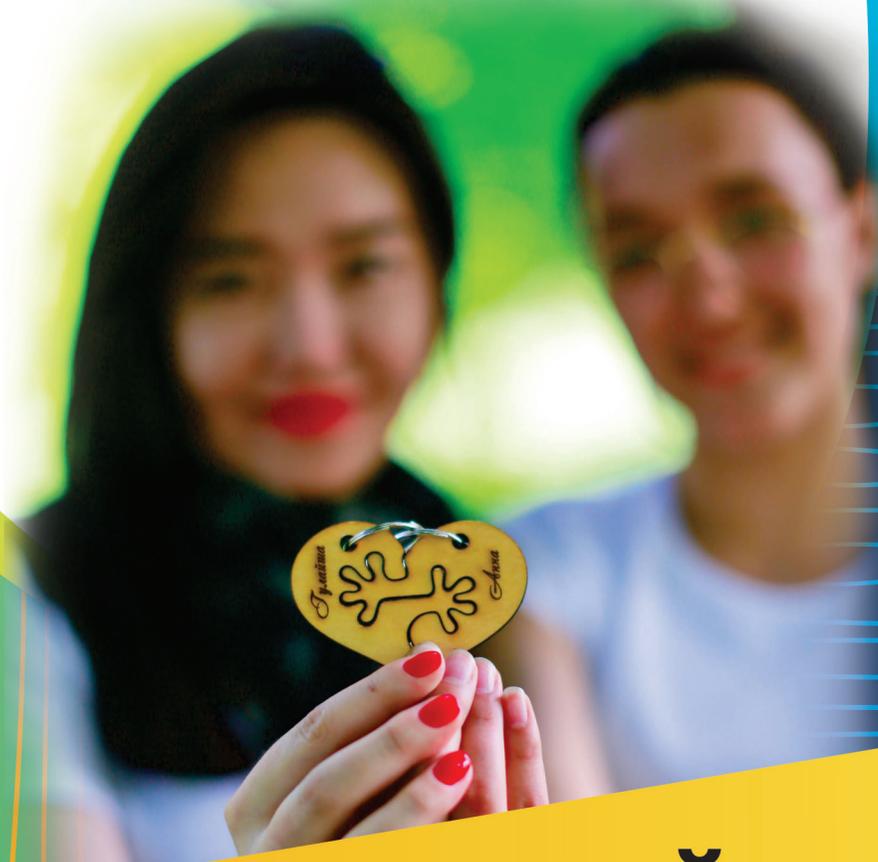




СОЦИАЛИЗАЦИЯ  
ВОСПИТАННИКОВ  
ДЕТСКИХ ДОМОВ



ПРОЕКТ  
НАСТАВНИКИ



# КАКОЙ ОН, РЕБЕНОК ИЗ ДЕТСКОГО ДОМА?



### Введение

Данный курс «Какой он, ребенок из детского дома?» является составной частью школы наставников состоящей из 8 курсов. Курс подготовлен руководителем проекта «Наставники» в Казахстане.

### Для чего предназначен этот курс?

Цель курса – предоставить полную информацию о проекте: его цели, миссии, задачах и правилах, а также направлении проекта.

### Для кого предназначен данный курс?

Главной целевой аудиторией курса являются потенциальные наставники, а также руководители и сотрудники неправительственных организаций, которые изъявляют желание запустить программу у себя в регионе.

**Цель изучения курса:** получить подробную информацию о наставничестве над ребенком из детского дома и его направлениях.

### Какие знания и навыки мы освоим по итогам изучения курса:

- Узнать, почему наставничество является эффективной формой социализации детей, особенно тех, чьи шансы быть усыновленными очень малы;
- Познакомиться с этапами становления наставником;
- Изучить правила участия и работы в проекте;
- Различать виды наставничества.

### В чем особенность данного курса?

Данный курс основан на опыте реализации проекта «Наставники» в Казахстане, а также исследованиях и опыте лучших международных программ наставничества. Надеемся, что данный курс окажется полезным для вас. Мы будем рады получить ваши отклики и с благодарностью примем любые идеи, замечания и сообщения о вашем опыте применения технологий и методик, изложенных в данном модуле.

Адрес электронной почты: [astana@nastavniki.kz](mailto:astana@nastavniki.kz).

# Оглавление

<b>4</b>	<b>5</b>	<b>5</b>
ВВЕДЕНИЕ	СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ – ВОСПИТАННИКОВ ДЕТСКИХ ИНТЕРНАТНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ	Отсутствие навыков общения
<b>7</b>	<b>8</b>	
Иждивенческое отношение к взрослым	Отсутствие личных границ и нежелательные привычки	
<b>10</b>	<b>12</b>	
Нарушение привязанности	Последствия психотравмы	
<b>13</b>	<b>14</b>	
НЕКОТОРЫЕ ИСТОЧНИКИ НАПРЯЖЕНИЯ В ПАРЕ НАСТАВНИК – ПОДОПЕЧНЫЙ	ПРИВЫКАНИЕ	

# Введение

Дети, воспитывающиеся в условиях детского дома – раненые дети. Они росли в условиях эмоциональной неудовлетворенности из-за дефицита заботы, внимания и любви к ним. Несмотря на то, что их окружали взрослые, они не смогли получить необходимое количество любви, потому что эту любовь приходилось делить с другими детьми.

