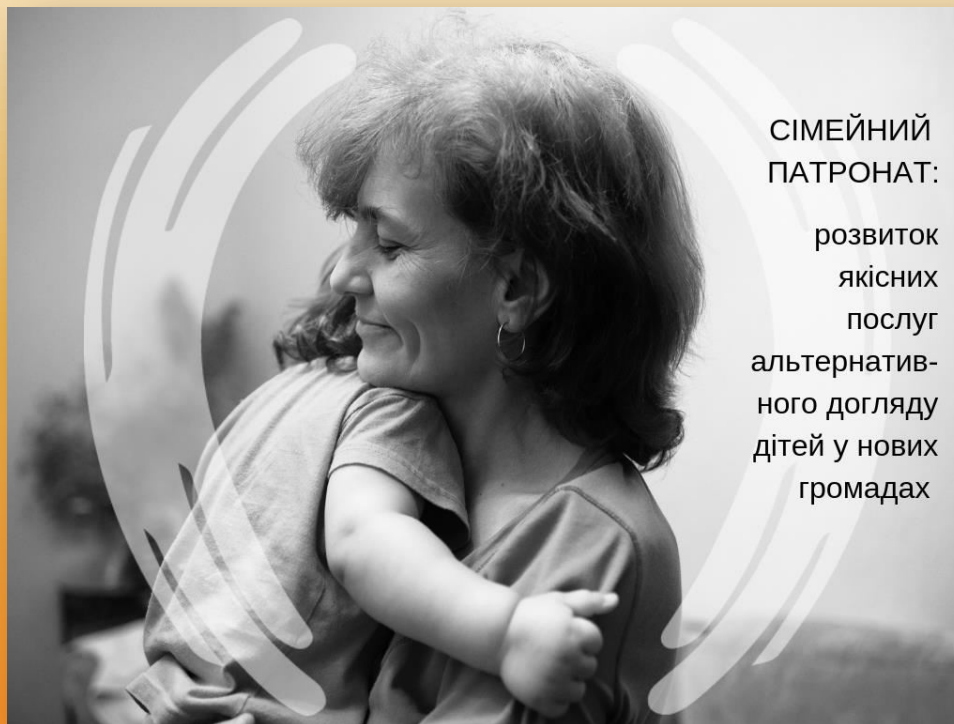




Посольство
Великої Британії
в Україні

CHILDHOOD

WORLD CHILDHOOD FOUNDATION



СІМЕЙНИЙ
ПАТРОНАТ:

розвиток
якісних
послуг
альтернатив-
ного догляду
дітей у нових
громадах

Проект впроваджується МБО “Партнерство “Кожній дитині” за фінансової підтримки Посольства Великої Британії в Україні та Всесвітнього дитячого фонду.

Девіації у поведінці ДИТИНИ:

причини, форми прояву, методи впливу

Петушкова Л. А., практичний психолог,
спеціаліст з навчально-методичної роботи
МБО Партнерство «Кожній дитині»
Лисенко О. А., практичний психолог,
методист Фастівського центру
інноваційних освітніх технологій

Під девіантною (лат. *Deviatio* - відхилення) **поведінкою** слід розуміти поведінку, людини або групи, яке не відповідає загальноприйнятним нормам, у результаті чого ці норми порушуються.

Девіантна поведінка - наслідок невдалого процесу соціалізації особистості: у результаті порушення процесів ідентифікації та індивідуалізації людини, така людина легко впадає у стан «соціальної дезорганізації». Цей стан є аномією та є причиною відхилення поведінки.

Причини відхилення поведінки дітей і підлітків

- Порушення дитячо-батьківських стосунків.
- Порушення комунікативної сфери.
- Поведінкові розлади.
- Інтелектуальні розлади.

Соціально-психологічні фактори девіантної поведінки (мікросередовище)

- Соціально-економічний стан родини;
- Депривація матері;
- Найближче оточення дитини;
- Наявність психічних захворювань;
- Знижений інтелект;
- Адиктивні схильності родини;
- Асоціальність родини;
- Делінквентність;
- Схильність до аутоагресії і екстраагресії.

Індивідуальні особливості особистості девіанта

Ендогенні (внутрішні):

- знижений інтелект;
- психічні захворювання;
- агресивність (жорстокість до тварин, близьких людей, емоційна нечутливість, афективність);
- аутоагресія;
- акцентуація характеру.

Індивідуальні особливості особистості девіанта

Екзогенні (зовнішні):

- часті струси мозку;
- паління;
- алкоголізація;
- наркоманія;
- токсикоманія;
- ігрові залежності;
- комп'ютерна залежність;
- схильність до асоціальних вчинків.

Класифікація відхилень у дітей і підлітків

- **Адиктивність** (алкоголізм і наркоманія, ігрова, комп'ютерна залежність, азартні ігри).
- **Асоціальна поведінка** (паління, побутове пияцтво, брутальні слова, бійки, втечі з дому, бродяжництво).
- **Приналежність до субкультур** (аніме, готи, емо тощо).
- **Делінквентність** (кримінальна поведінка, правопорушення: хуліганство, пограбування, крадіжки, насилля фізичне і сексуальне).
- **Неправомірні дії сексуального характеру.**
- **Саморуйнівна поведінка** (суїцидальна, аутоагресивна, екстремальна, харчова залежність, проституція).

