

Томчук М.І., Яцюк М.В.

**СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА
ПІДТРИМКА ДІТЕЙ, ЯКІ
ПЕРЕЖИВАЮТЬ БАТЬКІВСЬКУ ВТРАТУ**



Схвалено до видання науково-методичною радою КВНЗ «Вінницької академії неперервної освіти» (протокол № ____ від ____)
Рекомендовано до руку засіданням кафедри психології протокол № 5 від 28.12.15

Рецензенти:

Потапчук Є.М., доктор психологічних наук, професор;

Лящ О.П., кандидат психологічних наук, доцент

Томчук М.І., Яцюк М.В.

Соціально-психологічна підтримка дітей, які переживають батьківську втрату / Навчально-методичний посібник – Вінниця: КВНЗ «Вінницька академія неперервної освіти», 2016. – 58 с.

Навчально-методичний посібник «Соціально-психологічна підтримка дітей, які переживають батьківську втрату» є навчально-методичним інструментарієм для дитячих та шкільних психологів, соціальних працівників та педагогів, які долучаються до супроводу дітей у період переживання горя втрати рідних.

УДК 159.942.5

© Видавництво КВНЗ «Вінницька академія неперервної освіти»,

© Томчук М.І., Яцюк М.В.

ЗМІСТ

Передмова	4
1. Теоретичні засади соціально-психологічного супроводу дитини, яка переживає горе	7
2. Динаміка горя втрати	12
3. Модель соціально-психологічного супроводу дітей, які переживають батьківську втрату	25
4. Рекомендації практичним психологам щодо супроводу дітей, які переживають втрату рідних	29
Висновки	42
Список рекомендованої літератури	44
Додатки	47

ПЕРЕДМОВА

Жахлива війна на сході країни зруйнувала не одну долю. За офіційними даними у збройному конфлікті у Донецькій та Луганській областях загинули понад 1800 військових. На сьогодні гостро постає питання супроводу родин, які втратили рідних. Діти проти власної волі стали свідками трагічних подій на сході країни. Вони разом з батьками переймаються тривогою за життя та долю України. Та є й ті, які болісно переживають гірку втрату батьків.

На превеликий жаль, таких дітей в Україні чимало. Вони почуваються розгубленими, наляканими, вразливими перед викликами життя. Саме зараз гостро відчувається необхідність об'єднання зусиль дорослих осіб, які б сприяли природньому переживанню дитиною горя та сприяли подальшому її розвитку.

Поодинокими є методичні розробки психологів щодо надання допомоги вразливим категоріям населення у кризових ситуаціях (Д. Берлінгем, В. Панок, І. Малкіна-Пих, В. Оклендер та ін.), водночас, бракує науково обґрунтованого підходу щодо психологічного супроводу дітей, які втратили батьків. У науковій літературі проблема переживання і усвідомлення дітьми смерті близьких не отримала належної уваги, в той час як критична соціально-політична ситуація в країні, щоденні загибелі людей зумовлюють особливу актуальність розробки системи соціально-психологічного супроводу дітей, які переживають втрату рідних. Проблема становлення духовного досвіду дитини, наступності у культурі духовних цінностей розроблялася А. Корольковим, І. Євлампієвим, А. Соколовим та ін., в контексті досліджуваної проблеми соціально-психологічної підтримки дітей, які переживають батьківську втрату, Ю.В. Заманаєвою,

Р. Кастенбаумом, Д. Морганом, Т.О. Новіковою, В.В. Отрадинською, Р.Г. Стевенсоном та ін.

Водночас, у сучасному суспільстві бракує культури поминання смерті близької людини, соціально-психологічних технологій розради скорботи дитини, допомоги їй у проживанні горя, і, в той самий час, збереження пам'яті про померлого. Всіляке уникання обговорення означеної проблеми призводить до втрати культури співчуття, самотності та гострої травматизації особистості.

Саме тому *мета дослідження* визначено наукове обґрунтування системи психологічного супроводу дітей у переживанні горя втрати батьків.

Виходячи з мети були поставлені наступні *завдання дослідження*:

1. Теоретично обґрунтувати модель психологічного супроводу дітей у переживанні горя втрати батьків.
2. Розробити та апробувати систему психологічних технологій супроводу дітей у переживанні ними горя та скорботи.

Об'єктом дослідження виступила динаміка почуттів горя та скорботи у дітей.

Предметом дослідження обрано соціально-психологічний супровід дітей, які переживають горе батьківської втрати.

З метою вивчення предмету використано такі *методи дослідження*: теоретичні (аналіз, синтез та моделювання); емпіричні (психолого-педагогічний експеримент, бесіда, спостереження, контент-аналіз, проєктивні тестові методики, експертна оцінка); методи математико-статистичного аналізу (описова статистика).

Дослідження проводилося на базі КВНЗ "Вінницька академія неперервної освіти" за участі у громадському проєкті супроводу родин загиблих воїнів АТО "Родинне коло Вінниччини" та у

співпраці зі шкільними психологами м. Могилів-Подільський. У експериментальному дослідженні взяли участь 22 дитини шкільного віку, їх батьки, шкільні психологи міст Могилів-Подільський та Вінниця.

Практична значущість дослідження полягає у науковому обґрунтуванні системи психологічного супроводу дітей, які переживають горе втрати батьків, та профілактики їх психічних розладів. Запропонована система психологічних технологій супроводу дітей у переживанні ними горя та скорботи за батьківською втратою є дієвим інструментом в діяльності фахівців психологів.

Саме з цією метою підготовлений навчально-методичний посібник для психологів, соціальних педагогів закладів освіти.

1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ДИТИНИ, ЯКА ПЕРЕЖИВАЄ ГОРЕ

Дитина відкрита і незахищена перед випадковими травмуючими подіями життя. Проте, дорослі, мотивовані страхом нанесення шкоди психіці дитини, схильні відгороджувати, захищати дитину від повноцінного переживання горя та скорботи за померлими близькими, тим самим спотворюють, викривляють даний досвід. Як указує Т.О. Новікова [18], деструктивна стратегія ставлення суспільства до феномену смерті полягає у її табуванні, в той час, як конструктивною є стратегія прийняття ідеї смерті – не існування. Неприйняття смерті посилює глибинні страхи людини.

Дитина, зіткнувшись із проблемою, яку за рівнем свого розвитку не здатна досягнути, опиняється у емоційно складній ситуації та перед низкою загроз (особистісних, соціальних тощо). Так, Ірвін Ялом називає смерть одного з батьків - катастрофою в житті дитини [24]. Водночас, раптова втрата дитиною батьків може мати і конструктивні наслідки у духовному її розвитку, і викликати також деструктивні розлади. Конструктивний вплив досвіду горювання та скорботи за рідними полягає в усвідомленні дитиною цінності життя, людської гідності, наступності поколінь, впливає на стрімке її дорослішання. Деструктивний вплив виявляється у формуванні психічних розладів, порушенні адаптації, "капітуляції" перед життєвими фрустраціями. Іншим деструктивним чинником її розвитку є почуття самотності дитини, яке пов'язане з раптово розірваним зв'язком прив'язаності.

Спостерігаючи за дитиною, складно вірно розпізнати та оцінити глибину горя втрати рідної людини, яку вона переживає. Горе є сильним душевним стражданням, глибоким сумом дитини за

тим, до кого вона була прив'язана [22, С. 5]. Воно особливе тим, що ускладнене осмисленням втрати і супроводжується сильним стресом незахищеності перед подією. Для повернення до нормального життя людині слід подолати процес «роботи горя». За З. Фрейдом ця робота полягає у поступовому вивільненні «Я» від заглибленості у переживання втрати об'єкту любові у відповідності до принципу реальності. Е. Ліндемманн також указує, що робота горя пов'язана з виходом із стану крайньої залежності від померлого, пристосування по-новому до оточуючого світу, у якому втраченої особи вже не має, і формування нових взаємин».

Дитяче горе швидкоплинне. У одно- дворічних дітей, як вказують Д. Берлінгем і А. Фрейд, горе інтенсивно проявляється протягом 1,5-2 діб. Водночас, помилково недооцінювати глибину і наслідки втрати для них. Життя дитини підкорено принципу, за яким вона потребує задоволення і уникає болю та дискомфорту. Почуття розчарування накладаються на спогади про втрачену рідну людину та можуть спонукати до витіснення їх з пам'яті. Водночас, втрата значущого члена родини змінює життя усієї родини, переживання горя втрати дорослими у сім'ї також накладає відбиток на динаміку психоемоційних станів проживання втрати дитиною [1].

Т. Солярі та А. Філліс запропонували процесуальноорієнтовану модель горя, у якій втрата розглядається як унікальний життєвий досвід: призупинення буття; переживання болю; переживання відсутності; утримання психологічного зв'язку з померлим; пошук виходу; переживання цінності взаємин з померлим. Модель має практичну спрямованість і може бути використана в якості орієнтиру у психологічному супроводі особи, яка переживає втрату. Як зазначають науковці, усвідомлення причин розлучення з рідною

людиною, здатне знизити негативні наслідки шоку від події. У цьому допомагають спогади. У силу вступають механізми, згідно яких дитина здатна сподіватися на майбутнє.

Уже у п'ятирічному віці діти відрізняються за ґендерною ідентифікацією з матір'ю або татусем відповідно до своєї статті. Природно, що у родині діти переживають значний діапазон почуттів, часом і амбівалентних. Розлука з батьками для дитини є жахливим втіленням страхів, негативних емоцій у ставленні до батьків. Саме такі почуття спричиняють появу почуття провини перед батьками, яке «гіпертрофує» почуття любові до батьків та перетворює страждання від розлуки з ними у пристрасне бажання бути з ними, яке дитиною болісно переживається. Якщо в соціальному оточенні виникає хоча б натяк на засудження поведінки чи особистісних якостей батьків, дітей це сильно ображає. Власне негативне ставлення, образи, гнів до батьків також різко засуджується або ж заперечується.

Образ батьків, яких втратила дитина поступово ідеалізується, стає кращим, багатшим, щедрим, терпимим у порівнянні з тим, як це було насправді. Проте, психічно здорова дитина переважно живе теперішнім.

Внаслідок сильного потрясіння реальною подією можна спостерігати вдавану байдужість дитини до цього. Помилкове судження батьків, що діти забувають про трагічний випадок. Це не так, адже діти починають говорити, малювати те, що сталося, коли намагаються подолати почуття, що виникли у результаті цієї події. Так само травматичні переживання у дітей проявляються у сюжетно-рольових іграх, де вони відтворюють більш знеособлено саму подію, активно програють власну інтерпретацію події. Гра є необхідним засобом для зняття психічної напруги. Водночас,

патологічний характер гри виявляється у нав'язливому, незмінному сюжеті, який багатократно повторюється.

Особливу роль у проживанні горя дітьми відіграють іграшки. Втрата рідної людини, як об'єкту прив'язаності, спонукає дітей до прив'язаності до перехідного об'єкту, яким може бути іграшка чи річ, що подарована цим дорослим, або предмет, що їм належав. Показником успішного переживання розлуки є набуття нових прив'язаностей, які належать актуальним стосункам дитини із оточення.

