**Доклад на РМО педагогов психологов на тему:**

**«Что можно сделать для ребёнка пережившему горе в школе?».**

## Содержание:

I. Введение

II.[Возрастные особенности переживания горя у детей.](#_TOC_250017)

III.Помощь ребёнку в школе. Проективные методы в работе с горем и утратой

[Практический инструментарий](#_TOC_250010).

3.1. «Чудо-кактус».

3.2. Психодиагностика интервью «Волшебный мир».

3.3. «Письмо смерти».

IV.Заключение.

# Введение.

1. Дети являются самой незащищенной, уязвимой группой в обществе, поскольку у них меньше всего сил, знаний, навыков, ресурсов для выживания и процветания, и они постоянно нуждаются в пристальном внимании, поддержке и сопровождении. Они более беззащитны, чем взрослые, перед лицом происходящих вокруг них преобразований. Особенно беззащитны они в критических ситуациях, когда оказываются в зонах стихийных и природных катастроф, военных действий, становятся жертвами физического, сексуального, эмоционального насилия. В настоящее время дети все чаще сталкиваются в своей жизни с различными психотравмирующими обстоятельствами, в том числе трагическими событиями, смертью близких, потерей одного из родителей в результате развода и так далее.

Работа с детьми ставит перед психологами актуальную и непростую задачу оказание практической психологической помощи детям, перенесшим ту или иную психическую травму.

Прежде чем начать работу с ребенком, проживающим смерть родителя, близкого человека, необходимо собрать информацию об общей эмоциональной атмосфере в семье. Велика вероятность того, что не только ребенок нуждается в помощи специалиста. Психоэмоциональное состояние взрослых членов семьи во многом определяет процесс проживания утраты ребенком.

Специалист, работающий в данной области, должен обладать в полной мере информацией, связанной с понятием смерти в общем и практическом смысле.

Если специалист сам боится темы смерти либо не пережил утрату близкого, то он не сможет выдержать сильных чувств столкнувшегося с горем ребенка. И своей неуместной эмоциональной реакцией во время сообщения о смерти близкого может оставить у ребенка ощущение, что случившееся с ним настолько ужасно, что пугает даже профессионала. Провоцируя у несовершеннолетнего страх и отчаяние.

Работая с горем, специалист как никогда должен знать о личных ограничениях и непроработанных темах и быть готовым к встрече с сильными чувствами ребенка.

1. **Возрастные особенности переживания горя.**

**Как дети разного возраста переживают горе?**

Дети, как и взрослые, сталкиваются с утратой. К. Изард отмечает, что «утрата может быть временной (разлука) или постоянной (смерть), действительной или воображаемой, физической или психологической». К счастью, природа так распорядилась, что большинство встреч с действительной и постоянной утратой приходится на период взрослости, но, к сожалению, не всегда. В ответ на утрату у ребенка, как и у взрослого, возникает переживание потери или горе.И вопреки представлениям некоторых людей, не существует никакого нижнего возрастного предела детскому горю.

Среди возможных детских реакций на утрату отмечаются следующие:

1. Изменения в когнитивной и поведенческой сфере: рассеянность, забывчивость, непослушание, агрессия, нарушение работоспособности, неадекватность, странности в поступках и высказываниях (например, постоянные поиски пропавшей игрушки или выражаемое вслух желание перестать расти, повторяющиеся и нетактичные вопросы) и др.

2. Невротические и психосоматические симптомы: повышенная возбудимость или физическое переутомление, нарушения сна и/или питания, энурез, головные и другие боли.

3. Печаль, слезы.

4. Тревога, страх (боязнь умереть самому или потерять оставшегося родителя. Могут возникать и другие, на первый взгляд, «посторонние» страхи или неопределенное беспокойство).

5. Чувство вины: смерть близкого иногда интерпретируется детьми как результат собственного желания, иногда как наказание (например, за плохое поведение), у более взрослых детей вина может возникать на фоне того, что они ничего не чувствуют или в результате конфликтных отношений с умершим.