Большинство детей, оставшихся без опеки родителей, испытывают постоянную тревожность, напряжение, незащищенность. Это провоцирует различные личностные расстройства, из-за которых возникают трудности в социальной адаптации, нарушения в различных видах деятельности – учебе, труде, общении. Эмоции, как правило, недостаточны развиты. При поступлении в школу, у них слабая готовность к обучению: им трудно сосредоточиться, слушать, запоминать. Наставник может обнаружить, что ребенок быстро утомляется, даже играя, может перестать выполнять какую-либо деятельность, не доведя ее до конца.

**Замечая подобные особенности детей, следует помнить, что при систематических встречах, занятиях с подопечным, постоянном внимании к нему и заботе, тревожащие симптомы постепенно исчезнут. Это произойдет не так скоро, как хотелось бы, но произойдет обязательно!**

Поэтому всем наставникам настоящим и будущим, для эффективного наставничества, необходимо специальное обучение.

В данном курсе вы познакомитесь с некоторыми особенностями детей – воспитанников интернатных учреждений и освоите навыки взаимодействия с ними.

Давайте поговорим с наставником Айнагуль, которая расскажет свои непростые истории, а прокомментирует эти рассказы опытный психолог, с которым она консультировалась.

## СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ – ВОСПИТАННИКОВ ДЕТСКИХ ИНТЕРНАТНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ



### Отсутствие навыков общения



**Наставник:**

Несколько месяцев назад я стала наставником для 12-летней Аленки. Девочка живет в детском доме с 8 лет. Ее поместили туда после того, как маму и папу лишили родительских прав. Мы с Аленой не сразу стали друзьями. Когда я по субботам приходила к ней в детский дом, мне трудно было найти тему для общения с девочкой, а она только отвечала на мои вопросы. Сама же никогда ни о чем не спрашивала, ничего не рассказывала, казалось, что ей совсем не интересно общаться со мной – она ничего не хотела знать.

Поговорив с психологом, я поняла, что ошибаюсь. Дети, которые живут в интернатных учреждениях, зачастую не имеют навыков общения – не умеют общаться с другими людьми. Не знают, как поддержать беседу, стесняются рассказать что-то о себе или о событиях своей жизни. Совсем не умеют слушать, а это значит, что они не всегда понимают, о чем с ними говорят.





**Психолог:**

С чем могут столкнуться наставники, когда начнут общаться со своими новыми юными друзьями? Существуют так называемые, *специфические* особенности детей, свойственные именно воспитанникам детских интернатных учреждений. Не обязательно, что у вашего подопечного обнаружатся подобные особенности, но если такое произойдет, необходимо знать, что делать.

**Н**аставник должен понимать, что проживание в детском доме формирует у детей некоторые специфические убеждения, которые вырабатывают у них особое поведение, редкое для детей, воспитывающихся в семьях. Чем старше ребенок, чем дольше он прожил в детском доме, тем ярче проявляются эти поведенческие особенности. Наставники зачастую не знают об этих особенностях и могут неправильно интерпретировать поведение ребенка.

К специфическим особенностям относятся:

- Отсутствие навыков общения;
- Иждивенческое отношение ко всем взрослым;
- Отсутствие личных границ;
- Отсутствие навыков самостоятельности и самообслуживания.

Рассмотрим эти особенности более подробно.



**Что делать?  
Советы психологов  
и педагогов  
наставникам**

Интересуйтесь делами ребенка. Спрашивайте как успехи в школе, какие темы были на уроках, с кем играл, в какие игры т.п. Отвечая на вопросы, ребенок будет учиться формулировать свою речь. Слушая ребенка, применяйте правила активного слушания – поощряйте его говорить больше и ярче.

Рассказывайте о своих делах первыми (в том объеме, который считаете необходимым), покажите пример того, как можно передать свои впечатления и эмоции от тех или иных событий за прошедший день.

**Если вы заметите, что ваш юный друг:**

- никогда ничего вам не рассказывает;
- при общении отвечает только на ваши вопросы;
- говорит, не обращая внимания, слушают его или нет;
- при ответе на заданный вопрос, начинает говорить на другую тему;
- стесняется разговаривать с другими детьми и взрослыми; или
- всегда молчит

– скорее всего, он **не умеет общаться**. Причины могут быть самыми разными: перенесенная ранее психологическая травма, нарушение привязанности или стрессы, которые пережил ребенок, находясь в детском доме или школе.

Кроме того, сосредоточенность на себе, на своих переживаниях и потребностях, ограниченный круг общения и недоверие, также способствуют замкнутости и неумению выражать свои мысли и чувства.

Дети, которые воспитываются в детских домах, привыкли, что взрослые сами начинают общение: спрашивают, что нужно или приказывают, что надо сделать. Поэтому, даже когда есть необходимость попросить о чем-нибудь, что-то сообщить или просто поговорить с взрослым, дети не могут проявить инициативу.