Серед підлітків виділені наступні види порушень поведінки:

- прогули уроків і окремих днів в школі,
- втечі з дому,
- крадіжки (бувають пограбування в вигляді вимагання грошей у слабких),
- дрібні спекуляції,
- участь в бійках,
- конфлікти в родинях,
- вживання алкоголю, тютюну, наркотиків,
- зловживання снодійними і транквілізаторами,
- токсиматичні випадки,
- девіації сексуальної поведінки,
- схильність до суїцидальної поведінки.

Процес негативної трансформації поведінки. Стадії процесу соціальної дезадаптації

- 1. Компенсаторно-поступова стадія**, коли дитина прагне зняти внутрішнє напруження, бо оточуюче середовище для неї негативне.
- 2. Стадія конфліктно-демонстративна**, яка виникає, коли попередня лінія поведінки не приносить дитині бажаних результатів і ситуація для неї не змінюється.
- 3. Стадія ізоляції**, коли дитина перестає вважати себе членом родини, колективу та переорієнтовується лише на думку і коло однодумців.

Рівні розвитку девіантної поведінки (відповідно до ступеня небезпечності)



Класифікація відхилень у дітей і підлітків



Підліток, що має відхилення сексуальної поведінки

- Афективно-лабільний психотип (часті зміни настрою, яскраві емоційні стани, часто закохується);
- знижений соціальний інтелект;
- низька мотивація до навчання і праці;
- схильність до асоціальної поведінки;
- наявність адикцій (нікотинова, алкогольна, наркозалежність).

Девіації психосексуального розвитку

- **Прискорення** (передчасний розвиток). Можуть з'являтися такі форми поведінки, як імітаційна коїтальна поведінка, елементи ексгібіціоністської і вуайєрної поведінки, стереотипна мастурбаційна поведінка. Прискорення психосексуального розвитку майже завжди супроводжується гіперсексуальністю.
- **Ретардація** (відставання у розвитку). Можлива асексуальна поведінка.

Суїцид - усвідомлена дія позбавлення життя під впливом гострих травмуючих обставин, коли власне життя втрачає для людини сенс.

- Запланований.
- Імпульсивний (часто у стані афекту). Може бути у вигляді шрамування.

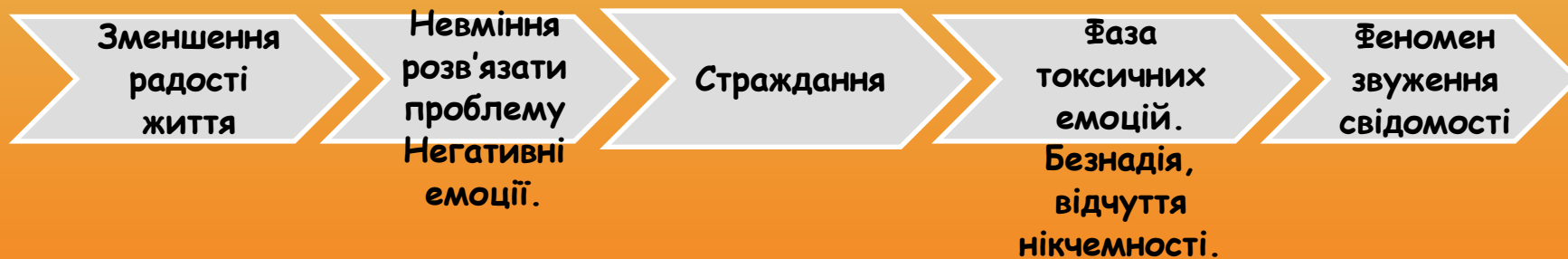
Причини суїциду підлітків

- Руйнація сім'ї, конфлікти з родиною.
- Відсутність уваги, підтримки і розуміння з боку батьків,
- Нездатність справитись з ситуацією.
- Смерть близьких чи коханої людини.
- Почуття провини.
- Маніпуляція. Спроба добути погрозою самогубства те, що не може отримати іншими способами.
- Помста.
- Нерозділена любов або розрив стосунків.
- Вагітність.
- Насильство - фізичне, сексуальне, психологічне.
- Позиція аутсайдера.
- Конфлікти з однолітками.
- Страх ганьби, страх покарання.
- Невдачі у навчанні.
- Екстремальність.
- Алкоголь, наркотики, широкий вибір музики, фільмів і комп'ютерних ігор з поширеними у них садо-мазохістським смакуванням смерті, некрофілією.
- Смертельні квести.
- Клінічна депресія.

Ознаки, за якими можна визначити можливе самогубство

- Розмови про смерть: «Я збираюся померти», «Я не можу так далі жити».
- Натяки про свій намір: «Я більше не буду ні для кого проблемою»; «Тобі більше не доведеться за мене хвилюватися».
- Багато жартів на тему самогубства.
- Зацікавленість темою смерті.
- Роздавання речей, які є особливо дорогими, упорядкування справ, наведення порядку в кімнаті.
- Зміни у поведінці:
 - в їжі - їсть замало або забагато;
 - у сні - спить занадто мало або занадто багато;
 - у зовнішньому вигляді - неохайність;
 - у шкільних звичках - пропускає уроки, не робить їх, уникає однокласників, дратівливий, пригнічений, відсторонений від родини і друзів; надмірно діяльний, метушливий або, навпаки, байдужий.
- Різкі, полярні зміни настрою, депресивність.
- Попередні спроби суїциду