Проявление данных, а так же иных реакций, связанных с переживанием несчастья ребенком, всегда индивидуально. Все зависит от личности и возраста, но есть некоторые общие особенности для разных возрастов, обобщение которых представлено в таблице ниже.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Возраст** | **Особенности переживания горя** | **Моменты, на которые следует обратить внимание близким ребенка** |
| 0-2 года | - ощущение отсутствия родителя и эмоциональных перемены в окружающих;  - раздражительность;  - крикливость;  - плохое питание  - расстройства кишечника или акта мочеиспускания;  - плохой сон. | Важно обеспечить стабильное окружение, поддержание заведенного порядка питания и сна, внимание и любовь |
| 2-3 года | -отсутствие понимания необратимости смерти;  - постоянный поиск близкого. |
| 3-5 лет | -понимание смерти ограничено: ассоциируется со сном;  - возврат к прошлым привычкам (сосание пальца и др.);  - чувство печали, гнева, тревоги;  - чувство собственной вины в смерти близкого;  - страх темноты;  - проблемы с кишечником и мочевым пузырем, боли в животе, головные боли, кожные высыпания. | Необходимо формирование надежной эмоциональной связи с ребенком замещающим человеком  Важно учитывать, что дети данного возраста не понимают абстрактных понятий «никогда», «всегда» … |
| 6-8 лет | - остаются трудности в понимании реальности смерти, хотя уже есть понимание неизбежности и окончательности смерти;  - чувства неопределенности и ненадежности;  - склонность цепляться за живого родителя;  - несвойственное характеру ребенка поведение. | Важно подготовить к вопросам со стороны других людей. Ребенок должен сам решить, кому он хочет открыться. |
| 9-12 лет | * - осознание неотвратимой природы смерти;   - чувству беспомощности;  - проблемы, связанные с идентичностью;  - обидчивость.  - драчливость | * Важно дать понять, что быть счастливым и радоваться текущим событиям — это нормально. |
| 13-18 лет | -замкнутость;  - ощущение изоляции;  - депрессия;  - нарушения поведения (побеги из дома, употребление наркотических веществ, суицидальные тенденции и т.д.);  - поиск помощи вне дома.  - они могут скрывать свои эмоции, но тем не менее обижаться на замечания, сделанные в школе. | Важно оказать поддержку, а не перекидывать обязанности умершего на подростка. |

В целом, дети горюют более короткое время, чем взрослые, если их горю не мешают и не препятствуют.

**Проявление реакций на утрату индивидуально и зависит от личности ребёнка****!**

**Памятка (раздать педагогам)**

1. Важно помнить: ребенок прежде всего понимает происходящее не интеллектуально, а эмоционально.

2.Не нужно слишком заботиться о том, чтобы найти с ребенком интеллектуальный и окончательный «смысл» происшедшего. Важно, чтобы сказка или беседа открыла путь для будущих бесед, для выслушивания, выражения гнева, вины и страха.

3.Необходимо проводить с ребенком достаточно времени.

Разговор - не единственный способ передать свою любовь и заботу. Держите дверь открытой для слез. Нет ничего плохого в том, что дети видят слезы взрослых. Дайте понять ребенку, что плакать не стыдно. Скажите ему о том, что все наладится, и он не всегда будет чувствовать себя так, как сейчас. Чаще прикасайтесь к ребенку.

4. При любых переменах старайтесь создать атмосферу стабильности.

5.В случае необходимости обеспечьте ребенку обращение за психологической помощью.

6.Самая важная мысль, которую взрослые должны донести до ребенка, заключается в том, что жизнь продолжается и после смерти близкого человека.

Но, чтобы ребенок это понял, взрослым необходимо самим справиться с собственным горем

**III.Помощь ребенку в школе.**

Учитель часто оказывается беспомощным, когда сталкивается с детским горем. Между тем школа и учитель могут сыграть решающую роль в помощи этим детям: ведь школа составляет огромную часть их повседневной жизни.

