в раннем возрасте в настоящее время подвергается сомнению. Однако очевидно, что следствием Д. практически всегда является более или менее выраженная задержка в развитии речи, освоении социальных и гигиенических навыков, развитии тонкой моторики, интеллекта. Для ликвидации последствий Д. прежде всего необходимы устранение и компенсация вызвавших её условий. Бим-Бад Б.М. Педагогический энциклопедический словарь. — М., 2002. С. 62.

- депрессия и тоска (плач, уход в себя, поиск близости с умершим — через вещи, дела);
- отождествление/вживание в роль (подражание поведению ушедшего как своего рода «мост» для смягчения боли утраты или с целью утешить таким образом близких, пробудить внимание и любовь к себе со стороны погруженных в переживания близких);
- гнев, угрозы;
- угрызания совести, самообвинение, стыд;
- трудности в учебе;
- физические недомогания (головные боли, нарушения пищеварения, мышечная боль);
- регрессивное поведение (ребенок начинает вести себя как более маленький по возрасту, теряет приобретенные в последнее время навыки);
- избегание других людей (из-за непонимания окружающими, повышенной чувствительности);
- фантазии, связанные со смертью/умершим/серьезными переменами в жизни (часто на основе ложной информации, когда взрослые придумывают что-то взамен правды; в отсутствие информации);
- изменения личности/характера (замкнутость, робость, пессимизм, потеря веры в будущее);
- поиск причин случившегося;
- признаки развития и взросления.

На протекание скорби у детей влияет:

- опыт привязанности и близких отношений с другими взрослыми на момент события;
- в случае потери близкого человека (смерть или разлука): какие были отношения с ним (противоречивые или нет);
- обсуждают ли взрослые с ребенком происшедшее, и как обсуждают;
- социальное и эмоциональное благополучие ребенка в момент травмы: эмоциональный климат, наличие/отсутствие поддержки и понимания потребностей детей; происходит или нет перемещение ребенка в новое место, и происходит ли смена лиц, заботящихся о ребенке;
- понимание детьми причинности, связанное с возрастом ребенка и уровнем сформированности его мышления;
- личность ребенка и его предшествующий опыт: активность и самостоятельность ребенка; самоуважение и вера в себя; уживчивость и способность обращаться за помощью, когда это необходимо;

гибкость и способность приспосабливаться к новому; ответственность за кого-то, кроме себя (например, за младшего брата или сестру).

К сожалению, если применить этот список к ребенку в детском доме, то сразу становится понятно, как мало у него есть ресурсов для благополучного протекания горевания. Особенно сложные чувства связаны у детей-сирот с потерей кровной семьи и с попаданием в учреждение. Не имея, как правило, помощи в понимании причин и всей ситуации, приведшей к этому, детям свойственно брать вину на себя.

Ребенок не может мыслить с раннего возраста абстрактно, не может сам учесть все факты и сформировать причинно-следственные связи — для этого у него не только недостает жизненного опыта, но и мышление его еще только формируется. Поэтому дети приходят к простым ответам на вопрос «Почему это со мной случилось?»: «Это потому, что я плохой»; «Я сам виноват»; «Другие дети живут в семьях, а я плохой ребенок».

Эта точка зрения ребенка на ситуацию легко подтверждается получаемыми от сотрудников учреждения негативными комментариями и реакциями на ребенка. Сотрудники не специально так делают, просто в условиях учреждения чаще дети слышат негатив в свой адрес, а не похвалу: на первом месте стоит задача соблюдения общих для всех правил, и на большой массе детей не будет времени на индивидуальную положительную обратную связь, зато будет время одергивать тех, кто нарушает распорядок дня и пр. Также дети в учреждениях получают отклик от социума, склонного бояться и отвергать «детдомовских». И, самое главное, в теме о привязанности описывалось, что положительная самооценка берется не из воздуха, а из благополучного опыта отношений ребенка в детстве с близким взрослым. Если этого опыта не было, то самооценка у него формируется, но она негативная и основывается на совсем другом опыте. В связи с этим, имея и так не очень хорошее представление о себе, ребенок легко приходит к обвинению себя в том, что с ним случилось и продолжает происходить.

Итак, дети-сироты имеют не одну потерю в истории своей жизни, но редко имеют возможность получить помощь по проживанию этих событий. Поэтому их тяжелые переживания могут тем или иным образом прорываться наружу, «маскируясь» под проблемы здоровья, развития, поведения... Каждая ситуация, напоминающая о потере, или каждый новый случай утраты будут углублять душевные раны ребенка, и проявления переживаний могут утяжеляться и усугубляться.

ЖЕСТОКОЕ ОБРАЩЕНИЕ

К сожалению, темами нарушения привязанности, утраты и проблем с идентичностью в связи с потерей кровной семьи не исчерпывается список причин, определяющих психологические особенности детей-сирот. Многие из них в разном возрасте могли столкнуться с опытом жестокого обращения. Как и в случае с темой привязанности и утраты, формат методички не позволяет дать очень подробное раскрытие такой серьезной темы, но будут обозначены основные вехи. Также в списке литературы указаны книги, где тема раскрыта более подробно.

Принято выделять несколько форм жестокого обращения.

— *Физическое насилие*

Это любое неслучайное нанесение повреждения ребенку. Также к физическому насилию относят действия или отсутствие действий со стороны родителей или других взрослых, в результате которых физическое или умственное развитие ребенка нарушается или находится под угрозой повреждения. К физическому насилию относятся: телесные наказания, удары ладонью, пинки, царапанье, ожоги, удушение, грубые хватания, толкания, плевки, применение палки/ремня/ножа и пр.

— *Сексуальное насилие*

Это использование ребенка или подростка другим лицом для получения сексуального удовлетворения. Сюда относится любой контакт или взаимодействие между ребенком и человеком, старше его по возрасту, в котором ребенок сексуально стимулируется или используется для сексуальной стимуляции.

— *Психологическое или эмоциональное насилие*

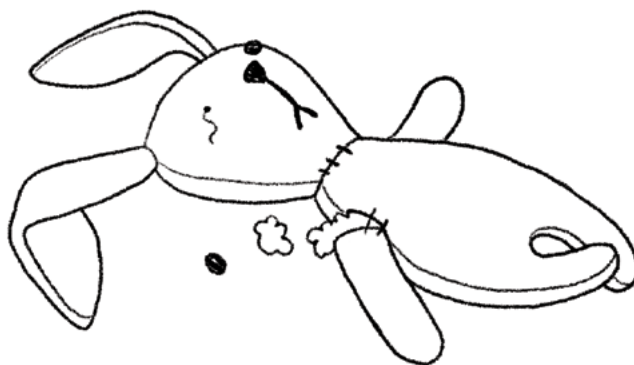
Сюда относятся обвинения в адрес ребенка (брань, крики); принижение его успехов и унижение его достоинства; отвержение ребенка; длительное лишение ребенка любви, нежности, заботы и безопасности со стороны родителей; принуждение к одиночеству; совершение в присутствии ребенка насилия по отношению к супругу или другим детям; похищение ребенка; причинение боли домашним животным с целью запугать ребенка; экономическое насилие.

— Пренебрежение

Это хроническая неспособность родителя или лица, осуществляющего уход, обеспечить основные потребности ребенка: в пище, одежде, жилье, медицинском уходе, образовании, защите и присмотре. Здесь важно отметить, что бывает так, что родители при всех указанных трудностях были привязаны к ребенку, эмоционально тепло к нему относились, и тогда между ними и ребенком могли установиться отношения взаимной привязанности. В этом случае негативных последствий для дальнейшего развития ребенка будет значительно меньше.

Нередко разные формы жестокого обращения могут одновременно иметь место в жизни ребенка-сироты. Столкнуться с ними он мог в кровной семье (со стороны родственников или посторонних людей), в учреждениях (со стороны других детей или сотрудников, в гостевой семье) или просто на улице со стороны посторонних людей. Также очевидно, что опыт жестокого обращения может быть разным по степени тяжести в зависимости от того:

- было ли это регулярным и длительным или разовым событием;
- получил ли ребенок понимание, сочувствие и своевременную помощь от взрослых;
- от кого исходило насилие (если от самых близких людей, то это наиболее травматичный вариант — когда боль доставляют те, кто должен на самом деле защищать и заботиться).



Последствия опыта насилия для дальнейшей жизни ребенка

Различают ближайшие и отдаленные последствия жестокого обращения. К *ближайшим последствиям* относятся физические травмы, повреждения, рвоты, головные боли и пр. Также сюда относятся острые психические нарушения в ответ на любой вид агрессии, особенно на сексуальную. Это может проявляться в виде возбуждения, стремления куда-то бежать, спрятаться либо в виде глубокой заторможенности. Но в обоих случаях ребенок переживает острейший страх, тревогу и гнев. Более старшие дети могут реагировать тяжелой депрессией с чувством собственной ущербности и неполноценности. *Отдаленные последствия* жестокого обращения:

1. Нарушения физического и психического развития

У детей может наблюдаться задержка физического и нервно-психического развития. Например, ребенок отстает в росте и массе тела от своих сверстников, позже начинает ходить и говорить, реже смеется, значительно хуже успевает в школе. У таких детей чаще наблюдаются так называемые «невротические реакции»: сосание пальца, кусание ногтей, раскачивания, онанизм. Все эти реакции вырабатываются как реакция на стресс и попытка «самоуспокоения», когда взрослые заботу и успокоение предоставить не в состоянии, а зачастую именно от них и исходит угроза. Тут необходимо отметить, что невротиические реакции развиваются у детей-сирот очень часто и по другой причине: за счет депривации из-за неблагополучной жизни в кровной семье или из-за жизни в учреждении. Не получая достаточно телесного контакта, особенно необходимого малышам, даже младенцы в детском доме уже могут демонстрировать раскачивания (при засыпании или в состоянии задумчивости); могут биться головой о кровать; кусать ногти; вырывать волосы; сосать палец и т.д. Это и попытка почувствовать свое тело и получить хоть какую-то стимуляцию, и попытка самоуспокоиться, когда никто из взрослых не делает это для ребенка. Невротические реакции по причине опыта депривации — очень частое явление у детей в детских домах.

2. Соматические заболевания как следствие жестокого обращения

При физическом насилии могут быть повреждены части тела и внутренние органы, могут иметь место переломы костей. Вследствие сексуального насилия ребенок может страдать заболеваниями, передаваемыми

половым путем. Независимо от вида насилия у детей могут наблюдаться различные психосоматические заболевания: ожирение или резкая потеря веса; кожные сыпи; аллергия; язва желудка; при сексуальном насилии — необъяснимые (без медицинских оснований) боли внизу живота. Часто у детей развиваются такие нервно-психические заболевания, как тики, заикание, энурез (недержание мочи), энкопроз (недержание кала).

3. Психические особенности у детей — жертв насилия

Дети при любой форме жестокого обращения переживают психическую травму, что отражается на их дальнейшей жизни. Дети, подвергшиеся разным видам насилия, часто испытывают сильный гнев, который чаще всего изливают на кого-то: кто младше по возрасту и слабее, или на животных. Часто повышенная агрессивность дает о себе знать в игре, иногда случаются вспышки гнева без внешних поводов.

В то же время, жертвы насилия могут демонстрировать, напротив, пассивность, неспособность себя защитить — «поведение жертвы» — в дальнейшем легко попадая в аналогичные ситуации, когда кто-то с ними плохо обращается. Эмоционально депривированные дети могут стараться любым способом привлечь к себе внимание, прибегая порой к вызывающему и эксцентричному поведению. Дети с опытом сексуального насилия проявляют в поведении и в играх с игрушками или другими детьми несвойственные возрасту познания в данной сфере. Дети могут также пытаться вовлекать других людей в сексуальное взаимодействие.

При любой форме насилия у детей возникают проблемы с самооценкой: они чувствуют себя виноватыми в том, что с ними было; плохими и «грязными» (особенно при сексуальном насилии); убеждены в собственной неполноценности. Это мешает ребенку строить контакты с другими людьми, им трудно добиваться успеха и уважения со стороны других людей — прежде всего потому, что они чувствуют себя недостойными. Во взрослом возрасте они часто неспособны самостоятельно справляться с проблемами, а также искать и получать помощь от других людей. Если ребенок не получал в детстве помощь от близких, это подрывает его доверие к людям и к способности устанавливать взаимоотношения в будущем. Среди детей, подвергшихся жестокому обращению, отмечается высокая частота депрессий, проявляющихся в приступах беспокойства, безотчетной тоски, чувстве одиночества, нарушениях сна. У подростков могут наблюдаться попытки покончить с собой.

4. Социальные последствия

Дети, пострадавшие от любой формы насилия, испытывают трудности в социализации, которые вытекают из всех перечисленных психологических и эмоциональных последствий жестокого обращения. У них нарушены связи со взрослыми, нет адекватных навыков общения со сверстниками, им не хватает уровня знаний для завоевания авторитета в школе и т. д. В итоге они чаще, чем обычные дети, попадают в криминальную или асоциальную среду, так как у них не получается вписаться в общество в позитивном ключе. К тому же криминальная/асоциальная среда дает им «чувство плеча» и иллюзию принятия и близких отношений, которых им катастрофически не хватает. К сожалению, риски впасть в алкогольную, наркотическую и другие формы зависимости у этих детей высоки — таким путем они пытаются решить свои эмоциональные проблемы. Опыт сексуального насилия чреват в будущем проституцией, у мальчиков может нарушаться половая ориентация. Таким детям крайне трудно создавать собственные благополучные семьи и воспитывать собственных детей: в силу своего опыта жизни им трудно научиться давать кому-то заботу и эмоциональное тепло, у них слишком много их собственных эмоциональных проблем.

В целом можно сказать, что травматические последствия любой формы жестокого обращения сильнее всего проявляются в эмоциональной сфере: страдают самовосприятие, отношения с другими людьми, способность к привязанности и формирование доверия к людям. На уровне поведения могут сформироваться вредные навыки и негативные модели поведения, но корни этих проявлений находятся в эмоциональной сфере. Интеллектуальное развитие не всегда нарушается серьезным образом в результате насилия как такового. Скорее раскрытие интеллектуального потенциала тормозится эмоциональными травмами. Таким образом, негативные последствия в эмоциональной сфере ребенка влияют затем и на интеллектуальное развитие и на социализацию в целом.

Сложность темы жестокого обращения заключается в том, что далеко не всегда его легко своевременно выявить, особенно в случае с детьми-сиротами: если ребенок пережил его в маленьком возрасте, он не может описать произошедшее словами. Не имея опыта получения поддержки и защиты у взрослых, он и не попытается жаловаться на что-то или просить помощи. Если ребенок подвергался насилию систематически с раннего возраста, то он не может знать, что это было недопустимо, что так с детьми обращаться нельзя. Напротив, его опыт заключается в том, что с ним так поступать можно. Чаще всего

подозрение об опыте насилия возникает на основе косвенных признаков: определенного поведения ребенка (например, повторяющиеся сексуализированные игры с игрушками или с вовлечением других детей), его специфических реакциях в конкретных ситуациях (например, прячется или защищается рукой, если кто-то взрослый рядом просто поднял руку — допустим, чтобы пригладить волосы). Бывает сложно и даже невозможно однозначно выяснить, когда, со стороны кого и в каком масштабе осуществлялось жестокое обращение с ребенком. Но важно, чтобы при появлении признаков, указывающих на вероятность такого тяжелого жизненного опыта, с ребенком проводилась работа специалистов. Самостоятельно справиться с последствиями ребенок не в состоянии.

Итак, рассмотрев несколько ключевых тем, связанных с психологическими особенностями детей-сирот, становится понятнее, что стоит за их поведением и проявлениями, не всегда понятными или приятными для окружающих.

«Проблемность» детей-сирот — результат тяжелого жизненного опыта и многочисленных травм и потерь

Дело не в том, что это какие-то «другие» дети, которые чем-то «хуже», или которые с «плохой наследственностью». Они не хуже и не лучше, а такие же дети, как и все другие, просто очень сильно пострадали.

Необходимо понимать, что для помощи им требуется огромный труд общества в целом: семейное устройство, профессиональная помощь приемным семьям и работа большого числа грамотных специалистов в учреждениях, работа с общественным мнением для более реалистичного понимания сложностей этих детей. У них за плечами разнообразный травматический жизненный опыт, вкуче с отсутствием того нормального опыта жизни, который необходим для благополучного развития любому ребенку.

Дети-сироты могут выплескивать в своем поведении боль и злость по отношению к тому, что случилось в их жизни по вине других людей, в прошлом. Поведение может выглядеть жестоким, но это не от того, что дети «злые», а от того, что с ними было... Они могут уметь

манипулировать взрослыми, потому что это помогало им выживать в детском доме. Вообще с теми привычками, которые помогали им выживать, расстаться в принципе трудно, потому что если ребенок по опыту знает, что мир непостоянный, и тебе могут сделать что-то плохое, то крайне трудно вдруг расслабиться и довериться совершенно новым людям. Также проживание в детском доме всегда усиливает негативную самооценку детей, отнимает у них веру в себя, потому что они прекрасно чувствуют свой иной статус «детдомовских» по сравнению с семейными детьми. И дети-сироты быстро приходят к выводу, что они — плохие дети. Потому что остальные живут в семьях, а они оказались в детском доме — значит, они не такие, как все, они плохие.

Нередко в общении дети-сироты/приемные дети производят впечатление, как будто все окружающие им «должны», а сами они не готовы ни во что вкладываться или что-то делать. С чем связан этот момент? Во-первых, опыт жизни в детских учреждениях напрямую этому учит. Все появляется само собой, у ребенка практически нет своих личных обязанностей и зоны ответственности, как это происходит дома, где каждый вносит свой вклад в хозяйство и быт семьи. Во-вторых, у детей в учреждении сама жизнь — это пассивное и объектное существование. Они не влияют на происходящее, не являются субъектами и творцами собственной жизни, их просто «перемещают» из учреждения в учреждения, по больницам и пр. У них нет активного и ответственного участия в собственной жизни. У ребенка в семье этот опыт начинается с очень раннего детства, когда от его поведения напрямую зависит, разрешат ему что-то или нет, заслужит он что-то или нет. Проживание в рамках «системы» формирует у детей пассивную позицию в отношении своей собственной жизни.

Основными причинами проблем детей-сирот являются, таким образом, нарушения привязанности, травма утраты детьми своей кровной семьи и другие потери, полученный в ходе жизни опыт жестокого обращения, а также ограниченный социальный опыт жизни в интернатных учреждениях. Все это неминуемо приводит к негативным последствиям во всех сферах развития ребенка: физической, эмоциональной, интеллектуальной и социальной.

Осталось понять, каким образом вся эта интересная информация пригодится волонтеру-наставнику в его реальном общении с ребенком в детском доме. Каковы же практические выводы для волонтеров-наставников из всей полученной в этом разделе информации?

ПРАКТИЧЕСКИЕ ВЫВОДЫ

1. Реализм

Зная о том, что может быть в жизненном опыте за плечами у ребенка, наставник сможет более трезво и реалистично относиться к поведению ребенка, его особенностям, нюансам установления с ним контакта. Подготовленного наставника труднее удивить, поставить в тупик, напугать. Существенный пункт: знание о том, что ребенок привносит в новые отношения свой накопленный в прошлом опыт взаимодействия с другими взрослыми, позволит не воспринимать что-то слишком лично.

2. Осознание пределов своих возможностей

Понимание того, что в задачи наставника не входит попытка кардинально изменить модель привязанности, сложившуюся у ребенка, и он не сможет отменить уже случившихся в его жизни травм и потерь. В задачи наставника никоим образом не входит определение типа привязанности у ребенка (это задача для специалистов) или попытка сформировать у него надежную и безопасную привязанность.

Попытка дать ребенку полностью новый опыт близких отношений, основанный на безопасной и надежной привязанности, может осуществляться только при условии семейного устройства ребенка. При нарушениях привязанности «провал» кроется именно в отсутствии адекватного опыта отношений ребенка с близкими взрослыми — с родителями — и пытаться справиться с последствиями можно только с помощью восполнения этого необходимого опыта жизни в семье в сочетании со специализированной помощью.

Волонтер не может браться за задачу столь масштабную, потому что занимает совсем другое место в жизни ребенка, да и присутствие его в жизни ребенка занимает лишь малую часть от всей его текущей жизни в учреждении (подробнее см. в главах «**Роль наставника**» и «**Обязательства наставника и организационные моменты**»). Даже семьи со специалистами не могут знать наверняка, в какой степени им удастся помочь ребенку преодолеть все трудности и насколько он в состоянии принять и усвоить альтернативный опыт жизни и отношений.

3. Понимание своего возможного вклада в жизнь ребенка

Наставник не изменит кардинально всю жизнь ребенка в детском доме, **НО!** Он может сделать очень важный вклад в опыт отношений ребенка

с другими людьми. Именно наставник может стать первым или одним из немногих взрослых, который в жизни ребенка будет присутствовать стабильно, будет предсказуемым и заинтересованным лично в этом конкретном ребенке. Наставник своим вниманием и искренним участием может повышать самооценку ребенка и его веру в себя, помогать ему разбираться в своих переживаниях и чувствах, лучше понимать других людей. Участие наставника может поддержать ребенка в его интересе к обучению и в профессиональном самоопределении.

4. Нельзя недооценивать роль наставника в жизни ребенка

Если подумать о собственном жизненном опыте, то почти каждый человек может вспомнить какую-то фигуру взрослого человека в своем прошлом, который мог не быть родственником и вообще присутствовал в жизни достаточно малую часть времени (друг семьи, учитель, случайный человек на улице...), но который чем-то очень помог в критический момент жизни. Такую же значимую роль может сыграть и наставник в жизни ребенка, хотя не всегда есть шанс узнать об этом наверняка. Но такое уж непростое дело — человеческие отношения. В них мало предсказуемости и гарантий, но в них всегда есть смысл вкладываться, потому что на поверку это оказывается самым ценным в жизни. Подробнее о конкретных целях и способах сопровождения ребенка наставником см. в главах «**Роль наставника**» и «**В чем конкретно помочь ребенку?**».

5. «Не навреди»

Важной ответственностью наставника является такое взаимодействие с ребенком, которое не нанесет ребенку новых травм, не увеличит его багаж негативного опыта. Наставнику стоит быть внимательным к своим словам, понимать, как могут повлиять на ребенка негативные комментарии и оценки (они легко встраиваются в его негативное восприятие себя, подтвердят в сотый и миллионный раз, что «он плохой»). Это не значит, что надо пропускать мимо ушей и глаз откровенно негативные ситуации, когда ребенок ведет себя неподобающим образом или плохо с кем-то обходится. Но при затрагивании негативных тем не рекомендуется оценивать ребенка в целом: всегда можно обсудить конкретную ситуацию, конкретное поведение, которое может быть негативно оценено. Разделение личности и поведения; разделение личности и нахлынувших на человека чувств, которым был дан не самый лучший выход, и т.д. — такой подход дает пространство

для конструктивного диалога и не заклеит ребенка в целом. Тогда у ребенка складывается более реалистичная картина о себе как о человеке, который очень по-разному умеет себя вести и общаться. Иногда он находит прекрасные решения и выходы из ситуаций, есть то, с чем он отлично справляется, а бывают менее удачные ситуации, когда с ним происходит то-то и то-то... Так бывает с любым человеком, и можно учиться справляться со сложными ситуациями. Если наставник не хочет пополнить опыт ребенка по части обманутых надежд и ненадежных взрослых, то он должен стараться быть постоянным в своем общении с ребенком, предсказуемым, держать свое слово, не обещать ребенку того, в чем он не уверен.

В ситуации, когда общение наставника с ребенком должно завершиться (в связи с плановым окончанием участия в проекте или в связи с экстренными жизненными обстоятельствами наставника), нельзя просто взять и пропасть из жизни ребенка. Это неминуемо добавит ему новую травму потери, усилив имеющуюся боль, а также вызовет множество подозрений на тему «Что со мной не так?» и ударит по самооценке ребенка. Порядок действий при завершении отношений подробно описан в главе «**Завершение отношений или варианты поддержания отношений в дальнейшем**».

Роль наставника

Кто я для ребенка?



Кто же такой волонтер-наставник? Кем он является для ребенка, живущего в детском доме, в чем его роль и задачи? Несколько следующих глав методички касаются ответов на эти и многие другие практические вопросы, касающиеся взаимодействия непосредственно с ребенком и с учреждением.

МОТИВАЦИЯ

Начать важно с понимания своей позиции в отношении ребенка. Каждый взрослый человек, задумавшийся о роли наставника, безусловно, имеет какие-то идеи о том, что за этим может стоять. Кроме того, у каждого есть мотивация — своя собственная причина, по которой человек хочет взять на себя данную роль. От этой самой мотивации во многом зависит то, чего человек ожидает в результате своей деятельности. Ожидания могут быть реалистичными или не очень, поэтому лучше разобраться с ними заранее, а не «проверять» на отношениях с ребенком. Иначе есть риск серьезного разочарования волонтеров и внезапного прекращения их участия в проекте, что негативно скажется на состоянии детей, да и самим волонтерам вряд ли будет в радость.

Итак, стоит остановиться и подумать: «Почему/зачем мне хочется делать именно это?». Ответы могут быть самыми разными, и у нас нет задачи перечислить их все. Обозначим только такой аспект: человек в большей мере ожидает чего-то для себя в результате общения с ребенком или в большей степени хочет чем-то поделиться, что-то дать ребенку. Конечно, чаще всего есть и то, и другое, но на первом плане может быть какая-то одна из этих сторон. Наименее перспективны ситуации, когда взрослый идет общаться с ребенком-сиротой, ожидая что-то для себя, например:

- ***почувствовать свою собственную нужность и значимость в отношениях с ребенком;***

Ожидания особо близких эмоциональных отношений, в которых можно ощутить свою нужность и значимость, по сути, касаются семейных,

романтических и дружеских связей. Если в этой сфере взрослого человека не все устраивает, то лучше разбираться с этим в своей жизни, а не пытаться подменять. Тем более что, как объясняется в кратком введении о психологических особенностях детей-сирот, детям не характерно умение устанавливать близкие и понятные отношения с другими людьми. Наоборот, с этим у них много проблем, которые как раз хотелось бы частично решать с помощью волонтеров-наставников, а не запутывать детей еще больше. Поэтому с большой долей вероятности волонтер столкнется с трудностями при установлении предсказуемых и четких отношений с ребенком, и нужен будет его вклад для оказания помощи ребенку в выстраивании этого.

— ***научиться общаться с детьми;***

Уже сказанное выше касается и идеи «научиться общаться с детьми»: дети-сироты имеют специфический жизненный опыт, много разочарований и много ожиданий от взрослых. Общение с ними не будет равнозначно общению с детьми в детском саду или школе — детьми, у которых есть нормальный опыт жизни с рождения в семье, есть близкие взрослые и их любовь и принятие, свой дом и т.д. И опять же, намерение «тренироваться» в чем-то на детях-сиротах ничем не будет для них полезно, а только вредно, потому что человек, имеющий такие цели и ожидания в голове, не сможет быть чутким и внимательным к ребенку и его потребностям, не сможет дать ребенку столь необходимый жизненный опыт. И, тем более, вряд ли взрослый при желании получить некий полезный опыт для себя будет готов к преодолению трудностей в отношениях с ребенком, вниканию в сложности его жизни.

— ***получить возможность реализовать свои родительские устремления;***

Мотив реализации родительских устремлений опасен тем, что взрослому трудно будет удержаться от проявлений этого тем или иным, пусть и неявным, способом, что введет ребенка в заблуждение и даст повод надеяться и провоцировать взрослого на нарушение границ и сближение. В результате, опять же, обе стороны рискуют остаться разочарованными: ребенок с обманутыми надеждами (что он не преминет продемонстрировать), а взрослый с обидой на то, что не оценены его теплые чувства и стремления. Однако для родительских чувств место в семье и нигде больше. Волонтер, регулярно общающийся с ребенком, не является его семьей ни по каким параметрам: ни по юридическим

(не отвечает за него и не может влиять на ход его жизни и судьбы), ни по бытовым/жизненным моментам. Семья — это круглосуточная повседневная жизнь со всеми житейскими перипетиями и выстраиванием отношений, а не встречи пару раз в неделю на несколько часов. И это лучше понимать с самого начала.

— ***присмотреться к детям и выбрать кого-то, чтобы взять его потом к себе в семью;***

Нередко встречается убеждение, что прежде, чем взять приемного ребенка в семью, стоит пойти и побыть волонтером, посмотреть на детей вблизи (понять, стоит ли вообще за это браться), а заодно и выбрать кого-то. Чем плоха эта идея? Нехороша она в первую очередь с точки зрения интересов детей. Взрослый, являющийся потенциальным приемным родителем, будет поглощен необходимостью сделать выбор и переполнен эмоциями. Он не сможет быть полноценным другом-волонтером, берущим на себя ответственность помогать ребенку в течение длительного срока. Он может, например, в результате походов в детский дом выбрать какого-то другого ребенка (не того, к кому он начинал ходить в качестве наставника). Это однозначно станет травмой для ребенка, к которому волонтер перестанет ходить, став приемным родителем. Ребенок останется с чувством «невыбранности», с тем, что он снова «чем-то хуже других» и т.д. Если же волонтер в итоге заберет того ребенка, к которому он ходил, то он создаст непростую ситуацию для всех других детей, включенных в проект по наставничеству, и даст детям повод снова проверять границы со своими наставниками: «а вдруг заберут домой?!». Безусловно, бывают ситуации, когда человек искренне начинает деятельность в проекте как волонтер-наставник, а потом у него возникают мысли о приемном родительстве. Как действовать в данной ситуации, см. в главе **«Если возникла мысль о приемном родительстве...»**.

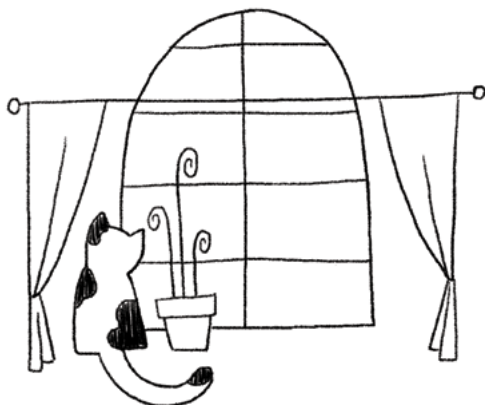
Кандидатам в приемные родители можно дать следующую рекомендацию: есть много других путей определиться с тем, брать или не брать в семью приемного ребенка. Для начала, как минимум, пройти хорошую Школу приемных родителей, включающую элементы тренинга и ролевых игр. Это уже даст некоторое представление о вопросе и поможет определиться, готовы ли вы стать принимающей семьей. Далее есть возможность общаться с опытными приемными родителями очно или на форумах, ходить в Клубы принимающих семей, читать литературу о приемных детях. Принимать решение важно так, чтобы по пути не травмировать и так уже не обласканных жизнью детей.