На тлі переживання горя втрати діти стають особливо вразливими та некритичними в ідентифікації з живою матір'ю або батьком. Вони схильні імітувати, «заражатися» їх емоціями, почуттями, ставленнями до оточуючого світу, до самого себе тощо. Дивна поведінка дитини у такий період є способом виразити пережите.

Проявами страждання дітей є зміни у поведінці та набуті хворобливі симптоми:

- 1) Регресивна поведінка - повернення до інфантильних моделей поведінки;
- 2) Енурез – нічне нетримання сечі;
- 3) Звернення до тілесного самозаспокоєння (смоктання пальця, розкачування, мастурбація тощо);
- 4) Жадібність як прояв регресу прив'язаності до матері, коли її цінність пов'язувалася з почуттям комфорту, який вона створювала;
- 5) Агресія як реакція самозахисту та переживання горя втрати, є свідченням особливої вразливості дитини;
- 6) Запади гніву є проявами безпорадності дитини;

7) Вдаване ослаблення інтересу до оточуючого світу є проявами депривації прив'язаності до нових людей, самотності та туги.

Реакція на смерть рідної людини залежать від низки факторів: якості взаємин із батьками; обставин смерті батька / матері; ставлення дорослого до власної хвороби, якщо вона стала причиною смерті; присутності достатньо сильної фігури іншого дорослого; доступність соціальних і сімейних ресурсів підтримки. Так, Мауер виразила таку думку, що "на певному рівні, нижчому рівня власного знання, дитина з її наївним нарцисизмом "знає", що втрата одного з батьків - це втрата зв'язку з життям ... Тотальний панічний страх за своє життя, а не ревності у ставленні до втраченого об'єкту любові - ось джерело дистресу сепаративної тривоги" (Цит. за І. Яломом [23]).

Окрім зазначених вище умов, Заманаєва Ю.В., визначає й такі, що впливають на динаміку горювання: 1) раптовість смерті рідної людини; перебування нею в якості свідка події чи страждань, які переживала рідна людина помираючи; 2) сприймання ситуації смерті (гостре шокове / адекватне); 3) особливості померлого (тато / мати, брат / сестра, значущість та близькість людини, характер її взаємин із дитиною та ін.); 4) соціокультурний простір (релігійна родина, відкрита контактна / замкнута дистантна родина); 5) індивідуально-психологічні властивості особистості дитини (вразливість, сила / слабкість нервової системи, самостійність / інфантильність, нервова стійкість / нейротизм, акцентуації характеру та ін.) [18].

Супровід психолога, психолого-педагогічна підтримка педагогів та співчуття рідних покликані створити умови для осмислення і прийняття смерті батьків (рідних) дитиною. Дитина

має право на правду про себе, про власну родину та про життя вцілому.

На різних етапах психічного розвитку дитини по різному відображається глибина, тривалість та поглинутість дитини у почуття горя та скорботи. Смерть одного з батьків змінює фундаментальні уявлення дитини про сталість та безпеку життя, водночас, окреслює нові його горизонти. Психоаналітик М. Малер вважає, що втрата "константності об'єкту прив'язаності" призводить до "втрати сталості Я", дезорганізації суб'єкта. Таким чином, батьківська втрата є загрозою цілісності Я-дитини, особливо у випадку інфантильно залежних взаємин дитини з батьками (Цит. за Д. Боулбі [2]).

Горе здебільшого природний процес, який людина переживає самотійно. Проте втрата порушує особистісні межі того, хто залишається жити і руйнує ілюзії контролю і безпеки. Тому процес переживання горя може трансформуватися у розвиток хвороби: людина нібито застрягає на певній стадії синдрому втрати.

2. ДИНАМІКА ГОРЯ ВТРАТИ

У психологічній та медичній літературі стадії горя, описані такі стадії горя: емоційний шок (заціпеніння, протест, заперечення), скорбота (гостре горе, туга), дезорганізація (відчай), реорганізація (прийняття) [12].

Стадія емоційного шоку супроводжується дезорієнтацією особи, переживанням тривоги та пригнічення, активним запереченням події. І.Г. Малкіна-Пих відзначає вираженість на цьому етапі фізичного (спазми у горлі, напади задухи,

почастішання дихання, гнітючий біль у грудях, загальмованість реакцій, втрата апетиту і сну тощо) і психічного (емоційне напруження, біль, послаблення ясності сприймання подій) страждання, поглинутись образом померлого (із появою реалістичних ілюзій, галюцинацій) [10]. Шок залишає людину у часі, коли померлий був живим. Теперішній час набуває характеристик дереалізованих та деперсоналізованих відчуттів (ніби усе відбувається не зі мною, у кіно). Людина створює враження приголомшеної або сонної.

На зміну шоку приходить почуття злості. Гнів виникає на фрустрацію можливості залишитися з померлим разом у минулому, фрустрацію реалізації бажань та планів майбутнього, в яких рідна людина відігравали ключову роль. Тривога і гнів виникають у відповідь на потужну потребу повернути втрачене. Людина спонукає себе на його пошук. Виникають ірреалістичні відчуття присутності померлого.

На стадії скорботи виникають грізні почуття провини, пригнічення та почуття безпорадності, страху, покинутості і самотності. Найменші помилки, неуважність, упущення перебільшуються і реалізуються у самозвинувачення. У взаєминах із іншими людьми подеколи втрачається теплота і природність, виникає потреба уникати інших. Ворожість до інших стає імпульсивною, малокерованою. У поведінці людей, які переживають втрату, відмічається поспішність, непосидючість, метушливість у діях, вони оволодівають колом повсякденних справ заново. У висловлюваннях і вчинках людина виявляє ознаки ідентифікації з втратою через поглинутість образом померлого. Типовою є ідеалізація померлого, підкреслення переваг, уникання поганих спогадів ("про померлого або говорити добре, або ніяк"). Ця

стадія є критичною, адже від її переживання залежить подальше самопочуття та поведінка особи. Відбувається віддалення від померлого, яке переживається із болем, водночас, виникають спогади та образ померлого у пам'яті.

Наступна стадія бідкання - дезорганізація, указує на виснаженість психіки, виявляється в депресивно-апатичному реагуванні. Особливо складними стають свята, дні народження, річниці або події, які нагадують про померлого (листи на його ім'я тощо).

На останній стадії реорганізації формується базис для становлення нового життєвого адаптивного підходу до зміненої реальності або ж актуалізуються психічні розлади. Втрата рідної людини проходить певний життєвий цикл, маркерами якого слугують пам'ятні дати та події у життя. З'являється усе більше спогадів вільних від болю, почуттів провини, образи. У людини випливають плани на майбутнє, в яких немає померлого.

Існують і дещо інші описи динаміки горювання, зокрема Елізабет Кублер-Росс виділила п'ять стадій розвитку горя у дітей: заперечення, ізоляція, гнів, спроби домовитися, депресія і прийняття. У роботі "Надто боюся, аби плакати" Ленор Терр описує скорботу у фазах заперечення, протесту, відчаю і розв'язання проблеми (Цит. за В. Оклендер [14]).

Деструктивні наслідки переживання горя та скорботи дитиною виникають внаслідок гостроти бідкання дорослих осіб - опікунів дитини (що проявляється у алкоголізмі, депресії, тривожно-фобічному розладі та ін.). Так, дитина переживає подвійну втрату: померлої близької людини та рідних, які відгороджуються від проживання горя. За умов повторної

ретравматизації дитини ймовірно формування патологічних симптомів поведінки.

У роботі З. Фрейда "Тотем та табу" визначається, що траур має відвести спогади та надії людини, яка переживає скорботу, від померлого [20]. Д. Ворден також указує на виконання особою, яка горює, чотирьох завдань у динаміці скорботи (Цит. за І. Малкіною-Пих [10]).

Перше полягає у визнанні факту втрати. Хоча перші ірраціональні спроби спрямовані на повернення втраченої людини, у нормі ця поведінка має замінитися на поведінку, спрямовану на визнання втрати. Відхилення факту втрати може набувати форм заперечення факту втрати, або її значення, або незворотності. Заперечення факту втрати проявляється у прагненні не зачіпати речей, які належали померлому, продовжувати жити так, ніби нічого не відбулося, а померлий тимчасово відсутній. Якщо це триває не довго, це нормально. У такий спосіб людина відтерміновує визнання факту втрати та пом'якшує удар від усвідомлення важкої реальності. Заперечення значущості втрати є протилежною поведінкою особи, проте засвідчує так само про відхилення реальності втрати. Страждання у таких людей глибоко витісняється та може набувати рис патологічного горя. Іншим проявом є "вибіркове забування", проявляється у забуванні окремих подій, життєвих етапів тощо. У запереченні незворотності втрати люди схильні до містифікації зв'язку із померлим через спіритизм тощо.

Друге завдання горя полягає у переживанні болю втрати. Якщо людина не може відчувати і пережити скорботу, то є висока ймовірність виходу болю через психосоматику або психічний розлад. Оточення дитини, яка переживає батьківську втрату,

почуває дискомфорт від сильного болю і страждань дитини, тому свідомо або ж несвідомо прагне вгамувати її почуття: "Ти не маєш так страждати, плакати". Такі побажання входять у резонанс із власними психічними захисними функціями, що призводить до заперечення необхідності чи неминучості горювання. Ідеалізація образу покійного є своєрідним униканням повноти переживання болю втрати. Алкоголізація, занурення в роботу чи життя інших людей, мандрування є способами втечі дорослих осіб у переживання болю втрати. Проте, людині слід відкритися болю, прогорювати і залишитися цілісною. Відтерміноване переживання болю втрати значущої людини ускладняється ще й тим, що оточення змінює власну готовність розділяти траур за покійним.

Наступне завдання у динаміці горя полягає у тому, щоб організувати оточення, де відчутна відсутність померлого. Із втратою батьків, або близької значущої людини з родинного оточення, дитина втрачає не лише можливість бути поряд з нею, але і звичний спосіб життя. Ця людина відігравала важливу роль, сприяла благополуччю дитини, організовувала її життя, відпочинок, дбала про неї. Разом із померлим виникає провалля у житті дитини, адже потрібно зорганізуватися на новий лад. Спроби виконувати функції померлого, або ж власні самотійно можуть завершуватися невдачами, що посилює горювання, знижує самооцінку та сприяє регресу. Оточення дитини відповідальне за формування необхідних навичок самоврядування. До того ж, втрата референтної особи впливає на руйнування певних Я-образів, які формувалися в дитини у взаєминах із померлим.

Слід відзначити також, що збереження пасивної, безпорадної позиції дитиною, з одного боку, допомагає їй уникнути самотності,

водночас, така поведінка затримує особу у повноцінному проживанні горя.