Цикл формування суїцидальних думок



Попередження суїцидальної поведінки

- Підтримуйте теплі емоційні стосунки з дитиною.
- Зрозумійте її потреби, задовольняйте їх.
- Давайте зрозуміти словами і вчинками, що для вас важливий настрій дитини.
- Говоріть: «Я завжди поруч, якщо потрібна допомога».
- Ви можете не знати, чому страждає дитина, але головне - дайте зрозуміти, що ви поруч.
- Не ігноруйте загрози, про які говорить дитина.
- Поговоріть у той момент, коли помітили, що «щось не так».
Не відкладайте розмову на потім!
- Давайте дитині знати, що ви відкриті для будь-якої розмови, навіть неприємної. Запевніть її, що не будете сваритися і панікувати.

Дуже часто до втеч із дому дитина виявляє схильність ще до підліткового віку. Перші втечі діти здійснюють через страх покарання або як протест.

Типи втеч із дому підлітків:

Емансиповані втечі (45%) - зустрічаються найчастіше. Дитина хоче звільнитися від надмірного контролю дорослих, від набридлих обов'язків.

Імпунітивні втечі (26%) - коли дитину переслідують однолітки, коли перевантажують роботою. Дитина хоче забути, відволіктися від складної ситуації.

Демонстративні втечі (20%) - коли дитина знаходиться в опозиції. Їх відмінність - діти тікають недалеко й у ті місця, де їх можуть знайти чи побачити, повернути додому.

Дромоманія - непереборна тяга до безцільного блукання, зміни місць, бродяжництва - психічне відхилення. Причини:

- психічні розлади;
- знижений інтелект;
- асоціальна поведінка (скоїв правопорушення - і втік).

Що робити, якщо дитина тікає з дому?

- Найперше - з'ясувати причину втечі.
- Якщо є психічне відхилення - консультація психіатра.
- Якщо низький інтелект - навчання новим навичкам (спілкування, поведінки).
- Створити комфортні умови перебування дитини в родині, зону її особистого простору
- Не загострювати стосунки до стадії конфлікту.
- Наявність складних особистісних проблем учня
- Мати довірливі стосунки, щоб дитина могла розповісти про тривоги і проблеми, не боячись осуду і покарань.

ГНІВ
ЗЛОБА
АГРЕСІЯ

БІЛЬ
СТРАХ
ОБРАЗА

НЕЗАДОВОЛЕНА
ПОТРЕБА В ЛЮБОВІ,
ВЗАЄМОРОЗУМІННІ,
ПОВАЗІ, СВОБОДІ...

Форми агресивних реакцій

- Фізична агресія.
- Непряма агресія (плітки, злобні жарти; крик, тупання ногами, биття кулаками по столу, грюкання дверима, пошкодження речей).
- Вербальна агресія (крик, сварка, погрози, лайка).
- Схильність до роздратування (запальність, грубість).
- Негативізм - опозиційна манера поведінки.

Причини агресивної поведінки

- Психологічні травми.
- Дефекти виховання.
- Фільми, ігри, телепередачі зі сценами насильства.
- Демонстрація ворожої поведінки у родині.
- Незадоволеність собою.
- Страх.
- Невпевненість.
- Почуття провини.
- Недовіра.
- Погане самопочуття, перевтома.
- Порушення харчування, голод.
- Алкоголь, наркотичні речовини.

Як поводитися з дитиною, яка виявляє агресію

- Демонструйте дитині власний приклад спокійної поведінки: не допускайте при ній вибухів гніву, критичних і брутальних висловлювань.
- Заборони та підвищення голосу - найменш ефективні способи подолання агресивності.
- Зрозумійте причини ворожої поведінки, визначивши нагальні потреби дитини. Знайдіть екологічний спосіб відреагувати агресію: дозвольте дитині побити подушку, намалювати свої емоції, порвати папір тощо.
- Після конфлікту спокійно обговоріть з дитиною причини його виникнення, визначте дії, які призвели до конфлікту та разом накресліть шляхи вирішення проблеми.
- Показуйте дитині словами і діями, що ви її цінуєте та приймаєте такою, якою вона є.

Як допомогти дитині з агресивною поведінкою

- Знижуйте у дитини рівень особистої тривожності, надчутливість до негативного ставлення до себе.
- Допоможіть справлятися з ситуаціями, які дитина вважає загрозливими.
- Навчіть усвідомлювати власні емоційні стани, розуміти почуття інших людей (малювання, ліплення різних емоцій, робота з фотографіями, що зображують різні емоції людей, сценки-етюди, рольові ігри, рефлексії «Я злий, коли...», «Я добра, якщо...»).
- Будьте емпатійним та вчіть цьому дитину.
- Формуйте адекватну самооцінку. Налаштуйте дитину на позитивне сприйняття себе оточуючими людьми («Альбом успіхів», медалі, оплески; успішна самореалізація - відвідування гуртків, студій, секцій).