Демонстрируйте на собственном примере такие необходимые для общения навыки как:

- Сопереживание, способность представить себя на месте другого человека.  
*Например:*
  - Как ты думаешь, тебе было бы больно ...?
  - А ты бы смог ...?
  - Тебе было бы смешно ...?
- Умение сочувствовать, заботиться о других людях, животных или растениях  
*Например:*
  - Давай поможем малышу сойти с горки.
  - Смотри, деревце совсем засохло. Давай польем его!

- Умение сдерживать свои эмоции  
*Например:*
  - Это очень неприятно, но надо быть спокойным, чтобы разобраться....
  - Забавная ситуация. Но лучше сдержать свой смех, чтобы не обидеть твоего друга....
- Умение спокойно выслушивать другое мнение, принимать во внимание, что люди все разные, каждый человек имеет право отстаивать свою точку зрения.



## Иждивенческое отношение к взрослым



**Наставник:**

Понимая, что моя новая маленькая подруга не умеет поддерживать общение, я стала помогать Алене разговаривать со мной. После приветствия спрашивала у нее как дела в школе, как дела у ее подружки, чем кормили детей в обед. Старалась подбирать простые вопросы, чтобы Алене легче было на них ответить и развить тему разговора. Например, после ответа на вопрос что она ела в обед, я спросила о любимой еде. Узнала, что девочка любит бананы. Поговорили о бананах – для Алены было открытием, что бананы не растут на пальмах и собирают их не обезьяны, а люди!



**Психолог:**

**Если ваш подопечный:**

- требует (иногда настойчиво) купить, то, что ему хочется;
- требует сделать для него что-либо;
- не принимает объяснений, что вы не считаете нужным удовлетворить его просьбу (требование);
- не бережет свои вещи (с легкостью может выбросить испачкавшиеся джинсы, подарить свою вещь другу и т.п.);
- искренне удивляется, не понимает, когда вы делаете ему замечание по поводу неряшли-

Обсуждайте с ребенком ситуации, о которых он вам расскажет или вы станете свидетелями каких-либо происшествий. Объясняйте ему, почему люди поступили тем или иным способом, какие эмоции проявили.

Просите ребенка проявлять инициативу в общении, например, позвонить вам в оговоренное время.

Начав общаться, мы с Аленой становились ближе – между нами возникло доверие. Девочка могла рассказать мне о себе или попросить о чем-нибудь. Вот тут возникла еще одна проблема, к которой я не была готова.

Алена стала просить принести ей не только что-нибудь вкусненькое, но и купить одежду. Я знала, что наставникам запрещено покупать детям вещи, и сказала об этом Алене. Ее реакция меня удивила: она не обиделась, а начала требовать:

– Разве у тебя мало денег? Зачем же ты приходишь ко мне, если не можешь купить такую мелочь?

Я не могла объяснить себе такую реакцию девочки и очень расстроилась.

восты или небрежности по отношению к вещам;

- никогда не проявляет чувство благодарности

– следует знать, что такое поведение обусловлено **иждивенческим отношением к взрослым**. Дети из детских интернатных учреждений убеждены в том, что они «особенные» и взрослые обязаны жалеть их и помогать. Такое убеждение формирует эгоистичные черты характера.

Это происходит потому, что дети, живущие в детских домах, привыкли к тому, что их обеспечивают всем необходимым. Это «необходимое» появляется

из «ниоткуда» и не представляет для них никакой ценности: будь то одежда, еда, предметы гигиены или учебники. «Если мне нужно, вы обязаны дать».

Бесконечное посещение взрослых – «спонсоров» с подарками к праздникам, формирует небрежное отношение к вещам. Даже дорогие подарки, не представляющие для ребят особой ценности: разбитый телефон – подарят другой; порвалась рубашка –

выдадут новую. Воспринимая все происходящее как должное, ребенок не задумывается о происхождении вещей.

Повзрослев, эти дети не могут понять, что все в жизни зарабатывается собственным трудом. Они ищут способы *получения* благ и, как следствие, могут нарушать законы.

положительная оценка в школе за домашнюю работу была заработана усердными занятиями.

Когда вы сможете приглашать ребенка к себе домой на выходной, давайте ему небольшие задания: помочь с приготовлением обеда или полить цветы. Покажите, как вы заботитесь о своих вещах. Ребенок должен видеть бережное и аккуратное отношение взрослых к вещам. Объясняйте, что каждая вещь была куплена на заработанные деньги. Благодарите близких и своего подопечного за оказанные услуги – показывайте, как вы цените труд других людей.

Ребенок, который видит, как взрослые относятся к результатам своего труда, формирует правильное отношение не только к вещам, но и к усилиям, которые прилагаются для их приобретения.

### Что делать?

#### Советы психологов и педагогов наставникам

Попробуйте научить ребенка ценить и уважать труд других людей и свой собственный. Объясните, что вы и другие люди ничего не получают даром. Найдите примеры из жизни самого подопечного, убеждающие, что за все надо платить. Например,

3

## Отсутствие личных границ и нежелательные привычки

позволить себе попку. Алена слушала, кивала головой в знак согласия, потом, хитро улыбнувшись, говорила: «В следующий раз купим, да?». Мне ничего не оставалось делать, как засмеяться или пообещать.