Обычно рекомендуют, чтобы дети после похорон возвращались в школу по возможности быстрее, однако это индивидуально. Ребенок часто боится оставить родителя одного, ему кажется, что отец или мать умрут, оставшись дома в одиночестве. В этом случае целесообразно пойти ребенку навстречу, разрешить ему в течение какого-то времени побыть дома, чтобы он успокоился и убедился, что с мамой или папой все в порядке, и она (он) не собирается умирать.

Возвращение в школу может быть трудным. Встреча с учителями и товарищами требует определенного мужества. Пережившие горе люди знают, как порой болезненно воспринимаются любые слова, даже добрых знакомых. Между тем дети, не очень-то чуткие в обычное время, ведут себя более естественно и доброжелательно по отношению к своему страдающему товарищу, чем взрослые по отношению к его родителю. Тем не менее учителя должны следить за тем, чтобы ребенка не дразнили и не задирали.

Когда ребенок придет в школу, учитель должен сказать, что знает о его горе, чтобы тот не чувствовал равнодушия со стороны учителя. В школе должно быть подходящее место, куда ребенок мог бы при необходимости прийти, если ему хочется побыть одному или поплакать.

Иногда кого-нибудь из старших детей становится "опекуном" такого ребенка. Возможно, это будет кто-то имеющий аналогичный опыт и могущий при необходимости поддержать ребенка.

Родители и вся семья также требуют поддержки. Важно знать, что именно и в каком объеме они сказали ребенку об утрате.

К моменту, когда ребенок заканчивает начальную школу, он должен иметь понятие о смерти как о части жизни. У учителей есть много возможностей подать проблему смерти именно таким образом.

Чуткий, понимающий педагог, знающий приемы психологической поддержки, сможет помочь страдающему ребенку пережить трудный для него период с минимальными потерями.

## Рекомендации педагогам при общении с ребенком, потерявшим близкого человека

## (памятка педагогам, распечатать)

1.Наблюдайте за изменениями в поведении ребенка, потерявшего кого-то из близких. Относитесь с терпением к проявлениям агрессивности, гневливости, нервозности, замкнутости, невнимательности, которые могут наблюдаться в первые недели, никогда не показывайте своего удивления.

2.Если ребенок хочет поговорить, обязательно найдите время выслушать его, проявите заинтересованность в разговоре, выберите удобное для этого время. При разговоре слушайте не только ушами, но и глазами и сердцем. Обнимите ребенка, возьмите его за руку. Это позволит ему почувствовать, что вы заботитесь о нем и в любое время готовы помочь, ведь прикосновение имеет огромное значение для ребенка, потерявшего тепло любящего родителя. Поддержите его желание говорить об ушедшем родном человеке, делайте это сами.

3.Постарайтесь привлечь лучших друзей ребенка. Объясните им, что, когда умирает кто-то, кого очень любили, беседы об этом человеке помогут сохранить о нем добрую память.

4.Детей часто интересуют вопросы рождения и смерти. Будьте готовы к вопросам и всегда старайтесь быть честными в ответах. Взрослый не должен бояться признавать, что чего-то не знает.

5.Узнайте, в какой семье живет ребенок, ее традиции, религиозные взгляды. Ваши собственные чувства никогда не должны вступать в противоречие с чувствами оставшегося из родителей или смущать ребенка.

6.Покажите ребенку, что плакать не стыдно. Если ваши глаза наполнились слезами, не скрывайте этого. "Ты очень любил маму (папу, брата, сестру и т. д.), и я это понимаю. Очень грустно, что она умерла". В это время ребенку можно рассказывать множество трогательных историй. Покажите ему, что можно улыбаться и смеяться. "Мама любила клоунов, правда?" – такая фраза может стать началом разговора о цирке, а на уроке рисования можно предложить изобразить что-нибудь веселое.

7.Не говорите, что вы надеетесь на исчезновение у ребенка страхов, и не пытайтесь сменить тему разговора. Когда ребенок говорит, что считает себя виноватым в смерти кого-то из родителей, он действительно так думает. Дети честны в высказывании своих чувств. Их чувства реальны и сильны, и о них надо знать, им надо доверять, о них надо говорить. Не следует произносить фраз типа "Скоро тебе будет лучше". Уместнее будет сказать: "Я знаю, что ты чувствуешь, знаю, что твой отец (мама, брат, сестра и т. д.) любил тебя, и ты никогда не забудешь его".