Як допомогти дитині з агресивною поведінкою (продовження)

- Навчіть відреагувати свій гнів безпечним способом.
- Оволодійте прийомами психічної рівноваги.
- Розширьте діапазон поведінкових реакцій у проблемній ситуації, разом з дитиною шукайте варіанти конструктивного вирішення конфлікту.
- Навчіть цивілізовано висловлювати свою незгоду ("А як би ти зробив, якщо...?«).
- Відмовтеся від покарань як методу виховання, перейдіть до методів переконання, заохочення, "лагідного" навчання.
- Дотримуйтеся єдиних вимог та правил виховання у родині.
- Заручіться підтримкою педагогів і вихователів, найближчого оточення.
- Консультуйтеся у дитячого, сімейного психолога.

Чому дитина краде?

- Одна з найбільш частих причин - брак коштів для своїх потреб. Дитина ще не заробляє гроші і залежна у цьому від дорослих.
- Дитина (підліток) хоче виглядати в очах однолітків самостійним: сам розпоряджатися грошима і вирішувати, що купувати. Але не уміє раціонально витратити кошти і коли гроші закінчуються, підліток може зважитися взяти їх з гаманця батьків.
- Батьки складають для дітей великі списки заборон. Але це може спрацювати в точності до навпаки - дитина буде робити все те, що батьки окреслили одним словом - «не можна».
- Деякі з підлітків не хочуть відставати від інших щодо наявності благ і речей, але не враховувати матеріальні можливості своєї сім'ї. Це так само може штовхнути дитину на крадіжку грошей, щоб отримати бажане.

Чому дитина краде? (продовження)

- Іноді за допомогою грошей (або куплених на них речей) підліток намагається вирішити свої психологічні проблеми, наприклад, такі як, підвищення свого статусу серед однолітків чи «покупки» гарного до себе ставлення у компанії.
- Відсутність близькості і довіри у родині, недостатня емоційна увага батьків. Крадіжкою дитина підсвідомо хоче привернути до себе увагу, нехай навіть таким способом.
- Гроші у дитини вимагають інші, старші за неї хлопці чи дівчата (або дорослі). Не кожна дитина розповість про це батькам. Зізнатися для неї буває страшніше, ніж продовжувати платити данину.
- Підлітки можуть почати красти, коли гроші потрібні їм для покупки наркотиків чи алкоголю.

Як діяти, якщо дитина краде

- Розмову з дитиною про її вчинок починайте, коли перша хвиля вашого обурення і гніву вляжеться. Вибрати правильне рішення, як себе вести в такій ситуації допоможе розуміння причини вчинку дитини.
- Чим би не була викликана крадіжка, не вішайте на дитину ярлик «крадій». Це руйнує спілкування і дитина може на зло продовжити красти, бо буде думати: «Все одно я злодій, а значить, буду красти і далі».
- Скажіть дитині: «Мене дуже засмучує, як таке могло статися з тобою, чесною і порядною людиною». Це свідчитиме, що до неї продовжують добре ставитися і не таврують ганьбою.
- В жодному разі не присоромлюйте дитину перед братами і сестрами. Спокійно поговоріть віч-на-віч.
- Скажіть дитині, наскільки крадіжка засмутила і схвилювала вас.
- Якщо дитина приносить додому чужі речі, не треба влаштовувати допит, знайшов їх підліток чи вкрав. Правильніше буде просто заборонити їх використання. За можливості, речі потрібно повернути власнику.

Як діяти, якщо дитина краде (продовження)

- Розрахуйте разом з підлітком, яка мінімальна сума грошей йому потрібна на тиждень, і давайте трохи більше.
- Хороший метод дати підлітку можливість мати свої гроші - дати йому їх заробити. Якщо ви зможете йому в цьому допомогти, це буде добре для всіх
- Залучіть підлітка до обговорення і планування сімейного бюджету. Зберіться родиною, коли всі отримують свої гроші: зарплати, пенсії, стипендії і спільно розплануйте витрати на місяць.
- Будьте уважні до потреб дитини. Дорослі, зазвичай, купують собі те, чого потребують. Діти позбавлені такої можливості, адже матеріально залежать від батьків. Якщо дитина дуже хоче придбати якусь річ, почніть разом з нею відкладати на цю покупку гроші.
- Будьте чесним і добрим з дитиною. Якщо дитина знає, що може розповісти про свої потреби батькам, а вони її спокійно вислухають та допоможуть, вірогідність крадіжок мінімальна.

Правила (обмеження, вимоги, заборони), які встановлюють батьки

- Правила обов'язково повинні бути у житті кожної дитини. Інакше - не уникнути проблем у вихованні.
- Правил не повинно бути занадто багато, і вони повинні бути гнучкими. Інакше не уникнути авторитарного стилю виховання.
- Батьківські вимоги не повинні вступати у протиріччя з найважливішими потребами дитини. Варто бути особливо обережними щодо заборон «не дружити», «не ходити», «не одягати», «не брати участь», щоб дитина не сприймала це як загрозу своєму статусу.
- Правила повинні бути узгоджені між батьками. Інакше дитина звикає добиватися свого, «розколуючи» ряди дорослих.
- Тон, яким повідомляється вимога або заборона, повинен бути дружнім і роз'яснювальним, а не звучати у формі наказу.

Формування реактивного розладу прихильності (РРТ)

Діагностування РРТ у немовлят

1. Подивіться, як дитина розвивається

Фізично. Не набирає достатньо ваги через погане харчування.

Емоційно. Коли засмучена, не може заспокоїтися, бо вважає, що немає людини, у якої вона могли б отримати допомогу, підтримку і тепло.