Ознакою не пережитого горя є страждання, продовження трауру, стагнація (суб'єктивне переживання, що життя зупинилося). Позитивною ознакою буде те, що дитина адресує більшу частину почуттів не до померлого, а до інших людей, буде сприйнятливою до вражень і подій життя, здатною говорити про померлого без сильного болю, спазмів у горлі і сліз. Журба залишається, вона природня, коли дитина говорить або думає про того, кого вона любила і втратила, але це вже спокійний, світлий сум.

"Робота горя" завершена, коли той, хто пережив втрату, знову здатен вести нормальне життя, відчувається адаптованим, коли є інтерес до життя, засвоєні нові ролі, створене нове оточення і він може у ньому функціонувати адекватно своєму соціальному статусу і характеру.

Останнім завданням горя є формування нового ставлення до померлого і продовження життя. У пам'яті трансформується образ померлого, набуває ціннісно-сміслового забарвлення, що сприяє можливості продовжувати життя, вступати у нові емоційно насичені стосунки.

Кожен крок у "роботі горя", який має позитивний результат (прийняття факту смерті близької людини і реальності змін у власному житті, проживання скорботи та горя із усвідомленням цінності життя та збереження позитивних спогадів про близьку людину), є успішним досягненням дитини у можливості впливати на свої емоції, почуття, поведінку, протиставляючи обставинам свою волю та активність.

Динаміка горювання дитини відображається у системі взаємодій дитини зі світом, що змінився після втрати рідної людини, та у її психічній діяльності як результат відображення та усвідомлення події втрати. На суспільно-діяльнісному рівні змінюється соціальна ситуація розвитку дитини, що представлена такими сферами взаємовідносин, як неповна сім'я (взаємини між членами неповної родини) та школа (дружні стосунки з однокласниками); навчальна та позашкільна діяльність. Індивідуально-психічний рівень охоплює психологічні особливості особистості дитини шкільного віку, які детерміновані подією втрати рідної людини.

В результаті, експериментального дослідження, що включало психодіагностичну бесіду, експертне оцінювання та проєктивне малювання, виявлено ряд характерних індивідуально-психологічних особливостей дітей, які втратили близьких (Рис 1).

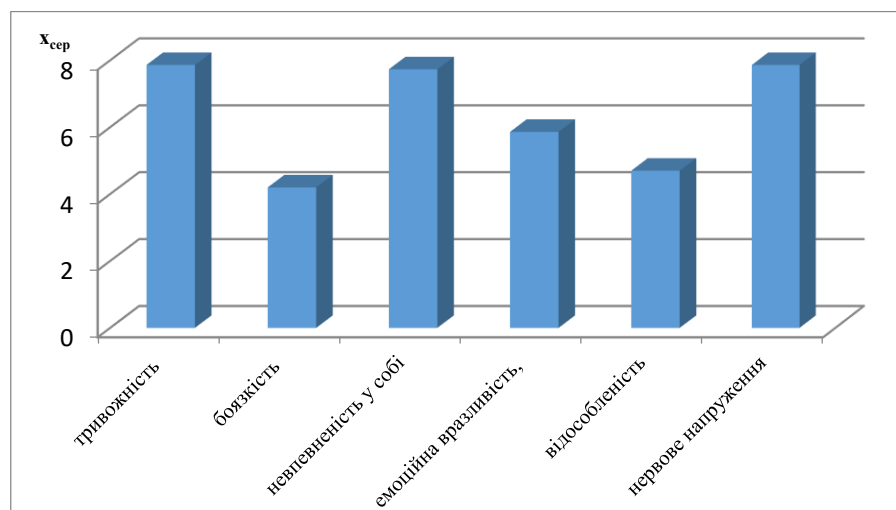


Рис. 1. Характерні емоційні властивості дітей, які переживають батьківську втрату, за результатами експертної оцінки (у балах; $n_1=20$)

*Примітка: 0-2 - не виражена властивість;
 2,1-5 - властивість проявляється ситуативно;
 5,1-8 - властивість стійка, виражена;
 8,1-10 - акцентуїована властивість.*

Для більшості дітей притаманні такі характеристики, як тривожність (стурбованість) ($x_{\text{сер}}=7,86$), боязкість (беззахисність, підвищене відчуття небезпеки) ($x_{\text{сер}}=4,2$), невпевненість у собі (недооцінювання себе, схильність до почуття провини) ($x_{\text{сер}}=7,73$), емоційна вразливість, надмірна залежність ($x_{\text{сер}}=5,86$), відособленість ($x_{\text{сер}}=4,7$) і нервові напруження ($x_{\text{сер}}=7,86$). Показники тривожності та нервового напруження у всіх дітей вказаної категорії віком від 8 до 16 років є завищеними.

Діти, для яких втрата відбулася менше року тому, властиві також збудливість ($x_{\text{сер}}=6,27$), підвищена емоційна вразливість ($x_{\text{сер}}=6,43$); високими є показники схильності до почуття провини, недооцінювання себе ($x_{\text{сер}}=7,76$) та прояви нервового напруження ($x_{\text{сер}}=8,13$).

Дані, отримані підчас консультативних бесід із батьками, також засвідчили, що після втрати члена родини у дітей більш вираженими стали прояви збудливості, емоційної нестабільності (скарги на порушення сну дітей) (62,79%), тривожності (53,49%), емоційної вразливості (імпульсивні перепади настрою) (74,42 %), підвищеної потреби дитини постійно бути поруч з дорослим (62,79 %). Водночас, понад 48 % батьків відзначають, що діти уникають обговорення важкої події. Подібні оціночні характеристики вказують на переживання дитиною втрати відчуття безпеки оточуючого світу та прояв потреби відновлення прив'язаностей у її житті.

Результати застосування комплексу психомалюнкових методик «Малюнок сім'ї», «Неіснуюча тварина», «Малюнок казки», «Малюнок людини та людини під дощем» підтвердили та доповнили дані, отримані за стандартизованим опитуванням експертів та батьків. Д. Ділео указує на властиві ознаки особистісної

дезорганізації дитини на малюнку за такими ознаками: розрізнені частини тіла; безглузді, ексцентричні малюнки людини; закреслення зображення людини; жорсткі, роботоподібні фігури; надмірна штриховка; малюнки без людей; затемні хмари і заштриховане сонце [6]. Дослідниця Орла О'Брайєн провела цікавий графічний експеримент серед 250 осіб, за яким встановила, що у тілесному фокусі сум ніби вбирає тіло людини у капсулу-чохол та фокусується у грудях та корі головного мозку з поширенням у шлунок. Загальний напрямок суму зверху-униз, він ніби падає униз, проходить скрізь тіло, а потім частково повертається у зворотному напрямку. Кольорова гама суму - похмурі тони сіро-синьої гами. Сум щільно охоплює людську фігуру, створюючи кокон. Страх фокусується у животі та очах, з розповсюдженням у ноги (коліна, п'яти), шию (горло) і область тазу. Страх спрямований на саму людину або до землі вниз. Кольорова гама страху - чорно-фіолетова [25].

Шляхом аналізу графічних образів, виявлено, що дітям незалежно від тривалості часового проміжку з моменту втрати рідного члена родини більшою мірою притаманні тривожність, боязкість, невпевненість у собі, недооцінювання себе, залежність від інших (Див. приклад на Рис 2).



Рис. 2. Малюнки сім'ї та дитини в садочку (Арсеній, 6 років)

На малюнку сім'ї хлопчика виражені ознаки його емоційної депривації у родинних стосунках: композиційне вирішення малюнку, інфантильне зображення себе, страх та безпорадність в житті. Більш благополучним є малюнок дитини у садочку, проте, слабкий натиск олівця, потреба в обмеженні простору малюнку є критеріями низької самооцінки, схильності до міжособистісної залежності та тривоги.

Так, у половині малюнків сім'ї померлий член родини зображений дітьми живим, що вказує на дію захисних психічних механізмів опору прийняттю втрати та негативної фіксації на травмуючому досвіді. Тривога, страх, спантеличеність дитини щодо оцінки подій і реальних змін у її житті проєктуються в малюнках як у кольоровій гамі, так і у штриховці. Розглянемо приклади (Див. Рис. 3).



Рис. 3. Малюнки Дениса (6 років), який із мамою переїхав з Донецької обл.

На першому малюнку хлопця зображені дві пожежних машини, перша з яких гіперболізована, що є ознакою страху. Крім того, хаотичні штрихи диму чорного та червоного кольорів передають потужне напруження, тривогу та дезорганізованість автора малюнку. Центральна фігура більшої пожежної машини є

масивною, домінуючою по відношенню до малої фігури та такою, що пригнічує рух меншої. На нашу думку, перший малюнок демонструє деструктивні особливості контакту матері та дитини (Дениса). На зворотній стороні аркушу зображений ще один сюжет "Будинок під дощем", виконаний дитиною одним фіолетовим олівцем. Можемо засвідчити, що загальний емоційний стан, який передає малюнок засвідчує про пригніченість, сум, беззахисність дитини. Завелика емоційна фігура "матері" пригнічує можливості самопідтримки та вивільнення власних тривог фігури "дитини".

На дитячих малюнках скорбота та безпорадність проявляються переважно на малюнках "Людина під дощем" (приклад на Рис. 4) та "Малюнок казки" (приклад на Рис. 5), де загальний сюжет указує на почуття самотності та безнадійності у дитини.



Рис. 4. Малюнки людини (Людина-Павук) та людини під дощем (Семен, 13 років)

На малюнках хлопчика обидва зображення людини мають специфічні особливості: спотворенні обличчя (ознака деперсоналізації та приховування власних емоцій), ліва рука роз'єднана з тілом (розрив контакту з батьком, який помер), вдавана демонстративність у жестах долоней. Є й інші елементи, які звертають увагу: павутиння у вигляді прихованого хреста;

напівзображена парасолька на другому малюнку як ознака відсутності захисту від матері. Малюнок людини під дощем демонструє незахищеність, бідність ресурсів самопідтримки у дитини перед стихійним лихом, яким стала батьківська втрата.



Рис. 5. Малюнки сім'ї та казки (Олена, 11 років)

На малюнку Олени, що зображує казку, є чимало опорних елементів, які указують на деструктивні негативні переживання (самотності, ізоляції, нікчемності, приреченості, тривоги). Малюнок її сім'ї також демонструє напруження (у штриховці будинку), занепокоєність соціальним враженням (акцентування рами вікна), проблемність самооцінки і амбівалентність почуттів до чоловіків в родині (дівчинка себе зображувала на місці собаки поряд із братом, потім зображення стерла та намалювала собаку на причіпку), потребу в покращенні комунікації серед членів родини (початково двері були значно меншого розміру, згодом збільшені в розмірах та ін.).

В той самий час, хлопці демонструють контрфобічні реакції, що виявляється у акцентуванні уваги на символах сили та мужності. Реакція хлопців є більш адаптивною, адже спрямована на оволодіння ситуацією.

У композиційному вирішенні малюнків виявлено їх зміщення ліворуч та зменшення розміру об'єктів. Просторові характеристики

малюнків указують на тривогу стосовно майбутнього (див. зразки малюнків Рис. 6).



