

Особенности работы с детьми на основе книги
ВАЙОЛЕТ ОКЛЕНДЕР
"СКРЫТЫЕ СОКРОВИЩА.
ПУТЕВОДИТЕЛЬ ПО

ВНУТРЕННЕМУ МИРУ РЕБЕНКА"



ЧТО ПРИВОДИТ ДЕТЕЙ В КАБИНЕТ ПСИХОТЕРАПЕВТА

Симптомы



Причины

во-первых, детям сложно установить полноценный контакт с учителями, родителями, сверстниками, книгами

Во-вторых, как правило, у детей слабо развито ощущение собственного «Я»

Ощущения

для жизни ему необходимо научиться сосать, для развития – ощущать прикосновения

Телесность

Тело ребенка находится в непрерывном движении. С возрастом активность ребенка растет.

Ребенок

Эмоции

С самого рождения младенец способен выражать эмоции: улыбаться, смеяться, плакать. Малыш прибывает в гармонии со своими чувствами. Мы точно знаем, когда двухлетний ребенок напуган, грустит, радуется или злится. Он не скрывает своих эмоций. Этому он научится позже.

Интеллект

Интеллектуальное развитие так же начинается с рождения, когда ребенку хочется узнать обо всем, и он изо всех сил пытается понять эту жизнь.

Развитие не всегда протекает идеально и тогда возникновение симптомов определяется:

влиянием защитных факторов на воздействие среды

- жестокое обращение, развод родителей, болезнь, чувство одиночества и прочее

возрастными факторами

- слияние и сепарация, эгоцентризм, интроекты, удовлетворение собственных потребностей, установление собственных границ и норм, культурных ожиданий и реакций родителей, в особенности их гнева

СЛИЯНИЕ И СЕПАРАЦИЯ

При появлении на свет малыш очень тесно связан с матерью и во многом составляет с ней единое целое. Эта связь очень многое значит для гармоничного развития ребенка.

Первая задача в его жизни-отделиться от матери. Попытки сепарации появляются уже в младенческом возрасте. По мере роста этот процесс то возобновляется, то затихает.

Для ребенка жизненно необходимо чувствовать себя самостоятельным существом, но трудность заключается в том, что он лишь в незначительной степени может опереться на собственное «Я». И реакция окружающих на его порывы может облегчить или осложнить его путь к этой цели.