Розумово. Дитині вдається сформулювати досить чіткі уявлення про те, як їх мати/основний опікун будуть реагувати на них і їх потреби.

2. Подивіться, як дитина грається

- Дитина з РРТ не бере участь у активних іграх та інших видах діяльності. Вона виглядає як "хороша дитина", за якою не важко стежити і яка не потребує серйозного контролю .

- Як правило, дитина виявляє загальмованість і млявість у фізичних рухах, а також мало грає з іграшками або не хоче досліджувати навколишній світ.

Формування реактивного розладу прихильності (РРТ)

Діагностування РРТ у немовлят

3. Зверніть увагу, якщо дитина не відчуває близькості з матір'ю/основним опікуном

Дитина не робить різниці між їх основним опікуном і незнайомими людьми. Вона не виявляє прихильність до своєї матері та насправді частіше шукає розуміння і близькості від незнайомих дорослих людей.

В подальшому житті такий підліток шукає підтримки у незнайомих людей. Це призводить до ризикованої, імпульсивної, радикальної поведінки.

4. Подивіться на стосунки між матір'ю/основним піклувальником та дитиною

Правильні стосунки між дитиною і тим, хто піклується про дитину, базуються на почутті прихильності і спільності. Це допомагає малюку розвинути співпереживання, соціальні навички та навички емоційної саморегуляції.

Ці стосунки є визначальними для дитини з іншими людьми протягом всього життя.

Діагностування РРП у дітей та підлітків

Як виявляє себе "загальмований" РРП

Дитина не може бути ініціатором та адекватно реагувати на соціальні взаємодії, схильна уникати соціальних контактів.

Коли її потреби не задовольняються, вона відчуває, що позбавлена прихильності і це змушує почувати себе негідною отримувати увагу і любов, коли їй це потрібно. Дитина починає відчувати себе невпевнено і у небезпеці.

Як виявляє себе "розкутий" РРП

Деякі діти з РРП надмірно виявляють свою готовність до соціалізації і спілкування. Вони намагаються шукати комфорт, підтримку та любов від знайомих і незнайомих дорослих.

Відсутність самоконтролю і агресія

Прагнення до невибіркового спілкування з незнайомими людьми, ризикована сексуальна поведінка, неконтрольована брехня. Дитина може поводитись розбещено. Її приваблюють сексуальні стосунки з незнайомими людьми, часто з декількома одночасно.

Важливо - це не поведінкові відхилення, а результат неправильного розвитку мозку через зневагу і жорстоке поводження в перші місяці і роки життя. Часто дитина агресивна і погано управляє своїми емоціями. Вдається до деструктивної поведінки і не має докорів сумління за свою поведінку, тому що не знає, як можна поводити себе інакше.

Дитина не довіряє людям, їх намірам, бо не знайома з впливом позитивних підкріплень. Вважає, що так як домовитися не вийде, кращий спосіб отримати те, що хоче - агресивним, маніпулятивним способом.

Діагностування РРП у дітей та підлітків

Навчання у школі

Дитина має низький рівень. Мозок не міг розвиватися належним чином у всіх аспектах, адже була домінанта на задоволенні інших потреб. Мозок постійно зайнятий розробкою тактики і стратегії виживання, а здатність вчитися втрачається.

Формування дружніх стосунків

У дитини розвивається гостре почуття відчуженості і самотності, вона втрачає навички довіри до себе та інших. Дитина не здатна мати друзів і будувати тривалі відносини. Дитина має відчуття неповноцінності, небажаності. Її самооцінка низька, вона не розуміє, чому хтось буде дружити з нею і веде себе так, наче не потрібна нікому. Щоб позбутися почуття самотності, заспокоїтися, може вживати алкоголь і наркотики.

Як дитина контролює свої імпульси

У дитини будуть спостерігатися симптоми синдрому дефіциту уваги (СДУГ), що вказує на низький контроль імпульсів. Вона, не вагаючись, не думаючи про наслідки робить речі, які зазвичай інші діти не роблять.

Не здатність дитини встановлювати зоровий контакт

Дитина не розуміє значимість підтримки зорового контакту, адже не мала досвіду позитивного зорового контакту у ранньому дитинстві. Це спричиняє дискомфорт, перезбуджує.

- РРП частіше розвивається у дітей у віці до 5 років і може продовжуватися до підліткового та дорослого віку.
- Симптоми і поведінка РРП можуть бути схожими на інші розлади: аутизм, СДУГ, тривожні розлади, соціальні фобії і посттравматичні стресові розлади.

Що може призвести до РРТТ

- Дитина протягом значного періоду проживала в дитячому будинку або прийомній сім'ї.
- Дитина виросла в будинку, в якому дотримувалися неймовірно строгих і жорстких принципів і правил.
- Дитина виросла далеко від батьків та інших близьких у гуртожитках та інтернатах.
- Якщо батьки були занадто зайняті, щоб піклуватися про свою дитину, і вона залишалася під опікою вихователів.
- Якщо дитина жила/виросла/провела значний час під наглядом вихователя, який був основним опікуном і з ким дитина дуже зріднилася, але через різні обставини була розлучена.
- Якщо дитина була свідком багатьох сварок, бійок і суперечок, що відбуваються між батьками.
- Якщо у батьків були проблеми з управлінням гнівом, якщо вони страждали від стресу, депресії, зловживали алкоголем і наркотиками або страждали будь-яким іншим розладом особистості.
- Якщо в сім'ї було фізичне, сексуальне, емоційне насильство.
- Не можна стверджувати, що у дитини в цих умовах обов'язково розвинеться РРТТ.

