Способы и приёмы эффективные взаимодействия педагога-психолога с семьями несовершеннолетних в сложной жизненной ситуации, в том числе с подростками с самоповреждающим и суицидальным поведением

Что такое семья для ребёнка?

Это фундамент, основа! С чего и с кого начинается его жизнь!

Это удовлетворение его физиологических потребностей

Это защита и безопасность

Это безусловная любовь и принятие его таким, каким он есть

Это его самоценность (самооценка, самоуважение)

Это его уроки общения и новые знания о себе, о мире и других людях

Это основа его ценностных установок и мотивов деятельности, жизненных планов

Насколько же важна и необходима работа с семьей для подростка?

Если рассмотреть результаты диагностики по оценке суицидальных рисков у несовершеннолетних, описание всех рисков начинается с оценивания безопасности условий жизни и воспитания в семье, влияния семейной атмосферы на здоровье и развитие детей. Последствия психологических травм, нанесённых ребёнку в семье, оказывают воздействие на его личность и его последующий жизненный путь. Поэтому продуктивная работа психологов и педагогов образовательных учреждений со всей семейной системой в целом приносит существенные положительные результаты.

С чего начать работу? С установления контакта и доверительных отношений с членами семьи. Если родители идут на контакт, то это можно пригласить их для беседы в учебное учреждение. Но самый эффективный способ, исходя из нашего опыта работы, установления доверительных отношений с членами семьи – это посещение семьи. При этом можно посмотреть условия проживания ребёнка, их комфортность и удобство. Идти в семью следует с целью сбора информации, оказания поддержки несовершеннолетнего и членов его семьи. В ходе построения диалога, лучше ориентироваться на интересы, склонности, привычные и любимые занятия членов семьи, не торопиться с рекомендациями, советами и оценками происходящей ситуации. Учитывая то, что дети -это зеркало своих родителей, то надо понимать, что взрослые - это те же травмированные дети, которым, прежде всего в кризисной ситуации необходимы: сочувствие, сострадание. Наша позиция в данном случае принимающая! Если другие службы будут проводить с ними профилактическую работу с другими целями, то наша задача помочь семье разобраться в сложной ситуации. Исходить лучше из той позиции, что все ошибки можно исправить. Данная ситуация – это повод подумать, что можно изменить, чтобы она стала более благоприятная для несовершеннолетнего и всей семьи. В этом случае есть вероятность, что родители пойдут к нам на встречу.

Очень хорошо работает самореклама, реклама специалиста (психолога, педагога) коллегами. Своей личностью можно заинтересовать и замотивировать родителей к совместной работе. Попросить у родителей помощи в работе с их ребёнком (как бы странно это ни звучало): «Давайте, попробуем, будет полезно, интересно!». Можно проявить сочувствие: «Вы давно не занимались собой, давно не отдыхали, не расслаблялись», просим их выделить 1-1,5 часа на совместную работу. Необходимо подготовить интересную и положительно запоминающуюся встречу для родителей.

Часто у специалистов (особенно начинающих) есть страх работы с родителями, так как они старше по возрасту, могут занимать важные должности и т.п. Хочется отметить, что с этими страхами можно работать в личной психологической терапии, с целью заботы о себе. И специалистам важно понимать, что родители со своим возрастом и авторитетом на данный момент имеют проблемы, и они чаще всего типичны для многих семей. У таких родителей, возможно, дольше будет длиться период отрицания, но к ним тоже можно будет подобрать «эмоциональный ключик». Главное, продолжать работать и верить в свой успех.

В зависимости от ситуации предлагаем планировать свою работу с семьей таким образом: сначала идёт предварительная индивидуальная психологическая работа с несовершеннолетним и отдельная работа с членами семьи, с целью подготовки их к совместной работе. Так как есть случаи, когда у детей настолько потеряно доверие к своим родителям, что необходима работа для создания ресурсного состояния у ребёнка. У родителей может наблюдаться острое кризисное состояние, уход в травму, поэтому с ними также потребуется предварительная работа. Надо понимать, что это работа потребует длительного времени,она может происходить с некоторыми перерывами для того, чтобы дать возможность подготовиться к совместной работе, усвоить новую психологическую информацию.

Так как родители часто находятся в позиции детей, то с ними очень эффективно будет использовать совместные игры и игровые упражнения, с целью налаживания детско-родительских взаимоотношений, развития навыков конструктивного общения родителей и детей с соблюдением личных границ друг друга, обучения открытому и позитивному выражению своих чувств и эмоций. Можно выбирать любые игры: «Морской бой», «Крестики – нолики», «Прятки с предметами», различные настольные игры. Задача педагога-психолога – научить их конструктивно взаимодействовать друг с другом, испытав при этом позитивные эмоции вместе. Чтобы они раскрепостились, позитивно провели время, посмотрели друг на друга «другими глазами».