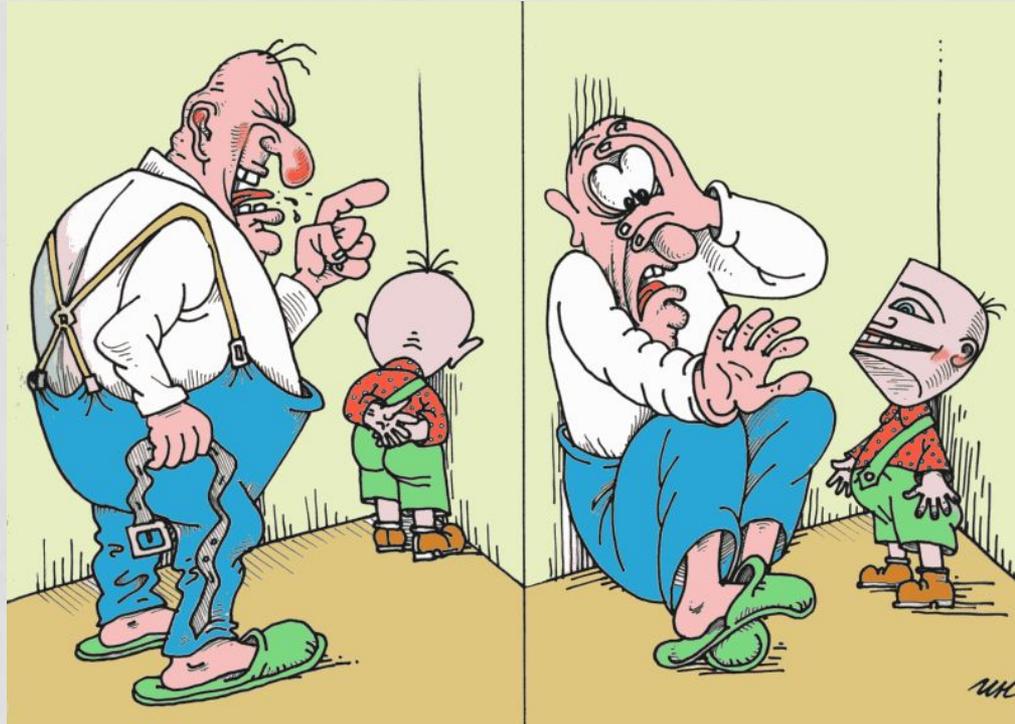
ЭГОЦЕНТРИЗМ

Эгоцентризм для детей – это норма. У этого понятие две стороны и чаще мы видим негативную, когда в центр ставятся собственные переживания. Исходно малыши не понимают уникальности собственных переживаний и приходят в замешательство, если оказывается, что кто-то видит мир иначе, чем они.

Ж. Пиаже считал, что к 7-8 годам дети уже способны провести границу между собственными переживаниями и чужими. Но на практике он сохраняется гораздо дольше. Обратная сторона детского эгоцентризма – обвинение себя во всех происходящих с ними или родителями ужасах.



ИНТРОЕКТЫ



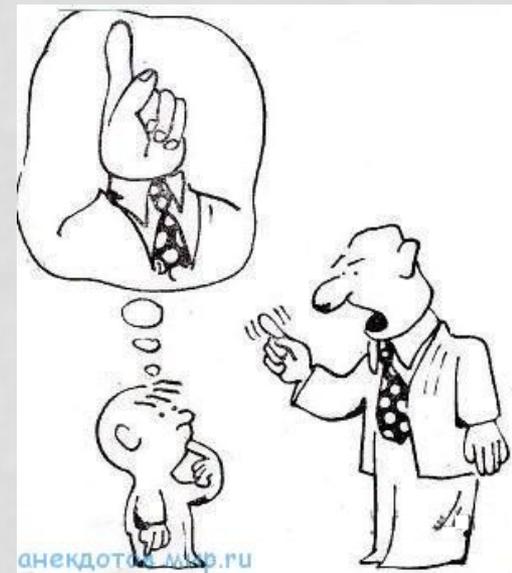
Интроекты – это услышанное нами мнение о нас самих, которое становится частью нашей личности. Ребенок верит всему, что слышит о себе, даже если жизнь свидетельствует об обратном. Фактически, мы действуем на основе системы убеждения четырехлетнего ребенка.

УДОВЛЕТВОРЕНИЕ ПОТРЕБНОСТЕЙ



Овладение новыми навыками- неотъемлемая часть развития малыша, так как дает ему некоторое чувство уверенности и возможность контролировать события.

Проблема заключается в том, что он не всегда знает, что делать, чтобы получить то, что ему нужно. Поэтому нередко поведение ребенка становится неадекватным.



САМОРЕГУЛЯЦИЯ ОРГАНИЗМА



Здоровое функционирование нашего организма поддерживается за счет механизмов саморегуляции. Нам досаждают различные нужды, а когда мы обращаем на них внимание и делаем то, что нужно, какая-то потребность оказывается удовлетворенной, что дает возможность проявиться другим. Это процесс жизни и развития, который не кончается никогда.

ГНЕВ



С возрастом ребенок приобретает интересную возможность прятать и скрывать свои чувства и истинные эмоции, подавлять их. Дети становятся излишне активными или заторможенными, начинают мочиться в постель или полностью теряют контроль над кишечником и мочевым пузырем, становятся пугливыми, но не выражают прямо своих эмоций.

Они как будто отделяются от своих чувств и даже не вспоминают о них.

Вайолет описывает много случаев из практики и приходит к выводу, что во главе всего стоит гнев, порой смешанный с другими чувствами: печаль, стыд, вина.

В условиях постоянных ограничений и запретов проявлять свои истинные чувства: не плачь, не ной, терпи и прочее, личность человека становится практически незаметной. «Я» некоторых детей стирается настолько, что они делают все что угодно, чтобы только найти себя.