Рис. 6. Малюнки сім'ї та людина під дощем (Ірина, 14 років)

На малюнку сім'ї права сторона, яка символічно пов'язана зі взаєминами дівчинки із батьком, порожня, що указує на незавершеність горювання. На малюнку людини під дощем також відсутні засоби захисту від стихійного лиха, проте присутнє сонце, як елемент прийняття факту ситуації втрати.

У дисертаційному дослідженні ментальних репрезентацій емоцій В. Подпругіної [15] у сценічних імпровізаціях діти репрезентували пантомімічно основні емоції. У зображенні суму, горя вони виявляли суттєві індивідуальні відмінності у просторових характеристиках зображення цієї емоції. Молодші діти, зображуючи горе, рухалися вглиб сцени, а підлітки, навпаки, виходили на авансцену, демонструючи сум. Ця емоція має найбільш слабковиражену інваріантну просторову характеристику. Сум, нібито не "мав свого місця" у композиції. Емоційно стабільні діти прагнули зображати спокійні пози суму, розміщені по центру або зі зміщенням в глибину сцени. Науковець також відзначає індивідуальний характер переживання суму дітьми у просторовій проекції. Сім'я, церква або ж коло друзів може бути містком до

виходу з горювання. Цьому ж сприяють ритуали поминання покійного, перестановка у домі тощо.

3. МОДЕЛЬ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ДІТЕЙ, ЯКІ ПЕРЕЖИВАЮТЬ БАТЬКІВСЬКУ ВТРАТУ

Аналіз літератури та результати емпіричного дослідження дозволяють нам запропонувати модель психологічного супроводу дитини, яка переживає горе втрати рідної людини (Див. Рис. 7).

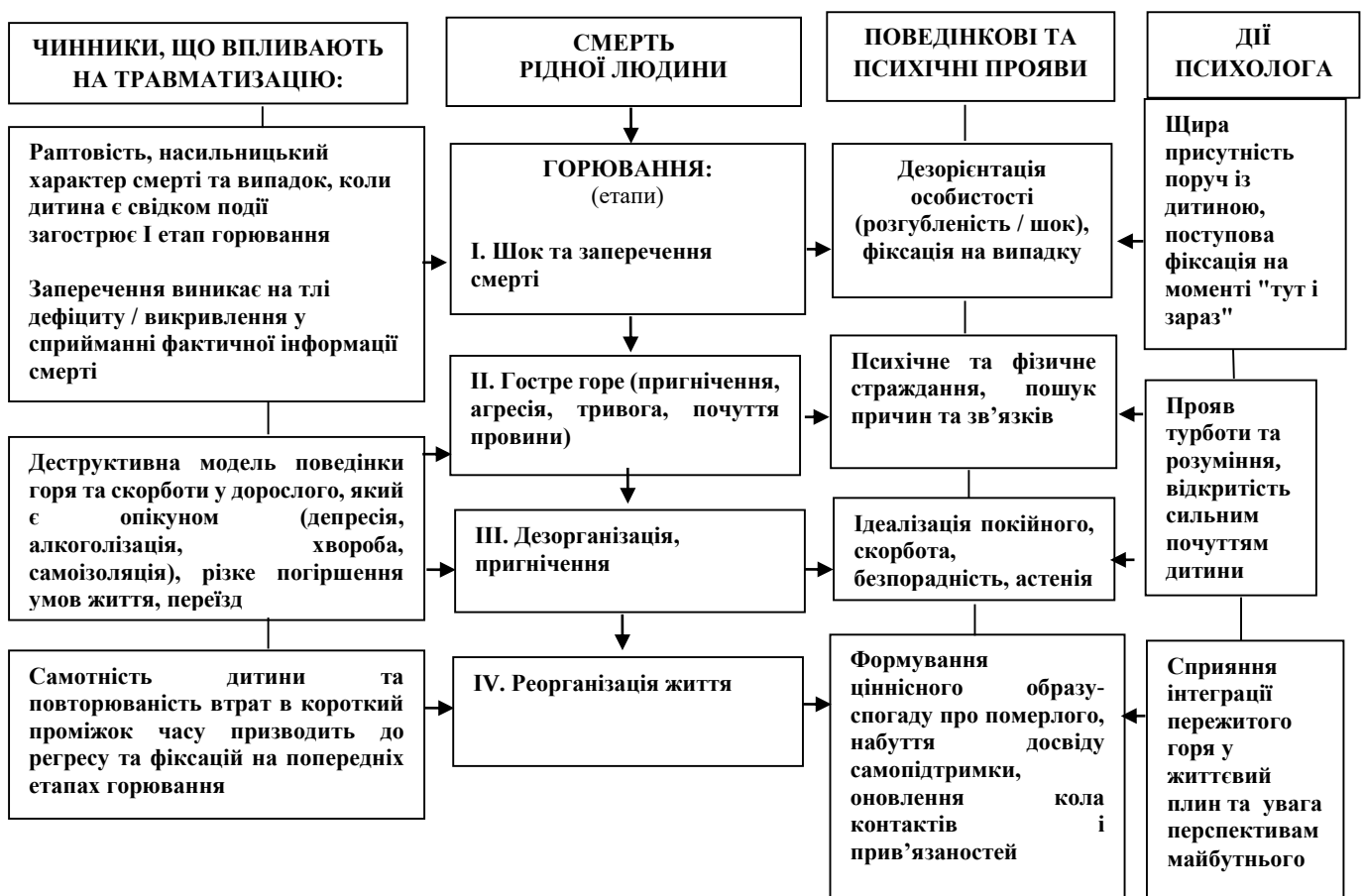


Рис. 7. Модель соціально-психологічного супроводу дітей, які переживають горе втрати

Переживання дитиною скорботи за втратою батьків є глибоким і травматичним процесом, який проходить фази протесту, відчаю та відчуження. Спочатку діти наполегливо зі сльозами та гнівом сподіваються на повернення рідної людини, що

викликає сильне страждання, а коли надії згасають, з'являється переживання відчаю. Ці фази чергуються певний час та викликають почуття тривоги, страху, сорому, гніву, провини. Раптовість, насильницький характер смерті та випадок, коли дитина є свідком події, загострює динаміку горювання. Заперечення факту втрати близької людини виникає на тлі дефіциту або ж викривлення сприймання фактичної інформації про смерть.

Тривога, як реакція на важку втрату, превалює у дітей будь-якого віку. Так, Д. Боулбі вказує, що розлука з батьками викликає у дітей реакцію емоційного відсторонення або ж невгамовну вимогу дитини знаходитися поруч з дорослим (матір'ю, батьком, опікуном). На етапі емоційного шоку від звістки про батьківську втрату емоційне відсторонення є дією захисного механізму психіки, що пом'якшує удар по цілісності світоглядних уявлень дитини. Водночас, такий стан впливає на подальшу дезорієнтацію дитини, переживання нею почуття розгубленості. Чіпляння за дорослого, який залишається поруч із дитиною, є потужним прагненням дитини подолати власний страх бути покинутою. Якщо дорослий соромить чи відсторонює в цей час дитину, це викликає у неї гнів і тривогу.

Відмежування, відділення дитини від значущих дорослих призводить до актуалізації конфлікту амбівалентності, сутність якого полягає у напруженні, що виникає через переживання сильних негативних емоцій (образи, гніву, сорому, страху тощо) до любої людини. Агресивна поведінка відіграє ключову роль у збереженні емоційного зв'язку. Така поведінка може бути спрямована назовні - на інших осіб, яких дитина ідентифікує як таких, що несуть загрозу руйнуванню її реального або уявного

емоційного зв'язку з померлим, так і на осіб із власної родини, що проявляється в непокорі, негативізмі, прагненнях їх покарати. Водночас, ніщо не допомагає в цьому дитині більшою мірою, ніж здатність відверто виказати свої ворожі почуття. Дорослі, які витримують спалахи гніву, демонструють власним дітям, що не бояться їх ненависті і впевнені, що вони можуть контролюватися в атмосфері терпимості, яка сприяє формуванню адекватного самоконтролю. Д. Боулбі звертає увагу на те, що функція гніву у переживанні дитиною скорботи додає енергії напруженим зусиллям як для повернення втраченої особи, так і для відмови їй від повторного покидання дитини. Хоча ці зусилля і залишаються нереальними та безнадійними, вони є необхідною умовою для подальшої здорової динаміки горювання [2]. Крім того деструктивна поведінка переживання горя та скорботи близькими дорослими, які є опікунами (депресія, алкоголізація, хвороба, самоізоляція), патогенний стиль батьківського ставлення до дитини, різке погіршення умов життя ускладнюють динаміку горювання в дитини. Процес ідентифікації з батьками, який є провідним у здоровому розвитку особистості, накладає відбиток на зміні Я-концепції дитини.

Образа на померлого в дитини виникає як почуття гіркоти, досади, яке з'являється на тлі усвідомленої несправедливості, вчиненої до дитини, руйнування образу сталої передбачуваної реальності. Саме через образу дитина докоряє померлому, водночас переживаючи скорботу та почуття провини.

Найбільш інтенсивними за впливом на формування деструктивних емоційних наслідків у дітей, викликаних втратою, є страх бути покинутим, журба за втраченими рідними і гнів, щодо відновлення зв'язку з померлим.

Однією з головних характеристик патологічного горя, яке виявляється у формуванні психічного розладу, є нездатність відкрито виражати скорботу, ірраціональні спонукання повернути назад людину, до якої дитина була прив'язана, гніватися та дорікати втраченому рідному, із тугою і скорботою за ним. Замість свого відкритого прояву, який протікає бурхливо та ірраціонально і призводить до здорового результату, спонукання до повернення втраченої особи і докори на її адресу з усією амбівалентністю почуттів піддаються розщепленню і утиску. З цього часу, вони продовжують діяти у якості активних систем всередині особистості, але не маючи нагоди знайти відкритий та прямий прояв, починають впливати на почуття та поведінку деструктивним чином. Після батьківської втрати, поруч з пригніченням (запереченням та витісненням), проявляється захисний механізм "розщеплення Его", за якого потайна, але свідомо частина особистості, заперечує втрату рідного, і стверджує про наявність зв'язку або те, що особа повернеться, одночасно альтернативна частина Я-особистості розділяє з рідними знання про те, що померлий втрачений назавжди. За усієї їх несумісності ці дві частини особистості можуть співіснувати протягом багатьох років [19].

Депресивні прояви є прогнозованим етапом горювання дітей від 5 років. Коли надія на повернення будь-якої рідної людини згасає, виникає почуття відчаю та відсторонення, яке супроводжується як психічним, так і фізичним стражданням. Дитина проявляє ознаки дезорганізованості, прояви хаотичної, імпульсивної поведінки змінюються апатією та відчуженням. Лише після того, як було задіяно будь-яке зусилля повернути втрачену особу, індивід стає

здатним визнати свою поразку і знову почати себе орієнтувати на світ, у якому рідна людина є втраченою назавжди.

