

Особенности психологического развития детей. Травматический опыт ребенка

Жестокое обращение

Так или иначе, дети, попавшие в интернатное учреждение, в прошлом имели травматический опыт: потеря родителей, опыт проживания в неблагополучной семье, жестокое обращение. Для последующей успешной взаимной адаптации ребенка и семьи, замещающие родители должны знать о видах травм и их влияния на развитие и поведение ребенка.

Жестокое обращение, насилие над детьми — это одно из самых тяжелых преступлений и, к сожалению, довольно распространенное, особенно в неблагополучных семьях, а также в детских домах. По степени тяжести выделяют 4 вида насилия над детьми. Пренебрежение нуждами — когда игнорируются жизненные потребности ребенка (не кормят, не одевают, запирают в доме, не играют, не покупают игрушек, не разговаривают, не следят за чистотой и т. п.). При этом необходимо отметить, что от пренебрежения нуждами по статистике умирает больше детей, чем от прямой агрессии.

Эмоциональное насилие — это когда ребенка оскорбляют словами, сюда же относятся обвинения, угрозы, издевательства и высмеивания, а также отсутствие эмоционального тепла, перекалывание на ребенка ответственности за то, в чем он не виноват. Например, кровные родители могут внушать ребенку, что его отдали в детский дом за то, что он не слушался; сюда же относятся угрозы самоубийства — с целью контроля над поведением ребенка или другого родителя; конфликты между замещающими и кровными родителями; вопросы типа «кого ты больше любишь, папу или маму?».

Некоторые признаки эмоционального пренебрежения.

- Нарушение формирования режима и привычек: нарушение сна; сосание, кусание, покачивание; мочится в постель, пачкается; проблемы при кормлении.
- Расстройство контроля: истерия; разрушительное поведение; жестокость; воровство.

Некоторые признаки небрежного отношения.

- Внешний облик ребенка: постоянно невымытый; постоянные опрелости; одежда грязная, не соответствует погодным условиям, возрасту, размеру; обритая голова или спутанные волосы.
- Состояние здоровья: плохо выглядит из-за плохого питания; недостаток веса; безразличие, вялость; задержка роста; задержка психического и речевого развития.
- Привычки, связанные с едой: попрошайничает, крадет и прячет еду; постоянно голоден; не знаком с типичными детскими продуктами.
- Поведение: хронические прогулы школьных занятий.

Некоторые признаки глубокого насилия

- Отсутствие медицинского ухода: нехватка внимания к проблемам здоровья; отсутствие лечения по поводу нарушения процесса питания; отсутствие лечения по поводу серьезных и хронических состояний организма.

Физическое насилие — это чаще всего побои, затрещины и различные телесные повреждения от родителей, других взрослых или детей. Также это могут быть не опасные для жизни, но унижительные действия — «опущения». В связи с этим дети могут рассматривать обязанности по дому в замещающей семье как что-то унижительное: «я вам не раб, я вам не шестерка».

Некоторые признаки физического насилия.

Внешний облик ребенка

- Кровоподтеки и рубцы: необъяснимые, необычные, вызывающие подозрение, неслучайные следы человеческих рук, регулярно появляющиеся после продолжительного отсутствия ребенка (во время выходных, каникул); любые синяки у младенца.
- Ожоги, в том числе следы от сигары или сигарет.
- Переломы: путаница в объяснениях причины; повторный перелом на том же месте.

Поведение ребенка

- Настороженно относится к контактам со взрослыми: отказывается, отстраняется от контакта; страх раздевания, реакция страха на любые резкие движения; отходит назад при прикосновении или приближении взрослого.
- Проявляет беспокойство и тревогу: когда плачут другие дети; в отношении обычных занятий, например, приема пищи, сна; видит ночные кошмары; испытывает приступы видений из прошлой жизни.
- Проявляет страх: избегает контакта; говорит о повреждениях, причиненных ему; принимает на себя вину за все, что идет не так; защищается от боли, подавляя или блокируя неприятные воспоминания.
- Демонстрирует экстремальное поведение: чрезмерная агрессивность; чрезмерное отстранение; излишняя уступчивость; неприятное, вредное или разрушительное поведение; любое поведение, выходящее за рамки того, что в среднем ожидают от ребенка возраста и уровня развития.

Сексуальное насилие – любое сексуальное действие по отношению к ребенку: прикосновения к гениталиям, эротические поцелуи, требование от ребенка этих действий, половой акт. Сюда же относятся наблюдения за действиями сексуального характера, показывание детям порнографии и привлечение их к таким съемкам, привлечение к проституции и др.