— *отвлечься от текущей трудной ситуации в жизни или от сложных переживаний.*

Этот мотив опасен тем, что, во-первых, он временный. Например, у взрослого сменится жизненная перспектива, и отпадет потребность в волонтерстве, а с чем останется ребенок?.. Также важно знать, что дети с тяжелым жизненным опытом быстро «нащупывают» больные места у других людей; бывает и так, что болезненные факты биографии детей «резонируют» с переживаниями взрослых, поэтому вместо отвлечения может получиться умножение одной боли на другую. Кроме того, взрослый, испытывающий тяжелые переживания, скорее не сможет вникать в переживания и чувства другого человека (ребенка), ему сложно будет оказывать поддержку, справляться с теми или иными сложностями при установлении отношений.

Все вышеперечисленные пункты, по сути, никак не связаны с детьми-сиротами и с оказанием им помощи по жизни. Сформулированные выше ожидания касаются исключительно взрослого как такового. Если присмотреться внимательно к каждому пункту, станет очевидно, что для достижения этих целей нужны совсем другие средства, а никак не травмированный жизнью ребенок. Не говоря уже о том, что никакой человек ни в каких отношениях не захочет быть средством: в любом возрасте в отношениях мы хотим быть нужными, интересными и значимыми сами по себе, а не в связи с достижением человеком каких-то целей, пусть и очень важных.

Второй вариант, упомянутый ранее, это когда взрослый в первую очередь настроен что-то дать самому ребенку, чем-то помочь ему. Этот подход более перспективный, потому что ребенок уже не является средством, а на нем сосредоточено внимание волонтера, к нему обращен интерес и желание понять. При такой позиции волонтер



сосредоточен не на себе или своих жизненных обстоятельствах, а на взаимоотношениях. На этом пути надо иметь в виду такой подводный камень: порой при активном стремлении чем-то помочь человек ждет соответствующей отдачи и конкретного результата. И может возникнуть разочарование, когда на что-то ребенок не отозвался, в чем-то продолжает придерживаться своей линии поведения, что-то не меняется так быстро, как хотелось бы. Иными словами, в общении с детьми-сиротами необходимо иметь реалистичные представления не только об их особенностях, но и адекватные ожидания от результатов своих действий. Невозможно предсказать, что и в каком объеме будет воспринято ребенком.

В каком-то смысле это деятельность с полной отдачей и с неизвестным финалом, что, кстати, вообще характерно для человеческих отношений – мы никогда не можем на 100% спрогнозировать, что будет в итоге

Потому что в отношениях всегда есть две стороны, а помимо самих отношений есть еще миллион факторов и жизненных обстоятельств. В случае с ребенком-сиротой надо тем более понимать, что его жизнь на 99% определяется не усилиями волонтера-наставника, а местом его проживания, людьми, от которых он зависит, его прошлым жизненным опытом и текущими обстоятельствами, взрослыми и ровесниками, окружающими его каждый день.

Может показаться, что эти слова ведут к признанию бессмысленности волонтерской деятельности, но это совершенно не так! Просто волонтер должен быть готов к тому, что он не увидит в ближайшей временной перспективе результатов своей деятельности, и не надо отчаиваться от этого, равно как не надо строить глобальных планов по изменению всей жизни ребенка. Не всегда можно узнать, чем именно в дальнейшей жизни помог ребенку контакт с волонтером, чем отозвалось это участие в его жизни. При этом вклад наставника происходит, на самом деле, на очень важном уровне — задается новый для ребенка формат отношений, в которых он важен как личность, в которых он лично интересен кому-то и может начать доверять другому человеку. Это тот опыт,

который дает возможность ребенку строить более позитивное отношение к себе, начинать верить в свои силы или в то, что он может быть нужным на этом свете. Конечно, как правило, волонтер-наставник будет видеть постепенные продвижения ребенка в их непосредственном общении, но надо быть готовыми к любому развитию событий — объем перемен и их темп может быть крайне разнообразным. Если с самого начала понимать эти нюансы, то останется гораздо меньше шансов расстроиться впоследствии из-за обманутых ожиданий (и слишком масштабных целей), а также будет гораздо легче сохранить деятельный и оптимистичный настрой, начать замечать даже мелкие позитивные продвижения.

Итак, уже стало понятно, что наставник не выполняет «родительскую роль», и теперь самое время понять, кем же он может быть для ребенка.

РОЛЬ ВОЛОНТЕРА-НАСТАВНИКА В ОТНОШЕНИИ РЕБЕНКА-СИРОТЫ

1. Является другом/старшим товарищем ребенка на определенном этапе его жизни

Например, в отношении подростка во время его подготовки к будущей самостоятельной жизни после выпуска из детского дома и на этапе самого этого перехода. Конечно, отношения наставника могут строиться и с ребенком, еще не достигшим подросткового возраста в детском доме, для которого выпуск в самостоятельное плавание еще не такая близкая реальность. Случаи очень индивидуальны: в одной ситуации важно установить отношения наставника с подростком, потому что выпуск из учреждения является кризисным и сложным моментом. До наступления этого перелома в жизни важно успеть «укрепить» ребенка: помочь ему и с формированием отношения к себе, и с формированием опыта общения с другими людьми, с постановкой реальных целей в жизни и подготовкой к их реализации. В другом случае наставник может быть актуален для ребенка младше подросткового возраста. Например, ребенок недавно в учреждении, ему сложно адаптироваться, и требуется индивидуальная поддержка. Или же ребенок в учреждении проживает немало, но по поведению и эмоциональному состоянию сложен, вызывает на себя много негативного внимания. Такому ребенку тоже может быть актуально общение с наставником — и для получения личного внимания без создания негативных поводов, и для формирования более адаптивных вариантов поведения.

Формулировка «друг»/«старший товарищ» может быть близка не всем, но она отображает сам формат отношений, при которых взрослый не посторонний человек, а ориентированный на ребенка и заинтересованный в нем. С одной стороны, отношения, которые желательно выстроить, связаны со взаимным уважением границ и потребностей. В то же время, это больше похоже на дружеские отношения, в которых можно поделиться чем-то непростым, получить поддержку и новый взгляд на ситуацию. Важно, чтобы взрослый не занимал авторитарную позицию «сверху вниз», потому что волонтер-наставник не призван дублировать функции воспитателей или учителей, которые и без того есть в жизни ребенка.

2. Выстраивает в ходе длительного и регулярного общения (желательно не менее двух лет) личный, эмоциональный и доверительный контакт с ребенком

Принципиальную важность имеет продолжительность общения, потому что выстраивание отношений — это то, что всегда требует времени. Например, полгода может уйти только на выстраивание взаимоотношений, ведь встречи и общение не происходят ежедневно. Ребенку может понадобиться значительное время, чтобы начать доверять, убедиться в надежности нового человека, внезапно появившегося в жизни. Поэтому чтобы отношения начали «работать», потребуется время. Тем более взаимодействие с наставником предполагает постановку конкретных целей вместе с ребенком и достижение их с поддержкой наставника. Это также требует времени и налаженных отношений.

3. Оказывает эмоциональную поддержку и принимает ребенка со всеми его особенностями

Наиболее важной составляющей отношений является эмоциональное принятие и поддержка. Это справедливо для любых близких отношений людей, но для детей-сирот важно в особенности. Им катастрофически не хватает именно принятия, подтверждения того, что они сами по себе могут быть интересны. Появление наставника в их жизни не должно сводиться к тому, чтобы с ходу определить направление пути и начать тащить ребенка к «светлому будущему». Таким способом ребенку не сможешь. Чтобы захотеть и начать двигаться куда-то, менять что-то, надо увидеть в этом смысл и цель, почувствовать в себе силы и способность. Сначала надо иметь некую базу в виде веры в себя, принятия себя. Самый важный вклад наставника будет именно в этой области.

4. Помогает ребенку замечать свои сильные стороны и успехи, поддерживая в нем уверенность в себе, повышая его самооценку

Это непосредственно связано с поддержкой, оказываемой ребенку. Сильные стороны и успехи не обязательно подразумевают под собой что-то глобальное вроде яркого таланта или небывалых способностей. Сильные стороны могут быть очень индивидуальны и проявляться в самых разных моментах жизни, быта и общения: кто-то умеет быть терпеливым; кто-то умеет хорошо слушать; кто-то умеет помирить других или незаметно утешить сверстника; кто-то всегда стремится помочь; кто-то умеет встать на защиту несправедливо обиженного и т.д. Перечень будет бесконечным, у каждого человека есть свои сильные стороны, просто надо уметь их увидеть, быть достаточно чутким и внимательным. Эти небольшие успехи наставник может видеть как в общении с ребенком, так и в его взаимодействии с другими людьми. Важно сделать эти позитивные моменты заметными для ребенка, обратить его внимание, показать, что волонтер это заметил. При этом понятно, что ребенок, как и любой человек, может то проявлять эти хорошие качества, то нет. Нет смысла начинать корить и стыдить: «Эх ты, ну ты и плохо поступил, а вот в прошлый раз...». Подобные формулировки только подкрепляют мысль о неуспешности ребенка и утверждают его в негативной оценке себя. Продуктивнее в таких ситуациях выражать мысль, что вообще ребенок умеет справиться с этим, раньше у него уже получалось в такой-то конкретной ситуации, а значит, и впредь может получиться. Эта форма поддержки дополняет обсуждение с ребенком самой негативной ситуации (если он к этому расположен), его чувств и переживаний. Важно помогать ребенку по крупицам собирать истории его умений и его успехов, независимо от их масштаба и частоты. Это естественный процесс, все люди в детстве получают информацию о себе сначала глазами окружающих, стараются быть хорошими ради значимых отношений (обычно родителей), и этот этап в развитии личности обязательно должен быть.

5. Готов внимательно и с пониманием выслушивать ребенка, хвалить, помогать принимать решения

Это также относится к индивидуальному и чуткому вниманию к ребенку. Важно не только быть готовым доносить что-то до ребенка, дать срочный совет или оперативно отреагировать на его слова, но и уметь выслушать. Часто в процессе того, как человек говорит, он перерабатывает информацию и может прийти к какой-то новой мысли, новому виде-

нию ситуации. И это ценнее, чем только получать советы и рекомендации со стороны других людей. Необходимо давать ребенку этот простор для «выговаривания» и рефлексии. Конечно, не все дети в состоянии много говорить от себя в диалоге. Это связано как с проблемами в доверии к людям, так и с несформированностью коммуникативных навыков и даже недостаточным развитием речи, что часто сопутствует непростой жизненной предыстории. Стоит помогать ребенку высказываться, помогать ему формулировать вслух свое мнение и мысли. Это одно из важнейших навыков для последующей жизни в социуме. Помощь в принятии решений не означает проделывания этой сложной работы за ребенка. Не очень полезно предлагать готовые решения, которые связаны с нашей жизненной позицией. Гораздо ценнее побуждать ребенка к рассуждениям, рассмотрению и оценке различных вариантов действий с последующим принятием решения.

6. Помогает ребенку лучше дифференцировать свои эмоции и выразить их социально приемлемыми способами, помогает лучше понимать чувства других людей

Тема, конечно, бесконечная — про понимание своих и чужих переживаний и умение их показать, с ними справляться. При этом наставнику не стоит ставить перед собой задачу сформировать у ребенка это умение. Как-никак, оно формируется, начиная с самого рождения и с первых контактов с людьми, и максимальный вклад вносит семья и ближайшее окружение. Но, не ставя перед собой задачу возместить ребенку семейный опыт, можно и нужно все время держать в голове эмоциональную сторону взаимодействия. Например, давать обратную связь о том, какие чувства наставник видит за поведением и словами ребенка: «О, мне кажется, что сегодня ты более грустный и печальный, чем обычно. Наверное, у тебя есть для этого повод»; «Может быть, я ошибаюсь, но мне кажется, что тебя кто-то расстроил или обидел». Кроме того, стоит давать простые пояснения и к своему настроению и состоянию. Волонтер может приходиться к ребенку в разном состоянии и настроении: иногда уставший, иногда задумчивый, иногда на какие-то события рассерженный. Чтобы ребенок не принял эти состояния, принесенные взрослым из своей жизни, на свой счет, стоит кратко их пояснить. Не будет разумным скрывать свое настроение или делать вид, что все прекрасно. Истинное состояние в любом случае заметно, и ребенок получит двойное послание от взрослого: настроение он увидит одно, а слова услышит другие, и это не поможет формированию взаимного понимания и доверия. Для любого человека нормально иметь разные периоды в жизни

и разное состояние души. Продуктивнее будет кратко сказать о своем состоянии. Насколько подробно раскрывать причины — личное дело волонтера, но важно хотя бы назвать свои чувства и дать понять, что они не связаны с отношением к ребенку. При внимании к настроению ребенка и своевременном пояснении к своему настроению ребенок получит возможность научиться лучше различать нюансы своего состояния и состояния других людей. Если у ребенка есть сложности с выражением каких-то конкретных эмоций, со временем с улучшением контакта и взаимопонимания можно будет более открыто говорить об этом и искать пути такого выражения чувств, которое покажется самому ребенку наиболее подходящим и приносящим облегчение.

7. В ситуациях конфликта показывает ребенку различные варианты выхода

Сильные чувства, такие как, например, гнев и злость, бывает сложно контролировать и выражать приемлемым образом. Особенно это характерно для детей-сирот, у которых в жизни могло быть мало адекватных примеров, а также не хватает ресурсов для самоконтроля и совладания с сильными переживаниями. В связи с этим конфликты стоит рассматривать не как провал в отношениях, а как закономерные явления и повод потренироваться в выходе из данных ситуаций. Конфликт может происходить в отношениях наставника и ребенка или между ребенком и кем-то в его окружении. Этой важной теме посвящена отдельная глава «**Конфликты**».

8. Мотивирует ребенка ставить и достигать различных целей (сначала небольших и очень конкретных), используя при этом свои сильные стороны

Почему детей-сирот важно учить ставить перед собой цели и их достигать? Дело в том, что многие из них упустили возможность сформировать этот существенный для жизни навык. Конечно, упустили не по своей вине. Еще в самом раннем возрасте близкий взрослый обычно помогает малышу что-то довести до конца или доделать — в игре или в простых бытовых навыках — при этом взрослый сам поначалу активно участвует и хвалит маленького человека за его посильный вклад. Из этих моментов ребенок в норме получает опыт своей успешности и радость от достигнутого результата, от ощущения своего личного вклада. Далее зона возможностей у ребенка непрерывно ширится, его вклад во многих видах деятельности становится все больше. Это тре-

нирует у ребенка и силу воли и мотивацию к самостоятельности и к достижениям, а также базовую веру в свои силы и в помощь близких людей. Когда у человека такого опыта за плечами нет вообще, да к тому же многое в ходе его жизни решается без его участия, то это рождает пассивность, неверие в собственные силы, отсутствие навыка постановки и достижения целей. Поэтому наставнику важно попытаться сделать вклад в эту сторону жизни ребенка. В главе «**В чем конкретно помочь ребенку?**» можно будет ознакомиться с более конкретным описанием того, в чем именно наставник сопровождает ребенка с точки зрения постановки конкретных целей и путей к их реализации.

9. Способствует мотивации ребенка к обучению, а также к выбору дальнейшей профессии

Наставник, становясь постепенно значимым для ребенка человеком, может поддерживать интересы ребенка или его склонность к изучению каких-то конкретных предметов/областей знания, искать возможности для ребенка развивать свои склонности. Порой на основе выявленных склонностей становится легче определиться с выбором профессии и дальнейшего обучения. Если в проекте, в рамках которого действует наставник, есть возможность проводить профориентацию детей или вывозить их по договоренности с учреждением на дни открытых дверей в колледжах и других учебных заведениях, то эту возможность также стоит использовать.

10. Учит ребенка умению критично оценивать жизненные ситуации, видеть не только негативные, но и позитивные стороны, побуждает искать конструктивные выходы из затруднительных ситуаций

На основе складывающихся отношений волонтера с ребенком становится возможным затрагивать в общении самые разные жизненные ситуации, значимые для ребенка. Давая обратную связь ребенку про его чувства и видение ситуации, наставник в то же время аккуратно делится своими впечатлениями и своим личным взглядом на события. Если отношения станут для ребенка важными, то мнение волонтера будет ему интересно, что даст ребенку возможность под разными углами зрения рассматривать те или иные ситуации. При достаточном доверии возможно совместное обсуждение вариантов поведения в разных случаях, с последующими пробами этого на практике и оценкой результата. В некоторых случаях можно дополнять обсуждения разыгрыванием различных проговариваемых сценариев/диалогов, особенно если сама

ситуация связана с общением ребенка с кем-то. Ролевая игра даст возможность ребенку попробовать разные варианты разговора, почувствовать себя в разных ролях, выбрать наиболее комфортную позицию.

Конечно, список этих пунктов можно дополнять новыми почти до бесконечности. Однако на первом плане стояла задача обозначить ключевые моменты роли волонтера-наставника в отношении ребенка, проживающего в детском доме.



УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Предлагается задание с целью постараться разобраться в собственной мотивации к волонтерской деятельности с детьми-сиротами. Найдите время и место, где вы можете спокойно сесть и поразмышлять так, чтобы вас ничто не отвлекало. Задайте себе вопросы и постарайтесь на них ответить.

1. Почему/зачем я хочу стать наставником для ребенка в детском доме?
2. Что для меня означает быть наставником для ребенка в детском доме?
3. Готов(а) ли я регулярно в течение долгого времени поддерживать контакт с ребенком и включаться в его жизнь с целью выстраивания надежных отношений и оказания поддержки?

Можно сделать это письменно, чтобы было над чем потом поразмышлять. Также можно дополнить ответы на вопросы завершением предложений: От этой деятельности я ожидаю, что _____.
Для меня положительным результатом наставничества будет _____.

Ответов и вариантов завершения предложений может быть несколько. Подумайте над тем, что получилось. Постарайтесь оценить, насколько ваши ожидания и представления связаны с вашими личными потребностями и целями, или же больше ориентированы на помощь ребенку. Насколько ваши ожидания и цели от наставничества глобальны/масштабны или очень конкретны. Подумайте, возникают ли у вас по результату выполнения задания новые вопросы (о детях-сиротах; о самом наставничестве и пр.), или, напротив, вы в чем-то утвердились. Вернитесь к тому, что вы написали, после прочтения всей методички. Постарайтесь взвесить, насколько вы действительно готовы взять на себя ответственность за отношения с ребенком-сиротой.

Ожидания ребенка

Что от меня ждет ребенок из детского дома?



Ребенок, находящийся в детском доме, всегда ждет одного — он хотел бы оказаться в семье. Такое сообщение, казалось бы, ставит волонтера в безвыходную ситуацию, ведь на данном этапе в ваши планы не входит становиться приемным родителем. Чем же можно помочь ребенку? На самом деле, кроме этой большой мечты у детей есть множество других потребностей, удовлетворить которые сможет именно волонтер. Для начала поговорим о тех потребностях, которые *вредно удовлетворять*.

Ребенок из детского дома ждет от вас подарков, а еще лучше денег. Во многом это ожидание сформировали мы сами в тот момент, когда при работе с детскими домами выбирали материальную помощь, а не прямое участие в жизни детей. Гораздо проще было привезти подарки один раз в год и чувствовать себя спокойно, чем регулярно ездить в учреждение и тратить свое время и силы, в том числе эмоциональные, на помощь детям. Таким образом, это привычная форма взаимодействия постояльцев детского дома со взрослыми, которые приезжают в гости раз в год, играют с детьми и дарят им подарки. С другой стороны, эти дети сталкивались с безответственным поведением взрослых: люди, в которых они сильно нуждались, предавали их, причиняли им боль. Поэтому гораздо проще «восполнить» свой душевный дефицит в тепле и общении при помощи игрушек и «гаджетов», чем стараться установить с ним доверительные отношения.

Однако эти потребности удовлетворять вредно, потому что ребенок начнет вас воспринимать как очередную «дойную корову», а, значит, увидит вас не как человека, а как денежный мешок. И таким образом, мы никак не поможем ребенку в его адаптации ко взрослой жизни. Не только не научим его нормальным человеческим отношениям, но и в очередной раз поддержим идею, что можно не учиться и не работать, так как все общество и так ему обязано материальными благами только за то, что он сирота. Так мы поддержим иждивенческую позицию, не предполагающую активного вложения в свое профессиональное становление.

Подведем итог: ребенку из детского дома не рекомендуется покупать подарки, а также помогать деньгами. Есть другие желания, которые и нужно *удовлетворять при общении с ребенком*.

1. ДЕТИ НУЖДАЮТСЯ ВО ВНИМАНИИ

Дети нуждаются во внимании со стороны взрослого: в теплоте и заботе. Конечно, у вас не сразу получится поделиться этим с ребенком — для этого необходимо познакомиться, а главное, для этого ребенок должен начать вам доверять.

2. ДЕТИ НУЖДАЮТСЯ В ИНТЕРЕСЕ К СЕБЕ

Человек понимает, кто он, получая обратную связь от других людей. Именно благодаря интересу и «включенности» взрослого человека в жизнь и образ мысли ребенка, у последнего формируется адекватная самооценка. Ребенок чувствует, что он может представлять ценность для кого-то из взрослых и может быть интересен, а его мысли и чувства оказываются важными.

3. ДЕТИ НУЖДАЮТСЯ В ПОХВАЛЕ И ПОДДЕРЖКЕ

Ощущение себя неудачником — это основное чувство, которое сопровождает ребенка. Благодаря вашей похвале он поймет, что в его жизни есть вещи, в которых он успешен, а значит, есть перспектива, и имеет смысл прикладывать усилия для развития своих способностей. Ваша поддержка и вера в то, что ребенок справится, позволит ему не сдаваться в ситуациях, когда новые умения и знания даются слишком тяжелым трудом. Таким образом, внимание, интерес и похвала позволят восстановить самооценку, поверить в себя, а также мотивировать на дальнейшие усилия в учебе и освоение новых занятий.

4. ДЕТИ НУЖДАЮТСЯ В ЗНАЧИМОМ ВЗРОСЛОМ

Дети нуждаются в значимом взрослом, которому они смогут рассказывать о том, что их волнует, и который сможет выразить свое мнение по поводу идей и событий, с которыми дети столкнулись. Отзыв от взрослого человека позволит ребенку «переварить», лучше понять то, что с ним происходит или произошло, а главное сформирует иерархию ценностей для ребенка. Он сможет лучше понимать, что допустимо по отношению к другим людям, а что нет, какое поведение других

людей в отношении к нему можно допускать, а какое нет. Тогда ребенок будет лучше защищен, так как к вещам, которые могут быть опасны, он станет относиться с осторожностью. А юноша со сформированной иерархией ценностей будет чувствовать себя более уверенно.

5. ДЕТДОМОВСКИЕ ДЕТИ НУЖДАЮТСЯ В ТОМ, ЧТОБЫ УЗНАТЬ, КАК НА САМОМ ДЕЛЕ УСТРОЕНА ЖИЗНЬ

Дети-сироты живут в замкнутом пространстве, где большинство проблем за них решают взрослые. Часто у детей есть множество мифов о том, как будет выглядеть их жизнь, когда они покинут детский дом. Например, распространена идея, что можно будет поселиться в одной квартире с друзьями из учреждения, не работать и жить на деньги, которые они получают от сдачи в аренду второй квартиры. Другой миф, что, устроившись на работу, можно будет сразу получить зарплату больше ста тысяч. Таким образом, благодаря вашим историям дети узнают, как именно молодые люди обычно пробиваются в начале своей взрослой жизни.

6. ДЛЯ РЕБЕНКА ВЫ МОЖЕТЕ СТАТЬ ЧЕЛОВЕКОМ, ИМЕЮЩИМ ОПЫТ ВЫСТРАИВАНИЯ ОТНОШЕНИЙ В СЕМЕЙНОЙ ПАРЕ

Конечно, рассказ об отношениях — это далеко не то же самое, что годами наблюдаемое взаимодействие между двумя людьми. И все же ребенок сможет у вас узнать, какие бывают способы общения внутри семейной пары. Например, о том, как люди заботятся друг о друге или разрешают конфликты.

УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ РАЗМЫШЛЕНИЙ



Обычно у нас самих в силу традиции советского воспитания недостаточный опыт похвалы от значимых взрослых, наши родители были также скупы на добрые слова. Именно поэтому нам так сложно хвалить и замечать небольшие позитивные изменения. Постарайтесь в течение двух недель каждый день находить пару моментов за день, за которые себя можно похвалить. Это необходимо для того, чтобы научиться замечать небольшие изменения в лучшую сторону.

Обязательства наставника и организационные моменты

Как все устроено?



Итак, как же организовано общение волонтеров-наставников с детьми и с чего все начинается? В самом начале пути волонтеров ждет обучение. Опыт показывает, что люди приходят с искренним желанием помочь, но мало представляют себе особенности деятельности волонтера-наставника и имеют своеобразное понимание того, кто такие дети-сироты. Поэтому сначала необходимо получить информацию, которая лучше всего усваивается в формате участия в курсе семинаров с практическими упражнениями, обсуждениями и мозговыми штурмами. Прохождение обучения позволяет участникам реалистичнее представить себе задачи волонтеров и особенности детей-сирот. Обучение не является формальностью: если волонтер не смог посетить определенное оговоренное количество занятий, то он не сможет участвовать в проекте. С одной стороны, это связано с тем, что в ходе обучения предоставляется много практической информации, без которой приступать к наставничеству нецелесообразно. С другой стороны, если человек не может так организовать свое время, чтобы посетить цикл семинаров, то возникает вопрос, как он впоследствии справится с задачей регулярных поездок в детский дом к ребенку. Поэтому в некотором смысле посещение занятий еще и проверяет людей на прочность их намерений и ответственность.

Помимо прохождения обучения каждый потенциальный волонтер проходит индивидуальное собеседование с психологом проекта. Кроме задачи знакомства цель собеседования — помочь человеку лучше понять, готов ли он(а) стать волонтером-наставником, а также предоставить дополнительную возможность задать какие-то важные для него(нее) вопросы. Во время индивидуального общения с психологом потенциальный наставник может также высказать свои предпочтения по поводу того, с ребенком какого возраста/пола он был бы готов начать общение, что для него предпочтительнее, а с чем он вряд ли справится. Эта важная информация будет учитываться психологом проекта. Кроме того, организация оставляет за собой право отбора волонтеров, то есть

финальное решение о том, принимается ли потенциальный волонтер в проект, решает организация.

У организации на момент начала проекта по наставничеству уже должны быть выстроены отношения с принимающей стороной (детским домом или интернатом), которые могут быть официально подкреплены соглашением о совместной деятельности (см. пример в [Приложении №4](#)). В проекте обязательно есть руководитель — куратор. Если проект охватывает несколько детских домов, то может быть несколько кураторов, и тогда один из них назначается основным руководителем. Также в проекте есть психолог (один или несколько), участвующий в проведении первичного обучения и собеседований, а также отвечающий за последующие семинары, супервизии и консультации для волонтеров в ходе наставничества.

После успешного прохождения потенциальным наставником обучения и собеседования с ним заключается договор. Пример такого договора см. в [Приложении №1](#). В договоре прописаны взаимные обязательства сторон.

И, наконец-то, наступает самый волнительный для всех момент — время начинать общение с детьми. Еще во время обучения будущие наставники часто спрашивают: «А как подбираются пары наставник-волонтер? А если у нас не сложатся отношения?». Вполне закономерное волнение, ведь в жизни мы привыкли выбирать, с кем нам общаться, а с кем нет, а тут возникает страх получить «кота в мешке». Стратегии подбора пар для общения в разных организациях могут различаться, но в целом выделяются два возможных варианта.

1. Все начинается с поездок группы волонтеров в детский дом, где они общаются с детьми, организуют для них различные мероприятия. За несколько таких выездов успевают сложиться определенные предпочтения, которые учитываются при разделении волонтеров и детей на устойчивые пары для общения. Безусловно, отношения наставников с детьми — правила и условия — проговариваются при переходе к общению по парам не только с наставниками, но и с детьми. Организует этот процесс психолог проекта. Безусловно, дети, которым подбирают наставников, предварительно дают свое согласие на это, то есть они заинтересованы в участии в проекте. Заручиться согласием детей и ознакомить их с правилами проекта бывает важно не только в устной форме, но и подписав с ними определенную форму согласия, в которой также кратко можно указать основные правила проекта. Подписание документа подчеркивает серьезность происходящего, и лишний раз проверяет намерения ребенка. В то же время, это «взрослое» действие дает

возможность ребенку почувствовать себя полноправным участником происходящего, человеком, принимающим решения. Пример такого согласия ребенка см. в **Приложении №2**.

2. У организации могут быть хорошие контакты с учреждением и с работающим там детским психологом. В таком случае в наличии может иметься подробная информация о детях, которая учитывается при подборе пар «наставник — ребенок». У психолога проекта также собирается информация о потенциальных волонтерах, прошедших обучение, и уже высказавших свои предпочтения по поводу пола/возраста и особенностей детей, с которыми они готовы устанавливать контакт. В этом случае возможен вариант, когда психолог рассказывает конкретному волонтеру про конкретного ребенка, предполагая, что они взаимно подойдут друг другу. Если по результатам этого разговора волонтер готов знакомиться с ребенком, то психолог организует первую встречу. Случается и так, что у персонала учреждения есть запрос на поиск наставников для конкретных детей (которым особенно не хватает индивидуального внимания; или которые переживают трудные периоды в жизни). Тогда, также исходя из информации о ребенке и информации о потенциальных наставниках, подбирается тот взрослый, который с наибольшей вероятностью сможет установить контакт с конкретным ребенком.

Само собой, после первого знакомства никто не бросает наставников в «свободное плавание». Им продолжает оказывать поддержку психолог — как по индивидуальному запросу, так и в ходе запланированных мероприятий. Подробнее о них см. ниже в описании обязательств наставника. Уже после знакомства, когда пара «наставник — ребенок/подросток» выражает намерение общаться, скрепить договоренность можно подписанием совместного документа (см. пример в **Приложении №3**).

ОБЯЗАТЕЛЬСТВА НАСТАВНИКА

Прохождение начального обучения

Наставники обязаны пройти первичный тренинг по подготовке к наставничеству, а также индивидуальное собеседование с психологом. Количество занятий в курсе определяется организацией, но, как правило, их количество не меньше 4-х встреч продолжительностью 3-4 часа. Оптимально планировать курс большей продолжительности, потому что в четыре занятия не влезет вся важная информация.

