Педагог-психолог

ГБУ АО «Центр «Надежда», г.Архангельск

О.Н.Шкрябина

**Особенности психологического консультирования**

**детей и подростков «группы риска»**

Категория детей «группы риска» является предметом исследования различных отраслей научного знания, вследствие чего имеет междисциплинарный характер изучения, обусловливающийся сложностью и многогранностью этого явления. В зависимости от области изучения выделяют множество классификаций детей «группы риска». В психологии, педагогике, социальной педагогике к данной категории детей относят тех, кто испытывает трудности в обучении, психическом развитии, социальной адаптации, взаимоотношениях со сверстниками и взрослыми, социализации в целом.

Л.Я. Олиференко под понятием «дети группы риска» подразумевает следующие категории детей:

1) дети с проблемами в развитии, не имеющими резко выраженной клинико-патологической характеристики;

2) дети, оставшиеся без попечения родителей в силу разных обстоятельств (дети-сироты);

3) дети из неблагополучных, асоциальных семей;

4) дети из семей, нуждающихся в социально-экономической и социально-психологической помощи и поддержке;

5) дети с проявлениями психолого-педагогической и социальной дезадаптации.

Довольно часто дети, имеющие риск в поведении, обучении, отношениях, называются *трудными.* С точки зрения педагогов они неудобные, неуправляемые, агрессивные, не понимают учителей и сверстников. Трудный ребенок чаще, чем другие, испытывает разного рода неудачи, которые раздражают или пугают родителей и педагогов, в результате за ним закрепляется «ярлык» неудачника, который становится установкой и для самого ребенка. Риск – ожидаемое неблагополучие при неуспехе деятельности – приводит к осложнениям, препятствует как школьной, так и социальной адаптации ребенка. При этом дети «группы риска» не только испытывают воздействие крайне негативных факторов, но очень часто не находят помощи и сочувствия со стороны окружающих, тогда как оказанная в нужный момент помощь могла бы поддержать ребенка, сориентировать его на преодоление трудностей.

Дети «группы риска» почти никогда не обращаются за помощью сами, обычно за оказанием им консультативной психологической помощи приходят родители. Психотерапевтический эффект должен быть достигнут очень быстро, так как одна проблема порождает новые, что в детском возрасте существенно отражается на психическом развитии ребенка в целом. Консультант не может возложить на ребенка ответственность за решение существующих у него проблем, поскольку мышление и самосознание в детском возрасте еще недостаточно развиты, а кроме того, жизнь ребенка почти полностью зависит от взрослых. В связи с указанными выше особенностями с особой остротой встает проблема методов консультирования. Ребенок редко склонен сам рассказывать о своих проблемах чужому взрослому, а кроме того, он не всегда понимает, что является источником его бед. В большинстве случаев в основе детского поведения лежат отрицательные аффективные переживания ребенка, неудовлетворенность жизненно необходимых ему потребностей, детско-родительский конфликт.

Как правило, аффективные переживания устраняются у детей «группы риска» только после того, как меняется ситуация, провоцирующая эти переживания. Но бывает так, что изменить ситуацию невозможно в силу каких-то объективных причин. Тогда психолог должен суметь изменить личностный смысл ситуации для ребенка и, тем самым, изменить его переживания.

**Изменить личностный смысл** возможно в том случае, если консультант покажет ребенку ситуацию не с привычной для него точки зрения, а совершенно с другой, новой позиции. Причем эта новая позиция, которую консультант предлагает занять ребенку, должна быть привлекательной для консультируемого и соответствовать его личностным притязаниям. Изменение личностного смысла ситуации позволяет сгладить, а иногда и совсем устранить аффективные переживания, вызываемые данной ситуацией, и, соответственно, добиться изменения поведения ребенка. Данный способ позволяет расширить и уточнить понимание.

**Проведение логического обоснования.** Данный способ позволяет отсортировать возможные пути решения актуальной жизненной задачи для подростка за счет логического анализа, позволяющего прогнозировать (обосновать) последствия (эффективность) разных путей решения.

**Самораскрытие.** Психолог косвенно побуждает ребенка «стать самим собой», делясь собственным личным опытом, выражая терпимое отношение к различным высказываниям, чувствам консультируемого. Конкретное пожелание. Пожелание может содержать рекомендацию попробовать какой-либо конкретный способ действия при решении актуальной задачи. Ребенок (подросток) оценивает ситуацию, приемлемость предлагаемых способов, планирует шаги для их реализации.

**Парадоксальная инструкция.** Для того чтобы вызвать чувство протеста и активизировать ребенка, позволить ему лучше понять происходящее, можно предложить ему: «Продолжай делать то, что ты делаешь. Повтори свои действия (мысли, поступки), по крайней мере, три раза».

**Убеждение.** Данный способ целесообразно использовать на фоне уравновешенного эмоционального состояния, его применение предполагает хорошее развитие образного и абстрактного мышления, устойчивости внимания. Психолог, используя понятные аргументы для подростка, позволяет ему убедиться (утвердиться) в понимании определенных событий, способов, мыслей.

**Эмоциональное заражение.** При установлении доверительных отношений психолог становится фигурой для эмоциональной идентификации. За счет этого он может поменять (откорректировать) эмоциональное состояние ребенка, заражая его собственным эмоциональным состоянием.