Некоторые признаки сексуального насилия.

- Сексуальное поведение: демонстрирует странное, необычное для его возраста, искусственное знание или поведение в вопросах взаимоотношения полов (чем меньше возраст ребенка, тем явственнее выступает данный признак); использует большое количество элементов сексуальной игры в отношении себя или своих игрушек; инициирует сексуальную игру в общении с другими детьми.
- Отношения с другими людьми: плохие в целом отношения с другими детьми; нежелание участвовать в деятельности, связанной с физической активностью; чрезмерно уступчив.
- Эмоциональное состояние: кажется отстраненным, погруженным в свои фантазии или необычно инфантильным; чрезмерность любого рода в поведении; внезапное повышение интереса к учебе или общественной деятельности; трудности со сном; регрессивное поведение; постоянное депрессивное состояние; поведение, соответствующее поведению взрослого человека; побеги из дома; разговоры о суициде; заявление о том, что его/ее заставляли заниматься сексом.

Эмоциональное состояние у детей, переживших жестокое обращение, нестабильно. У них часто наблюдаются проблемы с активностью – гиперактивность / заторможенность, трудности сосредоточения – не концентрируют внимание; проблемы с интеллектуальной деятельностью из-за эмоциональных проблем (аффект тормозит интеллект).

Жестокое обращение не проходит бесследно для ребенка, нарушения, возникающие после насилия, затрагивают все уровни человеческого функционирования.

Физические последствия – изменения в физическом здоровье и развитии ребенка.

Когнитивные последствия – трудности концентрации внимания, ухудшение памяти, снижение успеваемости, задержка интеллектуального развития, формирование искаженных (негативных или иррациональных представлений о себе и об окружающем мире).

Эмоциональные последствия – притупленность эмоций или взрывные реакции, повышенная тревожность, страхи, приступы гнева и ярости, чувство вины, стыда, беспомощности, агрессия в адрес других и себя, неумение сопереживать, замедляется психический и физический рост ребенка, нечувствительность, пассивность, неуверенность в своих силах снижение самооценки.

Поведенческие последствия – снижение успеваемости и проблемы с учебой, самодеструктивное (саморазрушающее) поведение, агрессия по отношению к людям и животным,

сексуализированное поведение, «жертвенное» и зависимое поведение, занятие проституцией. Правонарушения, низкий социальный статус, побеги из дома, уход в наркоманию, алкоголизм, суицидальные попытки.

Социальные последствия – тенденция к изоляции от социальных контактов из-за депрессии и травмированного образа себя, сложности в создании отношений из-за агрессивного поведения и импульсивности, сложности образовывать устойчивые отношения из-за недоверия и нарушенной самооценки, воспроизведение и тиражирование насильственных отношений в собственных семьях и с собственными детьми.

Общаясь с ребенком, пережившим насилие, необходимо помнить, что нужно относиться к жертве как к ребенку, а не как к взрослому или «подпорченному товару». Вам следует внимательнее присматриваться к ребенку-жертве, когда он/она находятся среди подростков или взрослых, знающих его/ее историю.

Напоминать ребенку, что инициатор является единственным виновником сексуального насилия. Дети не могут соглашаться на сексуальную активность, они «участвуют», потому что инициатор является их родителем, членом семьи или человеком, которому они доверяют. Постоянно убеждать ребенка в том, что он/она поступил правильно, сообщив о сексуальном насилии. Вам также следует делать упор на то, что ребенок никогда не может быть ответственным за инициацию или участие в сексуальных отношениях с взрослым или за разрушение семьи, которое за этим последовало.

Побуждать ребенка к разговору о его страхах. Вы должны создать обстановку, в которой ребенок сможет выражать все чувства, позитивные и негативные, и верить в то, что всегда получит поддержку.

Предложить ребенку различные виды социальной активности, где участвуют представители обоих полов, чтобы дать ему возможность научиться общаться с другими людьми вне сексуальных отношений.

Ребенок, переживший насилие, настороженно относится к любым контактам со взрослыми. Он старается избегать таких контактов, по-своему трактует любые, на ваш взгляд безобидные действия, жесты или слова.

Замещающие родители должны тщательно обдумать, как они будут устанавливать позитивные взаимоотношения с такими детьми. Очень важно в таких случаях быть в постоянном контакте с психологом или специалистом, который может помочь вам разработать стратегию поведения.