Первоначальное обучение знакомит будущих волонтеров с психологическими и эмоциональными особенностями детей-сирот в учреждениях, дает возможность подготовиться заранее к различным непростым ситуациям, с которыми может столкнуться наставник. Также в ходе обучения формулируются цели и задачи работы наставника, его обязанности и границы его возможностей.

Организация, занимающаяся проектом по наставничеству, оставляет за собой право отбора волонтеров для участия в проекте на этапе начального обучения и собеседования.

Регулярные еженедельные встречи с ребенком

Наставник должен выделять время на регулярные встречи со своим подопечным. Он обязуется проводить с ребенком два часа в неделю или четыре часа раз в две недели и регулярно поддерживать связь между встречами (телефон, интернет). Крайне важным является постоянное личное общение, потому что отношения выстраиваются при непосредственном контакте, и для детей со сложностями в установлении границ и отношений не полезно заменять личное общение исключительно удаленным. Поэтому роль наставника в обязательном порядке предполагает реальные встречи.

Удаленное общение между встречами

Отдельных размышлений заслуживает тема контакта с ребенком по телефону или через социальные сети. Наставнику необходимо иметь в виду, что дети-сироты, с одной стороны, склонны нарушать границы — например, могут позвонить в любое время суток, могут набирать номер много раз подряд, невзирая на сбрасывание звонков взрослым (когда он занят и не может говорить). С другой стороны, они часто не умеют поддерживать разговор по телефону или могут использовать



возможность позвонить для просьб о чем-то (купить, подарить...). Право наставника решать, в каком формате он готов использовать свой личный номер телефона для взаимодействия с ребенком. Одна из рекомендаций: стоит продумать для себя и потом обговорить с подопечным условия созвонов. Например, в определенные дни и время наставник доступен для разговоров, а в другое время он не сможет отвечать на звонки, так как он занят работой/учебой/другими делами. Что касается социальных сетей, то там есть та же история с границами: ребенок может начинать много раз в день что-то писать или комментировать, обижаться на отсутствие быстрых ответов или еще как-то эмоционально реагировать. Но также социальные сети могут использоваться волонтером для достаточно личных вещей: общения с близкими друзьями, там могут вывешиваться личные фотографии. И не всегда взрослый готов добавить в друзья ребенка, потому что в социальных сетях может быть отражена его личная жизнь, которую не обязательно захочется обсуждать с ребенком. Что делать в такой ситуации? Как вариант, можно обговорить, что наставник готов использовать для общения с ребенком одни социальные сети, а другие не готов. Если это проговорено заранее, то минимизируется риск обид в ответ на «недобавление в друзья». Еще одним хорошим решением является создание отдельного аккаунта без лишней личной информации специально для общения с ребенком. Тему каналов для удаленного общения важно продумать заранее, так как современные дети моментально находят своих наставников во всех сетях, и лучше не быть застигнутым врасплох.

Срок наставничества

Минимальный срок обязательств наставника составляет два года. Срок выбран не случайно, потому что при указанной частоте контактов только установление отношений может занять 6 месяцев. И для достижения реальных результатов: формирования навыков общения у ребенка, постановки и достижения целей и пр. — потребуется время. Кроме того, задача наставника оказывать поддержку ребенку и дать опыт доверия к надежному взрослому человеку, а не умножить и так имеющийся негативный опыт внезапно появляющихся и пропадающих из жизни непредсказуемых взрослых.

Принимая решение прекратить общение с ребенком ранее этого срока, наставник должен уведомить об этом не менее чем за 30 дней до предполагаемого ухода из программы. За 30 дней организация постарается подобрать нового наставника для ребенка. В течение оставшегося времени наставник обязуется продолжать регулярное общение

с ребенком, а также организовать процесс прощания и перехода ребенка к другому наставнику с учетом рекомендаций сотрудников проекта (психолог, куратор). Подробнее о процедуре смены наставника и о завершении отношений с ребенком — плановом или преждевременном — см. в главе «**Завершение отношений или варианты поддержания отношений в дальнейшем**».

Обязательное обучение и супервизии в ходе наставничества

Наставники обязуются посещать регулярные семинары и супервизии, которые проводятся не реже одного раза в два месяца. На этих встречах происходит дополнительное обучение наставников по актуальным для них темам, исходя из их запросов. Регулярно предоставляется актуальная и полезная информация по взаимодействию с детьми-сиротами в учреждениях, а также наставники могут получать ответы на накопившиеся вопросы, оттачивать свои коммуникативные навыки и навыки разрешения конфликтных ситуаций, обмениваться опытом — как позитивным, так и негативным. Супервизии подразумевают встречи с подробным разбором ситуаций, которые наставники хотели бы обсудить и понять, как следует поступить в каком-то сложном для них случае. Супервизии могут быть групповыми или индивидуальными.

Формат регулярного обучения и супервизий важен для профилактики эмоционального выгорания волонтеров, своевременного разрешения трудностей (сложности контакта наставника и подопечного; сложности во взаимодействии сотрудников учреждения и волонтера и пр.).

Быть на связи

Волонтер должен быть на связи с психологом проекта и координатором проекта. Если наставник не может справиться с эмоциональными проблемами или поведением своего подопечного, он должен немедленно сообщить об этом координатору проекта. Это не означает, что наставник не успешен или не справился. Скорее это повод получить помощь и поддержку и совместными усилиями найти вариант решения проблемы. Не стоит стыдиться возникающих проблем, сложные ситуации разного масштаба время от времени случаются в каждой паре «наставник — ребенок», и это нормальный ход развития отношений. Также координатору следует сообщать о проблемах во взаимодействии с сотрудниками учреждения (детского дома, интерната) и при других возникающих вопросах и сомнениях. Это является залогом длительного и успешного пребывания в проекте.

Конфиденциальность

Проекты по наставничеству в обязательном порядке соблюдают политику конфиденциальности относительно информации о подопечных программы. Наставники получают специальные инструкции по каждому ребенку, с которым работают (в зависимости от юридического статуса ребенка и т.д.). Наставник не имеет права разглашать информацию, касающуюся ребенка, проживающего в детском доме, никаким третьим лицам.

Подарки?

Не следует баловать подопечного и дарить подарки или деньги. Вклад наставника в жизнь подопечного заключается в другом: в затраченном времени на общение, установлении дружеских отношений, оказании поддержки и т.д. По мнению специалистов, одной из задач наставника является как раз переключение ребенка с материальных ценностей на ценность и значимость общения и человеческих связей между людьми. Стоит помнить, что у травмированных детей с нехваткой опыта эмоциональной близости и без того может быть проблема, связанная с тем, что они пытаются «заткнуть» свои душевные раны получением материальных вещей. Особенно рискованно начать знакомство — первую встречу — с преподнесения чего-то в подарок. Это кажется взрослому облегчением начала общения, а на самом деле сразу сориентирует ребенка на ожидание подарков или постоянное выпрашивание чего-то. Такой старт только помешает выстраиванию отношений. Поэтому наставникам настоятельно не рекомендуется попадать в ловушку товарно-денежных отношений. Иногда желание что-то подарить/принести ребенку может быть результатом страха у взрослого, что общение будет плохо складываться, или волнением от незнания, как все пойдет. Лучше вовремя заметить свои чувства и продумать план встречи с разным развитием событий, чем поддаваться искушению «откупиться».

В некоторых случаях, когда ребенок чего-то очень страстно желает получить, можно превратить это в полезный опыт постановки и достижения конкретной цели. Например, продумать и расписать план накопления средств на желаемую вещь или что-то еще (как правило, взрослые дети получают в учреждениях небольшие карманные деньги). Полезен будет как положительный результат, если ребенок реализует свой план, так и негативный опыт в случае, если ребенок не справится. Ребенку необходимо получать опыт того, что именно от его усилий зависит то, что получится. Допустимым считается только обмен небольшими подарками по праздникам (день рождения, Новый год, Пасха и т.д.).

Соблюдение договора

Волонтер обязуется четко соблюдать все правила, прописанные в договоре, который он подписывает при начале своей наставнической деятельности.

И ЕЩЕ РАЗ — ПРО ГРАНИЦЫ!

Дети-сироты, имеющие за плечами непростой жизненный опыт, страдают в первую очередь от дефицита близких эмоциональных отношений с постоянным надежным взрослым. Некоторые из них очень активно проверяют появляющихся в их жизни людей «на прочность», пытаясь сократить дистанцию в отношениях. Происходить это может зачастую неосознанно: есть потребность в близком человеке, а любые правила и границы в прошлом и настоящем были непостоянны и изменчивы. Тогда и рамки отношений с наставником будут многократно перепроверяться, правила будут нарушаться — в ожидании реакции взрослого. Не всякий человек может оказаться готов к такому натиску, и наставник может не справиться с удержанием оговоренных правил общения. Тогда ребенок может начать занимать все больше времени в жизни наставника, которому будет все труднее отказать в чем-то ребенку или выстроить четкую границу. Может казаться: «Ну что тут такого! Эти дети так многого недополучили, мне же не сложно сделать то-то и то-то... Кто, кроме меня...». А ребенок в результате получает опыт общения с ненадежным и слабым взрослым, на которого нельзя положиться, потому что он поддается влиянию и манипуляциям, его слова можно не принимать всерьез, и ребенок чувствует себя более сильным, контролирующим ситуацию. Такая роль не полезна ребенку, который так и не сможет расслабиться и побыть просто ребенком, не сможет в таких условиях сформировать взаимно доверительные и безопасные отношения. При этом самому наставнику может становиться очень некомфортно: граница отношений все более размыта, его роль как наставника все менее понятна (кем он становится для ребенка?). Волонтерство уже не занимает конкретный, понятный и ограниченный кусочек жизни, а все более расплывается, вторгаясь в свободное/личное/рабочее время, занимая мысли и чувства. Это значит, что наставнику пора обратиться к куратору или психологу проекта для прохождения индивидуальной или групповой супервизии своего случая.

В чем конкретно помогать ребенку?



Основная задача наставника — помощь в адаптации ребенка/подростка ко взрослой жизни. Что стоит за этими словами? Напомним еще раз, что воспитанник детского дома выпускается практически беззащитным: у него недостаточно навыков по самообслуживанию, потому что в учреждении большая часть вопросов (питание, стирка и т.д.) решаются системой, ребенок не знает, как ходить в магазин и экономно тратить деньги (так, чтобы хватало на жизнь), ему тяжело самостоятельно планировать свой день, соблюдать режим дня, он не умеет решать бытовые вопросы (например, оплата электричества, вызов сантехника и т.д.). Часто выпускники не справляются с учебой в колледжах и вузах. С одной стороны, это происходит из-за того, что им трудно самостоятельно организовать свою жизнь, вовремя все успевать, соответствовать требованиям. С другой стороны, причиной этого является то, что в большинстве случаев школьная программа усвоена очень слабо. А значит, дальнейшая учеба дается очень тяжело.

Однако, прежде чем помогать ребенку, нужно вспомнить *его ожидания*. Потому что помочь можно только в том случае, если человек этого сам захочет. Именно поэтому, приезжая к ребенку, в первую очередь, вам необходимо стараться удовлетворить потребности ребенка. Это позволит вам стать для него значимым взрослым. *Значимый взрослый* — это старший друг, с которым хочется поделиться своими переживаниями или рассказать какую-либо ситуацию, смысл которой остался не понятен. К мнению значимого взрослого ребенок готов прислушиваться. В свою очередь старший друг поддерживает ребенка, когда ему трудно, помогает решать волнующие вопросы. Только находясь в позиции значимого взрослого можно помогать ребенку, учить его, мотивировать на учебу и приобретение профессии.

Для того, чтобы стать значимым взрослым, необходимо установить доверительный контакт с ребенком. Для этого необходимо интересоваться его жизнью, выслушивать жалобы, рассказывать о себе. Только после этого вы сможете обучать и сопровождать ребенка на пути социальной адаптации.

В ЧЕМ ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ?

Ответ на этот вопрос можно условно разделить на два блока:

- 1) влияние на эмоциональную и коммуникативные сферы, которые косвенно относятся к адаптации, но при этом без них она не возможна;
- 2) обучение непосредственным знаниям, умениям и навыкам.

1.1. Обучение коммуникативным навыкам

Культура общения в детской среде часто далека от нормативных способов взаимодействия в обществе. Ваш способ общения — правильное употребление слов, выражение эмоций без использования ругательств, умение правильно высказать свое недовольство какой-либо ситуацией без оскорблений и многое другое, станет для ребенка новым примером взаимодействия. Кроме того, своим примером вы сможете обучить ребенка одному из важнейших навыков — умению договариваться и правильно решать конфликтные ситуации (см. главу «**Коммуникативные навыки наставника**»). Вероятнее всего вам не удастся избежать конфликтных ситуаций при взаимодействии с ребенком, но правильный выход из них, может стать ценным уроком. Поэтому ваша задача, независимо от провокаций подопечного, некорректных действий с его стороны, реагировать твердо и не проявлять своего раздражения в виде крика или отказа от общения. Рекомендуется использовать «Я-высказывания» для того, чтобы передать свои чувства по поводу случившегося конфликта. Благодаря общению с вами, ребенок сможет научиться в общении учитывать позицию другого, обращать внимание на его чувства.

1.2. Опыт близких отношений со взрослым

Воспитанники детского дома практически не имеют опыта благополучных отношений со взрослым. Взрослые часто причиняли им боль, бросали и обманывали их, именно поэтому дети с подозрением к ним относятся, опасаются устанавливать близкие отношения (чтобы потом не разочароваться). При регулярном и теплом общении с вами ребенок сможет немного восполнить дефицит, связанный с нарушением привязанности, получит опыт доброго взаимодействия со взрослым. Такой опыт хорошо влияет на эмоциональное состояние ребенка: он становится уверенней, появляется ощущение, что он кому-то нужен. Благодаря этому ребенок начинает бережнее относиться к своей жизни. Он позволит быть себе более чувствительным: переживать эмоции, вникать в интересы и чувства других людей.

1.3. Повышение самооценки, признание самоценности

Ваше внимание и интерес к ребенку, заинтересованность в том, что интересно ему, позволит почувствовать нужность и ценность его присутствия в этом мире. Ваша чуткость к успехам ребенка и его талантам позволит ребенку понять, что у него есть какие-то способности, начать уважать самого себя. Эти показатели, достаточно хорошая самооценка и самоценность, оказываются надежными факторами защиты человека при столкновении с трудными обстоятельствами. Например, ребенок сможет, испытывая уважение к самому себе, быть избирательным к компаниям или к тому, что предлагают ему друзья. Таким образом, у него будет возможность уберечься от зависимостей от психоактивных веществ. Кроме того, вера в себя позволяет двигаться к намеченной цели, даже при столкновении со сложностями.

2.1 Представление о реальном мире

Мы уже упоминали нереалистичные представления воспитанников из детских домов об устройстве жизни. Ваши рассказы о работе, учебе, отношениях с друзьями позволят ребенку сформировать представление об окружающем мире. У воспитанника появится образ мира, приближенный к действительности. Он будет иметь представление, что необходимо делать, чтобы поступить в институт, какие бывают отношения на работе, сколько нужно тратить денег на оплату квартиры, какие на самом деле бывают зарплаты и как можно заработать на машину.

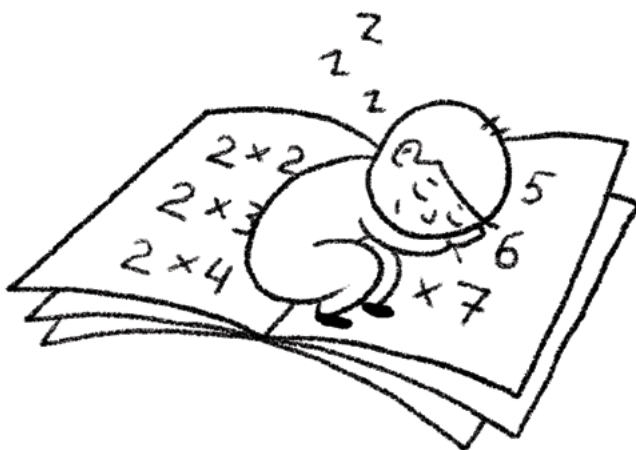
2.2. Помощь в освоении навыков, повышающих уровень адаптации

Здесь речь идет о реальных знаниях и навыках, полезных в жизни. Например, умение готовить еду, ориентироваться в метро, умение правильно сделать макияж или подобрать одежду. Вы сможете рассказать и показать ребенку, как производится квартплата, где происходит оформление документов, сколько стоят деньги и многое другое. Причем вопрос взаимодействия выпускника детского дома с деньгами — это очень важная тема. Находясь на полном обеспечении, дети не знают, какие сейчас существуют зарплаты, сколько необходимо денег на оплату квартиры, покупку продуктов, им трудно рассчитать, какая часть заработка может быть пущена на «развлечения». Посещая детский дом, вы сможете показывать ребенку и решать с ним реальные рутинные проблемы. Таким образом, при выходе из детского дома выпускник будет лучше ориентироваться в мире, будет лучше понимать, как именно можно себя обеспечивать.

Более того, в дальнейшем, уже выпустившись из учреждения, ваш подопечный сможет обращаться к вам за помощью при столкновении как с эмоциональными, так и с бытовыми трудностями.

2.3. Помощь в обучении

Вопрос учебы для детей из сиротских учреждений стоит очень остро. Обучение в школе часто становится для них настоящей мукой. Во-первых, даже при возможности нормального развития интеллекта, часто дети-сироты имеют задержку психического развития, связанную как с обедненной средой, в которой они находятся, так и со стрессом, сопровождающим их большую часть жизни. Кроме того, часто появление на свет этих детей сопровождалось неблагополучными беременностью и родами, что сказывается на развитии нервной системы. В дальнейшем, у воспитателей детского дома не хватает времени или терпения, чтобы помочь ребенку в освоении программы начальной школы. Выполнение уроков навсегда связывается в памяти ребенка с бесконечными ссорами со взрослыми, которые о них заботятся. В результате ребенок пропускает часть программы и в дальнейшем ему очень сложно разобраться в новом материале, таким образом, он становится неуспевающим учеником, а затем привыкает к этой роли плохого ученика. Ссоры с воспитателями приводят к тому, что ребенок начинает плохо относиться к учебе и к школе, предпочитает избегать этот тяжелый труд, сопровождающийся непрерывными конфликтами. Встречаясь с достаточно взрослыми детьми, вы столкнетесь с тем, что ребенку надо сдавать экзамены, но, будучи в 7 классе, он может не знать таблицу умножения или деление столбиком.



Таким образом, у волонтера очень непростая задача: возродить мотивацию из пепла. Для этого необходимо развивать две параллельные линии: во-первых, показывать ребенку на примере личных историй важность образования, во-вторых, создавать для ребенка ситуации успеха в учебных вопросах. Ребенку необходимо оказаться в ситуации успеха и, таким образом, почувствовать, что все-таки на что-то в учебе он способен. Дети из детского дома, потерпев неудачу, быстро себе внушают, что данный вид деятельности (например, учеба) совершенно им не нужен и в жизни эти знания бесполезны. Лучшим способом сообщить ребенку воспитательную мысль является личная история. Вспомните свою жизненную ситуацию или ситуацию, сложившуюся у ваших знакомых, для того, чтобы показать ценность образования. Вторым важным моментом является создать прецедент успеха. Для этого постарайтесь вначале замечать небольшие успехи ребенка. Например, красивый почерк или решенные три примера по математике вместо обычных двух (даже если формально это все равно оценка «2»). Затем вы можете предложить ему поставить небольшую задачу, например, научиться делить столбиком. Для этого вы обсуждаете с ребенком, какие этапы необходимо пройти, чтобы этому научиться: знать цифры, знать таблицу умножения, уметь делать правильную запись. Причем, прописывая этапы, вы должны учесть и те шаги, которые уже пройдены, так как ребенок уже умеет это делать (например, знает цифры). Это позволит подчеркнуть, что часть пути к достижению цели уже оставлена позади, ребенок уже знает некоторую необходимую информацию — он не «нулевой». И тогда вы сможете двигаться по учебному материалу поэтапно, показывая, что ребенок уже продвигается к поставленной цели, подчеркивая ценность каждого нового знания, приобретенного ребенком и акцентируя его успехи.

Опишем подробнее технологию. Эта методика относится к техникам целеполагания и планирования. Ее важными отличительными особенностями являются подчеркивание имеющихся ресурсов и сильных черт человека и ценность небольших шагов на пути достижения конечной цели.

В основе лежит шкалирование. Вам необходимо завести тетрадь, в которой вы сможете фиксировать успехи ребенка. Ребенок может приложить усилия для ее творческого оформления.

1. Нарисуйте в тетради шкалу от 1 до 10. Десять баллов — это конечная цель, которую необходимо достигнуть в учебе. Конечно, есть желание сразу поставить очень большую и далекую цель, например поступление в вуз. Однако эта цель нам не подходит. Цель должна быть достижима за ограниченное количество времени.

Постарайтесь с ребенком подобрать небольшую цель, которую можно достигнуть за 3 месяца. Например, научиться решать текстовые задачи по математике. Итак, 10 баллов по шкале — это сформированное умение решать текстовые задачи по математике. Для ребенка подойдет формулировка: «умею легко решать текстовые задачи». Тогда 1 балл по шкале — это нечто противоположное — «совсем не понимаю как, никогда не видел».

2. После определения цели вы предлагаете ребенку определить, сколько баллов он готов себе поставить на настоящий момент. Например, 3 балла. Отметьте на шкале точку, обозначающую эти баллы.
3. Далее вы спрашиваете ребенка, почему столько, что он уже умеет делать на 3 балла. Здесь очень важно, чтобы ребенок перечислил свои умения. Именно тогда он почувствует, что какие-то знания у него уже есть, а значит, есть на что опираться. Здесь могут быть самые простые умения: читать, выделять главных действующих лиц, умение складывать или пользоваться таблицей умножения. Обязательно выпишите все названные умения.
4. Предложите ребенку подумать, что необходимо уметь, чтобы перепрыгнуть по этой шкале 1 балл или даже 0,5 баллов. Именно эти пункты будут обозначать, маленький этап, шагоч, который определяет дальнейшие действия ребенка. Зафиксируйте эти пункты.
5. Спросите ребенка, как именно он планирует достигать эту новую цифру на шкале, что он для этого готов предпринять. Также запишите слова ребенка в этой тетради.
6. В следующий раз обсудите с ребенком, что ему удалось сделать, смог ли он достигнуть нужной цифры. Активно радуйтесь за него, поддерживайте его.
7. Спросите, с какими трудностями столкнулся ребенок при достижении цели и что ему помогло справиться. Это очень важная информация, которая показывает ребенку, что он способен прикладывать усилия для достижения цели даже в очень непростых ситуациях.
8. Постарайтесь заполнять тетрадь и отмечать на шкале все продвижения ребенка. Подбадривайте его, скажите ему, что он отлично движется на меченным путем. Чтобы реалистично с ребенком ставить цели, можно обратиться к учителю ребенка, чтобы понять истинное положение дел.

2.4. Профорентация

Наставники — это взрослые люди, часть из которых учится в ВУЗах, а часть уже работает. Таким образом, общаясь с детьми, вы сможете существенно расширить их знания о мире профессий.

Некоторым волонтерам удавалось сводить воспитанников к себе на работу в гости. Этот опыт позволял детям лучше сориентироваться в своих интересах. Часто волонтер сам видит способности или склонности воспитанника, и его «обратная связь» помогает ребенку точнее понять профессиональные возможности и интересы. А главное, волонтер — это тот человек, который может показать ребенку из детского дома, что он тоже вправе строить свою жизнь, как ему нравится и кажется правильным, а не обязан следовать традициям детского дома. В большинстве случаев учреждение имеет договоренности с каким-либо территориально приближенным колледжем, в который поступают все дети из данного детского дома независимо от их интересов. Таким образом, у ребенка как будто нет выбора — все идут туда, однако на самом деле есть возможность выбрать именно ту профессию, которая интересна. Здесь ребенку нужна помощь не только в подготовке к экзаменам, но и поддержка для того, чтобы решиться действовать по-другому. Волонтер также может помочь ребенку узнать необходимую информацию, подготовить документы для поступления. И... убедить сотрудников детского дома, что это возможно.



УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ РАЗМЫШЛЕНИЙ

Вспомните свои истории и истории своих друзей, касающиеся учебы в школе, подготовки к экзаменам и получения образования. Наберите в свою библиотеку 5-6 таких историй, они вам пригодятся при общении с детьми.

Взаимодействие с учреждением

«Со своим уставом в чужой монастырь» или как правильно взаимодействовать с детским домом?



Для начала давайте ознакомимся с ситуацией в целом. Ребенок проживает в детском доме постоянно, и систематически его развитием и воспитанием занимаются одни и те же люди (сменные воспитатели), от которых он полностью зависим. Ребенку необходимо оставаться в приемлемых отношениях со взрослыми — сотрудниками учреждения, так как возможности перевестись в другой детский дом или сменить воспитателя у ребенка нет. Поэтому задача волонтера не нарушить взаимодействия и не испортить отношения между воспитателями и детьми. Кроме того, возможность посещения детского дома волонтерами и их общение с детьми полностью зависит от того, как выстроены отношения с сотрудниками учреждения. Именно поэтому необходимо максимально аккуратно взаимодействовать с коллективом детского дома, стараться расположить их к себе, поддерживать доброе общение. В противном случае, администрация детского дома может либо не пустить волонтеров в учреждение, либо затруднить взаимодействие с детьми.

Важный организационный момент: при взаимодействии с детским домом вы можете столкнуться с ситуацией, когда детей отправляют на другие мероприятия или говорят о том, что дети сильно загружены и не стоит их сейчас трогать. Имеет смысл стараться уточнять планы детей в день приезда для того, чтобы не столкнуться с такой ситуацией. Такие совпадения станут происходить реже по мере улучшения ваших отношений с сотрудниками детского дома.

КТО ОНИ, СОТРУДНИКИ ДЕТСКОГО УЧРЕЖДЕНИЯ?

Это люди, которые большое количество времени проводят с детьми, сталкиваются с их непростым поведением и острыми реакциями, обязаны требовать исполнения правил: выполнения уроков, соблюдения режима дня и т.д. Они отвечают за жизнь и здоровье детей, поэтому склонны к высокому контролю. На данный момент еще не все

воспитатели обладают достаточными знаниями об эмоциональных особенностях и особенностях развития детей-сирот, поэтому их действия не всегда соответствуют ситуации. Однако эти люди чаще всего желают своим подопечным добра и искренне хотят, чтобы они выросли успешными людьми.

Именно забота о будущем детей – это то,
что вас объединяет с воспитателями

Об этом стоит помнить, и этот аргумент может быть ключевым в ситуациях, когда вам придется о чем-то договариваться с представителями детского дома. Кроме того, работа воспитателя недостаточно хорошо оплачивается при том, что требует уравновешенности и хорошего владения своими эмоциями, несмотря ни на какие ситуации и жизненные обстоятельства. Поэтому воспитатели заслуживают *сочувствия* как люди, зарабатывающие себе на жизнь тяжелым трудом. Эти факты помогут вам толерантно реагировать на некорректные выпады воспитателей в ваш адрес.

КАКИМ ОБРАЗОМ МОЖНО ПОДДЕРЖИВАТЬ ДОБРЫЕ ОТНОШЕНИЯ С ВОСПИТАТЕЛЯМИ?

При контакте с воспитателем старайтесь подчеркнуть, что вы с ним *«работаете» на одну цель* — благополучие детей. Это позволит сотруднику детского дома почувствовать в вас соратника, а не чужака, пришедшего на его территорию. Еще одним приемом, позволяющим сохранить хорошие отношения, может быть *признание заслуг* сотрудников. Не забывайте выражать благодарность воспитателям в случае, если они вам помогли, старайтесь подчеркнуть их значимость в жизни ребенка. Воспитателям важно услышать, что вы уважаете их труд. Отнеситесь с пониманием к их попыткам проверить ваше взаимодействие с ребенком. Предоставьте, по возможности, *информацию*, которая им позволит чувствовать, что они контролируют происходящее.

В разговорах с детьми стоит *корректно отзываться о действиях воспитателя*, необходимо сохранить уважительное отношение детей к воспитателям, поскольку ребятам предстоит *«жить»* с этими сотрудниками детского дома дальше. В случае, если ребенок вам жалуется на действия воспитателей, выразите ему свое сочувствие, проговорите

те чувства, с которыми он столкнулся: «это было неприятно, обидно», постарайтесь объяснить реакцию воспитателя: «наверное, она очень устала или ее что-то расстроило». Старайтесь не отзываться негативно о сотрудниках детского дома.

При посещении детского дома вы можете столкнуться с тем, что *действия* какого-либо воспитателя вам *покажутся жесткими* и вызовут возмущение. Однако не стоит самостоятельно вступать в «борьбу с несправедливостью», «разбираться» с воспитателем или идти жаловаться директору. Прежде всего, необходимо остановить свой благородный порыв. Помните, если вы поссоритесь с детским домом, то, прежде всего, пострадают дети. Во-первых, есть вероятность, что вы не сможете в дальнейшем продолжить посещение ребенка, и это нанесет ущерб его эмоциональному состоянию, во-вторых, ваша ссора с воспитателем может сказаться на отношениях ребенка с ним. Возникшие опасения об особенностях поведения воспитателя имеет смысл рассказать представителям организации, от имени которой вы посещаете детский дом. Они вмешаются в ситуацию, если сочтут ее действительно опасной для детей.

Кроме уважения к воспитателям, необходимо *уважать* и само учреждение, а точнее правила детского дома. Даже если требования администрации детского дома вам кажутся недостаточно разумными (например, зачем бахилы, если на улице сухо), необходимо им следовать и не вступать в спор с руководством. При установлении хороших отношений воспитатели легче будут идти вам на встречу, помогать в реализации идей. Например, администрация детского дома будет легче отпускать с вами ребенка на прогулку или в театр (см. главу «*Гостевой режим*»). Однако для этого необходимо стать «сообщником» детского дома, и для этого понадобится время. Напомним еще раз, что такие требования связаны с необходимостью выстраивать хорошие отношения с учреждением для того, чтобы была возможность помогать детям.

УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ РАЗМЫШЛЕНИЙ



Постарайтесь представить, каким вы видите типичного воспитателя из детского дома: какая у него внешность, какое поведение. Подумайте, какое поведение взрослых по отношению к ребенку вы не примете сильнее всего? Постарайтесь ответить на вопрос, какие у воспитателя цели по отношению к своей работе и по отношению к воспитанникам. Удастся ли ей/ему эти цели достигать? В чем воспитателю можно посочувствовать? Создайте мысленно образ воспитателя и постарайтесь увидеть в нем не только функцию надсмотрщика, но и человека.