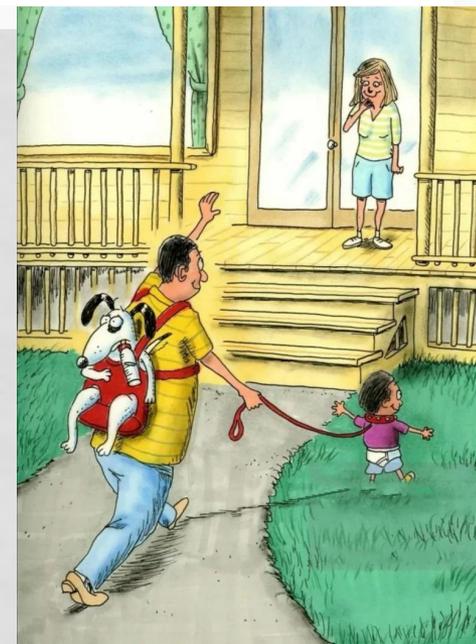
Одни сливаются с объектом привязанности и делают все, чтобы угодить, теряя при этом способность самостоятельно принимать решения. Другие находят выход в демонстрации своей силы, на которую только способны. Они испытывают приступы гнева, провоцируют драки, устраивают поджоги и всячески борются за власть.



СОЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ, ВЛИЯЮЩИЕ НА РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА

К ним можно отнести ограничения и культурные требования.

Ограничения важны для ребенка, потому что это его безопасность. Задача родителей – контролировать активность малыша до тех пор, пока он не повзрослеет и не начнет осознанно воспринимать окружающий его мир. Важное значение имеет то, как мы объясняем их ребенку, с каким посылом: с криком и или мягко, с любовью. По сути в этот период нужно стать попугайчиками, которые без устали твердят: дорогу переходим за ручку и только на зеленый свет и т.д.

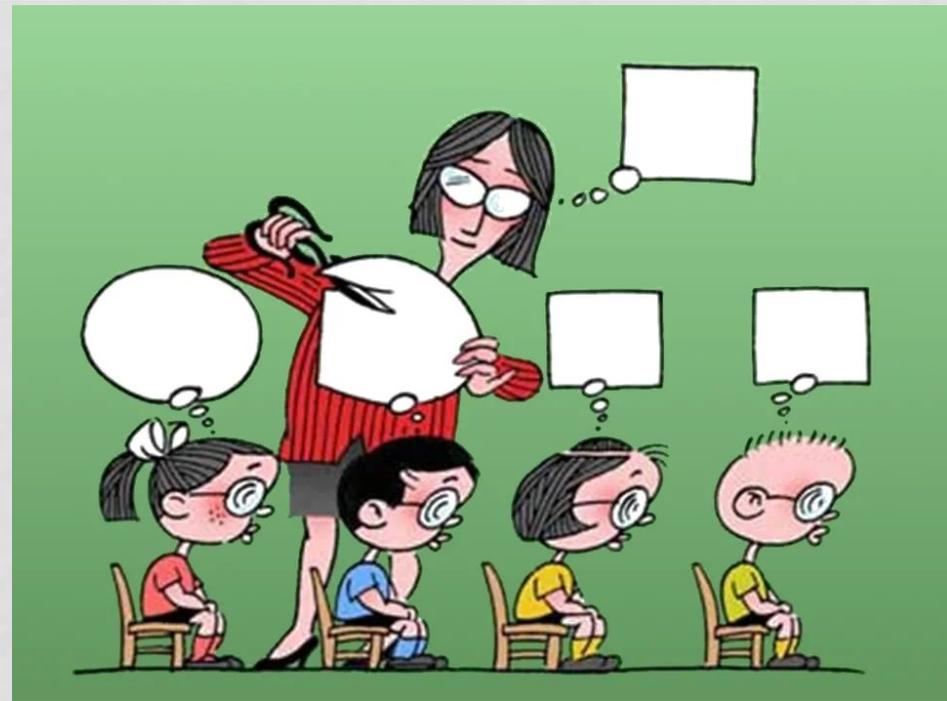


Культурные требования. Дети перенимают нормы поведения той культурной среды, в которой они растут. Психотерапевту очень важно знать и уважать требования верования, ценности и опыт представителей разных культурных сообществ. Трудности могут возникнуть, когда ребенок оказывается между двух культур.