Для нормального роста и развития детям необходима крепкая и здоровая привязанность к родителям. Некоторым детям, особенно тем, у кого есть проблемы со здоровьем, задержки в развитии и т. п., привязаться к новым родителям может быть трудно. Это означает, что замещающим родителям придется уделять ребенку много своего времени, проявлять терпение, постепенно завоевывать его доверие. Вам необходимо настроиться на то, что долгое время потребуются работать в «режиме отдачи», ничего не ожидая и не получая взамен. Даже когда в целом последствия жестокого обращения будут преодолены, в случае стресса (тяжелая болезнь, сильный испуг, эмоциональное потрясение, потеря) возможно возвращение его прежнего поведения и страхов.

Если насилие совершал человек, к которому у ребенка была или есть привязанность, особенно если это была мать или отец, важно найти правильный способ выразить свое отношение к тому, что произошло. Нужно формулировать высказывания, не содержащие оценки самого человека, но однозначно плохо оценивающие факт насилия. Например: «Он не должен был так делать!», «Так никогда нельзя поступать с детьми!».

Хорошо, если дети начинают доверять взрослым, рассказывать им о пережитом, проговаривать свои страхи. Но не все дети готовы говорить о прошлом. В таких случаях важно не пытаться расспрашивать ребенка, а обратиться к специалистам служб – психологам, врачам.

Все эти нарушения могут встречаться и в других ситуациях, однако если вам известна социальная история ребенка и вы столкнулись с вышеперечисленными проблемами, помните: дело не в генетике, а в травматическом опыте.

Переживание горя

Каждый ребенок, который нуждается в новой семье, испытал или испытывает чувство горя, утраты. Поэтому будущим замещающим родителям необходимо знать о тех стадиях, которые проходит человек, переживающий горе. Знание особенностей каждого периода поможет людям, находящимся рядом с ребенком, смягчить его боль, создать условия для преодоления кризисной ситуации, для лучшей адаптации его в новых условиях.

Горе – это реакция на потерю близкого, любимого человека после невозвратимой разлуки с ним или его смерти. Горе также является и процессом, в течение которого человек учится сохранять память об ушедшем и в то же время жить в настоящем. Процесс переживания горя можно условно разделить на несколько стадий, которые считаются общими для перенесших утрату, хотя реакции людей индивидуальны, и каждый переживает горе по-своему. Реакции детей на утрату отличаются от реакций взрослых. Но в своих переживаниях ребенок проходит те же стадии, что и взрослый человек. Процессу переживания свойствен циклический характер, то есть он состоит из множественных возвращений на ранние стадии. Несмотря на это, знание признаков, характерных для той или иной стадии переживания горя, и понимание их психологического смысла позволяют оказывать помощь страдающему человеку.

Начальная стадия горя – шок и оцепенение. Шок от перенесенной утраты и отказ поверить в реальность происшедшего могут длиться до нескольких недель, в среднем – 7-9 дней. Физическое состояние человека, переживающего горе, ухудшается: обычно утрата аппетита, мышечная слабость, замедленность реакций. Происходящее переживается как нереальное. Бывает и полная отрешенность от происходящего, бездеятельность. Чувства по поводу произошедшего почти не выражаются; человек в состоянии шока может казаться безразличным ко всему. Человек психологически остается в прошлом, отрицая реальность.

Часто на смену шоковой реакции приходит чувство злости. Злость возникает как реакция на помеху в удовлетворении потребности, в данном случае – потребности остаться в прошлом вместе с любимыми людьми. Любые внешние стимулы, возвращающие человека в настоящее, могут провоцировать это чувство. Иногда злость смешивается с отчаянием.

Следующая стадия горя – стадия поиска – характеризуется стремлением вернуть ушедшего и отрицанием безвозвратности утраты. На этом этапе сильна вера в чудо, не исчезает надежда каким-то образом вернуть ушедшего.

Третья стадия – стадия острого горя – длится до 6-7 недель с момента утраты. Сохраняются и поначалу могут усиливаться физические симптомы: затрудненное дыхание, мышечная слабость, повышенная истощаемость, снижение или необычное усиление аппетита, нарушения сна. В течение этого периода человек испытывает сильнейшую душевную боль. Характерны тягостные чувства и мысли: ощущение пустоты и бессмысленности, отчаяние, чувство «оставленности», одиночества, злости, вины, страха, тревоги и беспомощности. Человек, переживающий утрату, поглощен образом ушедшего, идеализирует его. Переживание горя составляет основное содержание всей его активности. Горе влияет на отношения с окружающими. Они раздражают скорбящего, он стремится уединиться. Стадию острого горя считают критической в отношении дальнейшего переживания горя. Через 3-4 месяца начинается цикл «хороших и плохих дней». Может повышаться раздражительность, возможны проявления вербальной и физической агрессии, рост соматических проблем, особенно простудного и инфекционного характера из-за подавленности иммунной системы. В этот период может начаться депрессия.