Для того, щоб скорбота приводила до більш, чи менш позитивних наслідків для особи, яка її переживає, їй потрібно виразити свої почуття. "Дайте скорботі слова, - писав В. Шекспір, - сум, який не виразив себе, вращується у серце та розриває його на шматки" (Цит. за Д. Боулбі [2, С.37]).

Таким чином, модель соціально-психологічного супроводу дітей, які переживають горе втрати дозволяє виявляти чинники, рівні травматизації особистості і добирати адекватні їм технології впливу психолога.

4. РЕКОМЕНДАЦІЇ ПРАКТИЧНИМ ПСИХОЛОГАМ ЩОДО СУПРОВОДУ ДІТЕЙ, ЯКІ ПЕРЕЖИВАЮТЬ ВТРАТУ РІДНИХ

Відповідно до запропонованої моделі нами розроблена програма заходів соціально-психологічного супроводу дітей, яка призначена для орієнтування фахівців у етапах власної роботи з дітьми та попередження формування у них психічних розладів особистості. Визначення змісту роботи психолога відбувається з урахуванням віку, ступеню осмислення діною психотравматичних переживань та її психічного напруження.

У дітей молодшого шкільного віку психопатологічні симптоми ховаються за "фасадом" масивної вегетативної дисфункції (головного болю, кардіалгії, розладу дихання, епігастральному дискомфорту, енурезі, енкопрезі тощо), часто це проявляється у поєднанні з розладами поведінки.

Підліток, так само як і діти молодшого віку, потребує соціально-психологічної підтримки у проживанні горя. У силу вікових закономірностей підліток заходиться на умовній межі переходу, коли вектор поведінки може схилитися як до адаптивної, так і до дезадаптивної стратегії. Деструктивними наслідками можуть бути прояви соціальної дезадаптації, загострення девіантних форм поведінки, посилення станів депресії, розвиток психопатологічних розладів [1].

Під дією зовнішніх складних обставин втрати члена родини у сім'ї може виникати важке напруження у взаєминах серед членів родини, що позначається в підлітка на почутті покинутості, непотрібності, безпорадності.

Мета діяльності психолога, який супроводжує дитину, полягає у створенні психологічно безпечних умов переживання нею горя та скорботи та розвитку її ресурсів самопідтримки.

Як указує Д. Боулбі, для ефективної допомоги дитині у проживанні нею горя, важливо аби психолог сприймав ситуацію з її точки зору і поважав її почуття - якими б нереалістичними вони не здавалися. Почуття розуміння та симпатії дорослого, який допомагає дитині, надають їй можливості виразити свої почуття, у тому числі й жагу повернення втраченої людини, свій гнів на те, що її покинули і за ту несправедливість щодо винних у смерті людини, і власного винного Я та ін. [2]. Підтримка забезпечується простою позицією "Я поряд із тобою", тобто повноцінною присутністю, спостереженням за тим, що відбувається і проявом співчуття за умови збереження особистісних меж дитини.

Роль психолога - роль товариша та захисника, який готовий досліджувати у ході спільних обговорень усі ті надії і бажання

дитини, і послабляти вплив психічного напруження. На нашу думку, можна виділити такі вимоги до психолога:

- 1) бути поряд і слухати;
- 2) не форсувати події;
- 3) виказувати повагу та приймати те, що відбувається;
- 4) схвалювати прояви горювання, надаючи цьому значення користі;
- 5) дозволити собі стати міцною опорою, на яку дитина може опертися.

М. Долгополов основними атрибутами діяльності психолога називає: присутність, підтримку, любов, позитивний прогноз майбутнього [4]. Прагнення повернути час назад, потужний гнів, сльози безпорадності, жах від усвідомлення власної покинутості, моління про симпатію та підтримку - є тими важкими переживаннями, які проявляться та мають бути виражені дитиною або її батьками, проте з часом спочатку їх слід розпізнати. Для деяких дітей вкрай складно виразити власне горе, оскільки в родині не підтримується обговорення почуттів.

Варто відзначити, що психологу надається надто мало часу для реалізації допомоги дитині. Проте слід усвідомлювати, що робота горя є тривалим процесом. Водночас, психолог орієнтується на реальний кредит часу (4-6 сесій), який є у домовленості з одним із батьків (опікуном). Так, якщо дитина до травмуючої події жила благополучним життям, у неї розвинуте почуття "Я", вона має гарну сімейну підтримку, у взаємодії із психологом дитина гарно контактує, а психолог відчуває позитивну канву взаємин зумовлює доволі обнадійливі прогнози щодо результатів супроводу.

Запит щодо супроводу дитини може надійти як від дорослого (педагога, одного з батьків, родича дитини чи опікуна), так і від самої дитини. Психологічний супровід дитини проводиться за погодження з батьками (законними представниками) дитини.

Необхідно враховувати часові межі індивідуальної роботи з дітьми. З молодшими школярами рекомендований час однієї сесії роботи протягом 30-40 хвилин, а з підлітками - протягом 45-60 хвилин. У роботі з дітьми супровід носить переривчастий характер. Надається перевага недирективним методам екзистенційно-гуманістичної психології та арт-психотерапії.

Ключове правило психологічного супроводу полягає у тому, що психолог повинен просуватися у роботі поволі, він не має права втручатися у приватну територію дитини стрімко, наполягати на вивільненні емоцій або виконанні завдань, які викликають опір. Опір, зазвичай є показником того, що дитина не володіє достатньою внутрішньою впевненістю для роботи із запропонованим матеріалом, він заслуговує на повагу. Порушений контакт дитини та психолога виявляється у в'ялості дитини, загальмованості рухів, відсутньому погляді, ігноруванні запитань тощо. Такій дитині слід запропонувати робити те, що принесе їй розраду і задоволення (пограти у настільну гру, розмальовувати картинки, пограти з іграшками).

Малоймовірно, що звернення від дорослого і дитини наступить у день загибелі рідного дорослого. Проте, за С. Гінгером, чим раніше розпочата робота з травмою, тим більш керованими є наслідки. До початку першої ночі після трагічної події є можливість знизити драматичність наслідків події. Як стверджує науковець, під час фази парадоксального сну у структури мозку можуть записуватися у енграну спогади довготривалої пам'яті. Для профілактики психотравми слід запобігти її фіксації. Для цього необхідно програвати подумки травмуючу сцену у модифікованому вигляді, коли клієнт займає активну позицію, замість перебування у заблокованому стані загальмованої дії. Експресія позбавляє від

імпресії досвіду в структурах головного мозку. У такий спосіб досягається розрядка до початку першого сну [3].

Вайолет Оклендер, описуючи власний досвід роботи з дітьми, які переживають горе, рекомендує намітити ряд завдань роботи, проте, утримуватися від прогнозованих очікувань результату. Психолог повинен виражати чуйність і повагу до усіх проявів дитини, в тому числі до її опору роботі, запропонувавши зайняти час приємною справою (грою, конструюванням тощо). Психолог рекомендує пояснити дитині про час, у межах якого вони будуть взаємодіяти, для чого вони зустрічаються. На початку роботи перша година присвячується знайомству та налагодженню контакту з дитиною через спільну ігрову діяльність, забезпечення безпеки. Батьки можуть бути залучені на початку та наприкінці роботи, як для обговорення запиту, так і рекомендацій, яких слід їм дотримуватися. Дітям можна запропонувати оглянути кімнату, обрати те, що дитині до вподоби (іграшки, пісок, глину, пластилін, кольоровий папір для колажу, інструменти для малювання, музичні інструменти тощо). Протягом усього часу гри психолог веде діалог із дитиною, прояснюючи ті чи іншими обставини її життя, фіксує проблемні теми, які виникають у розмові. Наступні сесії призначені для звернення уваги до особи, яку втратила дитина, її образу, почуттів, які переживає дитина, спогадів тощо. Дитина може виражати занепокоєність, покинутість, докір, втрату себе, провину та страх, втрату контролю і зраду, бажання попідкуватися за батьків, прихований сум, журбу, гнів і сором, нерозуміння. Психолог повинен підтримати дитину у вираженні її почуттів [14].

Перші консультації цілком присвячуються налагодженню контакту з дитиною та забезпеченню її захищеності. Корисною може бути робота з візуалізацією або малюнком реального чи

уявного безпечного місця, в яке може подумки переміститися дитина. Вартує уваги зв'язок такого місця з близьким оточенням дитини, виділення почуттів та ставлень до конкретних осіб із родини дитини. Слід не переобтяжувати дитину, коли вона втомлюється чи відчуває опір, а перемикає її на обрану нею дитячу гру.

Психодіагностичні методи не виступають самостійним етапом роботи, а включені у напівструктуроване інтерв'ю. Поширеним є використання психомалюнків методик. На малюнках з'являються зображення суб'єктивно важливих образів. Дитина зупиняється на них довше, опрацьовує їх з більшою уважністю, деталізує зображення, докладає більше зусиль до виконання задуму, використовує широку кольорову палітру. Якщо дитину хвилює будь-що у її оточенні, то малюнок та окремі образи на ньому будуть більше виражати тривогу.

Здебільшого психомалюнки відображають актуальні почуття дитини. Водночас, образи психомалюнку можуть свідчити про несвідомий контекст переживань, глибинний їх рівень, реалізують певною мірою важливі потреби дитини. Складність інтерпретації малюнків пов'язана із суб'єктивним смисловим навантаженням образів. Вивчення психомалюнків нагадує дослідницький процес, який передбачає уважне покрокове розкриття смислів, неупередженість аналізу, обережне висування гіпотез та інтерпретацій, дотримання етичних принципів психодіагностичного дослідження. Більш вірогідні результати у вивченні психомалюнків можливо отримати через порівняльний аналіз опорних елементів серії малюнків, що виконані дитиною протягом певного часу. Саме повторювана стилістика виконання малюнків, композиційне вирішення, спільні елементи або образи,

сміслова динаміка малюнків надають досліднику можливість висувати більш ймовірні припущення. Алгоритм роботи з психомалюнком включає ряд етапів:

1. Зафіксувати загальне емоційне враження від малюнку (гармонійний-дисгармонійний; комфортний-дискомфортний тощо);

2. Проаналізувати композиційне вирішення малюнку (заповнення простору психомалюнку опорними елементами. Звернути увагу на групування елементів, відокремлені чи відгородженні фігури, незаповнений простір. У серії психомалюнків порівняти дистанції між аналогічними фігурами);

3. Проаналізувати функціональне призначення фігури у композиції малюнку (наприклад, проаналізувати «що робить фігура з малюнком?», «як зміниться малюнок, якщо уявно вилучити фігуру?», «що відбудеться, якщо уявити, що фігура продовжить рух?» тощо);

4. Подумки уявити процес виконання малюнку; проаналізувати, на які фігури дитина витрачала більше часу, енергії, зусиль; які переживання викликав цей процес; яка динаміка психоемоційного стану у виконанні малюнку; додатково проаналізувати характер штриху;

5. У серії психомалюнків простежити динаміку психоемоційного стану дитини, зміни у розмірах ідентичних фігур, виникнення та зникнення окремих опорних елементів.