Коммуникативные навыки наставника

Можно ли разговаривать правильно?



Начать эту главу хотелось бы с главной рекомендации: не ставьте себе суперзадачи с ходу установить близкий и теплый контакт с ребенком. Во-первых, для знакомства любым людям необходимо время. Каждому нужно приглядеться к другому, почувствовать его особенности, в конце концов, понять, безопасен ли этот человек. Во-вторых, дети, с которыми предстоит общаться в детском доме, как уже описывалось выше, имеют некоторые особенности, связанные с их жизненной ситуацией. Именно поэтому установление контакта с ними может быть более длительным, а для установления теплых отношений придется преодолеть целый ряд сложностей. В-третьих, постановка задачи «быстро подружиться» скорее всего приведет к обратному, вы будете вести себя неестественно, чем скорее отпугнете ребенка. Поэтому приготовьтесь к тому, что установление отношений — это путь, который займет длительное время, возможно, не один месяц.

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

Основной закон общения — *оставаться самим собой*. Вы не должны быть кем-то, кем не являетесь. Ребенку интересны вы такой, какой есть. Кроме того, дети из детских домов особенно чувствительны к обману, более того, любой обман катастрофически портит отношения.

Второй важнейший принцип взаимодействия с ребенком из детского дома — *абсолютная прозрачность*. Это означает, что вы должны быть максимально честными. В первую очередь, честными в своих ожиданиях и намерениях от встреч с ребятами. Здесь нельзя бояться ранить, потому что любые нечеткие, «туманные» послания будут ранить гораздо больше своей неопределенностью и пустыми надеждами. Вам необходимо четко обозначать свои намерения и свои возможности, таким образом расставляя границы ваших отношений. Например, при вопросе ребенка, не сможете ли вы забрать его к себе на выходные. В случае,

если вы не готовы, лучше честно дать именно такой ответ: «Мне очень важна наша дружба и наше общение, но я не могу тебя принять у себя в гостях на выходные». Любые отговорки приведут к тому, что ребенок будет ждать изменения ваших отношений в сторону, как правило, усыновления и будет очень разочарован, когда устанет этого ждать. Это может привести к полному разрыву отношений.

Этот же закон действует и для *«провокационных» вопросов*. Например, курите ли вы, пьете, употребляли ли наркотики? В случае если вы курите, вам важно продумать, как рассказать ребенку правду, при этом не сделав этот опыт позитивным. Например, вы можете сказать: «На данный момент я курю, но сильно жалею, что начал. Сил, чтобы бросить нет, но я чувствую, что в данный момент это отравляет организм».

Аналогичным образом вы можете прямо говорить ребенку о тех *ситуациях, которые вас расстраивают или не устраивают*. Это поможет лучше определить границы взаимодействия. Четкие границы защищают ваши отношения с ребенком, оберегают обоих участников общения от травматизации. Кроме того, «правильное» общение с вами помогает ребенку социализироваться. Это значит, помогают понять, какие действия допустимы или не допустимы в отношении другого человека, как цивилизованным способом можно не допустить нежелательного поведения по отношению к себе. Коммуникативная техника «Я-высказывания», которая позволит достаточно мягко сказать ребенку о своем недовольстве, описана в главе «**Конфликты**».


Самой главной задачей наставника является задача поддержки ребенка, именно поэтому в первую очередь волонтер должен *научиться выслушивать жалобы и чувства ребенка*. Если ребенок рассказывает вам о своих неприятностях, необходимо ему посочувствовать, поддержать его переживания. Не нужно пытаться развеселить ребенка или сменить тему, самое важное, что вы сможете сделать для ребенка — это *быть рядом и выдерживать его чувства, когда ему плохо*. Например, сказать ему, что вы видите, как ему тяжело и как он расстроен. Посидеть рядом, обнять, если ребенок разрешает.


Для того, чтобы вы понимали свою роль в таком диалоге, используем метафору: волонтер выступает в качестве водосточной трубы, его задача дать слиться всем эмоциям, накопившимся у ребенка. В этом вам поможет техника «Активное слушание». У вас нет задачи тут же найти способ устранить проблему ребенка, главное — его выслушать. Спустя какое-то время вы можете предложить ребенку поискать способы, чтобы ему было проще справляться с ситуациями, когда что-то не получается или кто-то обидел.

Лучший способ научить ребенка чему-то — это *рассказать личную историю*, эпизод из своей жизни или эпизод из жизни ваших знакомых. Такой способ, с одной стороны, поможет улучшить контакт, так как ребенок узнает про вас чуть больше, а с другой стороны, поможет выразить ваше отношение к каким либо жизненным ситуациям, в том числе по отношению к опасным явлениям (например, наркотикам).

Совершенно исключено и *запрещено чтение моралей*, попытки рассказать «как жить правильно». У детей достаточно взрослых, каждый из которых считает своим долгом рассказать, как правильно жить, но при этом не интересуется личностными переживаниями самого ребенка. Поскольку ваша задача стать для ребенка старшим другом, то необходимо избегать нравоучений. Друзья же не читают нравоучения, они *поддерживают и рассказывают о своем опыте*. В противном случае вы становитесь ребенку неинтересным.

Другой способ чему-то «научить» подопечного — это *выразить свое отношение к данному вопросу*, при этом необходимо также использовать технику «Я-высказывания», чтобы не диктовать нормы и правила, а рассказывать свое мнение.

Пример:  «Как ты можешь прогуливать урок, тебе было бы так полезно его посещать...».

 «Мне бы было жалко прогуливать такой урок...».

Дети из детских домов особенно нуждаются в *поддержке*. На протяжении нашей жизни чаще всего находились взрослые (например, родители), которые поддерживали нас во время трудных этапов жизни, показывали нам, что мы успешно справляемся со всеми сложностями. Для детей из детских домов чаще всего такая поддержка является дефицитом. Поэтому ваша задача *хвалить ребенка и подчеркивать его успехи*. Для этого необходимо научиться замечать даже небольшие положительные изменения в жизни и деятельности ребенка. *Например*, если ребенок показывает вам свою новую картинку или тетрадь по русскому языку, то ваша задача увидеть положительные изменения в сделанной работе. Можно отметить, что у ребенка стал красивее почерк или лучше получаются глаза у персонажей. Таким образом, вы не только поддержите самооценку ребенка, но и замотивируете его на дальнейшее усердие.

Важным и целебным аспектом вашего с ребенком общения является *искренний интерес*. Детям из детских домов не хватает чувства ценности своей личности, которое появляется, в том числе, благодаря

искреннему интересу взрослых людей к ребенку. Ваша задача *интересоваться жизнью и увлечениями ребенка*. Для этого необходимо запоминать детали его рассказа, чтобы при следующей встрече спросить у него, как развивается та или иная ситуация. Помощью в поддержании разговора вам станет техника «Активное слушание».

Также коснемся *особенности коммуникации детей из детского дома*. Дети могут без стеснения использовать жаргон и матерные выражения. В начале вашего общения с ребенком не стоит бороться за «чистоту речи». В данном случае такие замечания будут восприниматься как морализация и не будут способствовать укреплению контакта.

ПЕРВАЯ ВСТРЕЧА

Самое тревожное — это первая встреча с ребенком. Поэтому, обобщая все вышесказанное, обратимся к тому, как необходимо знакомиться с ребенком на первой встрече. Здесь вам поможет анализ того, как вы в обычной жизни знакомитесь с людьми: вспомните, что вы обычно хотите знать про нового человека, что вам требуется для того, чтобы его лучше понять. В качестве поддерживающей рекомендации можно еще раз упомянуть основное правило — не спешите, знакомство занимает время. А также самое ценное в общении — это оставаться самим собой. На первой встрече постарайтесь рассказать ребенку о себе: чем вы занимаетесь, какие у вас интересы, что любите. Например, расскажите, какую музыку предпочитаете, где вы живете. Поинтересуйтесь, что любит ребенок. Проявите интерес к его рассказу. Ваша задача — *«приглядеться» друг к другу*.

УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ РАЗМЫШЛЕНИЙ



Понаблюдайте, что для вас важно узнать про человека, когда вы знакомитесь с ним. На что в первую очередь обращаете внимание, какую информацию узнаете? Это поможет вам понять, как лучше знакомиться с ребятами из детского дома.

Конфликты

Как не разрушиться в конфликте?



При взаимодействии как с детьми, так и с сотрудниками детского дома, возможны и даже естественны конфликтные ситуации. Конфликт в этом случае не стоит рассматривать как катастрофу: спор и успешное его разрешение — это всегда *«точка роста»*, позволяющая перейти на новый уровень взаимодействия. Общение может стать более искренним и глубоким. А это необходимая составляющая для помощи и поддержки ребенка в его адаптации.

КОНФЛИКТЫ С СОТРУДНИКАМИ ДЕТСКОГО ДОМА

Здесь необходимо помнить, что волонтер — гость в этом учреждении. А это означает, что он в некотором смысле зависит от расположения «хозяев», поэтому ссора может привести к необходимости прекратить посещение детей. С другой стороны, нужно не забывать, что сотрудники детского дома — это также люди, которые обладают своими слабостями, но при этом желают своим «подопечным» добра. Сотрудники детского дома проводят большую часть своего времени с детьми, они отвечают за них, и им необходимо поддерживать с детьми определенные правила и способы взаимодействия. Поэтому посещение волонтера безусловно ставит под угрозу установленные порядки, и это в определенные моменты времени может волновать сотрудника учреждения.

КОНФЛИКТЫ С ДЕТЬМИ

Конфликт с ребенком возможен по разным причинам. Во-первых, у ребенка есть свои ожидания от вас, начиная от меркантильных интересов и заканчивая искренней потребностью в вашем участии в его жизни, причем чем большее участие, тем лучше (вплоть до усыновления). Во-вторых, волонтер — тоже человек, поэтому могут случаться ситуации, когда он пропускает встречи с детьми (например, по болезни), и ребенок, не дождавшись, обижается. В-третьих, ребенок может «нарываться» на конфликт, действовать провокационно (см. главу *«Провокационное поведение»*).

В этом случае очень важно не поддаваться на провокации, и техники, которые применяют для разрешения конфликтов, могут оказать в этом помощь.

КАК ПРАВИЛЬНО РАЗРЕШАТЬ КОНФЛИКТЫ

Конфликт всегда возникает в том случае, когда стороны неправильно понимают друг друга или ожидания одного не совпадают с возможностями другого. Поэтому в данном случае основная задача — это *понять позицию каждого конфликтующего*. Основной причиной сложности понимания являются сильные эмоции, которые не позволяют «услышать» другого.

Таким образом, для разрешения конфликта необходимо:

- 1) *снизить «накал страстей»*, то есть дать человеку возможность выразить эмоции; необходимо признать его право на злость, досаду, обиду, гнев и показать, что вы считаете справедливыми его чувства и готовы с ними встретиться;
- 2) *«восстановить» достоверную информацию*, то есть разобраться в том, как видит ситуацию другой, какие у него были ожидания и каково его виденье позиции оппонента.

Последовательность шагов при прояснении конфликтной ситуации следующая:

- 1) уменьшить эмоциональность ситуации, снять «эмоциональный кокон», признать право другого на его чувства;
- 2) добыть информацию (как человек понимает ситуацию):
 - а) прояснить его видение ситуации,
 - б) прояснить, что он думает о вашей позиции или позиции другой конфликтующей стороны,
 - в) что он хочет сам, каким способом могла бы для него разрешиться напряженная ситуация;



- 3) прояснить свою позицию (или позицию второй конфликтующей стороны):
 - а) рассказать свое виденье ситуации,
 - б) рассказать свое виденье действий другого,
 - в) рассказать о своих потребностях;
- 4) прояснить способы решения ситуации, обсудить, какое решение могло быть удачным для каждого.


ПРИЕМЫ, ПОЗВОЛЯЮЩИЕ РАЗРЕШИТЬ КОНФЛИКТ

К основным техникам, помогающим разрешить конфликтную ситуацию, относятся: «Я-высказывание», «Активное слушание», «Сила „Да“».

Я-высказывание

При возникновении ситуаций, которые вас огорчают, важно их прояснять с ребенком. Это позволит лучше расставить границы в ваших отношениях, а также научит ребенка правильно взаимодействовать с другими людьми. Для этого необходимо использовать только «Я-высказывания».

«Я-высказывание» — способ говорения, при котором рассказчик, обращаясь к слушателям, высказывается от первого лица (разговор от себя и о себе). Таким образом, говорящий избегает обвинений в адрес другого, он просто сообщает о том, что именно с ним произошло.

Пример:  «Ты меня бросил».


 «Я почувствовал себя брошенным (одиноким), когда ты не пришел».

Схема «Я-высказывания» такова:

- точное название своего чувства в этой ситуации (начинать обязательно с «я»);
- описание ситуации, вызвавшей напряжение, название причин возникновения напряжения (без их интерпретации, исключительно на языке фактов). Таким образом, высказывание может выглядеть так: «Я чувствую..., когда ты делаешь...».
- предложение возможной альтернативы.

Пример: «Я расстраиваюсь, и мне неприятно, когда ты ругаешь меня в присутствии других людей. Может быть, ты сможешь в присутствии других людей просто говорить мне, что недоволен, а ругать меня будешь наедине?».

Активное слушание

Активное слушание позволяет решить важнейшую из проблем — проблему доверия, ибо доверие возникает тогда, когда собеседник чувствует искренний интерес к нему как к человеку. Таким образом, технику активного слушания простым языком можно назвать «*проявление интереса к собеседнику*».

Однако для этого есть также ряд приемов, которые позволяют «правильно» проявлять этот интерес:

- 1) задавание вопросов (в зависимости от цели, вопросы могут быть открытые и закрытые);
- 2) техника «Перефразирование»;
- 3) техника «Резюмирование»;
- 4) техника «Отражение»;
- 5) вербализация чувств партнера.

1. Задавание вопросов

Предполагает, что вы прислушиваетесь к рассказу собеседника. Вы можете уточнять детали, спрашивать про то, что чувствовал собеседник при столкновении с этой ситуацией, как именно он понял произошедшее.

2. Техника «Перефразирование»

Это воспроизведение смысла высказываний партнера своими словами.

Пример:

- Если я вас правильно понял, вы говорите, что...
- Так вы сказали, что...
- Правильно ли я вас понимаю...

Главная цель перефразирования — *уточнение информации*. Для этого выбираются наиболее существенные моменты сообщения.

Эта техника обычно применяется тогда, когда речь собеседника нам кажется понятной. Часто «понятность» оказывается иллюзией,

и истинного понимания не происходит. Перефразирование снимает эту проблему. Если человек говорит: «Вы поняли правильно, НО...», значит, что это самое «НО» вы недопоняли или исказили его информацию; тогда вы задаете уточняющий вопрос: «А как именно это произошло?».

3. Техника «Резюмирование»

В ходе разговора с человеком вы можете столкнуться со спутанной, эмоциональной речью, частым перескакиванием с одного момента на другой и т.д. Тогда вам придется вместе с человеком выяснять, что же для него является самым главным, что его больше всего задело. При этом он и сам на момент начала разговора может этого не понимать, а просто хотеть высказаться.

Резюмирование — это краткая формулировка самой важной мысли партнера.

Пример: — Как я понял, больше всего вас беспокоит...
— Итак, вы бы хотели бы...
— Вы расстроились/обижены в первую очередь из-за...

Резюмированием вы делите рассказ человека на блоки, структурируете их, подводя итоги.

4. Отражение

Это повтор последних слов собеседника. Это могут быть наиболее эмоционально насыщенные слова. Так человек почувствует себя услышанным, это позволит ему еще раскрыть свою позицию.

Пример: Если в конце сообщения собеседник говорит: «Я подумал, что ты не приедешь», то именно эти слова можно повторить: «Ты решил, что я не приеду?».

5. Вербализация чувств партнера

Это название словами тех эмоций, которые испытывает собеседник. Использование этой техники особенно важно на первом шаге разрешения конфликтной ситуации, так как эта техника помогает регулировать эмоциональное напряжение собеседника, снизить интенсивность

негативных эмоций. Если собеседник проявляет сильное возбуждение, агрессию и гнев, важно не просто назвать его состояние, а увидеть за этим проявление боли, страха, беспокойства и т.п.

Пример: – Я вижу, тебя беспокоит...
– Ты сильно переживаешь...
– Ты обижен...

Следует избегать оценочных суждений: «Плохо» или «Неправильно, что вы чувствуете то-то и то-то». Каждый имеет право на свои чувства, и нельзя называть их неправильными. Особенно важно не критиковать чувства человека, который испытывает к вам доверие.

Техника «Сила „Да“»

Сила «Да» — это признание права другого считать именно так, как он считает. Тогда собеседник чувствует себя понятым, несколько успокаивается, что позволяет затем высказать ему свою позицию. В частности, эту технику можно использовать на первом шаге разрешения конфликта, когда необходимо снять высокое эмоциональное напряжение. Признание чувств другого снижает «градус» эмоций.

Пример: – Он у меня взял без спросу.
– Да, ты имеешь право злиться. Он действительно у тебя взял без спросу... но драться нельзя.

Применение техники «Сила „Да“» особенно эффективно при столкновении интересов с сотрудниками детского дома.

Прием экстернализации

Экстернализация позволяет вывести проблему вовне, превратить во *внешний объект*. Например, формулировка «этот конфликт мешает нам хорошо проводить время», вместо «опять ты со мной ругаешься», позволяет выделить конфликт как отдельный объект, отдельное существо, которое негативно влияет на обоих. Такая фраза дает возможность избежать обвинения в адрес другого. Таким образом, конфликт не усугубляется обвинениями, а показывается его пагубное влияние на всех участников. Экстернализация дает возможность вынести конфликт

вовне как *внешнего врага*, а также объединиться с участником конфликта в решении общей проблемы (конфликта) или в работе на общие цели (поиск мирного решения).

При использовании этого приема фразы, которые вы произносите, должны отвечать на следующие вопросы:

- Как конфликт влияет на ваши отношения?
- Как конфликт влияет на отношения с окружающими?
- Что ему удалось разрушить в вашем нормальном общении?
- Конфликт сильно испортил вашу жизнь?

Пример: — Эта ссора «съедает» наше время и не дает нам поиграть в футбол.
— Этот конфликт совершенно разрушил наше теплое общение, до этого мы с тобой умели хорошо поговорить о твоей и моей жизни.

Резюмируя, соотнесем данные техники с шагами по прояснению конфликтной ситуации:

На этапе *снятия эмоционального кокона* особенно эффективны техники «Сила „Да“», позволяющая подтвердить право собеседника на его эмоции, и «Активное слушание», где вы называете эмоции, которые переживает оппонент.

На этапе *прояснения информации* вам помогут техники «Резюмирование», «Перепhrазирование» и «Отражение».

При *высказывании своей позиции* важно использование техники «Я-высказывания».



УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ РАЗМЫШЛЕНИЙ

Обратите внимание на то, как вы обычно реагируете в конфликтах: начинаете нападать, избегаете ссор, стараетесь сделать вид, что ничего не произошло, или уступаете и сразу соглашаетесь на все требования оппонента. Это позволит во время «оттормозить» свой типичный способ реагирования в конфликте и начать действовать конструктивно, применяя вышеописанные техники. Потренируйте эти техники в «обычной» жизни.

«Неудобные» темы

*Что делать, если ребенок говорит о кровных родственниках?
Просит взять в семью? Жалуется, что его обижают?
Говорит о смерти, наркотиках, алкоголе?..*



В этой главе речь пойдет о некоторых непростых темах, которые могут всплыть в общении с ребенком. Не факт, что каждый наставник столкнется со всеми этими темами, но лучше быть готовым заранее, чем застигнутым врасплох.

РАЗГОВОР О КРОВНЫХ РОДСТВЕННИКАХ

Значимость кровной семьи для ребенка в детском доме, а также травма вынужденной разлуки с ними и зачастую непрожитого горя поднимались в главе «**Психологические особенности детей-сирот**». У детей может быть разный опыт и разное количество воспоминаний о своей семье: от практически полного отсутствия такового (у «отказников» или у изъятых в очень раннем возрасте детей) до многих лет жизни с родственниками. Годы/месяцы жизни в семье могли быть наполнены как негативным опытом, так и позитивными событиями в самых разных пропорциях. У некоторых детей могут сохраняться подробные воспоминания со всеми деталями, у других — напротив, многое может быть «забыто», вытеснено, похоронено в глубинах сознания. Кто-то домысливает и фантазирует либо из-за отсутствия информации, либо из-за желания, чтобы все было так, как очень хочется себе представить... Зачастую реальные воспоминания существуют вместе с искаженными и самыми разными фантазиями. За всем этим стоит сложная смесь из реального опыта жизни в кровной семье, противоречивых чувств к родственникам, индивидуальных особенностей детей и их отчаянных попыток соорудить для себя некоторую картинку своей истории, своей идентичности. В общении с волонтерами дети могут начинать говорить что-то о своей семье или о своем прошлом в связи с семьей. Какого рода это могут быть тексты и как реагировать наставнику? Рассмотрим наиболее крайние варианты, которые вызывают у волонтеров много сложных чувств и порой ставят в тупик.

Вариант «Фантастика»

Ребенок говорит, какие у него прекрасные родители (мама). Рассказывает, как прекрасно они жили, как мама водила в цирк, каждый день покупала мороженое, а еще у них была прекрасная машина и т.д. Степень фантастичности может варьироваться, но общая канва — про замечательную идеальную жизнь. Первая мысль, возникающая в ответ у взрослого человека: «Да что это за вранье! Если бы все было так прекрасно, он бы не оказался здесь!». Иногда мысль сопровождается желанием разоблачить эту «откровенную неправду». Может быть странно, непонятно и неприятно, для чего ребенок так откровенно «врет». А что же на самом деле стоит за его словами? Само собой, эти слова не описывают бывшую с ним реальность. Но совершенно не имеет смысла вступать в спор с ребенком и пытаться доказать ему, что ничего такого не было. Это абсолютно бесплодное направление разговора. Ребенок может искренне верить в свои фантазии, или же цепляться за них, даже и понимая, что так все не могло быть. Разубеждение не имеет смысла, тут не получится преуспеть, а, кроме того, фантазии могут быть жизненно необходимы ребенку как заполнение пустоты или замена куда более страшных воспоминаний, на осознание которых у него пока нет ресурсов. Для начала надо понимать, что реальную историю жизни ребенка и подробные факты о его кровной семье у волонтера фактически нет шансов узнать: никто не даст ознакомиться с личным делом ребенка (юридически волонтер не имеет на это права), да и далеко не всегда там есть подробная информация. Ведь для сбора таких фактов требуется грамотная и кропотливая работа социального работника, которой мало какие учреждения в нашей стране могут похвастаться. Поэтому в случае с волонтерами точно не стоит вопрос об изысканиях того, что было на самом деле в жизни кровной семьи ребенка.

И как же тогда быть? Остается важная возможность постараться понять, что стоит за словами ребенка. Он ведь не просто так говорит именно то, что мы слышим. Какие чувства скрываются за описанием прекрасного и идеального детства, за словами о красивой и успешной матери? За этим может скрываться тоска по жизни в семье; грусть от разлуки или от отсутствия информации об очень важных для ребенка людях; жажда искренней взаимной любви с родителями и заботы с их стороны; желания, чтобы кто-то при его словах восхитился и сказал хорошие слова о его маме, и тогда он почувствует гордость и радость; желание поднять свою самооценку; мечта о том, что с мамой все может быть хорошо, и она вернется за ним, наладив жизнь... и так далее. Чувства ребенка реальны, просто другим способом он зачастую не может

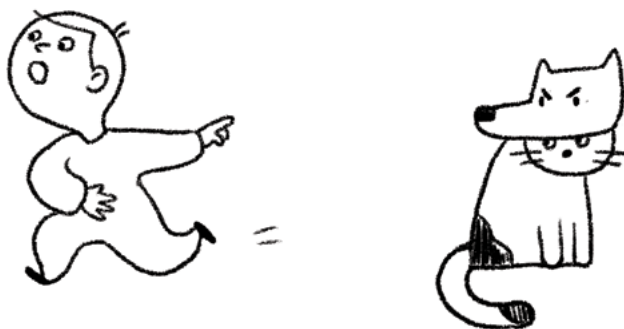
их выразить, но как раз задача наставника — уметь внимательно слушать и стараться понять, что переживает ребенок. Тогда в ответ можно сказать, например, такой текст: «Ты знаешь, я не знаю, как все было в твоём детстве в вашей семье. Но когда ты говоришь то-то и то-то (...), мне кажется, что ты очень скучаешь по маме (родителям), и тебе очень хочется, чтобы у нее в жизни все было хорошо. Может быть, я ошибаюсь, и ты чувствуешь что-то другое, тогда поправь меня!». Что существенно: с одной стороны, при такого рода ответе мы не присоединяемся к подтверждению неизвестных нам фактов. Напротив, честно даем понять, что ничего про тех людей и то время не знаем. Но зато мы откликаемся на самую важную реальность — реальность переживаний ребенка, показываем, что стараемся его услышать и понять.

Вариант «Ужастики»

В этом случае слова ребенка несут в себе исключительно негативную информацию. Например, про то, как все пили, дрались, били, совершали всякие ужасные вещи. Или же ребенок может говорить о том, как яростно он ненавидит своих родственников, ругать их последними словами или даже заявлять о том, что он вырастет, найдет их и отомстит. Степень накала страстей может быть разная, но суть в выражении ярко отрицательного отношения к кровной семье. Что возникает в ответ на такой монолог у слушающего взрослого? С одной стороны, ужас от услышанного и желание присоединиться к чувствам ребенка в адрес таких кошмарных взрослых. С другой стороны — также могут быть сомнения, все ли из рассказа правда, все ли было на самом деле. Как и в первом случае, спорить/сомневаться вслух не имеет смысла. И потому что не узнать, как было на самом деле, и потому что такой разговор не приведет к контакту с ребенком, а только выльется в противостояние и недоверие. К тому же стоит держать в голове возможность того, что и на самом деле у ребенка были ужасные события в кровной семье, и тогда своими сомнениями волонтер лишней раз покажет ребенку, что ему не верят, его не слышат. Но и присоединяться к чувствам ребенка в такой ситуации не самый лучший вариант. Если сесть и начать поддакивать словами о том, что это действительно напугавшие опустившиеся люди, то что получится в итоге? Во-первых, это родственники ребенка, и мы не то что их самих не знаем, а вообще ничего достоверно не знаем. А сам ребенок с большой вероятностью почувствует себя не самым хорошим человеком («у меня такая родня, да и сам я не лучше, я сам во всем плохом в своей жизни виноват, ничего хорошего я не заслуживаю» и т.д.). Самое главное, что, поддерживая агрессию и злость ребенка, мы не совсем

верно понимаем его истинные переживания. Что может стоять за яркой злостью и сильной ненавистью? Такие чувства поглощают нас обычно в отношении тех, кто нам глубоко не безразличен, но кто не оправдал наших ожиданий, к кому у нас есть сильные чувства, которые были обмануты, не оправдались и т.д. За этой обозленностью ребенка, как правило, стоит неудовлетворенная потребность в любви и заботе со стороны родственников, огромная обида и боль. Или же ярость может быть проявлением прохождения стадии острого горя при потере кровной семьи, когда гнев направляется на самих родителей (за то, что не справились; за что-то плохое, что было). Это может быть переживание потери возможности обрести родительскую любовь с их стороны. И, само собой, негатив может быть связан и с реально причиненным вредом ребенку, действительно плохими действиями семьи в его адрес. Но и в этой ситуации ребенок переживает потерю — потерю шанса на любящих и заботливых родителей. Ведь хотелось бы получить от них совсем другое, чем то, что было, да и самому иметь возможность любить их...

Как же реагировать наставнику с учетом всего этого? Что говорить? Как и в первом случае, не отрицаем, но и не признаем фактов, которые нам неизвестны, и стараемся отозваться на переживания ребенка, например: «Ты знаешь, я совсем не знаю, как все происходило в то время. Но ты рассказываешь об очень тяжелых/непростых событиях. Может быть, я ошибаюсь, но мне кажется, что ты чувствуешь сильную злость и обиду на то, что было с тобой раньше. Наверное, тебе хотелось бы, чтобы те люди могли по-другому с тобой общаться и себя вести, чтобы они могли справиться со своими проблемами. Может быть, ты не только злишься, но еще и немного скучаешь по кому-то из семьи, бывает так, что к одному и тому же человеку мы испытываем много разных чувств...». Если описываются жуткие поступки в адрес ребенка, то это лучше не оставлять без внимания. События могли быть реальными, и детям важно показывать, что допустимо, а что нет.



Оговорившись, что мы не знаем, как оно все было тогда, можно осторожно высказать оценку самого поступка/действия взрослого как недопустимого, избегая оценивать самого человека: «Я совсем не знаю того человека и что происходило тогда, но, знаешь, бить детей нельзя. Это совершенно недопустимо и неправильно». Можно к этому добавить и свои чувства, которые возникают при мысли о таком поступке.

Также при разговорах о кровных родственниках следует учитывать, посещают ли кровные родственники ребенка, насколько регулярно это происходит и как реагирует ребенок. Потому что иногда поводом к сильным чувствам может быть боль и обида за то, что обещали и не пришли, за обманутые ожидания или переживания о состоянии здоровья родственников (например, если у кого-то из них зависимость, по причине которой его/ее могут не пускать к ребенку на встречи, или из-за чего родственники сами не доезжают до детского дома).

В главе про психологические особенности детей-сирот упоминалась важная и нужная работа с детьми над составлением и проработкой историй их жизни, куда входит обязательно история кровной семьи. Нередко вопрос о возможности работы с детьми над их прошлым задают волонтеры, посещающие детей в учреждениях. К сожалению, категорически не рекомендуется братья за это волонтерам. На то есть ряд веских причин.

Во-первых, волонтер не может с юридической точки зрения иметь доступ к личному делу ребенка или пытаться собирать недостающую информацию, пытаясь заполнить многочисленные пробелы. На все это имеет право только официальный представитель интересов ребенка — сотрудники учреждения или приемная семья. Не говоря уже о том, что для сбора информации нужны определенные знания и навыки того, как это делается, куда обращаться и писать запросы и т. д.

Во-вторых, работа с историей жизни, вызывая много мыслей и чувств у ребенка, неминуемо будет сказываться на его эмоциональном состоянии и поведении, которое может становиться на какие-то периоды более сложным. И одно дело, когда с ребенком работает психолог учреждения, который поясняет смысл своей работы остальному персоналу, готовит воспитателей к непростому поведению детей и помогает разрешать воспитательные моменты. А другое дело, когда после встреч с волонтером ребенок становится труден и неудобен для персонала. Опять же, пострадает в результате сам ребенок, к которому будут применяться репрессивные меры, и слушать пояснения и рекомендации волонтера вряд ли кто-то станет, скорее его перестанут пускать к ребенку.