Четвертая стадия горя – стадия восстановления – длится около года. В этот период восстанавливаются физиологические функции, коммуникативная деятельность. Человек постепенно примиряется с фактом утраты. Он по-прежнему переживает горе, но эти переживания уже приобретают характер отдельных приступов, вначале частых, потом более редких. Конечно, приступы горя могут быть очень болезненными. Человек уже живет нормальной жизнью и вдруг вновь возвращается в состояние тоски, скорби, испытывает ощущение бессмысленности своей жизни и т. д.

Приблизительно через год наступает последняя стадия переживания горя – завершающая. В этот период происходит «эмоциональное прощание» с ушедшим, осознание того, что нет необходимости наполнять болью утраты всю жизнь. Создать в памяти образ ушедшего, найти для него смысл и постоянное место в потоке жизни – вот основная цель на данной стадии. И тогда

человек, понесший утрату, сможет любить тех, кто рядом с ним, создавая новые смыслы, не отвергая тех, что были связаны с ушедшим: они останутся в прошлом.

Для того чтобы облегчить переживания ребенка постарайтесь заранее рассказать ему о всех членах вашей семьи, показать их фотографии. Покажите ребенку его комнату (либо часть комнаты), его кровать и шкаф, куда он может сложить личные вещи, объясните, что это его пространство. Спросите, хочет ли он теперь побыть один или вместе с вами. Старайтесь все время кратко, но внятно рассказывать ребенку о том, что будет дальше происходить: «Сейчас мы покушаем и ляжем спать, а завтра еще раз посмотрим квартиру, сходим погулять во двор и в магазин».

Если ребенок подавлен и проявляет другие признаки горя, постарайтесь мягко обнять его, и скажите о том, что вы понимаете, как грустно расстаться с теми, кого любишь, и как бывает тоскливо в новом, незнакомом месте, но так грустно ему будет не всегда. Подумайте вместе, что могло бы ребенку помочь. Если ребенок расплакался, не останавливайте его сразу. Побудьте с ним вместе и через некоторое время успокойте: если слезы есть внутри, лучше их выплакать.

Узнайте, что любит ребенок из еды, обсуждайте с ним меню и по возможности учитывайте его пожелания. Последите, чтобы ночью в коридоре горел ночник, и если ребенок боится темноты, то и в его комнате тоже. Укладывая спать, посидите с ребенком подольше, поговорите с ним, подержите за руку или погладьте по голове, если возможно, подождите, пока он уснет. Если ночью вам кажется, что ребенок, даже не маленький, плачет, обязательно зайдите к нему, но не включайте свет, чтобы не смутить. Тихонько посидите рядом, попробуйте поговорить и утешить. Малыша можно просто обнять и даже остаться с ним на ночь (в первое время). Важно: будьте внимательны, если ребенок напрягается от физического контакта, выразите свое сочувствие и заботу просто словами.

Иницилируйте положительное взаимодействие с ребенком, проявляйте первыми внимание и заинтересованность его делами и чувствами, задавайте вопросы, выражайте тепло и участие, даже если ребенок кажется равнодушным или угрюмым. Важно: не ждите ответного тепла сразу. Ребенок может захотеть поговорить о том, что с ним было, о своей семье. Если возможно, отложите свои дела на потом или выделите специальное время, чтобы поговорить с ребенком. Если его рассказ вызывает у вас сомнения или смешанные чувства, помните: ребенку важнее быть внимательно выслушанным, чем получить совет.

Храните памятные вещи: фотографии, игрушки, одежду все это связывает ребенка с прошлым, является материальным воплощением значительной части его жизни, каждый ребенок, переживший разлуку или утрату, должен иметь что-то на память, и недопустимо выбрасывать это, тем более без его согласия.

В характере вашего приемного ребенка могут быть черты, про которые вы смело, можете сказать: «Это уже не его горе, а мое!». Пожалуйста, помните, исправить все сразу нельзя. Сначала ребенок должен привыкнуть к вам, принять изменения в своей жизни, и только потом он будет меняться сам.