Особливої уваги потребують малюнки дітей без предметного зображення, у вигляді напруженого штрихування. Також досить конкретне зображення образів, які викликають страх (танк, кулі, зброя, літаки-бомбардувальники, мерці, хрести, Смерть, зафарбовані обличчя тощо). Символічним відображенням страху є

зафарбовані райдужки очей, зафарбовані обличчя, великі, заштриховані очі. Крім того вони виражають бажання контролювати зовнішнє середовище. Маленькі очі- крапочки (палички) - заглибленість у себе, уникання візуальних стимулів.

Збільшення розміру фігури іноді зустрічається у підлітків, яких неприємності мобілізують, роблять сильнішими та більш впевненими. Зменшення фігури має місце тоді, коли дитина потребує захисту і заступництва, прагне перенести відповідальності за власне життя на інших. Хлопці, які малюють маленькі фігурки, зазвичай соромляться проявляти свої почуття і мають тенденцію до стриманості і деякої ригідності, скутості у взаємодії з ровесниками. Вони схильні до депресивних станів у результаті стресу.

Щодо малюнку "Людина під дощем" можна розпізнати типову поведінку дитини, яка переживає травму. Короткі, нерівні штрихи по всьому полю малюнку і відсутність будь-яких захистів у людини вказує на сполох і сприйняття навколишнього середовища як ворожого. Калюжі символізують невирішені проблеми. Якщо людина стоїть у калюжі, це може означати незадоволеність, втрату орієнтирів. Ознаками конфлікту в сім'ї є обмеження простору для фігури; явна невідповідність якості малюнка іншим зображеним образам.

Після малювання можна провести обговорення. Приклади запитань психолога:

1. Розкажіть про те що зображено на малюнку, про конкретну людину: як вона себе відчуває, почуває?
2. Наскільки комфортно почуває себе людина в цій ситуації?
3. Який у неї настрій?
4. Що їй найбільше хочеться зробити?

5. Дощ пішов несподівано або за прогнозом?
6. Людина була готова до того, що піде дощ або для неї це несподіванка?
7. Чи любите Ви дощ? Чому?
8. У який момент часу застав дощ людину?
9. Які у неї перспективи?
10. Якщо людині під дощем дискомфортно (погано), то чим їй можна допомогти?
11. Що сама людина може зробити, щоб собі допомогти, щоб впоратися з дощем?

У роботі з молодшими школярами можна звертатися до образу улюбленої іграшки. Наприклад, запропонувати дитині принести її з собою. На думку Д. Віннікотта іграшка, як перехідний об'єкт, є лімінальним (пороговим) феноменом, що поєднує в собі функції внутрішньої і зовнішньої реальності дитини. Він структурує досвід дитини, пов'язаний з відповідними переживаннями, в яких творчо переплітаються індивідуальні фантазії та групові нормативні настанови. Науковець припускає, що перехідний об'єкт символізує перехід від уявного реєстра психіки дитини до символічного. Таким чином, перехідний об'єкт необхідний для подальшого сприйняття дитиною об'єкта як такого, що відмежований від суб'єкта і для переходу до власного об'єктного ставлення [5]. Іграшка з часом втрачає своє символічне значення, і це відбувається тому, що феномен переходу стає все більш розсіяним. Дитина переводить натуралістично предметне буття речі в її символічне буття. Кореляційний аналіз результатів дослідження вказує на наявність зв'язку прив'язаності до матері та прив'язаності до улюбленої іграшки, $r=0,449$ ($p \leq 0,05$). Іграшка символізує осіб, з оточення дитини, у контакті з якими дитина

переживала комфорт, надійну прив'язаність і безумовне прийняття.

Прив'язаність до іграшки, що зберігається у підлітковому віці, є також індикатором тривожності особистості, зокрема, кореляційний зв'язок між реактивною тривожністю та прив'язаністю до іграшки становить $r=0,375$ ($p \leq 0,05$) та з особистісною тривожністю $r=0,446$ ($p \leq 0,05$). Ми припускаємо, що прив'язаність до іграшки в підлітковому віці починає відігравати роль регресивного захисту у ситуаціях емоційного дискомфорту. Старі, давно знайомі іграшки роблять світ пізнаваним і передбачуваним, забезпечуючи дитині спокій і впевненість[24]. За Е. Еріксоном, «маленький світ улюблених слухняних іграшок - це притулок, який будує собі дитина, щоб повертатися у нього щоразу, коли їй потрібно розібратися у власному Я» [21].

Альтернативою прив'язаності до іграшки є прив'язаність до домашньої тварини, піклування за якою є розрадою та частковою компенсаторною реалізацією фрустрованого почуття прив'язаності до дорослого, якого більше не має поруч.

У роботі з підлітками і дорослими можливе використання символдраматичної методики роботи з мотивом "Змія". Цей образ є складним, глибоким, багатозначним, амбівалентним і полівалентним символом, що чинить сильний вплив на людину. Змія вважається джерелом ініціації. У кризових ситуаціях доцільно використовувати метафору скидання змією старої, відмерлої шкіри, як символу оновлення і виживання. Техніка роботи з мотивом "змія" полягає в тому, що спочатку клієнту пропонується уявити "луг", йому пропонується оглядітися навколо себе, придивитися і дослухатися, якщо десь є поблизу змія, можливо, буде чути шелест, шурхіт, який вказував би на її наближення.

Після цього в уяві людини виникає візуальний образ змії, який деталізується та досліджується. Ефективними є прийоми конфронтації через візуальний образ "очі в очі" та контакту. В уявній роботі з образом покладається очікування ідентифікування клієнта із запереченими власними Я-образами, які втілюються в образі змії. Саме ці образи несуть інформацію про особистісні ресурси подолання кризової ситуації [7].

Також ефективною є робота підлітків із метафоричними асоціативними картами ("чари забуття", "веретено втрат", "дика тварина", "ключ", "вічний вогонь", "чарівне дзеркало", "людина на Місяці", "чародійка", "амулет, який зцілює", "джерело пам'яті", "охоронець снів" тощо).

Щоб говорити про горе у безпечному контексті, який запобігає ретравматизації, у нарративній практиці пропонується створити "альтернативну безпечну територію ідентичності". Так, заслуговують на увагу спогади приємних хвилин минулого та планування дій, що можуть покращити ситуацію. Страждання від факту втрати може бути врівноважено обговоренням того, які спогади у дитини про померлого.

На завершальній стадії переживання горя робота психолога полягає в зміцненні адаптивних ресурсів дитини, акцентуванні уваги на реальних взаєминах - прив'язаностях (з друзями, братами - сестрами, однокласниками, опікунами, членами інших груп, домашніми тваринами), опрацьовуються життєві плани та перспективи. Результатом пережитої втрати є сформований "психологічний образ втрати", включення досвіду смерті близької людини як духовного випробовування у власну життєву історію та усвідомлення психологічного зв'язку з померлим [18].

Наступні консультації присвячуються відновленню зв'язку почуттів дитини із втратою рідної людини, їх розпізнаванню, виділенню негативних. Виникає також потреба звернутися до спогадів, особливо до тих, на яких зафіксувалася дитина. Негативні почуття потребують вивільнення через дію, або ж емоційну розмову, моделювання сценічного діалогу (монодрами, психодрами, розстановки). Робота в методі скульптури дозволяє дитині проектувати і вивільняти заборонені почуття на фігури близьких людей. Підліткам можуть бути запропоновані завдання з написання листів (померлому; собі від нього; собі у стражданні та ін.), техніки конфронтації "гарячий стілець", уявні діалоги з померлим. Усвідомленні почуття потребують власної розв'язки у дії (ритуалі, прибиранні речей тощо). Психолог обов'язково підтримує та схвалює таку поведінку, тим самим попереджує виникнення почуття провини. За негативними почуттями дитина повертається до вираження любові і суму за померлим.

Якщо дозволяє час психолог надає увагу інтеграції досвіду пережитої втрати у біографію дитини та розробляє поле актуального теперішнього та майбутнього. У гештальттерапії відмічається, що призводять до завершення почуття горя феномени прощання, вибачення та вдячності. Перспективним поглядом є концепція футуโรปрактики М. Долгополова, яка передбачає відновлення відчуття майбутнього, замість "тут і зараз" на "тут і уперед" [4].

Ефективність корекційного впливу оцінюється як з погляду постановки мети і завдань програми, так і з позиції розв'язання реальних труднощів розвитку дитини. Реалізація мети програми не завжди спрямована на кінцевий результат, а може відображати

ефективність вирішення ряду проміжних завдань. Результат може проявлятися поступово, з часом.

ВИСНОВКИ

Проведене дослідження виявило недостатню розробленість технологій соціально-психологічної підтримки дітей, які переживають батьківську втрату. Найбільш повно дослідження динаміки горювання представлено у психодинамічній концепції глибинної та екзистенційно-гуманістичної психології.

Результати експериментального дослідження доводить, що для більшості дітей батьківська втрата призводить до появи таких особистісних властивостей, як тривожність (стурбованість), боязкість (беззахисність, підвищене відчуття небезпеки), невпевненість у собі (недооцінювання себе, схильність до почуття провини, емоційна вразливість, надмірна залежність, відособленість і нервові напруження).

Динаміка горювання дитини позначається у системі її взаємодій зі світом та у її психічній діяльності як і усвідомленні події втрати. Втрата порушує особистісні межі ідентичності дитини і руйнує ілюзії контролю і безпеки. Тому процес переживання горя може трансформуватися у розлади. Супровід психолога, психолого-педагогічна підтримка покликані створити умови для осмислення і прийняття дитиною втрати батьків (рідних).

Запропонована модель психологічного супроводу дитини, яка переживає горе втрати рідної людини, його етапи, представлено динаміку горювання та скорботи дитини, психотравмуючі чинники та ймовірні наслідки на когнітивному, психофізіологічному, емоційному та поведінкових рівнях.

Виконане дослідження окреслило основні технології, що сприятимуть успішному здійсненню соціально-психологічної підтримки дітей, які переживають батьківську втрату.