В-третьих, всегда есть вероятность, что общение волонтера с ребенком неожиданно прервется по разным причинам. Например, что-то произойдет в жизни наставника, и он досрочно будет выходить из проекта, завершая отношения с ребенком. Также работа с историей жизни детей требует много времени, к тому же она идет иногда с перерывами, потому что ребенку сложно бывает вести такую эмоциональную работу непрерывно. Может так случиться, что запланированное время наставничества заканчивается, а работа над историей жизни не проделана: часть времени уходит сначала на установление контакта, часть времени будет потом тратиться на решение многих других задач общения наставника с ребенком. Кроме того, важно, чтобы за проработку историй жизни детей брались подготовленные люди, и чтобы эти люди были в достаточно легком доступе для ребенка. Неожиданное прерывание такой важной работы плохо скажется, в первую очередь, на ребенке.

По всем вышеуказанным причинам волонтерам, даже если они являются опытными квалифицированными психологами, не рекомендуется браться за столь глубокую личную работу с детьми. То, что действительно могут делать волонтеры для ребенка с точки зрения его жизненной истории — это сохранять для него события его текущей жизни (создавая фотоальбомы с подписями и комментариями), помогать разбираться в отношениях со сверстниками, если ребенок делится этой информацией.

Относительно воспоминаний ребенка о его прошлом: тут для волонтера важно научиться выслушивать то, что говорит ребенок. Нет смысла пытаться понять, что из этого «правда», а что «неправда», что ребенок мог выдумать, заполняя пробелы, а что нет, и спорить об этом. Спор будет бесплодным и бессмысленным, потому что не в задачах и не в возможностях волонтера выяснить реальный ход событий. В ситуации общения «волонтер-ребенок» можно только выслушать и постараться понять, какие именно переживания и чувства стоят за словами ребенка. Тогда можно будет дать ребенку понять, что его переживания услышаны, озвучить их и признать. Чувства и переживания ребенка всегда реальны, всегда настоящие. Для него будет важно почувствовать, что его переживания кем-то замечены, приняты, на них дан какой-то отклик. Это тоже немало для ребенка, не имеющего постоянных близких взрослых возле себя и не имеющего опыта истинного разделения чувств и переживаний.

«ВОЗЬМИ МЕНЯ В СЕМЬЮ!»

Другим сложным испытанием для наставника может стать вопрос ребенка о том, не возьмет ли наставник его к себе в семью. Если вопрос

задан неожиданно и наставник не предвидел такого поворота, то он может почувствовать себя крайне неловко. Как быть, неужели сказать: «Нет! Не возьму и не собирался!». Становится страшно обидеть ребенка отказом, также есть страх испортить тем самым отношения, которые уже сложились или только начинают формироваться. Да и вообще бывают люди, которым в принципе трудно отказывать, если их о чем-то просят. В связи с этим возникают следующие искушения: например, начать невнятно говорить о том, что сейчас как-то не было таких планов, но мало ли что бывает, и всякое может случиться когда-нибудь потом, и давай поговорим в другой раз... По сути взрослый как бы «не совсем отказывает», а откладывает вопрос на неопределенное потом, с явной надеждой, что разговор не повторится. Тогда как ребенок получает основания для прямо противоположной надежды и для дальнейших провокаций наставника на большее сближение. Другим уходом от прямого ответа может быть разговор о том, что «не то чтобы я не хочу и отказываюсь, но вот то-то и то-то мне в жизни мешает» (не вся семья поймет; жилищные условия; работа и финансовая сторона жизни...). Это получается таким перекидыванием ответственности с себя на некие обстоятельства жизни. Однако не стоит обманываться, для надежд у ребенка и тут много места, и появляется повод ждать перемен в жизненных условиях наставника, спрашивать об этом и т.д. Если при таком невнятном ответе взрослый к тому же что-то додумывает/придумывает, то ребенок неминуемо почувствует еще и фальшь, «недоправду». Отношений наставника с ребенком это никак не укрепит, да и доверять такому взрослому мало оснований.

Лучше быть честными в своих намерениях и в описании своей роли в жизни ребенка, а также не подавать поводов к ложным надеждам. Можно, к примеру, отозваться так: «Я понимаю, что тебе очень-очень хочется попасть в семью. Я тоже был бы очень рад(рада), если найдется семья, в которую ты переедешь жить и будешь там счастлив. Но знаешь, я не из тех взрослых, которые приходят в детский дом, чтобы стать приемными родителями. Я волонтер-наставник. То, что могу сделать я, это быть тебе другом в определенное время твоей жизни здесь, ты мне интересен, я готов(а) приезжать к тебе с такой-то регулярностью, общаться с тобой и поддерживать тебя, помогать тебе...» и т.д. Иногда можно начать ответ с того, что есть разные взрослые в жизни ребенка: одни работают в детском доме (сотрудники); другие готовы помогать вещами и деньгами детскому дому, покупать что-то необходимое детям (спонсоры); есть потенциальные приемные родители, которые хотят стать мамой с папой для кого-то; а есть волонтеры, которые могут помогать тем, что приезжают к детям, общаются с ними, организуют для них

что-то интересное. Волонтеры не забирают детей в семьи, но хотят сделать их жизнь чуть более интересной, помочь в сложные этапы жизни. После этого можно честно сказать, что «Я как раз из тех, которые волонтеры. Я не забираю детей в семью, но делать могу то-то и то-то. И это не потому, что ты мне чем-то не нравишься. Просто есть то, что я могу сделать, а есть то, что не могу никак. Надеюсь, ты не сильно расстроишься из-за этого, и нам будет интересно общаться и дальше». Честность в таких жизненно важных вопросах, высказанная с пониманием к чувствам ребенка, может стать хорошим фундаментом для доверительных отношений.

«МЕНЯ БЬЮТ/ОБИЖАЮТ, СО МНОЙ ЗДЕСЬ ПЛОХО ОБРАЩАЮТСЯ...»

Жалобы на то, что кто-то плохо обращается с ребенком, могут быть двух планов: например, угроза исходит от других детей (как правило, более старших) или же неприятности связаны с сотрудниками учреждения, чаще всего воспитателями. Эти ситуации лучше разобрать отдельно.

Когда ребенок жалуется на других детей, то, в первую очередь, надо внимательно его выслушать. Прежде чем спешить с советами и другими конструктивными предложениями, необходимо лучше понять ситуацию. Иногда ребенок что-то говорит, чтобы получить больше сочувствия и внимания, иногда может преувеличивать какие-то моменты, но, конечно, может действительно искать защиты и поддержки. Поэтому надо ребенка выслушать, искренне посочувствовать, и сказать, что вы постараетесь узнать больше и подумать о том, как быть ребенку в непростой ситуации. Собирать информацию можно разными путями: от других волонтеров-наставников, которые общаются каждый со своим ребенком и тоже имеют источники информации; можно поговорить с воспитателями, знающими затронутых ситуацией детей — при условии, что воспитатели в хороших отношениях с организацией, занимающейся наставниками. К сожалению, не все воспитатели бывают рады волонтерам, им иногда кажется, что это все не имеет смысла, или даже мешает их работе, кто-то не хочет иметь у себя под боком «наблюдателей извне»... всякие могут быть причины. При негативном отношении к наставникам нет смысла обращаться за помощью к таким воспитателям. В любом случае сбор информации важен, и с него стоит начать.

Представим, оказалось, что действительно более старшие издеваются/бьют ребенка. Есть ли смысл идти разбираться наставнику с обидчиками напрямую? Нет. Потому что наставник что-то скажет, чем-то пригрозит, но потом он уйдет, а злость обидчиков обрушится на ребенка-жертву, и сделать что-то реальное в защиту наставник

не сможет. Поэтому при порыве встать срочно и защиту ребенка путем угроз кому-то надо остановить себя и подумать, не усугубят ли намеченные действия положение ребенка в учреждении, не станет ли ему только хуже.

Что реально может предпринять наставник:

- Обсудить ситуацию с куратором или с группой волонтеров на супервизии, чтобы мозговым штурмом поискать конструктивные пути (тем более что все волонтеры также знакомы с учреждением, знают других детей в этом детском доме, у кого-то могут сложиться хорошие отношения с воспитателями, у кого-то могла быть похожая ситуация).
- С самим ребенком наставник может продумывать, как ему реагировать в разных ситуациях с тем, чтобы больше защитить себя; узнать, что ребенок уже предпринимал раньше и что ему помогало хоть немного, а что только ухудшало ситуацию. Это важно обсуждать максимально подробно и в деталях, чтобы ребенок смог заметить, где и как он может повлиять на ход дела. Как только ребенок заметит, что его действия чем-то меняют ситуацию, пусть даже незначительно, это переместит его из роли пассивной жертвы в активного участника происходящего. А из этой роли больше шансов что-то предпринять. Придумать вместе, как отвечать/не отвечать, реагировать/не реагировать; чьей помощью из других детей или воспитателей он может заручиться.
- Команда наставников, посещающая данное учреждение, вместе с психологом может придумать регулярное времяпрепровождение для детей — например, групповые командные игры, где участвовали бы дети разного возраста. Цель в том, чтобы перемешивать детей разных возрастных групп, развивая у них навыки сплочения, командообразования и взаимной поддержки. Такой вид занятий надо будет организовывать регулярно и продолжительный период времени.

Конечно, ситуация сильно упростится, если воспитатели учреждения с наставниками в хороших отношениях, положительно относятся к проекту и готовы сотрудничать. Много в учреждениях зависит от атмосферы, задаваемой работающими там людьми, от их отношения к детям и их реальной включенности или, наоборот, тотальной незаинтересованности в их трудностях. В коалиции с воспитателями можно предпринять гораздо больше для улучшения жизни детей и их отношений между собой. В реальности придется исходить из того, что есть в конкретном учреждении, и стараться двигаться в более продуктивную сторону.

Самая страшная ситуация для волонтеров, когда ребенок жалуется на сексуальное насилие со стороны другого ребенка/детей. Мало утешает тот факт, что насильники и сами, как правило, пострадали от малопривлекательной жизни. Вопрос, что делать? Самое важное: не действовать сиюминутно под влиянием эмоций. Опять же идти разбираться с насильниками нет смысла — наставник уйдет домой, а ребенок получит возмездие еще и за то, что пожаловался. В итоге в еще большей опасности окажется сам ребенок, и это может его научить только тому, что не надо искать защиты у взрослых... Поэтому самый первый шаг — срочное сообщение информации куратору проекта. Сначала информация будет хоть как-то проверена (зачастую другие дети в учреждении в курсе таких событий...). Решение о дальнейших действиях необходимо принимать вместе с организацией, занимающейся проектом. И это решение будет зависеть от отношений организации с учреждением и знания особенностей руководства. Какие есть риски, если сразу побежать в полицию/прокуратуру и другие места писать заявление о насилии в учреждении, о нарушениях прав детей? Если проделать это без информирования учреждения и достижения какой-то договоренности с ним, то дело может закончиться тем, что проект закроется. Наставников могут перестать пускать в учреждение, а дело могут и замять для «сохранения лица». Также действия в обход общения с администрацией будет похоже не на сотрудничество, а на то, что «настучали», хотя испортить тут всем жизнь, выносят сор из избы... Это не способствует открытости учреждений для волонтеров. Такова нелюбимая реальность, но надо принимать её в расчет. Кто пострадает более всего? Дети, оставшиеся без наставников, и они останутся не только травмированы насилием, но еще и получают от администрации по шапке за то, что посторонним пожаловались.

Итак, организация взвешивает ситуацию и может выходить на разговор с руководством при наличии неплохого контакта. Важно показать администрации, что за их спиной не будет ничего проделано, но надо объединить усилия с целью помощи ребенку, его защиты. Если у организации с администрацией не особо хорошие отношения, и они всегда с натяжкой соглашались пускать волонтеров, то понятно, что затрагивание такой темы может привести к закрытию проекта в данном детском доме. Это не поможет детям. Более позитивные варианты: когда администрация готова что-то делать с ситуацией. Это может быть в разных вариантах. Если будет возбуждено уголовное дело по полной программе, то надо знать такие детали: ребенка-жертву следователи будут допрашивать многократно во всех деталях и подробностях. Так как далеко не всегда эти люди обучены общаться с детьми на такие сложные

темы, то ребенок может быть многократно ретравмирован происходящим расследованием. Хорошо, если при допросах присутствует грамотный психолог, который предварительно помогает следователям понять, как опрашивать ребенка с минимальным ущербом для него. Поэтому прежде, чем ребенок будет втянут в это, с ним надо честно проговорить, что будет происходить потом, чтобы он мог более осознанно принимать решение, готов ли он в этом участвовать (чтобы потом он от ужаса не стал отказываться от показаний, лишь бы все завершилось поскорее). С ребенком в ситуации расследования необходима работа психолога. По-хорошему, работа должна вестись и с жертвой, и с виновниками. У детей-насильников, как правило, есть свой ужасный опыт в прошлом. И наказание по суду не поможет его преодолеть, с травмами нужна работа, чтобы прервать «порочный круг насилия», когда одни глубоко травмированные люди делают больно другим. Вне зависимости от темы расследования самое важное, чтобы учреждение пошло навстречу в вопросе того, чтобы обезопасить ребенка внутри учреждения и прекратить происходящее насилие. Наставник или сама организация извне не сможет это обеспечить никак, тем более что никаких юридических прав у них нет. Поэтому при общении с администрацией важно настаивать на том, что можно общими усилиями предпринять для защиты ребенка внутри учреждения. Возможно, ребенка переведут в другую группу (подальше от виновников), дадут понять виновникам, что за ними повышен контроль, и действительно будут следить за безопасностью. Организация со своей стороны может помочь тем, что найти подходящих специалистов (психологов, имеющих опыт по работе с насилием), которые могли бы с согласия администрации и после организации базовой безопасности ребенка начать работу с последствиями столь тяжелого травматического опыта для ребенка. Само собой, наставник для ребенка в такой трудной ситуации может являться очень важным ресурсным человеком, который сочувствует и поддерживает. Конечно, самая страшная ситуация, когда администрация учреждения все отрицает, «не хочет знать» про происходящее и обсуждать это, хотя на самом деле редко подобные факты им действительно неизвестны.

Случается также иногда, что к ребенку плохо относится конкретный воспитатель учреждения. Бывают люди, выбирающие себе «любимчиков» и «изгоев». Или же ребенок просто чем-то сильно раздражает воспитателя, с ним трудно справляться, и взрослый легко направляет свое неприятие и гнев на ребенка. Идти ли наставнику к воспитателю с разговором и претензиями? Вряд ли в такой ситуации сложится продуктивная беседа, потому что воспитатель тут чувствует себя хозяином положения и сотрудником и не станет молчать, когда его кто-то

«начнёт учить». К тому же при таком повороте событий ребенок точно почувствует ухудшение отношения к себе, как только наставник выйдет за дверь. Да еще и с угрозами, что «если он еще хоть раз кому-то скажет или пожалуется...». Поэтому, проговорив ситуацию с куратором проекта, единственный возможный результативный заход — это аккуратный разговор представителя организации с кем-то из администрации детского дома. Достаточным решением может быть перевод ребенка в другую группу, где воспитатель будет другим. Вне зависимости от того, насколько удастся данное практическое решение ситуации, наставнику стоит оказывать непрерывную поддержку ребенку, честно показывая свое отношение к происходящему. Можно вместе пытаться придумывать и потом опробовать «стратегии выживания». Ребенку будет важно убедиться в том, что не все считают его плохим; а также это поможет ему занять более активную позицию по отношению к ситуации.

ТЕМА СМЕРТИ

Тема смерти в общении с ребенком может всплывать в разных контекстах.

Ребенок высказывает суицидальные мысли, часто пребывает в депрессивном состоянии

К этому надо отнестись серьезно. С одной стороны, выслушать, стараясь сопереживать, и понять причины переживаний. Не надо в такой ситуации предлагать советы типа: «Это не стоит таких терзаний/переживаний», «Да брось, не обращай внимания». К таким ответам люди склонны, когда хотят поскорее сменить тему, которая им самим сложна или пугает, или же с целью «отвлечь» человека. Со своими чувствами надо разбираться самим, а отвлекать ребенка — только бросать его с его переживаниями один на один. Поэтому в первую очередь, что потребуется — это слушать с вниманием, отзываясь на чувства ребенка. Также необходимо сообщить о волнении за ребенка куратору проекта и подумать об организации дополнительной специальной помощи. Можно попробовать подключить к работе психолога (например, когда с психологом детского дома хороший контакт у организации). Или же с согласия администрации устроить для ребенка регулярную работу с приглашенным специалистом.

Ребенок может переживать из-за смерти кого-то из кровных родственников и говорить об этом

Например, когда ребенку недавно об этом сообщили. Тогда стоит освежить свои знания по этапам переживания горя (см. главу «**Психологические особенности детей-сирот**») и настроиться на оказание поддержки ребенку в течение довольно долгого времени. Хорошо, если ребенок сможет побывать на похоронах значимого для него родственника, попрощаться с ним. Ребенка надо будет выслушивать, ему может быть важно говорить об ушедшем человеке. Не надо прерывать или стараться ускорять/закруглять разговоры о грустном, даже если они частые и повторяющиеся. Горевание — это процесс, требующий времени. У кого-то работа больше происходит внутри, кому-то важнее проговаривать с кем-то вслух. Необходимо с уважением отнестись к потребностям ребенка. Или же ребенок может время от времени кратко что-то говорить и спешно перескакивать на другие темы. Тогда надо просто успевать быстро отозваться на брошенную фразу, опять же озвучивая возможные чувства ребенка, стоящие за тем, что именно он говорит. Надо помнить и о разных возможных реакциях детей на потерю, которые могут проявляться в капризах, в слезах без повода, в нарушениях сна/поведения, в ухудшении учебы и так далее. Даже с самими детьми можно простым языком проговаривать, что после грустных событий всем людям долго бывает тяжело, настроение ухудшается, что труднее становится учиться... Объяснить, что все это нормально, происходит не только с ним и что это со временем будет проходить. А пока ребенку трудно, ему нужна будет усиленная поддержка наставника. Если ребенок сильно переживает из-за того, что он не успел попрощаться с ушедшим человеком, не сказал ему что-то важное, то можно аккуратно предлагать разные варианты: например, написать письмо, адресованное тому человеку, в котором написать все то, что хотелось бы сказать. Может быть, там ребенок захочет описать свою жизнь, свои чувства к тому человеку, свои вопросы к нему, которые он не успел задать. Это письмо можно просто хранить, а можно отнести на могилу, если есть такая возможность.

Отдельный случай столкновения со смертью может произойти в виде смерти кого-то из детей или сотрудников учреждения

Особенно тяжело воспринимается смерть ровесников. В этом случае наставникам, посещающим данное учреждение, важно сначала составить общий план действий с участием куратора и психолога проекта. Одна сторона вопроса — это индивидуальное общение наставников с деть-

ми, когда они оказывают индивидуальную помощь, отзываются на реакции каждого конкретного ребенка. Тут у каждого ребенка будет своя динамика переживаний, в зависимости от их возраста и предыдущего опыта потерь, а также в зависимости от того, в каких отношениях дети были с умершим ребенком. Про реакции своих подопечных детей наставники могут консультироваться с психологом проекта индивидуально или на групповых супервизиях. Но важно организовать и некоторые общие моменты: во-первых, существенно, чтобы дети от лица администрации услышали о событии и о его причинах (почему ребенок умер, что произошло). Если администрация этого не сделала, можно предложить свою помощь от лица организации, чтобы в адекватной форме сообщить о случившемся всем детям. После этого сообщения стоит собрать детей — по желанию, но в первую очередь тех, кто общался с умершим, жил с ним в одной группе — и на общей встрече поговорить о том, кто что чувствует, у кого какие мысли и настроение, дать возможность детям задать волнующие их вопросы. Если задавать вопросы и говорить вслух при всех детям неловко, можно организовать шляпу/коробку, куда дети кладут бумажки с анонимными высказываниями о своих мыслях/вопросах/переживаниях. Потом взрослые достаюи наугад бумажки, читают их и обсуждают с детьми. Также взрослые, проводящие встречу, могут помочь детям, начав говорить о своих чувствах и своей первой реакции на сообщение. Важно организовать прощание с умершим ребенком и присутствие желающих на похоронах. В рамках работы с переживаниями детей и организацией прощания можно предложить детям (опять же, по желанию), участвовать в создании коллажа в память об умершем. Это могут быть фотографии с подписями, рисунки, слова, обращенные к нему и пр. Самое опасное — оставить детей один на один осмыслять и переваривать такую страшную новость. Перед проведением всех указанных мероприятий важно заручиться согласием администрации, подробно описать сами мероприятия и их цель. Также хорошо, если получится на несколько дней организовать кабинет «экстренной психологической помощи»: комнату, где в определенные часы сидит психолог, к которому дети могут приходить по одному или группами, чтобы поговорить о своих переживаниях, мыслях, страхах в связи с произошедшей смертью. Это может быть психолог учреждения, психолог проекта или приглашенный специалист.

Во всех случаях с темой смерти детей может остро волновать вопрос о том, что же происходит с человеком потом, после смерти? Наставникам следует в этом месте быть аккуратными. С одной стороны, можно поделиться своим собственным взглядом на эту тему. С другой стороны,

важно честно озвучить, что вообще-то всех людей это сильно волнует, но точного ответа не знает никто. Однако много разных взглядов существует: кто-то верит в существование бессмертной души, которая и после смерти тела живет вечно; кто-то верит в переселение душ, и душа проживает не одну жизнь; кто-то не верит в существование души, и для них после смерти человека на земле остаются дела, им сделанные, остаются его потомки и память о нем... и т.д. Ребенок со временем придет к какой-то своей позиции в этом вопросе.

«ВЗРОСЛЫЕ РАЗГОВОРЫ»

В отдельных случаях волонтер-наставник может быть поставлен в неловкое положение, когда подросток начинает делиться чем-то очень личным: не только говорит о влюбленности и ответной/безответной любви, но и затрагивает тему физической близости. Тема сексуальных отношений сложна для разговора, и у каждого взрослого в своей семье есть личный взгляд на то, говорить или нет (и как) об этом с ребенком, и с какого возраста говорить, и когда вообще допустимо начало сексуальной жизни... Нормы очень разнятся от человека к человеку, от семьи к семье, в разных обществах и культурах. При этом все средства массовой информации — реклама, новости, фильмы и мультфильмы — в наше время крайне сексуализированы. Тема постоянно «витают» в воздухе. Если в семье родители сами решают, как обходиться с данной темой в общении со своими детьми, то что делать в ситуации, когда это всплывает в разговоре с ребенком из детского дома?

Важно помнить в этот момент, что роль наставника не является родительской. Он не может оказать решающее влияние на ситуацию: нет смысла начинать радикально воздействовать на ребенка своим мнением, пытаться настойчиво передать свои взгляды и ценности. Такая тактика ни к чему хорошему не приведет, а лишь неминуемо вызовет увеличение дистанции в отношениях. Ребенок не почувствует понимания и поддержки от наставника и скорее всего перестанет делиться столь личным.

Кроме того, наставнику надо помнить о причинах, по которым дети в учреждениях могут достаточно рано начинать половую жизнь: они сами могли пережить опыт насилия разной степени тяжести; у них не было близких взрослых, которые своевременно помогли бы определиться с этим сложным вопросом и получить адекватную информацию о сексуальных отношениях; в условиях жизни в учреждении гораздо больше возможностей вовлечь в раннее начало половой жизни у ровесников, переживших опыт насилия; дети-сироты склонны порой искать в физической близости ту эмоциональную любовь и принятие,

которых им так не хватает с раннего детства. К сожалению, причин более чем достаточно, и наставник не волен устранить их. Но! Есть то, что вполне в его силах.

Сам факт того, что подросток делится такой информацией, говорит о высокой степени доверия волонтеру, и это ценно. Это доверие не надо разрушать. Стоит выслушать ребенка и постараться понять, что ему в этот момент важно: просто выговориться тому человеку, который не разболтает эту тайну всем подряд и которому ребенок стал доверять? А может быть, получить какой-то совет или взгляд взрослого человека на ситуацию? В случае, когда ребенок ждет ответа или спрашивает мнение наставника, вполне допустимо поделиться своими собственными взглядами, но преподнося их аккуратно, не в духе противостояния, а как еще один вариант, который существует на свете.

Так как маловероятно, что ребенок получал информацию на тему сексуальных отношений в адекватной форме, волонтер может воспользоваться существующими пособиями для детей разного возраста по данной теме. Например, можно спросить ребенка/подростка, интересно ли ему было бы ознакомиться с этой темой с помощью книг и сравнить со своей позицией, найти какие-то ответы на свои вопросы? Книги хороши тем, что ориентированы на возрастные особенности детей с точки зрения изложения, и помогают строить разговор, который без опоры на специальную книгу трудно вести очень многим взрослым. Еще один плюс применения книг: это не взрослый навязывает свой взгляд ребенку или «запугивает» его чем-то, а они вместе с ребенком читают о различных фактах в нейтральном ключе и обсуждают их.

ВАЖНО!

Если для наставника тема сексуальных отношений настолько сложна, что он не готов говорить об этом с подростком, или если, согласно взглядам волонтера, это нецелесообразно, то, конечно, данную работу не надо проводить «через силу»

Браться за эту тему стоит только при наличии понимания, для чего это делается, и при наличии ресурсов это делать. Возможно, наставник окажется первым, кто предоставит ребенку нормальную информацию по вопросу.

Прямо здесь приведем список книг в помощь волонтеру (список может быть, конечно, и больше; тут указаны лишь те книги, которые известны авторами и успешно применены многими родителями):

1. Французские энциклопедии, рассчитанные на разный возраст детей, переведенные на русский язык. Авторы: Кристиан Верду (гинеколог), Жан Коэн (акушер-гинеколог), Жаклин Кан-Натан (гинеколог), Жильбер Торджман:
 - а) «Энциклопедия сексуальной жизни для детей 7-9 лет», Москва, 1990,
 - б) «Энциклопедия сексуальной жизни для детей 10-13 лет», Москва, 1991,
 - в) «Энциклопедия сексуальной жизни для подростков», Москва, 1994.
2. Книга для детей в возрасте от 9-ти лет: «Разговор о сексе. Помощник для родителей», перевод с англ. Ю. Е. Андреевой, Минск, 2012.
3. Отдельная книга для девочек-подростков: «Месячные. Советы для девочек», Д. Лулан, Б. Вортен, Минск, 2012.
4. Для более взрослых детей (подростков), которые скорее сами прочтут книгу, чем будут читать совместно в компании взрослого, и которые уже базово знакомы с темой, есть хорошая книга, написанная со здоровой долей юмора: «Секс для начинающих», Я. Петрович, Москва, 2008.

Кроме разговоров волонтера-наставника с ребенком и индивидуального информирования ребенка, возможно запланировать проведение занятий для мальчиков и девочек в формате интересных семинаров по теме взросления, влюбленности и формирования отношений, половой жизни. Конечно, формат работы и темы должны быть согласованы куратором проекта с администрацией учреждения. Проводить занятия может кто-то из числа волонтеров, или можно искать приглашенных специалистов с опытом проведения таких занятий для детей. Важно избежать морализаторства и сухого лекционного формата. Изложение должно быть интересным и живым, включать диалог со слушателями, дискуссии в группах, возможно — обсуждение отрывков из художественных фильмов.

АЛКОГОЛЬ / КУРЕНИЕ / НАРКОТИКИ

Тема употребления алкоголя и наркотиков может всплывать скорее как косвенная информация, когда сотрудники учреждения знают сей факт о ребенке или другие дети «сдают» информацию. Не очень реалистична ситуация, когда ребенок сам рассказывает об этом наставнику или

просит его совета «пить или не пить». Скорее, совет просит ребенок, который курит и хочет это дело бросить. Но когда сам ребенок чего-то хорошего для себя хочет, то поддерживать его в этом приятно и понятно, цель тогда благая и общая. А вот что делать с косвенной информацией про алкоголь и наркотики?

На самом деле, если сам ребенок тему не затрагивал, то влезать в нее нет смысла. Ребенок почувствует в этом, с одной стороны, вторжение в его личное пространство, а также создастся ощущение, что наставник за его спиной собирает информацию о нем. И это уже не про доверительные отношения. Другое дело, если ребенок с интересом расспрашивает наставника про его собственное подростковое время, в том числе интересуясь, было ли в их компании употребление алкоголя/наркотиков. Наставник волен сам решать, в какой степени ему захочется делиться всеми подробностями того, что было с ним в подростковом возрасте, и это нормально: границы у всех людей разные, длиться мы готовы в разной степени. В рамках такого разговора можно аккуратно затронуть вопрос о том, что многие пробуют что-то в подростковом возрасте, но что самому человеку решать, какую жизнь он дальше захочет вести. Нет смысла ударяться в нравоучения «сверху-вниз», такие тексты только оборвут разговор на подобные темы. Есть также возможность в рамках приездов наставников организовывать с согласия администрации семинары на тему зависимостей. Для этих целей имеет смысл пригласить внешних специалистов, которые умеют общаться с подростками на данные темы так, чтобы им это было действительно познавательно, полезно и интересно, а не вылилось в назидательную лекцию, с которой дети, скорее всего, сбегут при первой же возможности.

Вообще, касаясь случаев употребления детьми в детских домах алкоголя и наркотиков, нужно иметь в виду не только возраст детей... Детям-подросткам в принципе свойственно пробовать что-то «взрослое» и «запрещенное», показывать себя крутыми и независимыми. К сожалению, в случае с детьми в детских домах, сильно травмированными, употребление разных веществ становится порой еще и способом ухода от тяжелых переживаний, самым легким способом расслабиться. У них зачастую минимум ресурсов для совладания со стрессами более здоровыми способами, а поводов для переживаний более чем достаточно. Поэтому им легче бывает склоняться к употреблению алкоголя/наркотиков. Это не означает, что такова судьба каждого ребенка в детском доме. Безусловно, нет! Но рисков у этих детей изначально больше.

Провокационное поведение

За что он меня ненавидит?



Начнем главу с предупреждения: с детьми из сиротских учреждений надо быть аккуратными, «держать ухо востро». Причиной тому является провокационное поведение, то есть это такое поведение, которое ставит себе целью обидеть другого человека, вынудить его злиться или негодовать. Вы можете столкнуться с агрессией, причины которой не ясны, с внезапным игнорированием вас, с воровством, с порчей вещей, с действиями «назло», как будто ребенок намеренно хочет вас разозлить. Однако провокационное поведение — это следствие *психической травмы*, которую пережил ребенок, поэтому не стоит его воспринимать как действия, направленные лично против вас.