Ігрова залежність

Ігрова залежність - серйозна проблема. Встановлено, що на неї страждають 2,4 % жителів Південної Кореї у віці до 40 років.

У Фінляндії залежним від Інтернету та ігор молодим людям дають відстрочку від армії на 3 роки, щоб за цей час вони пройшли курс реабілітації.

У Китаї інтернет-залежними офіційно вважають 2,6 млн. чоловік у віці до 18 років, і держава почала боротися з цією проблемою.

Так, інтернет-сервісам, які надають ігрові послуги, наказано запитувати у гравця номер ідентифікаційної картки. Така процедура повторяться через кожні три години. Після перевірки введених даних система робить перерву, щоб у геймера був час виконати комплекс фізичних вправ.

Якщо він все ж продовжить гру, то його бали, набрані у грі, автоматично урізаються вдвічі. Крім цього, держава в терміновому порядку будує клініки по позбавленню від ігрової залежності (поки що добровільному). Лікування займає в середньому два тижні і полягає в поєднанні терапевтичних, медикаментозних методів, акупунктури і занять спортом - плаванням і баскетболом. Їх мета - повернути підлітків до нормального життя.

Наслідки ігрової залежності у підлітків

- **Зниження творчого потенціалу дитини.** Самому малювати, складати, тобто створювати нову реальність набагато важче, ніж споживати вже готове через гру.
- **Підвищена зарозумілість підлітків** часто пов'язана зі швидкістю досягнення успіху в іграх.
- **Зниження мотивації досягнення мети** при виникненні перших же труднощів пояснюється тим, що в грі він стає переможцем. Навіщо витратити сили в реальності, якщо завжди те ж саме можна отримати у віртуальному світі?
- **Самовпевненість і невиправданий ризик** може сформуватися під впливом геймерських принципів - «можливо все» і «завжди є вихід із ситуації».
- Геймер часто **накладає на оточуючих шаблони** з ігор, формуючи відповідне до них ставлення.

Чим менш упевнено почувається підліток у зовнішній реальності, тим вища ймовірність того, що він втече від реальності в лабіринт комп'ютерної гри і надовго там застрягне.

Дитячі реакції на травму та перші кроки допомоги

Симптоми	Перші кроки допомоги
Вік 3 - 7 років	
Безпорадність, пасивність	Забезпечення підтримки, відпочинку, комфорту, їжі, можливості гратися і/або малювати.
Генералізований страх (постійне почуття тривоги)	Відновлення захисту з боку дорослих
Пізнавальні труднощі (наприклад, не може зрозуміти)	Повторні конкретні роз'яснення ситуацій, очікуваних подій
Труднощі розпізнавання власних занепокоєнь	Знайомство з емоційними назвами загальних реакцій
Недостатність вербалізації - елективний мутизм, повторювані невербальні програвання травми, німі запитання	Допомога у вербалізації спільних почуттів і скарг (дитина ще не в змозі сприймати свої почуття по окреmostі)
Приписування магічних властивостей спогадам про травму	Відділення травми від речових нагадувань (будинки, ящики для іграшок тощо)
Розлади сну (нічні страхи і кошмари, страх засипання, страх залишатися одному, особливо у темряві)	Заохочення розповідей про них батькам і вихователям (казкотерапія, малювання, ліплення того, що лякає)
Тривожна прихильність (чіпляння за дорослих, небажання перебувати без батьків)	Забезпечення постійної турботи і догляду (наприклад, запевнення, що його зустрінуть з дитячого садка/школи). Обмін пам'ятними предметами
9. Регресивні симптоми (смоктання пальця, енурез, белькотіння)	Толерантність дорослих до тимчасових проявів

Дитячі реакції на травму та перші кроки допомоги

Симптоми	Перші кроки допомоги
Вік 6 - 11 років	
Стурбованість власними діями, своєю відповідальністю і/або виною	Допомога у висловленні прихованих переживань, спровокованих подією
Специфічні страхи, викликані спогадами або перебуванням на самоті	Допомога в ідентифікації та висловленні спогадів, тривог та попередження їх поширення
Перекази і програвання події (травматичні ігри), пізнавальні повторення і obsesivna деталізація	Дозвіл говорити і гратися, аналіз спотворень, знання про нормальність почуттів і реакцій
Страх бути пригніченим своїми переживаннями	Стимулювання вираження страху, гніву, печалі тощо в підтримуючій присутності дорослого, щоб попередити почуття захопленості переживанням
Порушення концентрації уваги і навчання	Стимулювання повідомляти батькам і вчителям, коли думки і почуття заважають
Порушення сну (погані сни, страх спати одному)	Підтримка в оповіданнях про сни, пояснення, чому бувають погані сни
Турбота про свою безпеку і про безпеку інших	Допомогти поділитися занепокоєнням, заспокоїти реалістичною інформацією
Порушена або нестабільна поведінка (наприклад: незвично агресивна чи безрозсудна поведінка, негативізм)	Допомога в оволодінні переживаннями, навчання самоконтролю
Соматичні скарги	Допомогти ідентифікувати пережиті під час події тілесні відчуття
Пильна увага до реакцій батьків, страх засмутити батьків своїми тривогами	Пропозиція спільних сімейних зустрічей, щоб допомогти дітям поділитися інформацією з батьками - що вони відчують
Страх, викликаний власними реакціями горя	Допомога в збереженні позитивних спогадів про те, що він робив у важкий момент