Все было бы замечательно, но меня сильно раздражали некоторые привычки девочки. Она постоянно грызла ногти, не закрывала дверь, находясь в туалете, все время что-то жевала. Но больше всего мне не нравилось, что разговаривая, Алена употребляла неприличные выражения и слова-паразиты.

Это было как-то неестественно слышать от маленькой девочки. Я делала ей замечания, объясняла, что вести себя неподобающим образом некрасиво, а говорить неприличные слова и вовсе недопустимо, но Алена забывала о моих просьбах. Казалось, что ее невозможно отучить от вредных привычек.

#### Наставник:

Шло время, и мы с Аленой научились понимать друг друга. Приходя ко мне домой в выходной, она не лежала на диване в ожидании обеда, как раньше, а помогала мне на кухне. Когда девочке чего-то хотелось, она не требовала, а вежливо просила. Если я не могла купить ей понравившуюся вещь или лакомство, то терпеливо объясняла Алене, почему сейчас мы не можем

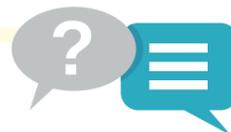


Психолог:

### Если ваш подопечный:

- не закрывает дверь в туалет или ванную комнату;
- не стесняется вас и других членов семьи;
- не понимает вашей просьбы выйти или отвернуться, когда вы переодеваетесь;
- без разрешения берет ваши вещи;
- не понимает вашей просьбы не входить в вашу комнату, когда закрыта дверь и т.п.

– это результат **нарушения личных границ** в интернатном учреждении. Жизнь ребенка в детском доме подчинена не только расписанию – что и когда надо делать – она на виду. Все видят всех. Дети не имеют возможности побыть в одиночестве, заняться каким-то своим делом непродолжительное время. Даже посещение туалета или душа – может быть совместным мероприятием. Такой режим обуславливает многие проблемы с психическим развитием и самосознанием детей. Возможно, ребенок был помещен в детский дом с уже нарушенными границами – если родители не уделяли этому должного внимания.



### Что делать?

#### Советы психологов и педагогов наставникам

Объясните ребенку правила:

- Каждый человек имеет личное пространство, которое нельзя нарушать!

- Каждый имеет личные вещи, которые нельзя брать без разрешения!
- Каждый человек имеет право на возможность побыть одному!

Эти правила касаются и самого ребенка.

Важно объяснить ребенку понятие стыда – неприемлемых, непринятых, осуждаемых в обществе поступков. В том числе ситуаций, связанных с интимными потребностями и гигиеной.



Соблюдайте и уважайте личные границы других людей и ребенок, наблюдая, будет учиться новому поведению.

#### Если ваш подопечный:

- постоянно что-то жует, несмотря на то, что он сыт;
- грызет ногти или накручивает на палец свои волосы;
- употребляет в речи нежелательные слова и выражения;
- исследует содержимое сумок посторонних людей или шкафов в квартире и т.п.

– это – **нежелательные привычки**. Обычно вредные привычки не опасны для здоровья ребенка. Но когда он вырастет, над ним будут смеяться или негативно судить о нем. Бывает, что вредная привычка со временем превращается в проблемное поведение.

Любая нежелательная привычка появляется не на пустом месте – это всегда результат депривации, отсутствия заботы, ласки, внимания к ребенку со стороны взрослых.

Устранение нежелательных привычек – это самое сложное в воспитании ребенка. Необходимы терпение и сдержанность, чтобы игнорировать или спокойно реагировать на то, что ребенок не соблюдает границы, употребляет грубые слова, курит и т.п. Нежелательную привычку можно устранить только вниманием, требованием выполнения правил и собственным примером. Можно много раз повторять ребенку, что надо говорить «спасибо» после обеда, а можно просто не забывать говорить это самому и ребенок последует примеру.

#### Важно помнить, ребенок запоминает и моделирует свое поведение, только наблюдая поведение взрослых!

Нежелательные привычки не появляются, если есть интересы, любимое дело, забота. Задача наставника совместно с подопечным найти интересное ему занятие. Пусть это будет рассматривание картинок в книге, чтение, лепка из пластилина или глины, футбол или что-нибудь другое. Важно, дать ребенку почувствовать заботу о нем и плохие привычки постепенно исчезнут.

Но когда я приходила к ней в детский дом, она выглядела довольной, иногда радостной, особенно после полученного подарка – шоколадки или какой-нибудь безделушки. Однажды, я ничего не принесла ей, потому что спешила, боялась опоздать. Она, не получив подарка, расстроилась. Было видно, что настроение у нее упало. Правда, начав общаться, рассказывая свои новости – повеселела. Мне была непонятна переменчивость ее эмоционального состояния, равнодушие и зависимость настроения от подарков.