ПРИЧИНЫ ПРОВОКАЦИОННОГО ПОВЕДЕНИЯ

1. Дети с негативным опытом взаимодействия со взрослыми опасаются вновь им доверять или, не дай Бог, к ним привязываться

Поэтому будут испытывать ваши границы и вашу готовность с ними сотрудничать. Ребенок старается выяснить, что взрослый плохой до того, как вновь столкнется с его предательством. А так как основная задача волонтера — это помочь ребенку получить опыт привязанности, то необходимо в этих ситуациях действовать осторожно, «не вестись» на провокации.

2. Дети ведут себя «плохо» для того, чтобы привлечь к себе внимание

Для ребенка отсутствие внимания со стороны взрослых хуже, чем негативные реакции: «Лучше на меня накричат, чем совсем не заметят». Этот способ хорошо работает в детском доме, где детям часто не хватает участия со стороны воспитателей. Можно понять, что поведение ребенка связано именно с этой причиной по следующему признаку: только ваше внимание было направлено на кого-то еще, как ребенок сразу что-то «выкинул». Как правило, это проявляется в группе,

при индивидуальном общении более вероятны другие причины. В этих случаях рекомендуется больше взаимодействовать с ребенком, когда он хорошо себя ведет и меньше обращать внимание на него при проявлениях плохого поведения.

3. Если ребенок разозлился, то у него не хватает навыков, чтобы рассказать о своей злости, поэтому он может ее выразить «некрасивыми» действиями

Например, украсть, как-то навредить или начать вас игнорировать. Предположим, обычно вы проводили больше времени с одним ребенком, а в какой-то день вы сочли необходимым уделить внимание его однокласснику, не прояснив это с первым подростком. Тогда есть вероятность, что в следующий раз он вам продемонстрирует обиду каким-то неприятным способом. Важно заметить, что если вам кажется, что другой ребенок по каким-то причинам больше нуждается в вашем внимании, то стоит это обязательно обговорить с вашим подопечным. Если такая ситуация уже произошла, то ваша задача сделать самостоятельно первый шаг к примирению, постараться прояснить, что случилось.

4. Проявление негативного отношения к вам может быть также симптомом того, что ребенок пытается почувствовать себя главнее

Как бы утвердить свою власть над вами. Это своеобразная попытка контролировать хоть что-то в том мире, в котором он сталкивался, будучи незащищенным ребенком, с необходимостью выживать. В таких случаях важно подчеркивать границы вашего взаимодействия: с вами можно договариваться, но вами нельзя управлять и командовать и, тем более, грубить и оскорблять вас.

ВОРОВСТВО

Особенной темой является воровство, которое может происходить при вашем посещении детского дома. Каковы бы ни были причины, ваша личная безопасность в ваших руках: старайтесь не брать в детский дом ценные вещи и деньги. Например, если вы приехали на машине, оставьте все важное в салоне. Это убережет детей от соблазна и вас — от лишних неприятностей.

Кроме того, что воровство может быть связано с причинами, которые уже описаны выше, есть еще несколько специфических причин для воровства:

1. В детском доме у детей *нет своего*, то есть все казенное или общее. Именно поэтому у воспитанников затруднена ориентировка в том, что значит «чужие вещи». Поэтому воровство может быть связано не с тем, что ребенок хотел украсть, — он просто взял интересную вещь. Очень важно понимать, почему воспитанник позволил себе взять без спросу или украсть. Возможно, у него не сформировано понятие своего/чужого. Особенно это касается детей помладше.
2. Воровство также может быть симптомом *высокого уровня тревоги* у детей с нарушением привязанности. Пытаясь заглушить внутренний дискомфорт, ребенок создает рискованные ситуации извне — тогда он не чувствует вечную тревогу, а испытывает страх, возбуждение, азарт. Однако, эти чувства ненадолго избавляют от тревоги, поэтому ребенок возвращается к кражам вновь и вновь. Ваше присутствие рядом независимо ни от чего, позволит постепенно уменьшить фоновый уровень тревоги. Однако это потребует времени. Поэтому необходимо при посещении детей быть очень «предсказуемым». Например, договариваться о том, когда вы приедете в следующий раз, соблюдать эти договоренности, рассказывать, чем вы будете заниматься в эту встречу и в следующую.
3. Еще одной причиной воровства может быть *потребность в «крутых» вещах*, которые выделяют ребенка среди его ровесников. И это напрямую связано с низкой самооценкой у детей-сирот. Поэтому, столкнувшись с этим, необходимо дать ребенку понять, что он может быть интересен и без обладания такими вещами.

КАК РЕАГИРОВАТЬ В СЛУЧАЕ ПОЯВЛЕНИЯ ПРОВОКАЦИОННОГО ПОВЕДЕНИЯ

Вы должны быть готовы к этим проявлениям, важно не прекращать общение с ребенком. Однако вы имеете право (и это рекомендуется сделать) независимо от причины *выразить свое отношение к произошедшему инциденту*. Например, используя «Я-высказывания» (см. главу «**Конфликты**») сказать ребенку, что вас сильно расстроил этот случай. Можно следом продемонстрировать ребенку его значимость для вас. Например, фразой: «Несмотря ни на что мне важно продолжить общение с тобой, мне нравится с тобой разговаривать». Тем самым вы демонстрируете готовность продолжать взаимодействовать, не отрезать от него (так обычно в его жизни делали другие взрослые).

Постарайтесь прояснить, что именно «заставило» ребенка *поступить таким образом*. Для этого вы можете высказать свои предположения (см. техника «Активное слушание»). Например, поинтересоваться, не огорчили ли вы ребенка чем-нибудь в прошлый раз.

Кроме того, важно продемонстрировать ребенку *естественные последствия* его действий. Например, вы планировали вместе поиграть, но из-за того, что у вас испортилось настроение, вы играть не готовы, а можете только поговорить о чем-либо. В случае воровства, вы также можете дать понять, что теперь не готовы вместе с ребенком выходить куда-либо на улицу (в случае если у вас оформлены такие отношения с детским домом), пока не убедитесь, что вы можете на него положить-ся. Обозначьте срок, через сколько это станет для вас возможным.



УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ РАЗМЫШЛЕНИЙ

Вспомните, какие действия других людей по отношению к вам больше всего расстраивают. Подумайте о способе совладания с такими ситуациями. Например, можно представить себя в образе человека, который никогда не обращает на такие обидные вещи внимания (это может быть знакомый человек). Это позволит сдержаться и не обидеться на ребенка в тот момент, когда он «выдаст» похожее поведение.

Гостевой режим

Стоит ли брать ребенка в гости? Чем это может быть полезно, и в чем заключаются риски?



Прежде чем говорить о плюсах и минусах возможности брать в гости ребенка из детского дома, остановимся на формальных аспектах того, что это из себя представляет. Просто так выводить ребенка с территории детского дома волонтер не имеет права, так как вся ответственность за жизнь и здоровье детей лежит на их опекуне — директоре детского дома. Конечно, бывает такой формат, когда дети организованно выезжают из детского дома с участием сотрудников, и волонтеры имеют возможность присоединиться к таким поездкам, но это другая история.

ЧТО ТАКОЕ ГОСТЕВОЙ РЕЖИМ?

Гостевой режим (семья выходного дня, временное размещение) — форма помощи ребенку без оформления его постоянного проживания в семье. В выходные, праздничные или каникулярные дни ребенок на правах гостя посещает и кратковременно проживает в гостевой семье. Разрешение на гостевой режим оформляется в органах опеки по месту жительства гражданина, а решение о возможности гостевого режима для конкретного ребенка принимает руководитель учреждения, в котором этот ребенок проживает. Таким образом, органы опеки по месту жительства ребенка формально не участвуют в процессе.

Получается, что этот формат отношений требует сбора и оформления документов, и тогда в отведенное время нахождения ребенка со взрослым вся ответственность за ребенка лежит на этом человеке, а не на директоре детского дома. Теоретически волонтер-наставник, как и любой другой взрослый человек, может заняться оформлением документов на гостевой режим в отношении ребенка из детского дома.

Теперь остановимся на другой стороне вопроса: что дает ребенку оформление гостевого режима именно волонтером-наставником? Есть ли в этом какие-то риски и сложности?

Начнем с того, что обычно обсуждается в качестве возможных плюсов. Ребенок получит опыт другой жизни, по ту сторону стен учреждения. Он сможет побывать в нормальной домашней обстановке, прочувствовать ее: начиная с более свободного и подстраиваемого под него распорядка дня и опыта приготовления домашней еды до совершения своих маленьких выборов в бытовых ситуациях; получит представление о семейных ролях и о домашних обязанностях членов семьи; сможет погулять по улицам и побывать в самых разных общественных местах не в группе других детей, а в сопровождении одного близкого взрослого. То есть основным аргументом «за» звучит, как правило, получение опыта жизни, более похожего на реальность, которая ребенка ожидает при выходе из учреждения. Таким образом, речь идет о помощи ребенку в социализации. Порой даже говорят, что благодаря гостям ребенок может получить опыт семейных отношений — находясь регулярно в конкретной семье, наблюдая их отношения и участвуя в их жизни.

Рассмотрим теперь гостевой режим с другой стороны, а именно со стороны самого ребенка. Хочется начать с самого простого: для нас, людей без опыта многолетнего пребывания в учреждении, само слово «гости» очевидно и не требует пояснений. Потому что есть дом, где мы живем, и есть гости, куда мы время от времени ходим, и мы прекрасно понимаем разницу, у нас есть свои ожидания от гостей в плане веселого времяпрепровождения и т.д. А что такое попасть вдруг на время в семью, в квартиру для ребенка из учреждения, который, например, никогда не жил в семье? Легко понять, что для него ситуация незнакомая и непонятная, и он может какое-то время чувствовать себя неловко и не уметь адекватно себя вести в самых простых бытовых вопросах. Это можно понять и помочь ребенку сориентироваться в ситуации. Сложнее другое: практически каждый ребенок в учреждении, за редким исключением, мечтает попасть в семью, даже если он не говорит об этом вслух. Приходы время от времени в гости в семью могут стать для него чем-то вроде показа хлеба голодному человеку без возможности взять его и съесть. Это то, чего он больше всего на свете хочет, но этого ему не дают, у него нет своей семьи и нет своего дома, куда он возвращается после гостей.

Для очень многих детей-сирот гости могут стать жестокой провокацией для надежд. Даже если проговаривать ребенку с самого начала то, что это будет только в такой вот форме, что переехать насовсем никогда не получится и точно невозможно, все равно это не значит, что ребенок не начнет мечтать, стремиться к этому, страдать после каждого возвращения обратно в учреждение и пр. Достаточно вспомнить себя в детстве или в любом другом возрасте: всегда ли рациональные

объяснения ситуации другими людьми помогают нам не переживать и не ждать чего-то, что для нас очень значимо и важно? Заметьте, что в значимых ситуациях нередко нами управляют не логика и рациональное сознание, а сильные чувства. Получается, что по факту приходят в так называемые гости могут непреднамеренно стать ударом в самое болезненное место в душе у ребенка. Опять же, глядя на других детей, которые, например, проживают в семье, в которую он приходит, ребенку в голову могут приходиться мысли о том, что есть те, кто достоин жить в семье, и есть он, которого в семью не берут, потому что он чем-то плох.

Также хочется обратить внимание на своего рода миф про то, что гости могут дать ребенку опыт реальной семейной жизни. Если попробовать примерить ситуацию к себе, то задумайтесь над вопросом: как вам кажется, если вы время от времени ходите в гости к женатому другу, но сами в браке не состояли, насколько вы «научитесь» жизни в браке? Вряд ли... Вернее будет сказать, что вы увидите нечто со стороны, причем очень фрагментарно, и очень по-своему поймете, но без своего ежедневного опыта жизни со второй половиной не узнаете, что это такое в реальности для вас лично. Так же и с ребенком. Наивно полагать, что случающиеся время от времени визиты в семью учат реальной рутине семейной жизни, со всеми ее радостями и сложностями, опытом выстраивания отношений изо дня в день. Отношения в семье могут портиться, и потом нужны усилия всех сторон, чтобы их наладить. В семье есть опыт взаимной радости и взаимной боли, которая требует затем заново что-то выстроить и найти пути к примирению. Это невозможно испытать в рамках коротеньких визитов, не занимая в семье конкретное место и не имея конкретной роли. То же самое и с бытовыми



навыками: домашние обязанности — это ежедневная рутина, а не разовое мероприятие. И чтобы получить опыт несения личной ответственности за что-то дома, в этом доме надо жить, а не захаживать туда. В этом смысле весьма спорный вопрос о том, дает ли гостевой режим реальный опыт семейной жизни ребенку-сироте.

Стоит вспомнить и о третьей стороне в вопросе гостевого режима: многие люди проживают в квартире не в одиночестве, а с кем-то из своих родных и близких. Насколько остальные члены семьи, с которыми также столкнется ребенок, приходя в гости, готовы к участию в такой деятельности и насколько они будут согласны? Как они относятся к детям из учреждений? Владеют ли они достаточной информацией об особенностях таких детей (или готовы с ней ознакомиться), чтобы не навредить ребенку? Отдельный вопрос представляют собой кровные дети, проживающие в той квартире, куда будет приходить ребенок из детского дома. Они могут начать ревновать своих родителей к этому «новенькому» и всячески показывать, что они тут главные, они тут хозяева, и эти взрослые — их. Это нормальная реакция для детей, но травмированный ребенок может лишней раз получить опыт отвержения и ощущения своего более низкого социального статуса. Даже если дети в семье не выдадут негативной и защитной реакции на «новенького», все равно надо понимать, что ребенок неминуемо будет чувствовать свою обособленность: есть дети, у которых есть дом и родители, а есть он, у которого ничего этого нет. Ведь дети дома будут звать своих родителей «мама» и «папа», а ребенок из учреждения — «дядя»/«тетя» или по имени. Они остаются на ночь дома, у них есть свое личное пространство в квартире и свои вещи, а он всегда возвращается обратно в детский дом и не имеет ничего по-настоящему своего в этом гостевом доме. Эту реальность невозможно не заметить и не прочувствовать. И, главное, на нее нельзя не начать реагировать.

В практике авторов имеют место конкретные случаи, когда продолжительный гостевой режим (в течение ряда лет) привёл к тому, что у ребенка повысилась тревожность, он все хуже вел себя в учреждении, меньше владел собой и хуже учился. Это было связано с тем, что ребенок находился в режиме напряженного ожидания «когда же заберут»; а когда такой режим тянется долго, он очень истощает силы и нервную систему. Проблемы послушания в учреждении в этом случае нередко являются не только проявлением ухудшения состояния ребенка, но и попыткой показать воспитателям, что у него теперь есть «свои взрослые», более важные, что теперь сотрудники детского дома ему не указ.

Говоря о возможных опасностях гостевого режима, остановимся подробнее на том, для каких детей эти риски максимальны.

ДЕТИ, ДЛЯ КОТОРЫХ ГОСТЕВОЙ РЕЖИМ С НАИБОЛЬШЕЙ ВЕРОЯТНОСТЬЮ ОКАЖЕТСЯ ТРАВМОЙ

Дети маленького возраста

Ребенок-дошкольник и ребенок 7-8 лет будет с высокой вероятностью воспринимать возвращение из гостей в учреждение как «возврат», получая всякий раз новую травму в дополнение к предыдущим. Чем младше дети, тем меньше они в состоянии руководствоваться рациональным подходом к ситуации, у них эмоциональное восприятие стоит на первом месте, и для них попадание в домашнюю атмосферу с наибольшей вероятностью актуализирует надежды остаться в семье навсегда. При этом важно не ориентироваться только на паспортный возраст детей: задержка в развитии у всех детей-сирот очень индивидуальная, порой и достаточно взрослый по формальным/внешним признакам ребенок эмоционально находится на уровне развития дошкольника.

Дети с опытом возвратов из семей

Чем больше у ребенка в истории случаев возврата в учреждение, тем больше он травмирован и тем опаснее добавить ему новых негативных переживаний в отношениях со взрослыми. Или же у ребенка могли быть ранее в опыте «гости» как этап «присматривания» к нему потенциальной семьи. Далее сценарий мог быть разный: ребенок мог быть помещен в семью, а потом его вернули; или могло быть немало неудачных «гостей», когда ребенка собирались брать в семью, но в итоге не брали.

У всех этих детей «гости» будут вызывать много переживаний, они могут всеми силами стараться понравиться и попасть-таки в гостевую семью насовсем. С такими детьми в принципе сложнее выстраивать границы и устанавливать ясные и доверительные отношения, потому что в их истории жизни может быть немало случаев обмана, предательства и потерь именно со стороны взрослых. При каждом новых «гостях» у них могут всплывать сложные чувства, связанные с прошлым опытом — и тогда гостевая семья волонтера может получить «по счетам» прошлых взрослых, вернувших ребенка или пропавших из его жизни на этапе «гостей».

Дети, с которыми очень сложно идет установление отношений

Например, ребенок продолжает оставаться в ходе долгих месяцев регулярного общения непредсказуемым, с перепадами настроения и проявлениями противоречивого отношения к наставнику. Он не может соблюдать правила и договоренности, не перестает «проверять» взрослого и его границы и т. д. Не стоит питать надежды, что в такой ситуации добавление к отношениям формата гостевого режима поможет резко наладить отношения и упростить наставнику взаимодействие с ребенком. Трезвая оценка ситуации будет такой: этот ребенок явно имеет проблемы в установлении близких постоянных отношений, и ему требуется более длительное время для выхода на стабильный уровень общения. Введение гостевого режима до выхода отношений на устойчивый уровень может еще больше взбудоражить ребенка и усложнить его отношения с наставником. При этом не обязательно у такого ребенка в его биографии были какие-то ужасающие факты, приведшие к такой его особенности. У всех людей разная чувствительность к стрессовым ситуациями (на это влияют как особенности самого человека, так и внешние факторы), так что ребенок мог быть сильно травмирован и одним серьезным событием раннего детства. Также не стоит забывать о разных формах нарушения привязанности (см. главу «**Психологические особенности детей-сирот**»).

Однако необходимо отметить, что в детских домах есть дети, которым гостевой режим может принести скорее пользу, чем новые разочарования.

ДЕТИ, ДЛЯ КОТОРЫХ ГОСТЕВОЙ РЕЖИМ НЕСЕТ МИНИМУМ РИСКОВ

Как уже упоминалось ранее, с одной стороны, важен возраст ребенка и накопленный им жизненный опыт общения со взрослыми. Меньше всего рисков причинить новые травмы за счет гостевого режима тому ребенку, который имеет минимум травматического опыта в своей истории и достаточно зрел с точки зрения эмоционального развития. Почему речь идет о минимуме негативного опыта: к сожалению, у всех детей в детском доме есть одна общая травма — потеря возможности жить со своими кровными родственниками. Но если на эту огромную потерю не накладываются дополнительные разочарования и травмы, то это более благоприятно для развития ребенка. Также существенно отметить, что меньше всего риск пробудить несбыточные надежды на семью (за счет гостевого режима) для того ребенка, у которого сохраняется постоянный контакт и общение с кровными родственниками.

Например, кто-то регулярно приходит в детский дом, или сам ребенок время от времени бывает у своих кровных родственников. Бывает так, что кровная семья не планирует и не может забрать ребенка из учреждения, но за счет постоянного контакта связи сохраняются, у ребенка есть принадлежность к его роду, его семье, и после выпуска из учреждения он планирует эти контакты продолжать. При такой ситуации — сохранения идентичности, прочно связанной со своей кровной семьей в течение долгого времени у достаточно взрослого ребенка — у него может и не быть потребности в какой-то другой семье. Тогда для него «гости» действительно являются «гостями» и сменой обстановки, а не поводом для страданий и нереалистичных надежд.

Выше много говорится о гостевом режиме с точки зрения визитов ребенка домой, в гости к наставнику. И в этом отношении обсуждаются противоречивые моменты: будет ли от этого больше пользы для ребенка или больше рисков? Но в формате гостевого режима есть и другие интересные возможности, кроме приходов домой.

КАК ИСПОЛЬЗОВАТЬ ГОСТЕВОЙ РЕЖИМ С ПОЛЬЗОЙ ДЛЯ РЕБЕНКА И С МИНИМУМОМ НЕГАТИВНЫХ ПОСЛЕДСТВИЙ?

Стоит подумать о том, что гостевой режим не обязательно использовать для приглашения ребенка к себе домой. Особенно если у волонтера нет уверенности, что он справится со всеми возможными рисками этого мероприятия, а также нет уверенности, что ребенок не будет повторно травмирован. Остается интересный вариант выходов вместе с ребенком за пределы учреждения, где он пребывает.

Цели таких вылазок и прогулок могут быть самыми различными, в зависимости от интересов ребенка, отношений наставника с ребенком и совместных целей, которые они сформулировали. Это могут быть и просто прогулки, и познавательные мероприятия: например, посещение дней открытых дверей в колледжах; тренировка самостоятельного ориентирования в городе при поддержке наставника; посещение мероприятий, интересных ребенку; тренировка важных социальных навыков (обратиться на улице с вопросом к постороннему человеку; выбрать что-то в магазине себе или в подарок другу) и пр.

Подобный формат предоставит ребенку регулярную возможность получать опыт социального взаимодействия в естественных условиях. Конечно, это несопоставимо по масштабу с тем, что ребенок мог бы получить при проживании в семье, но это даст реальный опыт, пусть и «точечный», который может потом позитивно отозваться в его самостоятельной жизни.

Самое время вспомнить теперь о самом волонтере-наставнике. Какие «противопоказания» к гостевому режиму есть с этой стороны?

КОГДА НАСТАВНИКУ НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ ОФОРМЛЯТЬ ГОСТЕВОЙ РЕЖИМ НА РЕБЕНКА ПО ПРИЧИНАМ, СВЯЗАННЫМ С САМИМ ВОЛОНТЕРОМ?

- Если есть серьезные сомнения в том, что наставник сможет продолжать общение с ребенком в течение длительного срока (1-2 года), или нет уверенности, что волонтер сможет регулярно контактировать с ребенком. Тогда не рекомендован гостевой режим, так как это претензия на более плотный контакт, и в случае его внезапного прерывания негативных последствий для ребенка будет больше.
- Другим важным препятствием является неопределенность отношений волонтера с ребенком, когда начинают возникать мысли больше «родительского» плана, чем наставнического; когда наставник начинает эмоционально все больше втягиваться в жизнь ребенка, теряет контроль над ситуацией и пр. Опасно пойти на поводу у эмоций и на такой волне оформить гостевой режим. Эту ситуацию важно отследить и сначала разобраться в своих собственных чувствах и намерениях (см. главу «**Если возникла мысль о приемном родительстве...**»).

Описав основные возможности и риски гостевого режима, перейдем к непосредственным шагам при принятии решения об оформлении таких отношений с ребенком.

ОФОРМЛЕНИЕ ГОСТЕВОГО РЕЖИМА: КОГДА? КАК?

Первый шаг. Обсуждение с куратором

Сначала наставнику стоит обратиться с размышлениями о гостевом режиме к куратору проекта и проговорить все с ним. Возможно, вместе они решат подключить к обсуждению психолога проекта или психолога учреждения, хорошо знающего ребенка (если есть контакт с таким специалистом). Основная задача — понять, насколько именно этому ребенку подойдет формат отношений в гостевом режиме, и может ли это включать гости домой или только прогулки за территорией учреждения.

Второй шаг. В какой момент?

Настоятельно не рекомендуется в самом начале знакомства с ребенком бросаться оформлять гостевой режим для выходов ребенка за территорию. Почему? Потому что сначала необходимо выстроить отношения, должно пройти определенное время, чтобы обе стороны утвердились в том, что у них что-то получилось наладить, чтобы пропали первые страхи и неуверенность. Гораздо хуже начать с многочисленных обещаний и бонусов, а потом понять, что вообще не складываются отношения с данным ребенком, и прервать контакт. Также важно, что за первое время общения выстраиваются определенные границы, ребенок может разными способами проверять на прочность взрослого. За это время наставник лучше узнает ребенка, его слабые и сильные стороны и сможет принять более ответственное и взвешенное решение о том, стоит ли именно для этого ребенка организовывать выходы за территорию путем оформления гостевого режима.

В чем опасность поспешного оформления гостевого режима: отношений еще нет, ребенок мало знаком взрослому, и совершенно неизвестно, с каким поведением наставник столкнется вне учреждения. При этом полную ответственность за ребенка во время таких выходов несет на себе волонтер. Поэтому это элементарно небезопасно. И для ребенка в отсутствие сложившихся отношений значительно меньше поводов прислушиваться к мнению малознакомого взрослого, а гораздо больше искушение воспользоваться новой степенью свободы в своих целях. Также возникает риск стать для ребенка взрослым из категории «спонсор»: стать человеком, с которым нет никаких отношений, но от которого можно получать что-то нужное для себя. А это совсем не та цель, которая стоит перед наставником. Поэтому так звучит важное правило:

**сначала отношения, а потом уже
планирование ситуаций, где наставник несет
ответственность за ребенка**

и в которых потребуются управлять поведением ребенка, договариваться с ним и многое другое.

Рекомендуемый срок отношений до оформления гостевого режима — как минимум 6 месяцев регулярного общения. Для некоторых пар «наставник — ребенок» срок может оказаться более длительным, и это совершенно нормально.

Третий шаг. Сообщение ребенку

На разных этапах оформления документов могут возникнуть проблемы и препятствия: взаимодействие с опекой по месту проживания волонтера, взаимодействие с администрацией учреждения. В связи с этим не стоит начинать говорить ребенку про новые возможности до того, как будет завершено оформление документов и получено согласие администрации. Когда дело дойдет до сообщения ребенку, то говорить ему о новых возможностях лучше сразу же четко, с указанием приблизительной частоты «гостей»/выходов за территорию. Должны быть также четко озвучены правила этих прогулок/выездов. Это не означает, что у ребенка в этом вопросе не будет возможности никак проявить инициативу — напротив, содержание прогулок и их планирование важно проводить совместно, но рамки возможного, т.е. пределы, должен задавать наставник. Также четкость и ясность условий с самого начала и их дальнейшее соблюдение наставником позволит ребенку легче встроиться, меньше тревожиться, меньше пытаться продавливать границы.

Возможен такой поворот событий: наставник будет говорить с ребенком про возможность прогулок, а тот станет проситься в гости. Наставник, к примеру, не планировал приглашать ребенка к себе домой. Что делать? Важно заранее представить возможные вопросы ребенка на этот счет и запастись вариантами ответа. Необходимо будет донести до ребенка главное: что дело не в нем, а в возможностях волонтера, чтобы у ребенка не было искушения считать себя просто-напросто «недостойным» гостем. Сформулировать это можно теми словами, которыми самому наставнику будет комфортнее. Например: «Знаешь, я вижу, как тебе хотелось бы, чтобы мы не просто выходили куда-то прогуляться. Но, к сожалению, ходить ко мне домой в гости не получится. Это никак не связано с тобой, с тем, как мы общаемся. Это мои обстоятельства, и у меня нет возможности приводить тебя к себе домой в гости. Но я думаю, что мы можем спланировать много всего интересного для наших совместных прогулок/выездов...» — и дальше перейти непосредственно к планированию ближайшей прогулки. Насколько подробно объяснять ребенку свои обстоятельства, мешающие звать его в гости, — личное дело каждого волонтера. Главное заранее продумать, что и как волонтер готов сообщить ребенку, чтобы не быть застигнутым врасплох.

Четвертый шаг. Финансовый вопрос

В связи с гостевым режимом надо предвидеть вопрос о финансовых тратах. С одной стороны, выходы за забор учреждения неминуемо повлекут за собой расходы. Наставнику хорошо бы заранее наметить для себя реалистичную сумму и не превышать ее. Также возможны просьбы ребенка: что-то купить, куда-то сходить. Лучше заранее понимать, на какой диапазон затрат наставник готов пойти, а на какой нет. И тут важно не переборщить, потому что если из-за страха/неудобства отказать начать соглашаться на многое, то есть немалая опасность испортить отношения. Ребенок начнет терять представление о границах, будет просить все больше, чувствуя слабые места взрослого. Взрослый может начать внутренне раздражаться, так как внезапные затраты могут нарушить его личные финансовые планы. Ничего полезного для ребенка в этой ситуации не будет. Кроме того, акцент с отношений может сползти на материальную заинтересованность ребенка во встречах. Если говорить про взаимный вклад в отношения, то можно иметь в виду, что во многих учреждениях дети получают карманные деньги с определенного возраста. Тогда можно предлагать во что-то вложиться вместе, и это будет полезным опытом. Если наставник знает о себе, что он вообще с трудом отказывает, то необходимо заранее потренироваться в этом важном умении.

УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ



Вместе с другим волонтером-наставником или с кем-то из друзей устройте ролевую игру, в которой один берет на себя роль ребенка, а другой – роль волонтера-наставника. Разыграйте в разных вариантах диалоги с просьбами ребенка и ответами взрослого, когда приходится отказать в чем-то. Ролями необходимо время от времени меняться. В конце обсудите впечатления каждой стороны: кто как себя чувствовал в разных ролях; какие слова было комфортно говорить и слушать, а какие нет. Такая тренировка может помочь не быть застигнутыми врасплох просьбами со стороны ребенка, а также поможет заранее поискать комфортные и не обижающие ребенка ответы.

Завершая обсуждение такой сложной темы, как гостевой режим в отношениях наставника с ребенком, еще раз хочется остановиться на том, что каждая ситуация уникальна, каждые отношения неповторимы. Поэтому решение о возможности и пользе гостевого режима и его предпочтительном формате должны рассматриваться в каждом случае индивидуально.

Если возникла мысль о приемном родительстве...

*Этот ребенок не идет у меня из головы, и мне хочется
существенно изменить его жизнь*



В начале данного пособия уже упоминалось, что изначально не стоит идти волонтером к детям, имея мысли о приемном родительстве. Повторно на этом здесь останавливаться не будем. Но бывает так, что человек искренне пришел помогать детям-сиротам в качестве волонтера, а уже в процессе начинает чувствовать, что слишком втягивается, начинает переживать за судьбу конкретного ребенка, который не идет из головы, начинает чаще приезжать и вообще усиливает интенсивность общения (значительно превышая время, отводившееся поначалу под наставничество) и т.д. Самое главное — вовремя заметить и отследить это свое состояние. Само по себе это еще не свидетельствует о сложившемся намерении человека стать приемным родителем. Скорее это стоит воспринимать как «сигнал» о том, что пора разобраться в том, что происходит с наставником с точки зрения его эмоционального состояния и его отношений с ребенком. Для начала надо понять, не произошло ли смещение с роли наставника и нарушение границ отношений (см. главу «**Обязательства наставника и организационные моменты**»). Может быть, наставник не удержал в какой-то момент границы под натиском ребенка или сам спровоцировал переход отношений в некий другой статус, больше похожий на «детско-родительский», и ему необходима помощь по возвращению ситуации в прежнее русло. В таких случаях следует обратиться за помощью к психологу или куратору проекта.