ОБЩЕСТВЕННЫЕ СИСТЕМЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ

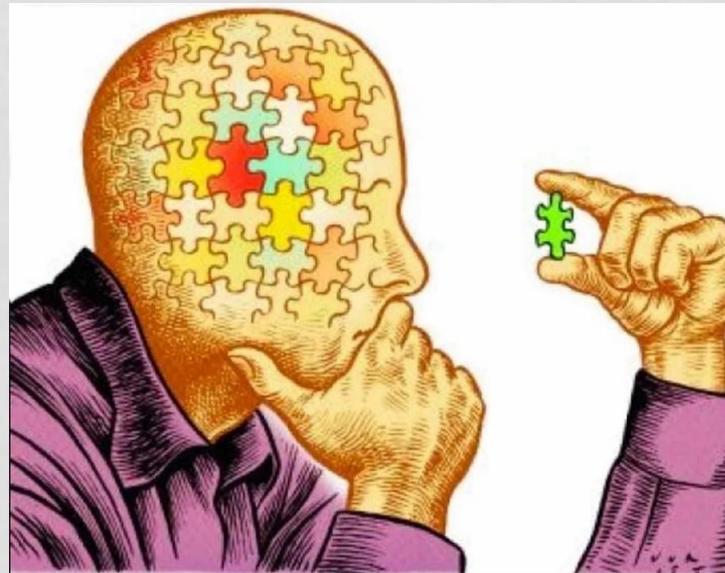
Помимо семьи на ребенка оказывают влияние множество других систем: школьная система образования, судебная и церковная системы, системы социального обеспечения и обслуживания, политическая система, система здравоохранения.

Дети реагируют на травмы по-разному. Но в конечном итоге, ребенок сделает все что угодно, чтобы достичь равновесия и противостоять чувству дезинтеграции.



ЗАДАЧА ПСИХОЛОГА

Важно понять, что, когда ребенок приходит к психотерапевту, значит он потерял что-то, на что имел право, как маленький ребенок: ощущение, активность тела, проявлять эмоции, пользоваться своим разумом.



- Задача психолога – помочь ему найти и восстановить эти утраченные части его личности.

ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ И ПОДРОСТКАМИ.

- 1. Установление взаимоотношений и контакта на основе интересов ребенка
- 2. Поиск аспектов личности, подвергающихся отторжению и отрицанию (поиск истинных причин). Этот аспект можно отрабатывать через чувства; тело; интеллект; овладение навыками; власть и контроль; понимание границ и норм поведения; игривость, воображение, чувство юмора; шестое чувство – интуиция и доверие к себе.
- 3. На завершающем этапе терапии с ребенком обсуждаются и проигрываются ситуации, когда он способен оказать себе помощь и поддержку.

1 ЭТАП. УСТАНОВИТЬ ВЗАИМООТНОШЕНИЯ И КОНТАКТ С РЕБЕНКОМ.

- Взаимоотношения и контакт – не тождественные понятия!
- Отношения между психотерапевтом и ребенком – это очень тонкая материя, которая становится основой будущего процесса. Сами по себе «Я/Ты» отношения могут обладать мощным лечебным потенциалом.

Рекомендации по установлению взаимоотношений:

1. Видеть в ребенке такую же личность, как и в себе.
2. Организовать первую встречу в присутствии родителей, чтобы ребенок слышал какую информацию о нем Вы получили.
3. Не использовать учительский или покровительский тон.
4. Не пытаться манипулировать или ставить оценки.
5. Не навязывать своих ожиданий ребенку.
6. Строить отношения на основе интересов ребенка.
7. Полное принятие, не зависимо от поведения ребенка.
8. С уважением относиться к привычному темпу деятельности, подстроиться под него.
9. Проявлять искренность и открытость.
10. Не поощрять перенос родительских фигур на личность психотерапевта.
11. С уважением относиться к собственным границам, демонстрируя их ребенку.

СЛЕДУЮЩИЙ СЛОЙ В ТЕРАПЕВТИЧЕСКОМ ПРОЦЕССЕ – КОНТАКТ.

- Это способность полного присутствия в конкретной ситуации и готовность использовать все стороны своего организма (ощущения, телесность, эмоции, интеллект).
- Здесь важно все: прикосновение, умение смотреть и видеть, слушать и слышать, пробовать на вкус и улавливать запахи, разговаривать и издавать разные звуки, свободно передвигаться в окружающем пространстве, жестикулировать. Кабинет психотерапевта должен стать безопасным для выплеска и переживания разных эмоций, чувств ребенка.
- В норме психика ребенка должна сопротивляться, с целью самозащиты. Если такого сопротивления нет, то можно смело делать вывод о хрупкости «Я», ребенку приходится выполнять все указания, иначе он боится потерять себя.
- Сопротивление – это союзник ребенка, способ позаботиться о себе. Необходимо поощрять такие проявления. Каждый раз, принимая сопротивление ребенка, он будет осмеливаться сделать что-то новое, то, что за линией самозащиты, чувствовать себя в безопасности с каждой встречей. Довериться интуиции ребенка – смелый шаг.
- Вайолет говорит о том, что важно слышать ребенка, его сопротивление подсказывает, что на этом достаточно, позже я смогу пойти глубже.