Психолог:

#### Если ваш подопечный:

не имеет четкой модели поведения. Его поступки непредсказуемы и, зачастую, неадекватны;

- не любопытен – его трудно заинтересовать чем-то новым;
- проявляет подозрительность к незнакомым людям или боится их, даже если рядом взрослые (наставник, воспитатели, учителя);

- или наоборот, чрезмерно доверчив, даже к чужим людям – может прижаться к незнакомому человеку, пойти за ним (беспорядочное дружелюбие);
- постоянно беспокоится о том, как к нему относятся другие люди – нравится он или нет?
- не способен проявлять эмоции и даже разделять их с другими (радоваться, когда другие смеются, огорчаться, когда кому-нибудь плохо)

– это результат **расстройства привязанности**. Привязанность – это чувство близости, основанное



#### Что делать? Советы психологов и педагогов наставникам

Все люди нуждаются в любви. А дети, оставшиеся без опеки взрослых – особенно. Ребенку важно дать любовь и заботу. Каким бы сложным не казался случай, каким бы тяжелым не было поведение и здоровье ребенка, нужно помнить, что в корне всего – отсутствие любви. Поэтому, в первую очередь, ребенку нужно дать опыт любви, основанный на заинтересованности и заботе.

Каждый ребенок испытывает потребность в ком-то, кто способен помочь ему справиться как с положительными, так и негативными эмоциями. Для этого нужен эмоциональный контакт – общайтесь с ребенком, интересуйтесь его настроением, жизнью. Будьте искренними.

Реагируйте на потребность вашего друга в контакте: смотрите на него, любуйтесь им, обнимайте при встрече, держите за руку! Говорите ласковые слова,

на глубокой симпатии, любви, преданности. Это результат первых близких отношений в жизни ребенка, чаще всего с матерью. Эти отношения способствуют уменьшению его тревог в различных ситуациях и являются основой для дальнейшего развития отношений с другими людьми.

Если в первые годы жизни малыш чувствовал любовь и заботу мамы – он растет спокойным, уверенным и здоровым человеком. Если же связь между матерью и ребенком была нарушена, у человека возникают психологические и физические нарушения, которые могут проявляться в поведении, общении и отражаться на здоровье.

Дети, оставшиеся без попечения родителей и находящиеся в детском доме, глубоко переживают разлуку с близкими людьми. Именно разлука с родными, в особенности, с матерью, является самой глубокой раной, которую они будут нести всю жизнь в своем сердце. Задача взрослых снизить эмоциональные и физиологические последствия этой травмы и, если удастся, залечить ее.

делайте комплименты! Это поможет убедить его в том, что он действительно любим! При этом важно установить границы отношений, ввести правила и следовать им. Вседозволенность не синоним любви!

Кроме того, ребенок нуждается в руководстве. Говорите с ребенком не только о том, что ему нравится. Дети чувствуют себя в безопасности, когда чувствуют, что включены в *систему правил и управления*. Поэтому важно интересоваться делами подопечного, его взаимоотношениями с другими людьми и, при необходимости, давать советы.

Еще одно важное условие – доступность. У ребенка должна быть возможность с легкостью найти взрослого при необходимости. Все дети ищут привязанности, защиты, заботы взрослых. Помощь, предоставляемая ребенку, не должна быть обусловлена ничем, кроме потребности ребенка, а ребенок не должен слишком долго ждать, чтобы получить помощь. Договоритесь с вашим подопечным о том, в каких случаях он может позвонить вам, и всегда откликайтесь на его просьбы.

## 4 Нарушение привязанности



Наставник:

Преодолевая сложности в отношениях, я очень привязалась к Аленке. Скучала, когда расставались, и с нетерпением ждала встречи. Но меня немножко обижало отношение Алены ко мне. Казалось, для нее наша дружба ничего не значила – она не говорила мне что скучает или ждет меня. Она всегда была равнодушна. Иногда мы договаривались о том, что я позвоню ей в детский дом, чтобы справиться о здоровье (когда болела) или узнать об итогах контрольной в школе. Она не ждала звонка и с неохотой разговаривала со мной.

# 5

## Последствия психотравмы



**Наставник:**

Через девять месяцев общения мы с Аленкой стали настоящими друзьями – она с удовольствием рассказывала мне свои истории, иногда спрашивала совета. Чем больше я узнавала ее, тем больше мне была интересна эта девочка. Алена выросла. Иногда я стала заговаривать о будущем – о чем она мечтает, кем хотела бы быть – какую специальность получить. Обычно, она уходила от таких разговоров. Но однажды, на вопрос – «Кем хочешь стать?», Алена расплакалась, начала кричать, что ей все равно и какое мне дело до ее будущего.

Немного успокоившись, девочка с укором говорила о том, что она мне не верит. И вообще никому не верит. Раз ее оставили родители, значит, она никому не нужна, а взрослые лишь притворяются, что любят ее. После этого инцидента, я, как наставник, обратилась к воспитателю детского дома и рассказала о происшедшем. Воспитатель объяснила мне, что подобные реакции иногда случаются у Алены. Она действительно не верит взрослым и думает, что все люди притворяются, заботясь о ней. Она считает, что взрослые ее любят «за деньги» – за зарплату. Я поняла, что Аленка доверилась мне еще и потому, что я «не получала денег за дружбу с ней».