Другой вариант — когда человек понимает, что действительно хочет помочь данному ребенку выстроить его жизнь, став для него приемным родителем. Часто такой поворот событий тоже начинается не с мыслей о собственно приемном родительстве, а с изменения степени эмоционального включения в жизнь ребенка, неосознанно происходящего «затягивания». Что делать в такой ситуации? Первый шаг — сообщить куратору проекта про возникшие новые обстоятельства. Куратор поможет для начала организовать индивидуальную консультацию

с психологом, чтобы наставник смог определиться, это только сильный порыв чувств или зреющее серьезное намерение. Если приемное родительство для наставника невозможно по тем или иным причинам, то дальнейшая помощь будет направлена на то, чтобы помогать волонтеру замечать свои чувства и справляться с ними, сохраняя свою роль наставника в отношении ребенка, оказывая ему посильную помощь в жизни, исходя из данной роли.

Если же окажется, что наставник серьезно рассматривает возможность стать приемным родителем для своего подопечного ребенка, то порядок действий должен быть другим. Самое опасное в данной ситуации: дать ребенку, сознательно или неосознанно, надежду на семью, которая потом может не реализоваться. Это нанесет реальный вред ребенку, станет серьезной повторной психологической травмой. Поэтому наставнику надо будет определиться, способен ли он сохранять позицию наставника и общаться с ребенком в этом качестве (не давая никаких ложных надежд!) в течение того времени, когда он будет проходить школу приемных родителей, собирать документы, получать согласие на прием ребенка в семью своих близких, получать направление на данного конкретного ребенка... Почему это важно?

Путь от мысли о приемном родительстве к собственно приему ребенка в семью состоит из нескольких этапов. Практически на любом из них могут возникнуть препятствия, которые не всегда оказываются преодолимыми, или может произойти перемена в позиции самого взрослого. Например: в ходе прохождения школы приемных родителей потенциальный кандидат может получить такую информацию или пережить такой эмоциональный опыт в ходе упражнений и ролевых игр, который приведет его к мысли о том, что приемное родительство не для него. И правда, далеко не у каждого человека есть призвание и ресурс на приемное родительство, и в этом нет ничего плохого. Лучше заранее получить максимум информации и взвесить свои силы, чем потом переживать развал мечты и психологическую травму — свою и ребенка — в случае возврата его в детский дом. Далее, могут возникнуть проблемы при сборе документов; или кто-то из родственников, проживающих на одной площади с кандидатом в приемные родители, будет резко против и не даст своего согласия; или возникнут кровные родственники ребенка, желающие оформить родственную опеку; или успеет появиться другая семья с готовыми документами на данного ребенка и пр. При любой из этих ситуаций, если ребенок был уже заранее обнадужен волонтером, а потом эта надежда будет отнята — ребенку будет нанесён болезненный удар, и ответственность за это будет на самом волонтере.

В связи со всем сказанным важно понимать: предлагать ребенку семью можно лишь пройдя все этапы и точно зная, что наставник сможет забрать ребенка из детского дома в обозримое время.

Если наставник понимает, что не сможет во время прояснения для себя идеи о приемном родительстве сохранять роль наставника в общении с ребенком, не выдавая своих намерений, то это надо честно обговорить с куратором и психологом проекта и спланировать плавный переход ребенка к новому наставнику (см. главу «**Завершение отношений или варианты поддержания отношений в дальнейшем**»). Основная ответственность всех взрослых, контактирующих с детьми-сиротами — не навредить им, не добавить проблем к их и без того непростому существованию. Если же наставник чувствует в себе силы справиться с такой ситуацией, то он может продолжать быть наставником для ребенка в период определения своих планов на будущие отношения с ним.



УПРАЖНЕНИЕ К РАЗМЫШЛЕНИЮ НАД СОБСТВЕННЫМ ОПЫТОМ

Вспомните ситуацию из своего детства, когда кто-то из близких вам взрослых пообещал вам что-то очень важное для вас (чего вы очень ждали, о чем мечтали и пр.), а потом не сдержал слово или не выполнил обещанное. Как вы себя чувствовали? Как долго ждали, верили и надеялись? Как долго потом переживали, когда поняли, что обещанное не состоится? Справлялись ли вы с этим горем сами, или кто-то поддерживал вас? Как потом вы относились к этому конкретному человеку и вообще к обещаниям взрослых?

Сопоставьте потом свой личный жизненный опыт с ситуацией ребенка-сироты: учтите и масштаб его надежд на семью, и количество пережитой боли и разочарований, и отсутствие понимающего близкого взрослого. Попробуйте представить, что почувствует он в случае не состоявшегося, но обещанного и горячо ожидаемого переезда в семью. Также подумайте о том, как он отнесется к тем людям, которые появятся в его жизни после этого несостоявшегося семейного устройства с тем же намерением — взять его к себе.

Завершение отношений или варианты поддержания отношений в дальнейшем

*Что будет в конце проекта? А надо ли прощаться?
Не травмирую ли я этим ребенка?*



На первый взгляд может показаться странным, что отдельно обсуждается завершение отношений с ребенком. Ведь основная идея в том, чем полезно для детей правильно выстроенное общение с наставником. Казалось бы, при чем тут прощение? Но если вдуматься, то это оказывается крайне важной темой.

Во-первых, изначально время участия в проекте ограничено некоторыми временными рамками (рекомендуемая минимальная продолжительность общения — 2 года), и это реалистично. У наставников есть свои жизненные планы и обстоятельства, и это нормально — понимать, что с какого-то момента роль наставника уже не будет вписываться в повседневную жизнь. Но одновременно для достижения полезных для ребенка результатов это общение не должно быть слишком коротким, иначе не сложатся доверительные близкие отношения. Поддержка ребенка должна охватывать какой-то его жизненный этап. В этом случае завершается двухлетний период, запланированный изначально на наставничество — определенный этап жизни прожит, достигнуты поставленные с ребенком цели.

Во-вторых, надо признать, что в экстренных случаях общение с ребенком может прерваться досрочно. Например, наставник вынужден переехать; имеют место серьезные семейные обстоятельства, требующие полного включения, и пр. Это случай внезапных перемен обстоятельств в жизни наставника, по причине которых он выходит из проекта. В итоге получается, что изначально проект наставничества подразумевает этап расставания, запланированный по срокам, или более внезапный (что, конечно, сложнее первого варианта).

Чем сложно расставание? Рассмотрим отдельно обе стороны отношений — ребенка и его наставника.

Для детей из детских домов расставание/прощание со значимым человеком может быть очень сложным по многим причинам. Ребенок уже пережил много потерь и разочарований в прошлом. Начнем с того, что он потерял свою кровную семью. Даже если к нему время от времени ходят в детский дом родственники, все равно он потерял возможность жить с ними, расти и быть любимым собственными родителями и другой родней. Эту потерю и боль не стоит недооценивать, а также лучше иметь в виду тот факт, что редко это расставание прояснено (причины; что было с семьей в тот момент; чья это была ответственность и пр.) и пережито ребенком. Как правило, это остается большой раной, которая сама по себе, без чуткой помощи близких взрослых не заживает. Ребенок может только стараться абстрагироваться от этих тяжелых переживаний, но каждая новая ситуация потери/разлук рискует пробудить все те спрятанные чувства. Поэтому разрыв отношений может вызывать бурю очень сильных переживаний.

Кроме того, ребенок мог пережить и другие травмирующие расставания, возможно, многократные: возвраты из приемных семей; неудавшиеся знакомства и «гости» в потенциальные приемные семьи; разлука с нянечками/воспитателями/другими сотрудниками, с которыми у ребенка могли успеть сложиться близкие отношения в учреждениях (сотрудники увольняются или уходят на пенсию; сам ребенок перемещается в другое учреждение и т.д.). Все эти случаи только усиливают боль, учат ребенка никому не доверять, дают понять, что все отношения рано или поздно прервутся, причем болезненно. Сложность этих примеров из прошлого опыта ребенка еще и в том, что во всех приведенных ситуациях, как правило, взрослые не понимают, что ребенку надо помочь понять происшедшее, объяснить его причины и помочь пережить. Поэтому опыта нормальных расставаний у детей в детских домах почти никогда не бывает. Чаще всего это просто «пропадание» людей из жизни ребенка без всяких пояснений, без прощания. Это оставляет детей не только с болью и обидой, но и с большим простором для фантазий о причинах случившегося. К чему это приводит? В силу особенностей мышления детей и в их специфической жизненной ситуации это сводится к следующим основным идеям: «Я плохой, поэтому они ушли/пропали», «Я никому не нужен», «Меня нельзя любить» и т.д. И каждый новый пропавший из жизни важный человек только подтвердит эти подозрения...

Также у ребенка возникает ощущение, что он не контролирует то, что происходит в его жизни. С ним все время что-то происходило, но как бы «само собой»: его куда-то перемещали, перевозили с места на место без всяких объяснений (из кровной семьи в учреждение; из одного казенного дома в другой; в больницы, санатории, лагерь...).

Люди внезапно пропадают из их жизни без возможности попрощаться с ними, понять причины происшедшего. В результате дети получают опыт того, что все отношения не постоянны, в любой момент они резко прекратятся. Следовательно, на людей нельзя полагаться, лучше не привыкать к ним и не доверять им, чтобы потом не было больно от расставания. И, как уже было многократно сказано, дети очень часто начинают считать самих себя виноватыми в том, что они никому не нужны и никому не интересны, поэтому никто не задерживается в их жизни.

После такой информации может показаться, что это просто кошмар — начинать общаться с ребенком, заранее зная, что в определенный момент это все точно завершится! Значит ли это, что наставник неминуемо травмирует ребенка? Нет. Точнее, все зависит от того, насколько сам наставник готов помочь ребенку получить другой опыт расставания, не такой, как в его прошлом. Самое плохое, что можно сделать — это внезапно пропасть из жизни ребенка — «уйти по-английски», не прощаясь. Навскидку может казаться, что это хороший вариант, потому что так не придется «размазывать» и обсуждать сложные переживания, и тем самым якобы уберечь ребенка от лишних волнений. А по факту получится, что наставник подтверждает и усиливает весь болезненный «багаж» ребенка по части разлук, так как он просто становится очередным пропавшим/сбежавшим взрослым, одним из многих, что не только обесценит весь имевшийся опыт позитивного взаимодействия с наставником, но и добавит вес подозрениям ребенка о собственной никчемности и ненужности. Что же тогда надо предпринять, чтобы расставание не ретравмировало ребенка? Ниже подробно представлен рекомендуемый порядок выстраивания прощания, но сначала необходимо поговорить и о второй стороне отношений — *самом наставнике*.

Для начала надо признать, что и у каждого из нас, взрослых людей, есть свой собственный опыт расставаний и завершений отношений — в чем-то положительный, в чем-то отрицательный. Необходимо понимать свои чувства, связанные с данной темой, потому что в ситуации прощания этот жизненный опыт неминуемо всплывет. Оказание помощи ребенку из детского дома требует немалого мужества от самих взрослых: иметь силы столкнуться с тяжелыми переживаниями ребенка, быть готовыми к пробуждению своих переживаний. Нередко желание взрослого человека пропасть из жизни ребенка без обсуждений связано как раз с тем, что для него самого тема прощаний болезненна и не прояснена, вызывает много не самых приятных воспоминаний, и хочется избежать этого всеми силами. Но так мы не только не поможем ребенку из детского дома, а скорее навредим.

Итак, усилия по правильному выстраиванию отношений и их адекватному завершению — ответственность исключительно взрослого. Конечно, в отношениях, как уже звучало, есть всегда две стороны, поэтому вклад и отклик ребенка также крайне важен, но ведущая роль в выстраивании процесса остается за взрослым человеком.



УПРАЖНЕНИЕ К РАЗМЫШЛЕНИЮ НАД СОБСТВЕННЫМ ОПЫТОМ

Вспомните свой опыт по расставанию со значимыми людьми — это может быть как в детстве, так и во взрослом возрасте (дружеские или родственные, или романтические отношения). В тех случаях, когда отношения прекращались не по вашей инициативе, всегда ли вам было понятно, почему это произошло? Были ли случаи, когда вы со второй стороны могли все подробно проговорить, в том числе все то хорошее, что привнесли эти отношения в вашу жизнь? Если вы были ребенком, помогали ли вам взрослые понять происходившие перемены в составе семьи/окружении близких взрослых? Если были случаи, когда отношения прерывались внезапно, как много сил и времени уходило у вас на размышление о том, почему это произошло, и на переживания? Часто ли вы старались забыть и вычеркнуть не сложившиеся отношения полностью, включая не только плохое, но и хорошее, что в них было? Часто ли приходили в голову мысли о том, что это с вами что-то не так и в этом причина?

Размышляя об этом опыте, обращайте внимание на всплывающие чувства и мысли. Обратите внимание, в каких случаях вам было легче понять и пережить расставание, и что именно помогало. Если в процессе выполнения упражнения начнет всплывать сложный опыт, с которым вам сложно справиться, не стесняйтесь обратиться за помощью к кому-либо, кому вы доверяете (друзьям или родственникам, психологу, священнику и т.д.).

Рассмотрев сложности, которые могут возникать при прощании со стороны ребенка и со стороны взрослого наставника, обратимся к описанию тех моментов, которые важно учесть при планировании не травматичного завершения отношений. Это описание касается как организационных, так и содержательных моментов.

КАК ПРАВИЛЬНО ОРГАНИЗОВАТЬ ПРОЩАНИЕ/ ЗАВЕРШЕНИЕ ОТНОШЕНИЙ С РЕБЕНКОМ?

- В случае досрочного выхода наставника из проекта в связи с внешними жизненными обстоятельствами важно заблаговременно

поставить куратора проекта в известность о ситуации. Желательно сообщить об этом не менее чем за месяц. Тогда за это время может быть найден новый наставник, и может быть проведено честное и не травматичное для ребенка и для наставника расставание с постепенным знакомством ребенка с новым наставником.

- Это нормально, что у наставника в связи с грядущим расставанием могут возникать сложные чувства, особенно если выход из проекта досрочный. Может быть неловко сообщить об изменении планов куратору, так как возникает чувство вины, что не получилось полноценно реализовать задуманное; чувство неловкости и вины перед ребенком; переживания о том, не нанесет ли эта ситуация дополнительных травм ребенку... Важно не поддаваться этим переживаниям: минимизировать ущерб от ситуации для ребенка можно не внезапным исчезновением, а, напротив, проведя все честно и открыто, пояснив настоящие причины (не связанные с самим ребенком!), сняв у ребенка подозрения в его «плохости» и «неинтересности» для вас; сохранив для него все то хорошее, что было в ваших с ним отношениях.
- Наставнику должна быть предоставлена индивидуальная помощь и поддержка со стороны куратора проекта и психолога в ходе выстраивания процедуры прощания и перехода ребенка к новому наставнику (если это запланировано).
- О предстоящей разлуке необходимо сообщать ребенку заранее, чтобы оставались еще несколько встреч, которые наставник спланирует совместно с ребенком. Также эти встречи важны для прояснения чувств и переживаний обеих сторон в связи с завершением общения и для подведения итогов — «собираения» всего хорошего и ценного, что каждый получил в этих отношениях.
- Наставнику необходимо будет рассказать ребенку о причинах завершения отношений, чтобы он точно не имел искушения связать это с собой/своим поведением. Если запланированное время проекта подходит к концу, то это один вариант: важно, что в самом начале установления отношений с ребенком сроки общения и его цели оговариваются. И тогда это время подведения итогов, достигнутых результатов и пр. В случае досрочного завершения общения потребуются честно озвучить свои личные причины, а также переживания и чувства в связи с прощанием и быть готовым принять разные чувства и переживания ребенка.

При сложившихся близких отношениях с наставником ребенок неизбежно будет переживать прощание. И это нормально для любого человека — расстраиваться в такой ситуации. Но то, как это будет пережито ребенком, во многом зависит от поведения и реакций наставника на слова и действия ребенка.

Расстройство ребенка может выражаться самым разным образом: от показного равнодушия до проявлений злости/агрессии или снижения настроения и жизненной активности. Не стоит «вестись» на показное равнодушие или злобу ребенка, особенно если до этого отношения были близкие и доверительные. Это означает только защитную реакцию, а вовсе не отсутствие значимости отношений для ребенка. Припомните, сколько раз и мы, взрослые люди, применяли в жизни все те же самые способы, когда не хотели показать свои истинные переживания другому человеку. В общении с ребенком важно показать, что наставник понимает причину той или иной реакции ребенка и то, что за этим стоит. Лучше всего это проговорить, сказав, в том числе, и о своих собственных переживаниях.

- Пример:**
- Ты знаешь, иногда так трудно становится, когда приближается пора прощаться, что это не хочется переживать или показывать кому-то. Тогда люди делают вид, что им все равно. У меня тоже так бывало... А сейчас я чувствую, как мне грустно, что время нашего общения подходит к концу... В то же время я очень рад(а), что знаю тебя и что было столько интересного за время нашего с тобой общения. Например,...
 - Я понимаю, что тебе может быть очень-очень тяжело от того, что наше знакомство подходит к концу. Ты можешь испытывать сразу и грусть, и обиду, и злость... Это нормально! Если хочешь, ты можешь сказать мне, что ты чувствуешь сейчас. Если не хочешь, то это тоже вариант. Но знай, что я готов(а) в любой момент обсудить твои мысли и переживания, попробовать понять и поддержать тебя.

И так далее, вариации могут быть разными. Основное: наставник дает понять, что видит происходящее с ребенком и старается понять его состояние; показывает честно свои чувства. Не самый хороший вариант — «повестись» на внешнюю реакцию ребенка и обижаться в ответ на его показное равнодушие или отвергать в ответ на проявления возникшей злости/агрессии. В этом случае взрослый

реагирует на внешнюю сторону поведения, а не на истинные чувства, а также пополняет негативный опыт ребенка по части непонимания и отвержения его другими людьми.

- На последних встречах важно не только честно делиться своими переживаниями, но и вспомнить все то хорошее, что было в отношениях: все маленькие достижения и успехи ребенка; все то, что в нем наставнику очень нравилось за время общения; сказать, что дало наставнику это общение, что поменялось в его жизни или в нем самом благодаря знакомству с ребенком; помочь ребенку выразить, что для него было наиболее важным в этом общении и что он хотел бы сохранить из полученного опыта. Не стоит сосредотачиваться на обсуждении прошлых проблем или промахов, рекомендациях по поведению — это рабочие моменты, которые так или иначе уже пройдены и из которых также извлечен некий полезный жизненный опыт.
- В случае досрочного выхода из проекта оптимальна ситуация, когда наставник будет сам знакомить ребенка с его новым наставником, помогая им начать общение. Конечно, предварительно необходимо обсудить с ребенком, как это описано выше, причины того, что наставник не сможет продолжать общение с ребенком, и чувства обеих сторон. Потом уже оговаривается возможность познакомиться с новым потенциальным наставником. Новому наставнику до непосредственного знакомства с ребенком необходимо подробно рассказать о ребенке: что он любит/не любит; личностные особенности; в чем его сильные стороны и сложности; особенности общения и установления контакта и т.д. Знакомить ребенка с новым наставником лучше лично, и хорошо, если потом в ходе первых встреч ребенка с новым волонтером прежний наставник еще сохранит контакт с ребенком, спрашивая его о впечатлениях, о том, что ему нравится и что ему сложно в этих новых отношениях и пр. Так смена наставника произойдет плавно, наилучшим для ребенка образом.
- Если наставник понимает, что не будет в дальнейшем поддерживать удаленно или как-то иначе контакт с ребенком, то ни в коем случае нельзя это обещать. Порой такие обещания вызваны чувством вины и переживаниями о ребенке: «Вот он спрашивает, будем ли мы общаться и увидимся ли когда-то еще, а как же я скажу ему «нет»?! Обижу/расстрою/травмирую...» Так рождается «ложь во благо», которая, к сожалению, никогда не оборачивается благом для ребенка.

Он начинает ждать, и когда обещания не сбываются, ощущает предательство и обман, и это может перечеркнуть все то хорошее, что было в отношениях с наставником, ведь он «оказался таким же, как все остальные взрослые, предателем и обманщиком». Гораздо правильнее будет честно отвечать на вопросы ребенка, поясняя, что, например, вряд ли получится увидеться в дальнейшем, но что это никак не связано с ребенком: общение с ним было важным и интересным временем в жизни наставника, опытом, который навсегда сохранится в его жизни. Но при этом у наставника не будет возможности продолжать это общение дальше в силу его собственных жизненных обстоятельств. Насколько подробно наставник будет прояснять свои личные обстоятельства ребенку — дело индивидуальное, тут уже у каждого человека свои личные границы.

- На прощание ребенку можно подарить небольшой символический подарок. Это может быть, например, совместная фотография, для которой наставник вместе с ребенком сделает своими руками рамку на одной из последних встреч. Также можно оставить ребенку небольшую открытку или письмо, в котором наставник опишет все то, что ему было интересно в общении с ребенком; что ему в нем понравилось, все замеченные за ним успехи за время знакомства; пожелания в дальнейшем добиваться поставленных целей; продемонстрирует свою веру в ребенка и в его силы, в возможное для него хорошее будущее. В этом же тексте можно написать и о том, что значило для наставника — общаться именно с этим человеком.

**Правильно выстроенное
честное прощание — это очень важный
жизненный опыт того, что отношения не проходят
зря и не пропадают бесследно. Нормальное
расставание не перечеркивает
все то хорошее, что было!**

ПРОДОЛЖЕНИЕ ОТНОШЕНИЙ С РЕБЕНКОМ ВМЕСТО ЗАВЕРШАЮЩЕГО ПРОЩАНИЯ

Также возможен и другой сценарий: когда время запланированного общения подойдет к концу, наставник может прийти к решению, что он готов продолжать и дальше столь же интенсивное общение с ребенком. В этой ситуации, само собой, организация прощания не требуется. При этом наставнику важно отслеживать, чтобы взаимодействие с ребенком со временем не сошло на нет, а если это начнет происходить, то все-таки завершить общение прощанием.

Еще один вариант: когда запланированное время участия в проекте подойдет к концу, наставник может решить, что хочет и может продолжать контакт с ребенком, но уже не такой интенсивный и более «удаленный». Существенно отличать эту ситуацию от вышеописанного случая «мне проще пообещать что-то такое, чем проститься», который не про искренние намерения поддерживать общение, а про уход от ситуации расставания. Если намерение поддерживать менее интенсивный контакт осознанное, то все это важно проговорить с ребенком и спланировать. Тем самым провести что-то вроде завершения и подведения итогов интенсивного периода общения. И кроме этого дополнительно проговорить, как технически наставник может продолжить общение с ребенком. Например, это будет только удаленное общение (интернет/телефон) или в сочетании с редкими встречами или что-то еще. До этого разговора с ребенком и давания обещаний наставнику надо самому четко продумать формат и частоту предлагаемого поддержания отношений, честно взвесив свои ресурсы и возможности. Необходимо честно спросить себя: «Готов(а) ли я в течение ряда лет с такой-то периодичностью так-то и так-то поддерживать общение с данным ребенком?». Стоит понимать, что речь идет действительно о годах, а не днях и неделях.

Также наставнику надо иметь в виду, что при переходе к новому формату общения ребенок может заново проверять границы. В чем-то это может напоминать самое начало отношений, когда ребенок также проверял наставника «на прочность», пробовал сдвигать устанавливаемые правила взаимодействия. Поэтому лучше быть готовым к некоторой встряске на время «переходного» периода. Формат и частоту общения необходимо обозначить четко, и в дальнейшем стараться этого придерживаться.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК ПЕРЕХОДИТ ЖИТЬ В ПРИЕМНУЮ СЕМЬЮ?

Может сложиться такая ситуация, когда ребенок из детского дома еще не выпустился, к нему ходит постоянный волонтер-наставник, и в это время появляется потенциальная принимающая семья. Во-первых, очень важно поведение и реакция наставника на происходящее в период знакомства ребенка с семьей. С одной стороны, у ребенка может быть много волнения и тревоги по поводу текущих событий, неопределенности, необходимости принимать свое собственное решение. Наставнику необходимо будет оказывать эмоциональную поддержку и принятие, демонстрировать понимание переживаний подростка. С другой стороны, крайне существенно, чтобы наставник показывал, как он/она рад открывающимся новым перспективам в жизни ребенка. Кроме поддержки, такая реакция поможет ребенку не попадать в ситуацию «выбора между взрослыми»: детям часто кажется, что они могут «предать» одни отношения, перейдя в другие. Задача взрослого друга-наставника показывать, что это не выбор между разными людьми: есть их с ребенком отношения, и это одна история, а есть шанс на жизнь в семье, и это совсем другие очень важные отношения. Между этими отношениями нет конкуренции или борьбы за ребенка. Если семья в итоге забирает ребенка из детского дома, то дальше события могут развиваться по-разному.

1. Семья с самого начала, еще во время знакомства с ребенком в учреждении, может не особенно понимать роль наставника в жизни ребенка или даже выказывать к этому свое негативное отношение

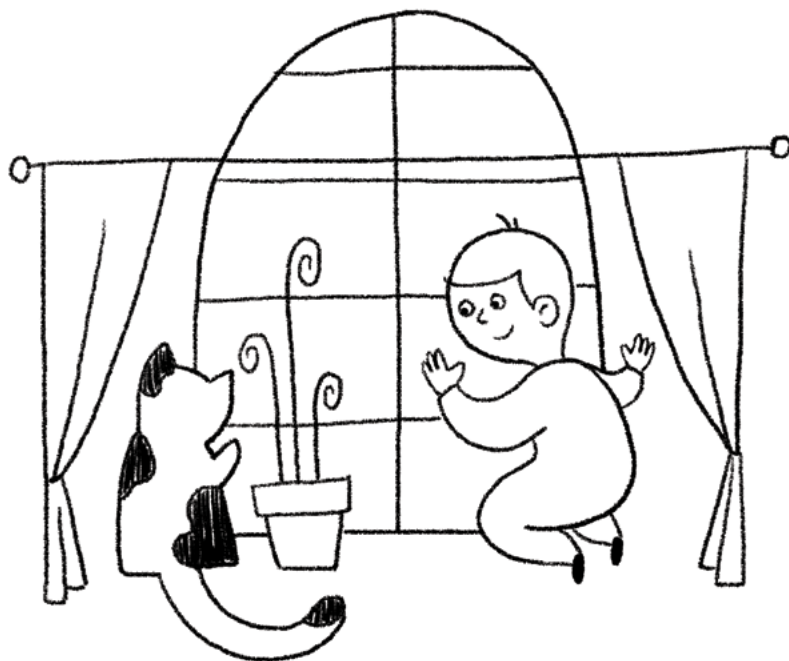
Если есть веские подозрения, что, исходя из позиции семьи, в дальнейшем не удастся поддерживать отношения с ребенком (когда он будет уже в семье), то важно успеть попрощаться с ним до перехода в семью. Завершение отношений стоит выстраивать на основе приведенных выше рекомендаций. При этом категорически не рекомендуется говорить что-то вроде «твоя семья против нашего общения, иначе я бы, конечно, продолжал(а) поддерживать с тобой контакт и после переезда в семью...». Это только помешает ребенку выстраивать отношения с новыми людьми, с семьей, которая в перспективе может многое ему дать в плане отношений и жизненного опыта. Лучше обсуждать причины в нейтральном ключе, не настраивая подростка против кого-то конкретного. Например, что в связи с происходящими важными и хорошими переменами в его жизни многое поменяется, но что общение

с наставником уже не получится продолжить. Желать ребенку успеха на новом этапе жизни, вспоминать разные хорошие моменты в отношениях, успехи ребенка за время пройденного совместного пути и т.д. У наставника могут возникать различные собственные чувства в отношении приемной семьи ребенка, но надо понимать, что разбираться со своими переживаниями следует отдельно: с помощью куратора и психолога проекта, на групповых и индивидуальных супервизиях. Не надо своими переживаниями усложнять и без того трудный переходный период самому ребенку. Кроме того, лучше не спешить осуждать семью, а попытаться представить их чувства: им важно наладить отношения с ребенком, с которым они пока мало друг друга знают, у них много своих волнений и переживаний. Им может банально не хватать моральных и эмоциональных сил для понимания в этот переходный период роли наставника в жизни ребенка, или они могут видеть в этом некую конкуренцию, ведь у ребенка с волонтером уже сложились определенные отношения, которых у семьи пока нет.

2. Другая ситуация — когда у наставника есть шанс продолжить отношения с ребенком и после перехода в принимающую семью

Тут есть существенное правило: на первое время адаптации ребенка в принимающей семье следует приостановить общение с ребенком. Конечно, это делается не «втихую», а обсуждается с семьей и ребенком. Он должен быть в курсе и знать, что это временно, на тот период, пока он привыкает на новом месте. Рекомендуются выдерживать паузу в общении на 6 месяцев. По договоренности с семьей этот период может меняться (удлиняться или укорачиваться) — все очень зависит от того, как будет складываться взаимная адаптация семьи и ребенка друг к другу. Важно, чтобы у ребенка сложилась своя иерархия отношений в семье, чтобы он усвоил принятые там правила и т.д. Делается это исключительно в интересах ребенка. Позже, когда хоть какая-то база новой жизни выстраивается, можно включать в нее отношения с наставником, делая это четко и понятно: проговаривая с семьей как частоту встреч, так и правила общения. Существенно, чтобы ребенок видел, что теперь основными взрослыми в его жизни стали родители, что они принимают все важные решения относительно его жизни, в том числе относительно частоты общения с наставником. Очень негативной для ребенка и семьи будет ситуация, когда он, например, за что-то наказан в семье и лишен временно каких-то благ или развлечений, а наставник начинает вместе с ним осуждать родителей, водить его за спиной у семьи на всякие развлечения и утешать. Тогда авторитет родителей (да и взрослых в целом)

подрывается, ребенок продолжит манипулировать взрослыми по жизни и искать «лазейки» в разных ситуациях, когда с чем-то будет не согласен. Это не научит его принимать последствия своего поведения и исправлять что-то, держаться определенных правил. Не стоит портить шансы ребенка на успешную социализацию и дальнейшую самостоятельную жизнь в обществе. Наставник должен понимать, что все основные решения в жизни ребенка принимаются отныне конкретными людьми, и даже если он в чем-то не согласен с укладом семьи, то это не повод для дискуссий с ребенком или объединения с ним вместе против его семьи. Безусловно, это может быть непросто, особенно когда ценности семьи сильно расходятся с ценностями и опытом жизни наставника, но свои непростые переживания лучше выносить на обсуждение и проработку в другом месте (супервизии, консультации у психолога, обсуждения с другими наставниками и пр.).