**Помощь в ликвидации неконструктивных эмоций.** Применение данного способа особенно актуально при острых эмоциональных состояниях, которые могут выражаться в форме смеха, слез, выговаривания, активного действия (походить, постучать, побить подушку, потопать ногами, нарисовать, почертить, написать.). Этот способ снимает напряжение, вызванное негативной эмоцией. Психологу необходимо выдерживать позицию внимательного наблюдателя, который сочувствует, понимает, но не присоединяется к чувствам консультируемого.

**Релаксация.** Помощь ребенку в освоении и осуществлении способов расслабления, достижения внутреннего покоя и комфорта. Может осуществляться в форме медитации, аутотренинговых и релаксационных упражнений. Повышение энергии и силы. Данный способ следует применять, когда ребенок чувствует себя обессиленным, «выжатым», демонстрирует отсутствие сил (энергии). Конкретные двигательные упражнения, перевоплощение, мысленное «подключение» к различным источникам энергии позволяет повысить активность и работоспособность консультируемых, ощутить прилив бодрости и жизненных сил.

**Переоценка.** При наличии негативных чувств, мыслей позволяет выработать новый взгляд (отношение) на ситуацию. Переоценка включает выделение негативных переживаний (мыслей, образов), их фиксацию, поиск положительного (трансформацию в положительное), концентрацию на положительном и объединение положительного с негативным с целью изменения (переоценки) негатива.

**Домашнее задание.** Действия, о которых договариваются психолог и консультируемый, могут помочь закрепить наметившиеся в ходе консультации изменения, отследить результаты, опробовать новые способы. Позитивный настрой. Позволяет укрепить веру в возможности ребенка по разрешению возникшего затруднения, а также сконцентрировать сознательные и подсознательные силы для достижения поставленной цели.

Психологическое консультирование может проводиться в ***индивидуальной*** и ***групповой*** форме.

Индивидуальное психологическое консультирование – это один из видов психологической помощи здоровому человеку в решении задач и проблем стоящих перед ним. Такая помощь прежде всего показана людям, испытывающим трудности в повседневной жизни, деятельности, общении и т. д. Консультация проходит в виде беседы, во время которой человек рассказывает о своих проблемах, затруднениях, тревогах, а психолог выслушивает его, задает различные вопросы, применяя в процессе беседы те знания, навыки, методы, которыми он владеет. Такая беседа прежде всего направлена на поиск клиентом путей решения возникших перед ним затруднений. Неотъемлемой частью психологического консультирования являются домашние задания, которые помогают прояснить неясные моменты и закрепить результаты консультирования.

Групповое консультирование имеет ряд преимуществ как средство, помогающее людям изменить свои позиции, убеждения, взгляды, касающиеся себя и других, чувства и поступки. Одна из выгод заключается в том, что участник может исследовать свой стиль отношении с другими и приобрести более эффективные социальные навыки. Другая заключается в том, что члены группы могут обсуждать свое восприятие друг друга и получать ценную обратную связь о том, как их воспринимает группа. Консультативная группа самыми разнообразными способами воссоздает привычный для участников группы мир, особенно если члены группы различаются по возрасту, интересам, происхождению, социально-экономическому статусу и типу проблем. Как микрокосм общества, группа представляет собой образец реальности — члены группы борются друг с другом и конфликтуют так же, как и за ее пределами, и разнообразие состава, которым характеризуется большинство групп, в результате выливается в необычно богатую обратную связь для ее участников, которые могут увидеть себя глазами разных людей. Группа предлагает понимание и поддержку, которые усиливают готовность членов группы исследовать и разрешать проблемы, с которыми они пришли в группу. В такой поддерживающей атмосфере члены группы могут экспериментировать с альтернативными формами поведения. По мере того как они практикуются в этом поведении в группе, они получают поддержку и помощь в попытках применить то, чему они научились, в реальном мире. В конечном счете, члены группы должны сами решить, каких изменении они хотели бы достичь. Они могут сравнить свое восприятие себя с тем, как их видят другие, а затем решить, что делать с этой информацией.

Таким образом, психологическое консультирование направлено на решение различных личностных проблем детей «группы риска», организация консультирования предполагает изменение личностного смысла различных проблемных ситуаций в сознании ребенка и изменение жизненной стратегии в контексте их решения.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Митькина Е.П. ДЕТИ ГРУППЫ РИСКА - АКТУАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА СОВРЕМЕННОГО ДЕТСТВА // Международный студенческий научный вестник. – 2017. – № 2.

2. Мардахаев Л. В. Социальная педагогика: Учебник. — М.: Гардарики, 2010. – 26 с.

3. Олиференко Л. Я. Социально-педагогическая поддержка детей группы риска: Учеб. пособие для студентов высших педагогических заведений / Л. Я. 4. Олиференко, Т. И. Шульга, И. Ф. Дементьева. — М., Издат. Центр «Академия», 2012.

5. Шпицына Л. М., Казакова Е. И. Комплексное сопровождение и коррекция развития детей-сирот: социально- эмоциональные проблемы. Спб. 2008–108 с.