Перспективи наукових досліджень убачаємо в подальшому вивченні деструктивних проявів гострого горя у дітей й можливостей їх психокорекції.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Берлінгем Д. Война и дети / Д. Берлінгейм, А. Фрейд // Развитие личности. – 2004. - № 3. – с. 184-208.
2. Боулби Д. Создание и разрушение эмоциональных связей / Джон Боулби. – М.: Академический Проект, 2004. - 232 с.
3. Гингер С. Гингер С., Гингер А. Гештальт — терапия контакта / Пер. с фр. Е.В.Просветиной — СПб.: Специальная Литература, 1999.— 287 с.
4. Долгополов Н.Б. Футуропрактика: практика подготовки психодраматистов / Н.Б. Долгополов // Теория и практика гештальт-терапии на пороге XXI века : сб. статей. Ростов н/Д, 2001. - С. 115-123.
5. Винникотт Д.В. Маленькие дети и их матери. / Д.В. Винникотт - М.: Класс, 1998. - 80 с.
6. Дилео Д. Детский рисунок: диагностика и интерпретация. / Д. Дилео. - М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2010. - 272 с.
7. Лейнер Х. Кататимное переживание образов. / Х. Лейнер. –М., «Эйдос» 1996
8. Лист Міністерства освіти і науки України від 11.03.2014 № 1/9-135 "Про надання психологічної допомоги учасникам навчально-виховного процесу"
9. Лист Українського НМЦ практичної психології та соціальної роботи від 24.02.2014 № 26 "Про посилення психологічної допомоги начеленню"
10. Малкина-Пых И. Г. Экстремальные ситуации. / И. Г. Малкина-Пых–М.: Изд-во Эксмо, 2005. – 960 с. – (Справочник практического психолога).

11. Методичні рекомендації щодо надання першої психологічної допомоги переміщеним особам / За заг. ред. О.Л. Іванова. – К:UNDP, 2014. – 45 с.
12. Мюллер М. Якщо ви пережили психотравмуючу подію / Мартіна Мюллер. – Львів: Інститут психічного здоров'я УКУ, Свічадо, 2014. – 120 с.
13. Навчальний посібник для спеціалістів, які працюють з дітьми, щодо надання першої психологічної допомоги / За ред. Анни-Софі Дайбдал та Мі Мелін – Copenhagen:SavetheChildren, 2013. – 131 с.
14. Окландер В. Окна в мир ребенка: Руководство по детской психотерапии / Вайолет Окландер. – М.: Независимая фирма «Класс», 2007. – 336 с.
15. Подпругина В.В. Ментальные репрезентации базовых эмоций:автореф. дис. на соискание науч. степени канд. психол. наук: спец. 19.00.01 "Общая психология, история психологии, психология личности"/ В.В. Подпругина. - М.: Государственный университет гуманитарных наук, 2003. - 18 с.
16. Роземблум-Санчук Мадлена. Тренінг-телемост для психологов. – Львов/ Нью-Йорк / Киев: «Детская травма: кризисная психотерапия». – 2015 // <http://www.youtube.com/watch?v=foPs54aobV4@feature=youtu.be> 29.01.15 о 13.00.
17. Сміт П. та ін. Діти та війни: навчання технікам зцілення / Патрік Сміт, Етл Дирегров, Уільямс Юле та ін. / Посібник. – Children and War Foundation, Bergen, Norway – 1999-2012. – Львів: Інститут психічного здоров'я УКУ, 2014. – 70 с.
18. Соціально-педагогічна та психологічна робота з дітьми у конфліктний та постконфліктний період: метод. рек. / Н.П. Бочкор,

- Є.В. Дубровська, О.В. Залеська та ін. – Київ: МЖПЦ "Ла Страда-Україна", 2014. - 84 с.
19. Фрейд З. Скорбь и меланхолия / З. Фрейд // Вестник психоанализа. – 2002. – № 2.
20. Фрейд З. Тотем и табу. Психология первобытной культуры и религии / З. Фрейд. – СПб: Азбука-классика, 2005. - 256 с.
21. Эриксон Э. Г. Детство и общество / пер. [с англ.] и науч. ред. А. А. Алексеев. — СПб.: Летний сад, 2000. – 416 с.
22. Шефов С.А. Психология горя / С.А. Шефов. – СПб.: Речь, 2006. – 144 с.
23. ЯліньАйше та ін. Діти та війни: навчання технік зцілення /АйшеЯлінь, БерджЛьовент, НазанКайя. – Робочий зошит для посібника. – ChildrenandWarFoundation, Bergen, Norway– 1999-2012. – Львів: Інститут психічного здоров'я УКУ, 2014. – 42 с.
24. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия / Пер. с англ. Т.С. Драбкиной – М.: Класс, 2000. – 576 с.
25. Яцюк М.В. Роль іграшки у ґенезі почуття прив'язаності дитини до референтних дорослих / М.В. Яцюк. // Науковий вісник. Випуск 9. "Розвиток особистості в освітньому процесі: психодіагностика, профілактика, психокорекція та формування" / За науковою редакцією М.І. Томчука // Збірник матеріалів регіональної науково-практичної конференції. - Вінниця: ТОВ "ВІНДРУК", 2015. - 164 с.
26. O'Brien O. EmotionallyVague Body Research. / O. O'Brien - London: London i of Communication, 2006-2011. електронний доступ:/ <http://orlaghobrien.com> - 02.02.2016

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

ПРОЕКТИВНИЙ МАЛЮНОК «ЛЮДИНА ПІД ДОЩЕМ»

Графічні методи часто розглядаються як несамотійні і допоміжні. Водночас, малюнок значною мірою несе у собі відбиток особистості автора, її настрою, стану, почуттів, переживань, взаємостосунків і т. ін. Результати малювання мало залежать від здатності особи вербалізувати свої переживання. Та й для випробуваного не завжди зрозуміло, яким чином його малюнки можуть бути використані і яка інформація може бути отримана з них.

Методика «Людина під дощем» орієнтована на діагностику сили Его людини, її здатності долати несприятливі ситуації, протистояти їм. Вона дозволяє також здійснити діагностику особистісних резервів і особливостей захисних механізмів.

Мета проективної методики «Людина під дощем» - діагностика особливостей подолання складних ситуацій, готовність людини справлятися з труднощами, а також встановлення типових захисних механізмів особи.

Тест був розроблений двома психологами - Є. Романовою та Т. Ситько. Сьогодні його широко використовують для того, щоб дізнатися адаптаційні можливості людини, її стійкість до впливу різноманітних стресових ситуацій.

Методика проведення дослідження.

На чистому аркуші паперу формату А4, який вертикально орієнтований, випробуваному пропонується намалювати людину, а потім, на іншому такому ж аркуші - людину під дощем. Зіставлення

двох малюнків дозволяє визначити, як людина реагує на стресові, несприятливі ситуації, що вона відчуває, коли потрапляє у складні життєві ситуації.

Інструкції

Інструкція №1: «Будь ласка, намалюйте людину».

Інструкція №2: «Намалюйте людину під дощем».

Обробка результатів

При інтерпретації малюнків рекомендується керуватися наступними положеннями. Коли малюнок готовий, важливо сприйняти його цілком. Необхідно «увійти» в малюнок і відчути, в якому настрої перебуває персонаж (радісному, пригніченому і т.ін.), чи відчуває він себе безпорадним або, навпаки, відчуває в собі внутрішні ресурси для боротьби з труднощами, а можливо, спокійно і адекватно сприймає труднощі, вважаючи їх звичайними життєвими явищами. Таким чином, важливо відстежити глобальне враження від малюнка. Це інтуїтивний процес. Тільки після цього можна перейти до аналізу всіх специфічних деталей з точки зору логіки.

Рекомендації

У процесі тестування важливо спостерігати за ходом малювання і звертати увагу на всі висловлювання випробуваного. Для отримання більш достовірної інформації необхідно провести додаткове інтерв'ю з респондентом.

Інтерпретація

Експозиція, положення на аркуші. У малюнку «Людина під дощем» у порівнянні з малюнком «Людина», як правило, виявляються істотні відмінності. Важливо подивитися, як змінилася експозиція. Так, наприклад, якщо людина, зображена такою, що виходить геть з ситуації, залишає малюнок, то це може

бути пов'язано з наявною тенденцією до втечі від важких життєвих ситуацій, уникання неприємностей (особливо якщо фігура людини зображується ніби з висоти пташиного польоту).

У разі зміщення фігури людини під дощем у верхню частину листа можна припустити схильність випробуваного до відходу від дійсності, до втрати опори під ногами, а також наявності захисних механізмів за типом фантазування, надмірного оптимізму, який часто невиправданий.

Положення фігури в профіль або спиною вказує на прагнення відмовитися від світу, до самозахисту.

Зображення, розміщене внизу аркуша, може свідчити про наявність депресивних тенденцій, почуття незахищеності.

В наступній інтерпретації слід опиратися на методику «Людина». Наприклад, зображення, зміщене вліво, можливо, пов'язане з наявністю імпульсивності у поведінці, орієнтацією на минуле, в ряді випадків із залежністю від матері. Зображення, зміщене вправо, вказує на наявність орієнтації на оточення і, можливо, залежність від батька.

Якщо малюнок розташований переважно у верхній частині аркуша, це може означати, що у людини висока самооцінка, вона незадоволена своїм становищем у суспільстві, їй не вистачає визнання. Якщо при розташуванні у верхній частині аркуша фігура дуже маленька, то людина вважає себе свого роду невизнаним генієм.

Якщо малюнок розташовується здебільшого в нижній частині аркуша, то у його автора може бути низька самооцінка, невпевненість у собі, пригніченість, нерішучість, страхи, пов'язані з високими домаганнями, незацікавленість у своєму статусі в суспільстві.

Положення малюнка за горизонтальною віссю (ліво-право): якщо малюнок розташований більше в лівій частині, людина більше опирається на минулий досвід, схильна до самоаналізу, нерішуча у діях, пасивна; а якщо більша частина малюнка розташовується в правій частині аркуша, то перед нами людина дієва, яка сміливо реалізує задумане, активна і енергійна.

Трансформація фігури. Збільшення розміру фігури іноді зустрічається у підлітків, яких неприємності мобілізують, роблять сильнішими та більш впевненими.

Зменшення фігури має місце тоді, коли випробуваний потребує захисту і заступництва, прагне перенести відповідальність за власне життя на інших. Хлопці, які малюють маленькі фігурки, зазвичай соромляться проявляти свої почуття і мають тенденцію до стриманості і деякої ригідності, загальмованості у взаємодії з людьми. Вони схильні до депресивних станів у результаті стресу.

Зображення людини протилежної статі може вказувати на певний тип реагування в складній ситуації, «включення» поведінкових програм, запозичених у конкретних людей з найближчого оточення (мам, бабусь).

Зміна віку вказує на самовідчуття людини в ситуації життєвих негараздів.

Якщо в малюнку «Людини під дощем» при зображенні фігури пропускаються будь-які частини тіла (ноги, руки, вуха, очі), то це вказує на специфіку захисних механізмів і особливості проявів Его-реакцій.

Функція одягу - «формування захисту від стихії». Велика кількість одягу вказує на потребу в додатковому захисті.

Відсутність одягу пов'язана з ігноруванням певних стереотипів поведінки, імпульсивністю реагування.

Оцінка характеру ліній.

- Легкі лінії - нестача енергії, скутість;
- Лінії з натиском - агресивність, домінування, наполегливість, тривожність;
- Нерівний натиск - імпульсивність, нестабільність, тривога.

Контури фігури.

- Невідривні лінії - ізоляція;
- Розрив контуру - сфера конфлікту;
- Багато гострих кутів - агресивність, погана адаптація;
- Подвійні лінії - тривога, страх, підозрілість;
- Штрихування - зона тривожності.