**Психолог:**

### Если ваш подопечный:

- ощущает себя одиноким и ненужным;
- испытывает недоверие ко всем, без исключения;
- постоянно беспокоится о своей безопасности или о будущем;
- ведет себя как маленький ребенок – капризничает, разговаривает «как малыш», играет в игрушки для совсем маленьких детей и т.п. (регрессивные тенденции в поведении);
- зачастую занимается самобичеванием и самоуничтожением: «я во всем виноват!»;
- испытывает навязчивое чувство тоски и безысходности;
- чувствует себя усталым, опустошенным без видимой причины;
- болезненно раздражителен, плаксив;
- непоследователен и суетлив

– это симптомы перенесенной ребенком **психотравмы**. Психологическая травма – это вред, нанесенный психике, который возникает при реакции человека на неблагоприятные факторы внешней среды и экстремальные ситуации. Причиной психологической травмы может стать стресс или сильное эмоциональное потрясение. Часто психотравмы случаются именно в детском возрасте.

Негативные события не лучшим образом влияют на развитие личности ребенка, оказывая воздействие на физическое, моральное и эмоциональное

состояние, а также на межличностные отношения, которые ребенок устанавливает со сверстниками и взрослыми.

Без сомнения, все дети, воспитывающиеся в детских интернатных учреждениях, помещенные в приюты или в приемные семьи имеют те или иные психологические травмы. Болезненный след в психике ребенка может оставить любая стрессовая ситуация: эмоциональное или физическое насилие, проживание в непригодных условиях, лишения или голод. Иными словами, любая ситуация, когда ребенок не получил от взрослых, в первую очередь, от родителей, защиты и поддержки. Когда у маленького человека не было возможности спрятаться, отгородиться от эмоциональной или физической боли и пришлось, в борьбе за выживание, спрятать свои переживания подальше.

Психологические последствия травмирующего события могут быть различными: от общего недомогания и длительного пониженного фона настроения до посттравматического стрессового расстройства (ПТСР), которое сопровождается высоким уровнем тревожности, повторяющимися навязчивыми воспоминаниями, расстройством поведения (как правило – проявлением агрессии), соматическими заболеваниями, депрессией. Кроме того, следствием психотравмы становится регрессивное поведение детей, что, непременно, сказывается на их развитии и обучении. Следует отметить, что продолжительность ПТСР может варьировать от нескольких недель до 30 и более лет!



### Что делать? Советы психологов и педагогов наставникам

Зачастую, взрослые, столкнувшись с проявлениями ПТСР у детей, не знают, как себя вести, и какие действия следует предпринимать. Неграмотные, неправильные действия могут усугублять тяжелое состояние ребенка (именно это зачастую и случается) и справиться с последствиями душевной травмы маленькому человеку становится сложнее. Поэтому при проявлениях ПТСР у детей, взрослым следует быть очень осторожными и внимательными, чтобы не усугубить состояние ребенка.

Конечно, необходима профессиональная помощь специалистов. Коррекционная психологическая

работа с ребенком должна быть направлена на создание новой модели жизни, переоценку травматического опыта, восстановление ощущения ценности собственной личности, восстановление способности дальнейшего функционирования в мире. Не менее важен режим дня – это дает ощущение стабильности и уверенности.

Наставник может обеспечить чувство безопасности, заботы и уважения. Ребенок должен понимать, что находится с надежными людьми, которые хотят помочь. Но самое главное – это участие взрослых: с ребенком надо разговаривать, интересоваться его делами, спрашивать о планах, мечтах, или просто болтать ни о чем. Или молчать. Но быть рядом!

Дайте ребенку понимание и уверенность в том, что вы его любите. Любовь лечит любую, даже самую тяжелую травму.

## НЕКОТОРЫЕ ИСТОЧНИКИ НАПРЯЖЕНИЯ В ПАРЕ НАСТАВНИК – ПОДОПЕЧНЫЙ



**Наставник:**

**М**ы дружим с Аленкой. Я чувствую, что мы обе меняемся, благодаря нашему общению. Я становлюсь терпимее и мудрее. Алена – мягче, спокойнее, увереннее. Но иногда мне хочется схватить ее за плечи и растормошить, потому что кажется, что она слишком неподвижна, как будто бы спит на ходу. Слишком равнодушна и ленива. Хочется вдохнуть в нее энергии, чтоб она громко смеялась, активно двигалась, стремилась к чему-нибудь. Надеюсь, у нее все впереди!



**Психолог:**

**Б**ыло бы наивным полагать, что людям может нравиться абсолютно все в другом человеке. Что-нибудь да будет раздражать, а что-то – не нравиться. Даже если этот другой – ребенок.

Наставник и подопечный – разные, непохожие друг на друга люди. И если наставник активный, беспокойный, ищущий человек, а его протеже – тихий, слабый, медлительный, то напряжения в этой паре не избежать. В этом случае, вся ответственность за развитие отношений ложится на взрослого – он умнее, мудрее, терпимее.