8.Особое внимание требуется в праздничные дни – трудные для ребенка – когда остальные дети поздравляют маму или папу. Ребенку, у которого нет матери, можно предложить приготовить поздравление бабушке или тете.

**ПОМНИТЕ! Любому ребенку требуется время, чтобы справиться с потерей, однако продолжительность периода адаптации может быть очень разной. Но если спустя полгода после трагедии ребенок все еще отказывается ходить в школу, если у него падает успеваемость, если он плохо спит или замыкается в себе, семье следует прибегнуть к посторонней помощи — проконсультироваться со специалистом в индивидуальном порядке.**

**Практический инструментарий**

## Проективные методы в работе с горем и утратой.

**4.1. «Чудо-кактус»**

Цель: гармонизация эмоционального состояния, сенсорная стимуляция.

Техника направлена на проработку чувства агрессии. За счет работы с пластилином, сложного для ребенка процесса разминания блоков происходит переход внутреннего напряжения в материал. Получившийся кактус является контейнером эмоций ребенка. Колючки служат символом агрессивных реакций ребенка, а момент прикрепления к этим колючкам цветов может нести в себе коррекционное действие.

Материалы: терапевтическая сказка «Чудо-кактус», пластилин, зубочистки, шаблоны цветов из разноцветной бумаги.

Зачитывается сказка*. «На золотых песчаных просторах жил сердитый кактус. Он был таким мрачным и колючим, что вокруг него образовалось огромная невидимая преграда. И всякий, кто приближался к нему ближе, чем его колючки, каждый раз*

*«ойкал» от неприятных уколов. Поэтому все в округе называли кактус «Дерущаяся злюка». Из всех углов только и слышалось «Ты не ходи этой дорогой, так Дерущаяся Злюка!» или «Дерущаяся Злюка опять подрался!», «Дерущуюся Злюку чаще нужно наказывать, вот тогда он перестанет вредничать». Но надо сказать, что после таких слов колючки у кактуса росли еще больше и становились намного острее, чем были. И в тот момент, когда колючки стали совсем огромными, а солнце очень жарким, вдруг пошел дождь. Его капли были такими большими и свежими, что все обитатели песчаных просторов стали бегать под дождем, прыгать через лужи и громко смеяться. Спустя какое-то время дождь закончился. Выглянуло солнышко и стало щекотать своими лучами обитателей песчаных просторов… и тут один из участников такого веселья заметил, что на кактусе стали появляться красивые цветы. Тогда он подошел к Дерущейся Злюке, стал смеяться и петь песни. Цветов на кактусе становилось все больше, а колючки становились все меньше. Увидев это, все жители стали петь песни и смеяться, встав как можно ближе к Дерущейся Злюке. О чудо! Колючки исчезли совсем. Теперь на кактусе было много красивых ароматных цветов, а Дерущегося Злюку все с тали называть Чудо-Кактус!»*

После прослушивания сказки ребенок лепит кактус, протыкает его зубочистками, украшает цветами. Во время этого процесса психолог поддерживает комментарии своих действий ребенком.

## 4.2. Интервью «Волшебный мир». (распечатать педагогам)

Целью интервью «Волшебный мир» является изучения потребностей, значимых переживаний и проблем ребенка.

Проективная методика представляет собой полу стандартизированное интервью, в котором намечена общая «логика» (канва) задаваемых вопросов.

В интервью ребенку предлагается идентифицировать себя со всемогущим волшебником, который может сделать все, что захочет, в волшебной стране и в нашем реальном мире: превратиться в любое существо, в любое животное, стать маленьким или взрослым, мальчику стать девочкой и наоборот и т.п. По ходу интервью идентификация со всемогущим волшебником ослабевает, и в конце интервью психолог выводит ребенка из роли волшебника.