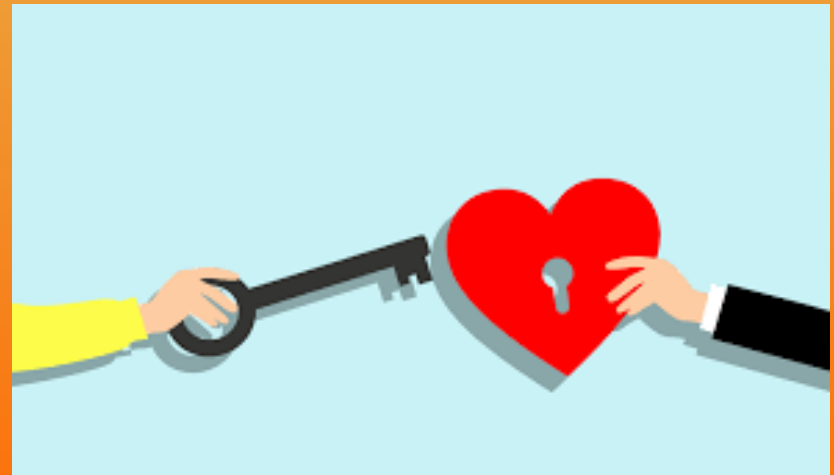
Дитячі реакції на травму та перші кроки допомоги

Симптоми	Перші кроки допомоги
12 – 18 років	
Погляд з боку, сорому і вини (подібне до того, яке буває в дорослих)	Спонування до обговорення події, пов'язаних з нею почуттів і реалістичного бачення того, що відбулося
Тривожне осмислення своїх страхів, почуття уразливості, страх здаватися ненормальним	Допомога в розумінні того, що здатність переживати такий страх - ознака дорослості, заохочення розуміння і підтримки в середовищі однолітків
Посттравматичні зриви (наприклад: використання наркотиків, алкоголю, деліквентна поведінка, сексуальні загули)	Допомога в розумінні того, що така поведінка - спроба блокувати свої реакції на подію і заглушити гнів
Небезпечні для життя правила, само руйнуюча і віктимна поведінка	Звернення до причин такої поведінки, пов'язування їх з імпульсивністю, що веде до агресії
Різкі зміни в міжособистісних стосунках	Обговорення можливих труднощів у стосунках з однолітками і родиною
Бажання і плани помсти	Вислухати існуючі плани, обговорити їх реальні наслідки, якщо реалізуються, заохочувати конструктивні альтернативи, здатні зменшити відчуття психотравматичної безпорадності
Радикальні зміни життєвих принципів, що впливають на формування ідентичності	Пов'язати принципи змін з впливом травми
Передчасний вступ в доросле життя (наприклад: вихід зі школи, шлюб, або небажання жити в будинку)	Заохочення відстрочених рішень, щоб дати час на осмислення своїх реакцій на травму

Вчимося бачити сильні сторони та позитивні наміри дитини!

Діти, яких підтримують, позитивно заохочують, у яких вірять - характеризуються гарною адаптованістю до середовища та ефективним спілкуванням з однолітками. Вони активні, незалежні, ініціативні, доброзичливі, емпатичні.

Взаємини батьків та дітей, характер родинного спілкування виступають потужним фактором розвитку дитини.



Базові принципи взаємодії дорослого з дитиною

Доброзичливі стосунки

- поважати;
- сприймати дитину такою, якою вона є;
- відмежовувати поведінку від особистості;
- дотримуватися конфіденційності у певних питаннях;
- дорослому самому демонструвати модель здорової поведінки;
- дитина має відчувати, що на дорослого можна покластися.

Володіти навичками спілкування

- співчуття;
- вміння активно слухати;
- дайте зрозуміти, що з вами можна торкатися будь-яких питань;
- давати інформацію, що відповідає віку дитини;
- виявляти щирий інтерес, цікавитись поглядами, думками дитини.

Акцентувати увагу на плюсах, а не на мінусах

- очікувати найкращих зусиль та результатів від дитини, незалежно від її реальної поведінки;
- підтримка, заохочення, похвала — особливо тоді, коли дитина намагається змінити поведінку.

Залучити дитину до сприйняття рішень, що її стосуються, по мірі можливості приймати її пропозиції.

Поради дорослим у роботі з девіантними підлітками

- Будьте привітними.
- Цікавтеся їх думкою, дайте їм відчути себе прийнятними.
- Старайтесь попередити виникнення конфлікту, не допустити його виникнення.
- Дозволяйте їм помилятися і вчитися на власних помилках.
- Будьте з ними відкритими у спілкуванні, не старайтесь їх обманювати, щось від них приховувати.
- Станьте їх другом, порадником, готовим в будь-кий час їх вислухати.
- Завжди давайте їм ще один шанс.
- Радьтеся з ними, вітайте їхні пропозиції.
- Знаходьте час для спілкування з ними, вислуховуйте їх, розділяйте з ними радість та переживання.
- Не старайтесь їх переконувати, насаджувати свою думку, різко заперечувати.
- Дайте підлітку відчути відповідальність.
- Допоможіть їм повірити в себе.