Чтобы наставнику было легче выстраивать отношения необходимо знать о проявлениях темперамента у людей. Понимать, как из привычек формируется характер, и какие фазы изменений претерпевает личность ребенка на пути взросления.

В случае с Аленкой и ее наставницей Айнагуль в конфликт вошли особенности их разных темпераментов. Понимая, как проявляются темпераменты Айнагуль сможет выстраивать отношения с девочкой, учитывая эти особенности и напряжение исчезнет.

Темперамент составляет основу развития характера. С физиологической точки зрения он обусловлен типом нервной системы человека, и проявляется в поведении человека (характера), в степени его жизненной активности.

# Проверьте себя



**Что делать?  
Советы психологов  
и педагогов  
наставникам**

тест на определение темперамента, и вы поймете, почему некоторые особенности вашего подопечного вам не нравятся – они не похожи или противоположны вашим личностным особенностям.

**Помните об ответственности взрослого – не стоит «переделывать» ребенка. Примите его таким, каков он есть.**

## ПРИВЫКАНИЕ



**Наставник:**

**М**ы с Аленой становимся все ближе и ближе. Когда я начала понимать причины поступков девочки или ее негативных реакций, мне стало легче общаться с ней, а она почувствовала, что я ее действительно понимаю. Теперь мы вместе планируем наши встречи. Мы помогаем друг другу и у нас есть общие интересы. Да-да, несмотря на разницу в возрасте мы любим одни и те же фильмы, у нас похожие стили в одежде и мы очень любим готовить вкусные блюда. Нам хорошо вместе.

Я начала задумываться о том, чтобы удочерить Аленку. Потому что уже не представляю жизни без нее.



**Психолог:**

**Н**аставник и подопечный, прежде чем стать настоящими друзьями должны пройти долгий и непростой путь. Условно, этот путь можно разделить на три этапа:

**Ознакомительный период** (продолжительность до 2-х месяцев). В этот период остро проявляются эмоциональные и социальные барьеры. Наставник и подопечный узнают друг друга и пытаются приспособиться.

**Приспособительный период** (от 2 до 4-х месяцев). Ярко проявляются психологические барьеры: несовместимость темпераментов, черт характера, привычек. Могут обнаружиться проблемы с памятью, неразвитость воображения, отставание в интеллектуальной сфере. В

это время наставнику необходимо понять причины возникающих психологических барьеров и получить объяснения негативных проявлений поведения, характера или нежелательных эмоций ребенка. Именно в этот период незаменима помощь психолога и воспитателя детского дома.

**Привыкание** (после 6–9 месяцев общения). Если ребенку комфортно с наставником – появляются признаки привязанности, сглаживаются психологические, социальные и эмоциональные проблемы. Наставник и подопечный становятся близкими друзьями.

Это не значит, что в отношениях взрослого и ребенка все будет гладко. Разумеется, будут непонимание, и конфликты, но хорошего и радостного будет, несомненно, больше! Наставникам, у которых подопечные школьники младшего возраста, следует помнить, что их дети стоят на пороге подросткового периода, при котором меняется характер и поведение детей и им надо быть готовыми к тому, чтобы оказывать поддержку в это непростое для подростков время. (О взаимодействиях с подопечными-подростками вы познакомитесь в разделе № 4 настоящего пособия).

Успехов!

1. Наставник Ерлан пытается стать другом десятилетнему Андрею. Но контакта нет. Мальчик не слушает о чем говорит Ерлан. Во время встреч смотрит в окно и с нетерпением ждет, когда закончится встреча. Наставник обеспокоен – ведь Андрей сам хотел дружить с ним. Что делать?
  - а) Прервать отношения. Отказаться от наставничества из-за невозможности контакта.
  - б) Набраться терпения и ждать. Ребенок привыкнет к наставнику и услышит его.
  - в) Попробовать узнать, что интересно ребенку и найти темы для общения.
2. Ольга, наставница восьмилетней Иры, заметила, что иногда девочка бывает агрессивна – злится, ругается, у нее сжимаются кулачки. Каким образом реагировать наставнице на вспышки агрессии?
  - а) Отреагировать на вспышку гнева ребенка используя «Я-сообщения»: – я вижу, что ты рассердилась (злишься, обижаешься). Объясни мне, почему?
  - б) Строго запретить девочке показывать свои негативные эмоции.
  - в) Не реагировать. Девочка будет взрослеть и постепенно вспышки агрессии угаснут.
3. Сауле уже несколько раз приводила свою подопечную Раушан к себе домой. При этом каждый раз Раушан без разрешения исследует все шкафы в квартире, даже раскрывает сумочку Сауле. Наставницу это очень раздражает. Что делать?
  - а) Удовлетворить любопытство девочки, самой показав все, что находится в шкафах или сумках.
  - б) Сделать девочке замечание или наказать ее, если поступок повторился.
  - в) Серьезно поговорить с девочкой, объяснив правила поведения: нельзя нарушать личное пространство других людей!
4. Гуляя в парке, Айнагуль с Аленкой стали свидетелями того, как незнакомый мальчик, побежав за мячом, поскользнулся и упал в лужу. Алена громко рассмеялась, от чего мальчик смутился, пнул по мячу и ушел, оставляя на асфальте мокрые следы. Айнагуль растерялась: ситуация не выглядела смешной, но как реагировать на смех подопечной?
  - а) Сделать вид, что ничего не произошло.
  - б) Спросить у Алены – что смешного она увидела в происшествии? А затем попросить представить себя на месте поскользнувшегося мальчика. Что бы она чувствовала в тот момент? Порадовал бы ее смех окружающих?
  - в) Сделать девочке замечание, что она не права, ситуация совсем не смешная.
5. Аленка в гостях у наставницы Айнагуль устроилась на мягком диване и стала смотреть телевизор. Айнагуль несколько раз приглашала девочку в кухню помочь ей