Напрямок фігури людини

У проєктивній методиці «Людина під дощем» не маловажливо, як зображена фігура людини: повернена вліво - увага зосереджена на собі, своїх думках, переживання з минулого; розвернута вправоруч - автор малюнка спрямований у майбутнє, активний; зображено потилицю чи людина зображена спиною - прояв замкнутості, відхід від вирішення конфліктів, самотність.

Якщо людина зображена такою, що біжить, автор малюнка хоче втекти від проблем. Людина, що крокує означає гарну адаптацію. Якщо людина на малюнку стоїть нестійко, це може означати напругу, відсутність стрижня, рівноваги.

Фігура з паличок вказує на негативізм, опір до виконання методики. Надмірно дитячі, ігрові малюнки говорять про потребу в схваленні. Малюнки-шаржі означають бажання уникнути оціночних суджень на свою адресу, переживання неповноцінності, ворожості.

Засоби захисту від дощу.

Парасолька, головний убір, плащ і т.ін. - це символи захисних механізмів, способів справлятися з негараздами.

Парасолька являє собою символічне зображення психічного захисту від неприємних зовнішніх впливів. З точки зору трактування образів парасолька може розглядатися як відображення зв'язку з матір'ю і батьком, які символічно представлені в образі парасольки: купол - материнське начало, а ручка - батьківське. Парасолька може захищати чи не захищати від негоди, обмежувати поле зору персонажу. Так, наприклад, величезна парасолька-гриб може свідчити про сильну залежність від матері, що вирішує усі складні ситуації за особу. Розмір і розташування парасольки у відношенні до фігури людини вказують на інтенсивність дії механізмів психічного захисту.

Дуже велика парасолька означає співзалежність із батьками, бажання у важкій ситуації отримати підтримку від авторитетних осіб. Відсутність капелюха, парасольки та інших засобів захисту говорить про погану адаптованість і потребу в захисті.

Капелюх на голові - потреба в захисті від керівників, вищих за статусом осіб.

Тіло

Голова - сфера інтелекту і контролю. Непропорційно велика голова каже про переконаність випробуваного в значущості мислення. Маленька голова - переживання інтелектуальної неадекватності, неповноцінності.

Шия - зв'язок розуму з почуттями. Надмірно велика шия говорить про те, що автор малюнку усвідомлює свої тілесні імпульси і намагається їх контролювати. Довга, тонка шия означає гальмування в усвідомленні своїх тілесних імпульсів. Коротка

товста шия указує, що спонукальними силами вчинків такої людини є її слабкості, бажання. Шия перев'язана хусткою - розрив зв'язку між розумом і почуттями.

Плечі - ознака фізичної сили. Чим більші плечі, тим більша потреба у владі, визнанні. Плечі дрібні - відчуття власної меншовартості, нікчемності. Похилі плечі - смуток, відчай, почуття провини.

Тулуб надмірно великий - наявність незадоволених потреб, бажань. Тіло квадратне - ознака мужності. Тіло дуже маленьке - почуття приниження, меншовартості.

Обличчя показує ставлення автору малюнка до світу, важливо звернути увагу на виразність тих чи інших рис. Обличчя підкреслене - сильна заклопотаність взаємовідносинами з іншими, своїм зовнішнім виглядом. Обличчя заховане під полями капелюху або закрите парасолькою або непромальоване - прагнення уникати неприємних зворотних зв'язків, впливів.

Очі. Великі, заштриховані очі говорять про наявність страхів, бажання контролювати зовнішнє середовище. Маленькі очі-крапочки (палички) - заглибленість у себе, уникання візуальних стимулів. Вії - кокетливість, демонстративність.

Великі вуха - чутливість до критики, зацікавленість у позитивних думках оточуючих. Вуха маленькі, відсутність вух - уникання критики, небажання слухати про себе погане.

Кінцівки, руки - символ міжособистісної взаємодії. Широко розкриті руки, долонями вперед говорять про відкритість, готовність діяти. Якщо руки ширше у зап'ястях, ніж у плечей, це говорить про імпульсивність у діях. Якщо руки зображені окремо від тіла - імпульси тіла для автора малюнку невідконтрольні. Руки за спиною означають небажання поступатися, проте агресія

знаходиться під контролем. Руки занадто довгі - великі амбіції. Руки напружені і притиснуті до тіла - ригідність, неповороткість, напругу. Відсутність рук - небажання спілкуватися, почуття власної неадекватності. Пальці на малюнку уособлюють почуття, найчастіше агресію. Великі пальці, намальовані окремо, висловлюють витиснену агресивність.

Атрибути дощу.

Дощ - перешкода, небажаний вплив, що спонукає людину закритися, сховатися. Характер його зображення пов'язаний з тим, як людина сприймає важкі ситуації: рідкісні краплі - як тимчасові негаразди; важкі, зафарбовані краплі або лінії - важка, постійна загроза.

Необхідно визначити, звідки дощ «приходить» (справа або зліва від людини) і яка частина фігури піддається впливу більшою мірою. Інтерпретація проводиться відповідно до символічних значень правого і лівого боків аркуша або фігури людини.

За лініями, якими зображений дощ, можна міркувати про ставлення автора малюнка до навколишнього середовища. Врівноважені, однакові штрихи, в один бік, говорять про збалансоване довкілля. Безладні штрихи - навколишнє середовище тривожне, нестабільне. Вертикальні штрихи говорять про впертість, рішучість. Короткі, нерівні штрихи у всьому полі малюнку і відсутність будь-яких захистів у людини вказує на сполох і сприйняття навколишнього середовища як ворожого.

Хмари є символом очікуваних неприємностей. Важливо звертати увагу на кількість хмар, їх щільність, розмір, розташування. У депресивному стані зображуються важкі грозові хмари, що займають все небо.

Калюжі, бруд символічно відображають наслідки тривожної ситуації, ті переживання, які залишаються після «дощу». Слід звернути увагу на манеру зображення калюж (форму, глибину, бризки). Важливо відзначити, як розташовані калюжі щодо фігури людини (чи знаходяться вони попереду або поза фігурою, оточують людину з усіх боків або вона сама стоїть у калюжі).

Калюжі символізують невирішені проблеми. Потрібно звернути увагу на те, чи ліворуч, чи праворуч від персонажу знаходяться калюжі: якщо ліворуч, значить, людина бачить проблеми в минулому, якщо праворуч - передбачає їх у майбутньому. Якщо людина стоїть у калюжі, це може означати незадоволеність, втрату орієнтирів.

Додаткові деталі.

Усі додаткові деталі (будинки, дерева, лавки, машини) або предмети, які людина тримає в руках (сумочка, квіти, книги), розглядаються як відображення потреби в додатковій зовнішній опорі, в підтримці, у прагненні уникнути вирішення проблем шляхом переключення і замісної діяльності. Більш повне тлумачення деталей ґрунтується на символічному значенні представлених образів. Наприклад, блискавка може символізувати початок нового циклу в розвитку і драматичні зміни в житті людини. Веселка, що нерідко виникає після грози, передвіщає появу сонця, символізує мрію про нездійсненне прагнення до досконалості.

Додаткові предмети, зображені на малюнку (ліхтар, сонце і т.ін.), зазвичай символізують значущих людей для автора малюнка.

Тенденції

Ознаки емоційної холодності - схематична фігура; особа частково або повністю не промальована.

Ознаки імпульсивності - багато рухів у фігури; розтріпане волосся; неузгодженість спрямованості тіла, рук і ніг; недостатність одягу.

Ознаки конфлікту в сім'ї - обмеження простору для фігури; явна невідповідність якості малюнка іншим зображеним образам.

Ознаки інфантильності - людина в казковому або святковому одязі; на обличчі вираз захвату; у фігури відсутня шия; малюнок перемістився вгору у порівнянні з іншими образами; зменшений фактичний вік людини, в порівнянні з іншими малюнками; малюнок людини у вигляді дитини.

Ознаки недовіри собі – намальована особа іншої статі; парасольку над людиною тримає хтось або щось; в одязі дуже багато застібок; людина йде ліворуч.

Спотворення і пропуск деталей.

Відсутність суттєвих деталей може вказувати на область конфлікту і бути наслідком витіснення як захисного механізму психіки. Так, наприклад, відсутність парасольки в малюнку може свідчити про заперечення підтримки з боку батьків у важкій ситуації.

Колір в малюнках.

Малюнки можна виконувати простим олівцем. Проте багато, воліють використовувати кольорові олівці. Слід пам'ятати, що точна інтерпретація кольорового вирішення композиції не може бути зроблена, якщо у випробуваного немає всього набору кольорових олівців. Кольори можуть символізувати певні почуття, настрій і ставлення людини. Вони також можуть відображати спектр різних реакцій або сфер конфліктів. Добре адаптований і емоційно необділений підліток зазвичай використовує від двох до п'яти кольорів. Сім-вісім кольорів свідчать про високу лабільність.

Використання одного кольору говорить про можливу боязкість емоційного збудження.

Заключний етап

Цей етап в інтерпретації малюнка пов'язаний з інтеграцією інформації, отриманої на першому та другому етапах. Тут аналізується весь отриманий матеріал, як він співвідноситься з результатами стандартних тестів і з інформацією про людину.

За тим, як змінюється персонаж від першого малюнка до другого, можна зробити висновки про ставлення автора малюнків до життєвих труднощів, про способи, якими він ці труднощі зазвичай долає.

Порівнюючи два малюнки із серії, зверніть увагу на такі характерні зміни:

Як змінюється колір (колір тла, колір людини, в який колір зафарбовані дощові краплі);

Чи змінюється стать людини від малюнка до малюнка? Це вказує на спосіб реагування - за «жіночим» або «чоловічим» гендерним типом;

Чи змінюється вік людини? Чи відповідає приблизний вік людини віку автору малюнка? Регрес у дитинство як захисний механізм встановлюємо за зображенням дитини в малюнках підлітків. Якщо на зображенні дитини чи підлітка зображена доросла або стара людина - це розповідь про те, кого з дорослих родичів схильний наслідувати підліток, вирішуючи свої проблеми.

Чи змінюється розмір фігури? Дуже мініатюрна фігура у другому зображенні говорить про низьку стресостійкість, про вразливість, можливо про низьку самооцінку. Дуже велика фігура свідчить про активну життєву позицію, агресивність.

Після малювання можна провести обговорення. Приклади питань психолога:

1. Розкажіть про цю людину: як вона себе відчуває, почуває?
2. Наскільки комфортно почуває себе людина в цій ситуації?
3. Який у неї настрій?
4. Що їй найбільше хочеться зробити?
5. Дощ пішов несподівано або за прогнозом?
6. Людина була готова до того, що піде дощ або для неї це несподіванка?
7. Чи любите Ви дощ? Чому?
8. У який момент часу застав дощ людину?
9. Які у неї перспективи?
10. Якщо людині під дощем дискомфортно (погано), то чим їй можна допомогти?
11. Що сама людина може зробити, щоб собі допомогти, щоб впоратися з дощем?