Методика встановлення обмежень

В певних ситуаціях батьки змушені встановлювати обмеження щодо дій дітей; але обмеження не повинні призводити до депривації потреби та викликати в дитини почуття неповноцінності, незрілості.

1. Передусім, необхідно показати дитині, що батьки приймають почуття дитини і розуміють важливість бажання для неї: «Я розумію твоє бажання, це справді важливо для тебе...»
2. Далі батьки встановлюють обмеження, пояснюючи причину: «Але цього робити не можна, тому що...»
3. Потім батьки пропонують дитині альтернативу, яка не призводить до небажаних наслідків і, водночас, дозволяє їй реалізувати свою активність, задовольнити певні бажання. Важливо, щоб альтернатива зацікавила дитину і була певним заміном неадекватних дій.
4. Якщо й після цього дитина намагається вдаватися до дій, які можуть зашкодити їй самій або оточенню, то дорослий дає їй право вибору: або вона припиняє свої дії, або... Тут батьки повинні визначити умову, яка найкращим чином впливає на дитину (відповідно до сімейних традицій, віку дитини, її психологічних особливостей)

Про що поговорити з дитиною?

- Ⓜ Про емоції, почуття і як вони впливають на поведінку.
- Ⓜ Про саморегуляцію емоційного стану.
- Ⓜ Який «Я» і яким хочу бути.
- Ⓜ Як стати впевненим у собі.
- Ⓜ Як ефективно спілкуватися.
- Ⓜ Про побудову хороших стосунків з ближніми.
- Ⓜ Як знайти хорошого друга.
- Ⓜ Як набути авторитет у колі однолітків.
- Ⓜ Про права і обов'язки: власні та членів сім'ї.
- Ⓜ Як уникнути конфліктів.
- Ⓜ Про кохання і секс.
- Ⓜ Як поводити себе у стосунках з протилежною статтю.
- Ⓜ Про репродуктивне здоров'я.
- Ⓜ Як пережити труднощі.
- Ⓜ Як поставити ціль і досягнути її.
- Ⓜ Як вирішувати конфлікти ненасильницьким шляхом.
- Ⓜ Як сказати «Ні», коли на тебе тиснуть.
- Ⓜ Чому люди стають залежними. Що означає - бути вільним.
- Ⓜ У чому небезпека комп'ютерних ігор.

Спробуйте з вашими дітьми...

Вправу «День без зауважень»

Учіться стримувати свої негативні емоції, незадоволення діями дитини. Пообіцяйте собі впродовж всього дня дитині все пробачати, безумовно приймати її, не робити зауважень, не засуджувати вчинки і не сперечатися. Спробуйте дотримати даного собі слова впродовж одного тижня, а тоді проаналізуйте - що змінилося у ваших взаєминах з дитиною.

Вправу «Жарт у відповідь»

Спробуйте на негативну поведінку дитини відповідати жартами, але не сарказмом, постарайтеся бути добродушним. А щоб у вас під рукою завжди було кілька насправді хороших жартів, почніть збирати веселі оповідання, історії тощо.

Вправу «Добра усмішка»

Якими зайнятими ви не були б, старайтеся частіше усміхатися дітям. Якщо одразу не виходить, спробуйте усміхатися подумки. Усмішці завжди має бути місце у вашому житті. Недарма однією з передумов успіху американці вважають саме усмішку («Keep smile»)

П'ять шляхів до серця дитини

Найбільше дитина потребує батьківської любові - найголовнішої потреби людини. І батьки повинні навчитися виявляти свою любов до неї. Живіть з думкою: «Якщо я люблю дитину, не зважаючи ні на що, вона відчуватиме впевненість у собі і мою підтримку».

Висловлювати свою любов дитині батьки можуть через:

- **Дотик** - один із найважливіших проявів любові. У перші роки життя необхідно, щоб дорослі брали дитину на руки, обнімали, цілували, садовили її на коліна тощо. Тактильна ласка однаково важлива як для хлопчиків, так і для дівчаток.
- **Слова заохочення** - коли ви хвалите дитину, ви дякуєте їй за те, що вона зробила чи досягла сама. Але слова мають мати силу і сенс. Кожного дня даруйте дитині приємні слова підтримки, заохочення, схвалення, ласки.
- **Час** - це ваш подарунок дитині. Ви ніби говорите їй: "Ти потрібна мені, мені подобається бути з тобою".
- **Подарунок** - дається не в обмін на щось, а просто так. Подарунки не обов'язково купувати, їх можна знаходити, робити самому. Подарунками можуть стати: польові квіти, камінчики, чудернацької форми гілочки тощо. Головне - придумати, як його подарувати.
- **Допомога** - якщо ви допомагаєте дитині і робите це з радістю, то душа її наповнюється любов'ю.

З книги Гері Чемпен та Росс Кемпбел «П'ять шляхів до серця дитини»

Приймаючи людину такою, якою вона є, ми робимо її гіршою,
а приймаючи її такою, якою вона має бути,
ми примушуємо її бути такою, якою вона може стати.

Йоганн Вольфганг фон Гете



Дякуємо за увагу)