с обедом, но Алена не реагировала. Это очень расстроило женщину.

- а) Заставить девочку помочь, используя манипуляции. Например: «Мы же договаривались с тобой, что после обеда пойдем в кино. Если не поможешь – мы опоздаем!»
  - б) Оставить все как есть и успокоиться. В конце концов, девочка не должна вам помогать.
  - в) Еще раз попросить девочку о помощи, при этом обозначив объем помощи и обосновав свою просьбу. Например: «Помой, пожалуйста, эту тарелочку. Я не успеваю – режу овощи...».
6. Наставница восьмилетнего Ербола, Анара, решила сводить мальчика в зоопарк. Ехать решили на автобусе. Анара решила, что мальчика надо научить ездить на общественном транспорте – пригодится. Но в автобусе случился неприятный инцидент: мальчик стал нервничать, хныкать и прятал лицо на груди Анары и вдруг, неожиданно описался. Женщине было очень неудобно перед пассажирами, они с мальчиком вышли из автобуса и пешком вернулись в детский дом. По дороге мальчик стал веселым и спокойным, каким был всегда. Наставник в замешательстве – что же произошло с Ерболом и что делать?
    - а) Вернувшись в детский дом поговорить с воспитателем и психологом о происшествии.
    - б) Спросить подопечного, в чем причина его странного поведения.
    - в) Поругать ребенка за то, что он вел себя неподобающим образом.
  7. Наставник Нурлан и десятилетний Оскар стали друзьями полгода назад. Все хорошо, но Нурлан стал замечать, что его раздражает медлительность Оскара. Раньше он думал, что начнет заниматься с мальчиком спортом, расшевелит его. Но ребенок не проявляет интереса к спортивным занятиям. Кроме того, ему не интересны прогулки по городу или игры с друзьями на свежем воздухе. Он может подолгу сидеть не шевелясь, играя в видео игры. Что может сделать Нурлан?
    - а) Попытаться заинтересовать Оскара теми видами спорта, которые будут интересны ему.
    - б) Начать играть в видео игры вместе с Оскаром.
    - в) Найти занятия для обоих, которые не требуют активных движений.
  8. Айнагуль и 12-летняя Алена зашли в магазин, чтобы купить продукты. Айнагуль подготовилась к походу в магазин – составила список того, что нужно купить. В магазине Алена попросила купить ей солнцезащитные очки, которые были недорогие, но все же.... Наставница помнила, что нежелательно покупать детям вещи. Аленка настаивала и не двигалась с места, стоя у прилавка. Как поступить Айнагуль?
    - а) Сказать категоричное «нет».
    - б) Пообещать, что очки купят в следующий раз

- с) Объяснить девочке, что вы не готовы отступить от правил.
9. 13-летняя Ира очень любит спорить со своей наставницей. Спорит по любому поводу: чем заниматься при встрече, куда пойти, что надеть. Доказывает свою правоту ярко – вплоть до крика. Часто спорит, даже поняв, что не права. Как вести себя наставнице?
- а) Во что бы то ни стало «победить» в споре, чтобы истина восторжествовала.
- б) Сделать, так как хочет девочка.
- с) Переключить внимание девочки на что-то другое. Отказаться от борьбы.
10. Наставница 13-летнего Игоря заметила, что мальчик стал часто говорить о себе в негативном ключе: «я ничего не могу», «у меня не получится», «я некрасивый», «меня никто никогда не полюбит». Как вести себя наставнице?
- а) Чаще напоминать подростку, что он самый красивый, умный, талантливый!
- б) Поговорить с подростком о причинах его низкой самооценки.
- с) Не обращать внимания на эти высказывания.



**Проект «Наставники»** является одним из основных проектов Фонда «ДАРА». Проект нацелен на помощь детям-сиротам и детям, лишенным родительской опеки, раскрыть свой жизненный потенциал и сформировать умения и навыки самостоятельной жизни через общение со взрослыми волонтерами-наставниками. В ходе реализации проекта планируется, что у каждого ребенка из детского дома появится свой персональный взрослый – друг и наставник.

**Фонд «Дара»** – благотворительный частный фонд, реализующий проекты, направленные на улучшение условий жизни и расширение возможностей развития детей с особыми образовательными потребностями и воспитанников детских домов, а также на развитие инклюзии в Казахстане.

Присоединяйтесь к нам в социальных сетях!



@nastavnikkz



YouTube

@fonddara