2 ЭТАП. ПОИСК ИСТИННЫХ ПРИЧИН, ПО КОТОРЫМ РЕБЕНОК ОКАЗАЛСЯ У ПСИХОТЕРАПЕВТА.

- Рассмотрим каждый элемент, которые, по мнению автора, являются истинными составляющими индивидуальности ребенка.

Чувства.

- У человека пять органов чувств, пять каналов, откуда поступает информация: видение, слушание, осязание, обоняние, вкус. Чтобы добиться развития сильного, целостного чувства собственного «Я» следует укреплять каждое из этих звеньев.

Упражнения на стимуляцию чувств:

- Видение: книги из серии «Где Вальдо?», подробное изучение рисунков/рассматривание вещей через стекло, воду, целлофан, лупу или калейдоскоп.
- Слушание: вслушивание в любые звуки окружающего мира, сравнение звуков, игра в распознавание звуков и др.
- Прикосновение: угадывание на ощупь предметов, описание ощущений от прикосновения пальцев или босой ступки к предметам, рисование пальцем по влажной глине, разгребание песка руками.
- Вкус: обсуждение любимых и нелюбимых вкусовых ощущений, пантомима на тему того, как едят разные продукты
- Обоняние: беседа о приятных/неприятных запахах, пантомима запаха, знакомство с разными запахами и их обсуждение.

2 ЭТАП. ПОИСК ИСТИННЫХ ПРИЧИН, ПО КОТОРЫМ РЕБЕНОК ОКАЗАЛСЯ У ПСИХОТЕРАПЕВТА.

Тело, дыхание и голос.

- С телом так или иначе связаны любые выражения эмоций. У детей реакции тела начинают проявляться с очень раннего возраста, например, закладываются нарушения будущей осанки. Задача психотерапевта снять запреты, помочь расслабиться, научиться глубоко дышать, узнавать свой собственный организм и гордиться своим телом. В минуты беспокойства человек дышит поверхностно, теряя контроль над самим собой.

Упражнения:

Эксперимент с разными способами дыхания и оценка их влияния на организм.

Надувание шаров и поддержание их в воздухе силой дыхания.

Перекачивание по столу ватных шариков с помощью дыхания.

Игра на губной гармонии. Пение.

Бросание мягких мячей разными способами.

Оригинальные способы упасть на подушки. Танцы под музыку.

Игра в Твистер. Игра Лепешка и др.

2 ЭТАП. ПОИСК ИСТИННЫХ ПРИЧИН, ПО КОТОРЫМ РЕБЕНОК ОКАЗАЛСЯ У ПСИХОТЕРАПЕВТА.

Овладение навыками.

- Есть разница между борьбой и фрустрацией. Борьба завершается ощущением успеха и радостью, а фрустрация – недовольством собой и разочарованием. Таким образом в ходе терапии ребенок получает опыт успешного овладения навыками.

Интеллект: умение делать выбор

- Ребенку важно всегда предоставлять выбор, даже в выборе средств для рисования / с чем ты хочешь поработать: с глиной или порисовать.
- Возможность сделать выбор всегда способствует укреплению самости.

2 ЭТАП. ПОИСК ИСТИННЫХ ПРИЧИН, ПО КОТОРЫМ РЕБЕНОК ОКАЗАЛСЯ У ПСИХОТЕРАПЕВТА.

Власть и контроль.

- Непослушные дети – борцы за свою свободу – испытывают недостаток собственной власти и контроля. Часто события, происходящие в их семьях, достаточно спонтанны и неконтролируемы или же родители слишком авторитарны или безвольны. При работе с такими детьми Оклендер дает инициативу в рамках установленных границ и норм поведения (в ходе игры или иногда ребенок берет инициативу в свои руки во время занятия). Оклендер рекомендует родителям дома давать ребенку 15-30 минут «время взрослости»: ребенок становится начальником и родители делают все, что тому захочется в пределах установленных границ – этот опыт укрепляет чувство собственного Я

2 ЭТАП. ПОИСК ИСТИННЫХ ПРИЧИН, ПО КОТОРЫМ РЕБЕНОК ОКАЗАЛСЯ У ПСИХОТЕРАПЕВТА.