Обследование рекомендуется проводить наедине с ребенком. Ответы на вопросы интервью следует записывать дословно. Использовать магнитофон не рекомендуется, поскольку это может внести напряженность в общение, вызвать ответную зажатость, скованность ребенка, отвлечь его от содержания беседы. В свою очередь, эмоциональный контакт с ребенком в ходе интервью необходим для перехода к дальнейшему этапу диагностической работы или к психокоррекции. После каждого ответа ребенка следует спросить, почему он сделал бы то или иное дело, превратился бы в кого-то и т.д.

Содержательная интерпретация ответов, невербальные проявления, анализ формальных составляющих реакций ребенка (длина, развернутость, лексика, грамматическое построение и др.) составляют диагностическую основу данной методики.

Данная методика является удобным средством установить контакт с ребенком, позволяя ему пережить в игре многие значимые для него моменты. В этом заключается психотерапевтический эффект данной методики.

***Текст методики.***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| — Нравятся ли тебе сказки? Маленькие дети всегда любят сказки. Ты, конечно, уже не  маленький (-ая), но, я думаю, тебе понравится такая немного сказочная игра. | | |
| ***№*** | ***Вопросы*** | ***Ответы ребенка*** |
| 1. | — Представь себе, что у тебя есть волшебная ракета, которая перенесла тебя в сказочную страну. Там все, как в сказке: и люди сказочные, и ты тоже.  Можешь себе такое представить? |  |
| А) | — А теперь скажи мне, кем бы ты хотел быть в этой сказочной стране?  Почему? |  |
| Б) | — А кем бы ты не хотел быть в сказочной стране? Почему? Мы еще на минутку задержимся здесь. Теперь представь себе, что ты волшебник (фея): ты очень сильный, с помощью волшебства ты можешь все, что захочешь. Ты можешь создавать, изменять, расколдовывать, сделать так, чтобы что-  нибудь совсем исчезло. |  |
| 2. | — Так скажи мне, волшебник, что бы ты сделал? И зачем? Ты все еще волшебник (фея). Ты садишься в ракету и возвращаешься назад, в привычный нам мир. Прежде всего, давай зайдем к тебе домой — представь  себе это. |  |
| 3. | — Теперь ты у себя дома. Ты — всемогущий волшебник, что бы ты сделал?  (Дополнительные вопросы: для папы, для мамы и т.д.). |  |
| 4. | Затем волшебник попадает в школу.  — В твоих силах что-то сделать, изменить, уничтожить, сделать так, как ты хочешь. |  |
|  | — Вот теперь ты в школе. Что бы ты сделал? (Дополнительные вопросы:  для учителей, одноклассников?). Почему? |  |
| 5. | — Теперь ты, волшебник, и граешь с ребятами. Что бы ты сделал для н их?  Почему? |  |
| 6. | — Чуть не забыли о тебе! |  |
| А) | — Что бы ты сделал для себя? Почему? |  |
| Б) | — Что бы ты изменил или уничтожил? Почему? |  |
| 7. | * А для меня, волшебник, что бы ты сделал? Почему? * Спасибо, ты — настоящий волшебник! |  |
| 8. | — Если бы ты стал волшебником, ты мог бы принять какой угодно облик,  превратился бы в кого или во что хочешь. |  |
| А) | — Скажи, во что или в кого ты бы хотел превратиться? Почему? |  |
| Б) | — А во что или в кого ты ни за что не хотел бы превратиться? Почему? |  |
| 9. | — Ты можешь превратиться в любое животное. |  |
| А) | — Ты каким бы животным хотел стать? Почему? |  |
| Б) | * А каким животным ты не хочешь быть? Почему? Конечно, ты знаешь много зверей. Я буду называть тебе разных животных, а ты будешь говорить, хотел бы ты стать кем-то из них или нет, и почему.   а) Кошка, б) лев,  в) маленький козленок, олененок, г) змея,  д) орел, е) мышь,  ж) обезьяна, з) тигр,  и) заяц,  к) собака,  л) птичка (например, синица).   * Ты отлично справился с заданием. |  |
| 10. | — Ты — волшебник, у тебя огромные возможности, ты можешь выбрать  одно из трех: стать маленьким ребенком, взрослым или остаться таким, какой ты есть. |  |
| А) | — Скажи, кем ты хочешь быть — маленьким, взрослым или таким как есть?  Почему? |  |
| Б) | — А почему ты не хочешь стать... (1-й не выбранный вариант)? |  |
| В) | — А почему... (2-й не выбранный вариант)? |  |
| 11. | * Ты отлично справился с заданием, но каждая игра кончается, и наша тоже.   И теперь ты снова не волшебник, а (имя, фамилия ребенка).   * А кстати, тебе нравится твое имя? Не нравится? Почему? А фамилия? Не нравится? Почему? Хотел ли бы ты, чтоб тебя звали по-другому? Почему? И как тебя зовут родители, друзья в классе, ребята? |  |
| 12. | — Очень хорошо, давай представим себе (только это уже будет не сказочная  игра), что все твои желания исполняются, любые, но только 3. |  |
| а) |  |  |
| б) |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| в) |  |  |
| 13. | * А почему а, б, в? * Отлично. |  |
| 14. | А подумай: |  |
| А) | — Чего больше всего боятся дети? Почему? |  |
| Б) | — Что доставляет детям наибольшую радость? Почему? |  |
| В) | — А что приносит им наибольшие огорчения? Почему? |  |
| 15. | — Молодец! Что тебе понравилось больше всего в игре? |  |