Часто приходится начинать работу с членами семьи с самого элементарного, обучать их слушать и слышать друг друга, позитивно общаться без критики и нравоучений, без отрицания друг друга. Мы говорим с ними про удовлетворение потребностей в принятии, безусловной любови, защите и безопасности, регулярном общение и т.п.

Я использую в своей работе такие психологические игры: «Опасности волшебного леса» автора Хухлаевой О.В., «Семейные псикреты» автора Хеллингер Е. Наша роль в данных играх – активная, мы показываем образец поведения для несовершеннолетнего и членов его семьи, проявляя «живые» эмоции, чувства, чтобы дети и родители раскрепостились максимально и смогли себя проявить. Хитрый приём, который я использую, сначала играю в эту игру с ребёнком, потом он приглашает своих родителей в неё поиграть всем вместе.

Ещё один важный момент в совместной работе - работа с образами друг друга. Какими члены семьи видят друг друга, особенности характера и состояния каждого, что они могут пожелать на будущее друг другу, чтобы жизнь каждого стала комфортнее. Я использую для этого мак-колоды «Это во мне» (женские и мужские образы). Если нет такой колоды, можно использовать любые мак-карты с образами, сравнить с картинками погоды, природы и т.п. Можно использовать для этого арт-технологии (рисунки, изображения, коллажи и т.п.)

В работе с клиентами можно использовать кинетический песок, обычный песок, световой стол, декоративный и другой игровой материал. Предлагаем им построить комфортные и безопасные места для себя, рассказать о них подробно. С данным оборудованием хорошо проходит работа для создания чувства безопасности, ресурсного состояния. Можно индивидуально работать с каждым клиентом или использовать в совместной работе для того, чтобы они услышали о потребностях друг друга, об интересах, ценностях и т.п. Затем в совместной работе мы можем просить их объединить эти две постройки, сделать общую улицу, город и т.п., построить мостики друг к другу. И обязательно контролируем соблюдение членами семьи правил совместной продуктивной деятельности (приветствуем позитивное общение и взаимодействие друг с другом; контроль личных границ, без разрешения хозяина нельзя прикасаться к постройке, материалу, песку другого человека; не критиковать постройки друг друга, можно вносить свои предложения и пожелания; внимательно слушать и не перебивать ведущего, других участников; оказывать помощь, добавлять своё, высказываться о постройке можно с разрешения ведущего и только по просьбе другого участника и т.п.). Если со стороны членов семьи присутствует отказ от работы с песком, то можно использовать любую совместную деятельность: рисование, лепка, игры и т.п.

Очень интересный момент в работе – это создание образа комфортного дома для всей семьи. Просим всех участников рассказать, каким они видят общий дом, какие условия проживания будут комфортными для всех членов семьи. Можно слепить, создать, нарисовать этот дом, выбрать его на картинках. В процессе работы мы обучаем участников договариваться так, чтобы они выслушивали мнение всех членов семьи, учитывали интересы и пожелания каждого. В конце встречи мы выясняем, что каждый участник может уже на данный момент сделать для того, чтобы создать дома эти комфортные условия. Затем они могут высказать пожелания и рекомендации друг другу. Просим их спланировать интересную совместную деятельность дома в кругу семьи, поделиться своими эмоциями, чувствами. Исходя из опыта моей работы, могу судить, что таких совместных семейных занятий понадобиться от 3 до 5.

Последующая работа педагога-психолога строится на поддерживающем отношении с несовершеннолетним и членами его семьи. Надо понимать, что сразу и быстро кардинальным образом в семье всё не перестроится, могут быть откаты. Здесь важен наш искренний интерес к обстановке в семье, эмоциональному состоянию несовершеннолетнего, членов его семьи, позитивные пожелания для закрепления положительного результата и т.п. Важно донести до них следующий смысл: «Все люди попадают в сложные ситуации! То, как они вместе справятся с этой проблемой с нашей помощью и поддержкой, может стать источником их силы и залогом новых позитивных изменений в жизни всех членов семьи». Наша вера в них, в их возможности, может возродить то, что у них было утрачено, восстановить тот фундамент (основу), который требуется несовершеннолетнему для выхода из сложной ситуации и его последующей нормальной жизнедеятельности. Очень хороший девиз для совместной работы с несовершеннолетним и его семьей: «Мы справимся вместе!»

Я уверена, коллеги, что те частички добра, которые мы посеем, работая с нашими клиентами, они рано или поздно дадут свои всходы. Результат обязательно будет!