Границы и нормы поведения.

- Ребенку сложно почувствовать свое Я без установленных границ и норм поведения. При их отсутствии он часто становится беспокойным и пытается их отыскать. В кабинете должна быть создана атмосфера безопасности, занятие начинается и заканчивается строго в определенное время. Ребенок помогает убирать в комнате (кроме песочницы). Границы должны быть справедливы и соответствовать возрасту ребенка, расширяясь по мере его взросления.

Интеллект: самоутверждение, самоопределение.

- Когда самость ребенка еще не сформирована, то саморегуляция невозможна и возникают трудности на пути его нормального роста и развития. Поэтому нужно давать возможность ребенку высказываться от первого лица / можно составлять список вещей, которые нравятся или не нравятся.

2 ЭТАП. ПОИСК ИСТИННЫХ ПРИЧИН, ПО КОТОРЫМ РЕБЕНОК ОКАЗАЛСЯ У ПСИХОТЕРАПЕВТА.

Интеллект: овладение проекциями

- Высказывания о себе тесно связаны с овладением проекциями. Чтобы мы не делали в проективной форме – это метафоры, которые отражают жизнь ребенка. Высказывания о себе развивают самосознание и помогают человеку найти свое место.

• Агрессивная энергия

- Прежде чем научиться выражать свой гнев, человеку необходимо войти в контакт с агрессивной энергией. Это позволяет почувствовать собственную силу и дает уверенность в себе. Она нужна для совершения любых действий. Чтобы занятия были эффективными нужно соблюсти ряд условий: *наличие контакта; безопасность; четкие границы; атмосферы игры и развлечения; действия должны быть нарочито демонстративны; содержание занятия неважно.* Можно использовать бои на мягких битах, долбление глины, барабанный бой, куклы, творческие драматизации и др. Заниматься можно в песочнице, во время рисования и пр.

2 ЭТАП. ПОИСК ИСТИННЫХ ПРИЧИН, ПО КОТОРЫМ РЕБЕНОК ОКАЗАЛСЯ У ПСИХОТЕРАПЕВТА

Шестое чувство

- Оно подразумевает доверие самому себе. На самом деле мы знаем чего хотим, важно это только услышать.
- Упражнение: Нужно утвердительно вслух сказать к примеру: «Мне нужна эта вещь....» А потом прислушаться к своему организму правду вы сказали или ложь. Часто организм знает ответ еще до того, как он станет очевиден для разума.

3 ЭТАП. ОБУЧЕНИЕ РЕБЕНКА НАВЫКАМ ОКАЗАНИЯ САМОПОМОЩИ И ПОДДЕРЖКИ

- 1. Обучение ребенка выражаться конкретнее. Слова «Я себя ненавижу» должны быть обращены только к определенным частям самости, ставшим объектом ненависти.
- 2. Детальный разбор и персонификация ненавистных фрагментов / иногда их сравниваем с идеальными полярными противоположностями.
- 3. Энергию гнева, которая была ретрофлексирована, необходимо выплеснуть наружу, направить ее на эти ненавистные части «Я».
- 4. Нахождение внутренней части ребенка, которая принимает его и может о нем позаботиться – вступление с ней в контакт. Иногда это осуществляется посредством проекции в крестную фею или в другого любящего персонажа.
- 5. После этого клиент должен произнести и принять для себя слова согласия, любви и заботы, обращенные к ненавистной части собственного «Я», не прибегая при этом к помощи проекций.
- 6. Иногда мы возвращаемся к младшей части самости, которая когда-то приняла на веру искаженные представления о себе.
- 7. Мы придумываем эксперименты по самопринятию и проявлению заботы о себе, которые клиент сможет проделывать вне сессии, в обыденной жизни.
- 8. Мы побуждаем ребенка сознательно и целенаправленно создавать условия для заботы о себе, а именно ежедневно делать себе что-нибудь приятное, особенно когда он испытывает острую потребность в этом.

РОДИТЕЛИ И СЕМЬИ

- Введение родителей в курс терапевтического процесса совершенно необходимо. Если они не знают и не понимают, что делает психотерапевт, все усилия могут оказаться напрасными. Образование родителей становится жизненно важной частью терапевтического процесса.