Список рекомендуемой литературы и видеоматериалов



КНИГИ

По теме привязанности, депривации и приемных детей

Часть книг ориентирована на прочтение приемными родителями, но пусть это не смущает — во всех приведенных источниках много интересной информации про приемных детей.

Труды, ставшие классикой:

1. Джон Боулби «Привязанность».
2. Джон Боулби «Создание и разрушение эмоциональных связей».
3. Йозеф Лангмейер, Зденек Матейчек «Психическая депривация в детском возрасте».

4. Карл Хайнц Бриш «Теория привязанности и воспитание счастливых людей» (написана очень доступно, читается легко и быстро).
5. Карл Хайнц Бриш «Терапия нарушений привязанности» (книга может тяжеловато читаться, поскольку в большей степени ориентирована на специалистов).
6. Кэрин Первис «Привязанный ребенок».
7. Н. П. Рюгаард «Дети с нарушением привязанности: теория, причины, симптомы, лечение. Указания к организации терапевтической среды для ребенка».
8. Бетси Кифер, Джейн И. Скулер «Как рассказать правду усыновленному или приемному ребенку. Как помочь ребенку осознать свое прошлое» (книга ориентирована на приемных родителей, но может быть интересна волонтерам приводимыми реальными историями и обоснованиями в пользу важности работы с историей жизни детей-сирот и приемных детей).
9. Грегори Кек, Регина Купеки «Воспитание ребенка-сироты, пережившего душевную травму» (также ориентирована на приемных родителей в первую очередь).
10. Гордон Ньюфелд «Не отпускайте своих детей».

11. Дагмар Нойброннер *«Понимать детей. Путеводитель по теории привязанности Гордона Ньюфелда»*.
12. Л. В. Петрановская *«К вам в класс пришел приемный ребенок»*.
13. Л. В. Петрановская *«Дитя двух семей»*.
14. Л. В. Петрановская *«Тайная опора. Привязанность в жизни ребенка»*.
15. М. В. Пичугина (Капилина), Т. Д. Панюшева *«Приемный ребенок: жизненный путь, помощь и поддержка»*.
16. Брюс Перри, Майя Салавиц *«Мальчик, которого растили, как собаку. И другие истории из блокнота детского психиатра»* (книга читается как художественная, написана хорошим языком, при этом все истории взяты из практики, в них очень наглядно показаны последствия психологических травм и неблагополучного детства).

По теме жестокого обращения

17. Е. И. Цымбал *«Жестокое обращение с детьми: причины, проявления, последствия»*.
18. И. А. Алексеева, И. Г. Новосельский *«Жестокое обращение с ребенком. Причины. Последствия. Помощь»*.
19. Т. М. Журавлева, Т. Я. Сафонова, Е. И. Цымбал *«Помощь детям-жертвам насилия»*.
20. М. В. Новикова *«Психологическая помощь ребенку в кризисной ситуации»*.
21. Также можно найти немало полезной информации на сайте БФ «Защита детей от насилия» zadetey.ru и на сайте Независимого благотворительного центра помощи пережившим сексуальное насилие «Сестры» sisters-help.ru/about.html.

Автобиографии

Авторы — выросшие дети, оставшиеся когда-то без кровной семьи и жившие в учреждениях, или приемные родители.

22. А. Гезалов *«Соленое детство»* (автобиография).
23. Рубен Давид Гонсалес Гальего *«Белое на черном»* (автобиография).
24. Рубен Давид Гонсалес Гальего *«Я сижу на берегу»* (автобиография).
25. Влада Сергеева *«Когда я родился, тебя не было, мама!»* (опыт приемной мамы).
26. Кэти Гласс *«Будь моей мамой. Искалеченное детство»* (опыт приемной мамы). Очень тяжелая книга — ребенком пережит крайне травмирующий опыт, от последствий которого окончательно избавиться не оказывается возможным.

27. Т. Губина *«Кузя, Мишка, Верочка и другие ничейные дети»* (опыт приемной мамы и специалиста по семейному устройству).
28. Аша Миро *«Разлученная»* (автобиографическая книга удочеренной из Индии в Испанию девушки).
29. Майя Ракита *«Дневник приемной матери»* (опыт приемной мамы).
30. Алан Филпс, Джон Лахуцки *«Дай мне шанс. История мальчика из дома ребенка»*.
31. Донна Форд *«Приемная дочь. Правдивая история об украденном детстве»* (автобиография).
32. Джаннетт Уоллс *«Замок из стекла»* (автобиография). Автор не попала в учреждение и не была изъята из семьи, но ее кровная семья не была благополучной. Описан опыт восприятия непростой жизни «изнутри», со всеми противоречивыми чувствами к кровным родителям.

ДОКУМЕНТАЛЬНЫЕ ФИЛЬМЫ^{*}

1. *«Джон» (Великобритания, 1969), Джеймс и Джойс Робертсон*

Фильм показывает влияние кратковременной разлуки с родителями на маленького ребенка. Стал одним из целой серии фильмов, в которых подробно показывалось воздействие на маленьких детей разлуки с родителями. Робертсон был коллегой Дж. Боулби, проводил многочисленные наблюдения за детьми в рамках разработки теории привязанности.

2. *«Дорога домой» (Россия, 2005)*

Документальный фильм «Дорога домой» создан в рамках проекта «Детям нужны семьи» при партнерстве трех организаций: «EveryChild», Петербургского Института Раннего Вмешательства и HealthProm. Режиссер и автор сценария — Армора Вейсон, оператор — Бамба Сахья, научные консультанты — Татьяна Морозова, Святослав Довбня, продюсеры — Стюарт Бриттен, Джоанна Роджерс, авторы короткой версии фильма — Святослав Довбня, Татьяна Морозова. Фильм рассказывает о судьбах детей, оказавшихся в доме ребенка. Основная идея создателей фильма показать, насколько разрушительно для ребенка отсутствие стабильных отношений с близким человеком и как можно помочь малышу остаться в своей семье.

^{*}Описания фильмов частично взяты с различных интернет-ресурсов. Нумерация источников соответствует нумерации фильмов: 1) new.eii.ru; 2) www.youtube.com; 3) tvkultura.ru; 4) philanthropy.ru; 5) kinote.info; 6) cdkino.ru; 7) www.film.ru; 8) changeonelife.ru; 11) urban-events.ru; 12) victoriacf.ru.

3. «Жди» (Россия, 2004), Сергей Босенко

История о семилетней девочке, мать которой лишили родительских прав. Попав в детский дом, она не может и не хочет поверить, что это надолго и продолжает ждать...

4. «Блеф, или с Новым годом» (Россия, 2009-2013), Ольга Синяева

Картина показывает систему российских детских домов изнутри.

Трилогия фильмов Елены Погребижской:

5. «Мама, я убью тебя» (Россия, 2013)

Герои фильма — воспитанники Кольчевской специальной школы-интерната для детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья. Всем им поставлен диагноз «олигофрения в степени дебильности». Поставлен автоматически — ставя его, никто из взрослых не задумывался о будущем нескольких сотен детей и подростков. Воспитатели и государство убеждены, что, предоставив кров и питание, делают детей счастливыми.

6. «Мальчишки с улицы Свободы» (Россия, 2013)

Это второй фильм цикла о сиротах. В новом фильме дети живут уже не в детском доме, а в семье. Это не фильм о том, как бывает, когда детей из детдомов усыновляют или берут под опеку. Это портрет отдельно взятой приемной семьи, со своими радостями, трудностями, спецификой. Главный герой — Александр, молодой человек, бывший волонтер в детских домах, взявший под опеку мальчика из детдома, а затем, спустя несколько лет, и его старшего брата. Он проходит через множество препятствий и преград, прежде чем ему удастся это сделать. Сам же герой, Саша, человек, который вызывает полярные реакции. Он ведет блог, в котором подробно описывает будни молодого приемного отца, со всеми нюансами адаптации и привыкания друг к другу. Общественность его за эти откровения либо поливает грязью и обвиняет во всех смертных грехах, либо активно поддерживает и дает советы. Фильм позволяет заглянуть в дом, где живут приемные дети и их отец, увидеть, как они живут, какие проблемы у них возникают, как они их решают и как отец воспитывает пацанов без женской руки.

7. «Васька» (Россия, 2015)

Герой фильма, молодой парень, Васька, был лишён всех человеческих свобод и заперт навсегда за забором инвалидного дома. С помощью добрых волшебниц он поборол государственного дракона, завоевал ту жизнь, о которой мечтал, и был вознаграждён любовью прекрасной девушки, которой много лет добивался.

8. «Темная материя любви» (Великобритания, 2012), Сара Маккарти

В фильме рассказывается о трудном процессе интеграции приёмных детей в новую семью. Герои ленты преодолевают психологические проблемы, которые встают перед каждым приёмным родителем, взявшим воспитанника из детского дома. «Тёмная материя любви» повествует о том, как супруги Диаз (американская семья), у которых уже есть дочь-подросток Кэми, усыновили 10-летнюю Машу и 5-летних Марселя и Вадима из Архангельска. До этого момента все трое детей воспитывались в детском доме. По словам автора фильма — австралийки Сары Маккарти — после первой встречи с будущими родителями Маша не расставалась с семейным фотоальбомом, который те ей подарили, и постоянно спрашивала, когда за ней вернутся.

В течение года после переезда детей к родителям за семьёй наблюдали специалисты (психологи): зритель постоянно слышит их комментарии по поводу той или иной ситуации, сложившейся в семье. А трудностей оказалось предостаточно: языковой барьер, ревность старшей сестры к младшей, неуправляемость мальчиков, доводящая до слёз приёмную мать, «закрытость» Маши, ни с кем не желающей делиться своими мыслями и чувствами. Родители вместе со специалистами просматривали видеозаписи, разбирали каждую спорную ситуацию и пытались выяснить, как помочь детям. Наконец, благодаря огромному терпению и взаимной поддержке супруги смогли стать единой семьёй со своими русскими детьми, а те — почувствовать себя дома, где их по-настоящему любят.

9. «Данный взамен» (Россия, 2013), София Гевейлер

Документальный фильм о материнской любви. Разные реальные герои рассказывают о своих историях отказа от детей, при этом порой всплывают очень личные аспекты жизненных историй, семейных ситуаций и отношений. Есть истории и о том, как мамы даже в непростых ситуациях решаются растить своих детей, а также сюжет о том, как одна семья обрела своего приемного ребенка.

- 10. «Мария. Простить и быть счастливой» (Россия, 2014), Алексей Шамраев, фильм фонда «Арифметика добра». Цикл фильмов «Успешные сироты: на ринге жизни»**

Документальный фильм, автобиография. Героиня — молодая женщина, в прошлом выпускница детского дома в Томске. В данное время у Марии есть семья, работа, счастливая жизнь. В прошлом она перенесла многое: тяжелую жизнь в кровной семье, опыт насилия, тяжелую болезнь, жизнь в детском доме...

- 11. «10 процентов» (Россия, 2014), Елена Погребижская**

Невидимый конвейер везет ребенка сироту из дома ребенка в детский дом. Каждого второго такого сироту государство считает умственно отсталым. Героиня, Галя, попала даже не в детдом, а в детский дом для детей-инвалидов (ДДИ).

- 12. «Осторожно! Чувства...» (Россия, 2015), фонд «Виктория».**

Режиссеры: Марианна Вольская, Василий Щербаков

Этот фильм рассказывает о чувствах детей, переживших горе и потерю, и адресован потенциальным и уже состоявшимся приемным родителям, а также специалистам, занимающимся семейным устройством детей. В съемках приняли участие семьи — благополучатели Благотворительного детского фонда «Виктория» и воспитанники Центра социальной (постинтернатной) адаптации в Дегунино. В фильме представлены истории детей, оставшихся без родителей в разном возрасте. Их жизни складываются по-разному, несмотря на сложности ребята делятся личными переживаниями и чувствами. Фильм ведут психолог Фонда Зоя Ордина и известный эксперт в сфере защиты детства Александр Гезалов.

Основная задача фильма — познакомить потенциальных приемных родителей с особенностями переживания ребенком, который потерял свою кровную семью. Как увидеть эти чувства, понять и принять их? Посмотрев фильм, приемные родители смогут получить новый опыт встречи с собственными чувствами и реакциями.

- 13. «Семья как испытание» / «Leave these kids alone» (Россия, 2015), Наталья Кадырова**

Подростки Олег и Полина, выросшие в интернате, становятся родителями... Фильм доступен для просмотра на портале документального телеканала РТД (doc.rt.com/filmy/semya-kak-ispitanie).

ОРГАНИЗАЦИИ, ЗАНИМАЮЩИЕСЯ НАСТАВНИЧЕСТВОМ

Также интересную информацию можно почерпнуть на сайтах организаций, давно занимающихся наставничеством или только начавших развивать данное направление работы. Приведенный список не претендует на охват всех существующих в России организаций, реализующих проекты по наставничеству, к тому же их может со временем становиться все больше.

1. Межрегиональная общественная организация содействия программе воспитания подрастающего поколения «Старшие Братья Старшие Сестры» (Московская область)
bbbsrussia.org.
2. Некоммерческая организация «КидсейвИнтернейшнл»
kidsaverussia.org.
3. БФ «Волонтеры в помощь детям-сиротам» (Москва)
otkazniki.ru.
4. Благотворительный фонд «Дети Наши» (Москва)
detinashi.ru.
5. Детский благотворительный фонд «Солнечный город» (Новосибирск)
nastavnik54.ru.
6. Благотворительный фонд «В твоих руках» (Москва)
www.ehands.ru.
7. Благотворительный фонд помощи детям-отказникам и детям-сиротам «Бюро Добрых Дел» (Москва)
burodd.ru.
8. Детский благотворительный фонд «Счастливые дети» (НКО) (Красноярск) happydeti24.ru.

ДОГОВОР № на безвозмездное выполнение добровольцем (волонтером) работ и (или) оказания услуг

Г. _____ (название_города) _____

«__» _____ 201_г.

_____ (название организации) _____ в лице руководителя _____,
(далее именуемая **Организация**) с одной стороны, и _____ (Ф. И. О., серия и номер паспорта, кем
и когда выдан) _____, (далее именуемый **Волонтер**), с другой стороны, совместно именуемые **Стороны**, заключили настоящий **Договор** о нижеследующем:

ТЕРМИНОЛОГИЯ

Волонтер (доброволец) — физическое лицо, осуществляющее благотворительную или иную деятельность в форме безвозмездного выполнения работ, оказания услуг (добровольческая деятельность).

Организация — юридическое лицо, в чьих интересах осуществляет свою безвозмездную деятельность Волонтер.

Учреждение — медицинская или социальная организация на территории которой осуществляется добровольческая деятельность.

1. ПРЕДМЕТ ДОГОВОРА

1.1. Волонтер принимает на себя обязанности по осуществлению благотворительной деятельности в форме безвозмездного труда в интересах Организации по организации досуга и/или ухода за детьми, оставшимися без попечения родителей и детьми-сиротам в Учреждении.

1.2. Деятельность Волонтера регулируется *Приложением №1**, являющимся неотъемлемой частью настоящего Договора (далее — **Приложение**). Приложение определяет сроки, перечень, объем и условия волонтерской деятельности в конкретном Учреждении.

2. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ ВОЛОНТЕРА

2.1. Волонтер имеет право:

2.1.1. Осуществлять благотворительную деятельность в форме безвозмездного труда, исходя из своих устремлений, способностей и потребностей, если они не противоречат Законодательству РФ, Конвенции по правам человека, Конвенции по правам ребенка, интересам Организации, требованиям Учреждения, в котором эта деятельность осуществляется.

2.1.2. Прекращать свою деятельность в Организации, уведомив Организацию о прекращении волонтерской деятельности не менее чем за месяц.

2.1.3. Получать консультации специалистов Организации (психолог,

*ПРИЛОЖЕНИЕ №1 к данному Договору не представлено в этом пособии.

педагог) в случае возникновения педагогических, психологических или эмоциональных трудностей в процессе осуществления благотворительной помощи детям в Учреждении.

2.1.4. Участвовать в тренингах и обучающих семинарах, проводимых как специалистами Организации, так и привлеченными специалистами по тематике, соответствующей непосредственному направлению деятельности Волонтера, а также по любой другой тематике, в рамках направлений деятельности Организации.

2.2. Волонтер обязан:

2.2.1. Пройти перед началом работы обучение, собеседование с психологом и необходимое медицинское обследование, а также ознакомиться с внутренними документами Организации, регулирующими деятельность волонтера по уходу за детьми в Учреждении.

2.2.2. Знать цели и задачи Организации, соблюдать правила и требования Организации, бережно относиться к имуществу Учреждения и имуществу Организации, переданному Волонтеру во временное пользование для добросовестного выполнения своих обязанностей.

2.2.3. Не разглашать конфиденциальную и служебную информацию как Организации, так и Учреждения, в том числе, идентифицирующую информацию о детях (Ф. И. О., возраст, место проживания, а также медицинские диагнозы), находящихся в Учреждении.

3. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ

3.1. Организация имеет право:

3.1.1. Предложить Волонтеру изменить вид деятельности.

3.1.2. Отказаться от услуг Волонтера при невыполнении им обязательств, нарушении правил и требований, установленных Учреждением, и (или) правил и требований, установленных Организацией.

3.2. Организация обязана:

3.2.1. Обеспечить Волонтеру необходимые условия для выполнения принятых им обязательств, в том числе получить согласие Учреждения на допуск Волонтера к детям и согласовать требования, предъявляемые к Волонтеру Учреждением.

3.2.2. Предоставлять Волонтеру информацию о деятельности Организации, необходимую для выполнения волонтерской деятельности.

3.2.3. Предоставлять возможность для получения Волонтером необходимых для осуществления волонтерской деятельности знаний и навыков, в том числе психологической помощи.

3.2.4. Разрешать конфликтные ситуации, возникающие в процессе осуществления волонтерской деятельности в рамках Приложения.

4. РАЗРЕШЕНИЕ СПОРОВ

4.1. Все споры и разногласия, которые могут возникнуть между Сторонами по вопросам, не нашедшим своего разрешения в тексте данного договора, будут разрешаться путем переговоров.

4.2. Если в процессе переговоров спорные вопросы не решены, Стороны могут обратиться в суд в порядке, установленном действующим законодательством РФ.

5. СРОК ДЕЙСТВИЯ ДОГОВОРА

5.1. Настоящий Договор вступает в силу с момента его подписания и действует до исполнения Сторонами принятых на себя обязательств в соответствии с условиями Договора.

6. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

6.1. С целью заключения и исполнения настоящего Договора в соответствии с принципами и правилами, предусмотренными Федеральным законом «О персональных данных», Волонтер дает согласие на автоматизированную, а также без использования средств автоматизации обработку персональных сведений о нем (реквизитов, подтверждающих их скан-копий документов, личных контактов), а также на фото- и видеосъемку в процессе осуществления добровольческой деятельности и дальнейшее использование фото- и видеоматериалов Организацией, в том числе в печатной продукции, в отчетах, на интернет-ресурсах и т.п.

6.2. Вопросы, не урегулированные настоящим договором, разрешаются в соответствии с действующим законодательством РФ.

6.3. Договор составлен в 2-х (двух) экземплярах, имеющих одинаковую юридическую силу.

7. АДРЕСА И РЕКВИЗИТЫ СТОРОН

Волонтер

Фонд/ Организация

Ф. И. О.: _____

Дата рождения: _____

ИНН/КПП: _____

Паспорт серии _____ номер _____
выдан _____

Юридический адрес: _____

Адрес регистрации: _____

Почтовый адрес: _____

Телефон: _____

Руководитель организации

_____/ _____

_____/ _____

Подпись Ф. И. О.

Подпись Ф. И. О. руководителя

СОГЛАСИЕ НА УЧАСТИЕ В ПРОЕКТЕ

Я, _____
добровольно вступаю в проект « _____ »
для регулярного общения с моим наставником.

Я ОЗНАКОМИЛСЯ СО СЛЕДУЮЩИМИ ПРАВИЛАМИ УЧАСТИЯ В ПРОЕКТЕ:

1. Ребенок/подросток вместе со своим наставником заранее договаривается о встречах на территории интерната. На встречи оба приходят вовремя, а в случае изменения планов заранее информируют друг друга и ищут возможность перенести встречу на другое время/другой день.
2. Важно заранее информировать воспитателя о времени встречи с наставником.
3. По правилам проекта наставники не оказывают материальную помощь (не дают деньги; не дарят подарки без повода) и не могут без разрешения администрации и воспитателя уходить с детьми/подростками за территорию интерната.
4. И наставники, и дети/подростки стараются взаимно уважать личное пространство и соблюдать те правила общения, о которых они договорятся между собой.
5. Как проводить время на встрече и о чем разговаривать — решают совместно наставник и ребенок/подросток. Стоит сообщать наставнику о своих пожеланиях насчёт тем разговора или занятий на общих встречах.
6. И наставники, и дети/подростки обязуются не находиться на встречах в состоянии алкогольного или наркотического опьянения, а также воздерживаться от курения и ненормативной лексики.
7. Если в процессе общения с наставником возникают сложности, которые не получается разрешить, то ребенок/подросток может смело поделиться имеющимися трудностями с куратором или психологом проекта. Они обязательно постараются помочь.

Дата: _____

Подпись: _____

СОГЛАШЕНИЕ

о начале общения в рамках проекта « _____ (название проекта) _____ »
_____ (название организации) _____

Настоящее соглашение подтверждает, что мы соглашаемся видеться на территории _____ (название детского учреждения) _____ не менее 3-4 раз в месяц, и не менее 2-х часов за встречу и в течение 1-го и более года.

Наставник (взрослый): _____ (Ф.И.О. и подпись) _____

Подопечный (ребенок/подросток): _____ (Ф.И.О. и подпись) _____

Куратор проекта (психолог): _____ (Ф.И.О. и подпись) _____

Дата подписания соглашения: _____

СОГЛАШЕНИЕ О СОВМЕСТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Г. _____ (название города) _____

«__» _____ 201_ г.

_____ (название организации) _____, именуемый в дальнейшем «**Фонд**» (или «**Организация**»), в лице _____ (Ф.И.О. руководителя) _____, действующей на основании Устава, с одной стороны и _____ (полное название детского учреждения) _____, именуемый в дальнейшем «**Детское учреждение**», в лице _____ (Ф.И.О. директора) _____, действующего на основании Устава, с другой стороны, совместно именуемые «**Стороны**», заключили настоящее Соглашение о нижеследующем:

1. ПРЕДМЕТ СОГЛАШЕНИЯ

Предметом настоящего Соглашения является реализация проекта Организации _____ (название проекта) _____ в период с «__» _____ 201_ г. по «__» _____ 201_ г. (далее – «Проект»), реализуемого в рамках программы социальной адаптации детей-сирот по следующим направлениям: проведение комплекса мер по осуществлению наставничества путем общения волонтера-наставника и воспитанника Детского учреждения.

Стороны договорились о следующих терминах:

Волонтер-наставник — совершеннолетний гражданин РФ, готовый на добровольческих началах регулярно общаться с воспитанником Детского учреждения с целью передачи положительной модели поведения и социальной адаптации в обществе.

2. КОНФИДЕНЦИАЛЬНОСТЬ

2.1. Условия настоящего Соглашения и дополнительных соглашений к нему конфиденциальны и не подлежат разглашению.

3. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ СТОРОН

3.1. Фонд обязуется осуществлять привлечение, отбор и обучение потенциальных волонтеров-наставников, информирование воспитанников Детского учреждения, проведение подбора пар «наставник — ребенок», сопровождение пар «на-

ставник — ребенок» на протяжении всего срока действия настоящего Соглашения.

3.2. Фонд обязуется сохранять предоставленные Детским учреждением помещения, места для хранения, технические средства, оборудование в надлежащем санитарно-гигиеническом и техническом состоянии.

3.3. Фонд соблюдает правовые нормы, регламентирующие работу Детского учреждения, в том числе, правила внутреннего распорядка Детского учреждения.

3.4. Фонд регулярно предоставляет отчеты о проделанной работе по Проекту Детскому учреждению.

3.5. Детское учреждение обязуется информировать сотрудников Детского учреждения о начале работы Проекта.

3.6. Детское учреждение обязуется разрешить нахождение волонтеров-наставников на территории Детского учреждения после успешного прохождения волонтерами-наставниками отбора и обучения, проведенного Фондом, согласно утвержденному графику посещений волонтером-наставником воспитанника Детского учреждения.

3.7. Детское учреждение обязуется предоставить помещение для работы сотрудников Фонда в рамках Проекта.

3.8. Детское учреждение обязуется предоставить помещение для проведения занятий с воспитанниками Детского учреждения по методическим разработкам Фонда сотрудниками Фонда, а также предоставить помещения для общения волонтеров-наставников с воспитанниками Детского учреждения.

3.9. Детское учреждение обязуется предоставлять следующую информацию о воспитанниках сотрудникам Фонда для ознакомления: личные дела, состояние здоровья, увлечения, психологические заключения на воспитанников, журнал успеваемости, журнал посещаемости школьных занятий, сведения о поведении воспитанников Детского учреждения, участвующих в Проекте.

3.10. Детское учреждение обязуется не препятствовать проведению диагностики детей, участвующих в Проекте, психологом Фонда в свободное от учебных занятий время.

3.11. Детское учреждение обязуется не препятствовать общению волонтера-наставника и воспитанника Детского учреждения. Время посещения волонтером-наставником ребенка проходит в свободное от учебных занятий и по согласованию с воспитателем ребенка.

3.12. Детское учреждение обязуется участвовать в сборе обратной связи по мере реализации Проекта посредством _____ (На усмотрение сторон!

Это может быть заполнение анкет воспитателями, проведение бесед сотрудников Детского учреждения с сотрудниками Фонда и пр.) _____.

3.13. Детское учреждение определяет уполномоченного сотрудника по работе с представителями Фонда для оперативного решения вопросов, возникающих при совместной работе.

4. РАЗРЕШЕНИЕ СПОРОВ

4.1. Все споры и разногласия, которые могут возникнуть между Сторонами по вопросам, не нашедшим своего разрешения в тексте данного Соглашения, будут разрешаться путем переговоров на основе действующего законодательства РФ.

4.2. При неурегулировании в процессе переговоров спорных вопросов споры разрешаются в Арбитражном суде г. Москвы в порядке, установленном действующим законодательством РФ.

5. СРОК ДЕЙСТВИЯ ДОГОВОРА

5.1. Настоящее Соглашение действует с __.__.201_ г. по __.__.201_ г. Соглашение может быть продлено путем подписания Дополнительного соглашения по соглашению Сторон.

6. ПОРЯДОК ИЗМЕНЕНИЯ И РАСТОРЖЕНИЯ ДОГОВОРА

6.1. Изменение и расторжение Соглашения возможны по соглашению Сторон. Соглашение об изменении или расторжении настоящего Соглашения должно быть составлено в письменной форме и подписано Сторонами.

7. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

7.1. В течение срока действия настоящего Соглашения, Фонд имеет право производить фото- и видеосъемку в рамках реализуемого Фондом проекта в Детском учреждении, в том числе с участием воспитанников Детского учреждения, а также использовать фото и видеоматериалы без ограничений, в целях привлечения общественного внимания к деятельности Фонда, на официальном сайте _____ (название сайта) _____, а также в информационных материалах Фонда, распространяемых среди неопределенного круга лиц.

7.2. Во всем остальном, что не предусмотрено настоящим Соглашением, Стороны руководствуются действующим законодательством РФ.

7.3. Соглашение составлено на русском языке в двух экземплярах, каждый из которых имеет одинаковую юридическую силу и хранится у каждой из сторон.

8. АДРЕСА И РЕКВИЗИТЫ СТОРОН

Детское учреждение

Фонд

Адрес: _____

Почтовый адрес: _____

л/с: _____

ИНН/КПП: _____

Расчетный счет: _____

р/с: _____

БИК: _____

Счет: _____

ИНН: _____

БИК: _____

Телефоны: _____

к/с: _____

Директор

Руководитель

_____/Ф. И. О./

_____/Ф. И. О./



Татьяна Панюшева, Инна Пасечник

БЫТЬ НАСТАВНИКОМ

ПОСОБИЕ ДЛЯ ВОЛОНТЕРА



ВОЛОНТЕРЫ В ПОМОЩЬ
ДЕТЯМ-СИРОТАМ
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД
www.otkazniki.ru



«Дети Наши»

Благотворительный фонд

Разработано Благотворительным фондом
«Волонтеры в помощь детям-сиротам»,
подготовлено к печати Благотворительным
фондом «Дети Наши»

Координаторы проекта: Полина Афонина, Елена Ильенко,
Анна Серебренникова, Елизавета Язневич
Корректоры: Елена Ильенко, Мария Лебедева
Иллюстрации и верстка: Светлана Олейникова

ISBN 978-5-9909455-0-0

ОБ АВТОРАХ

Панюшева Татьяна Дмитриевна – психолог, кандидат психологических наук (МГУ им. М. В. Ломоносова), сотрудник БФ «Волонтеры в помощь детям-сиротам», эксперт проектов «Шаг навстречу» и «Будем вместе» БФ «Дети Наши». В сфере семейного устройства работает с 2006 года. Соавтор книги «Приемный ребенок: жизненный путь, помощь и поддержка», автор ряда статей, буклетов и методичек, связанных с темами семейного устройства, психологическими особенностями приемных детей и детей-сирот.



Пасечник Инна Викторовна – психолог, психотерапевт. Закончила факультет психологии МГУ имени М. В. Ломоносова в 2005 г., долгосрочные программы обучения в области индивидуальной, групповой и семейной психотерапии. С 2007 г. работает в сфере психологической помощи детям и семьям на базе центра психолого-медико-социального сопровождения Департамента образования г. Москвы и БФ «Волонтеры в помощь детям-сиротам».



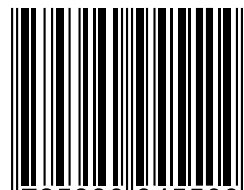
ВОЛОНТЕРЫ В ПОМОЩЬ
ДЕТЯМ-СИРОТАМ
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД
www.otkazniki.ru



«Дети Наши»

Благотворительный фонд

ISBN 978-5-9909455-0-0



9 785990 945500