## Анализ. Интерпретация.

Интерпретация данных в значительной степени базируется на ответах ребенка на вопросы «почему», «зачем», поскольку в них дети говорят о своих потребностях, значимых переживаниях. Другой основой интерпретации является содержательный анализ ответов, который позволяет углубить представление о переживаниях ребенка и о реальной житейской ситуации.

Невербальные проявления также дают много информации для психолога практика. Именно по ним можно судить о глубине переживаний ребенка, субъективной значимости тех или иных проблем, о которых он упоминает.

Наконец, интересные результаты дает и формальный анализ высказываний: их длина, развернутость, лексика, грамматическое построение могут подтвердить или поставить под сомнение предположения, возникающие в ходе интерпретации результатов.

В целом при интерпретации результатов следует учитывать, что идентификация ребенка с волшебником задана инструкцией и, следовательно, является осознанной,вследствие чего высказывания ребенка могут быть подвержены тенденции к социальноодобряемым ответам, т.е. стремление показать себя в лучшем свете.

**4.3.Парадоксальная интенция. Техника «Письмо смерти**

### Техника «Письмо смерти» основана на психотерапевтическом методе«парадоксальное стремление» или парадоксальная интенция. Данный инструмент может помочь понять то, насколько психолог готов работать с темой утраты, столкнуться со смертью, осознать собственное отношение к данному явлению. Также данная техника при определенных обстоятельствах может быть использована в работе с клиентом (травмированным) с целью наработки жизненного ресурса.

### Техника «Письмо смерти» может дать ценный личностный опыт. Для ее проведения очень важна правильная обстановка. Не должно быть никаких посторонних шумов и звуков, яркого света, посторонних людей. Упражнение подходит как для индивидуальной, так и для групповой работы.

### Инструкция

### Мы говорим клиенту, что сейчас у него будет уникальная возможность поговорить со своей Смертью, написав ей письмо. В нем может быть все: страхи, сомнения, вопросы... Главное, полностью довериться себе, своей руке и начать... Время не ограничено. Но обычно, такая работа занимает от 10 до 30 мин.

### Затем просим прочитать это письмо вслух.

### Психолог обязательно должен дать положительную обратную связь, ведь для человека эта была невероятно трудная работа, с огромным количеством чувств и эмоций. Поэтому об этом письме надо говорить, задавать вопросы, уточнять и т.д. Темп речи психолога на этом этапе консультации очень спокойный, неспешный.

### Далее предлагаем клиенту ручкой, фломастерами или мелками нарисовать 3 картины: я до письма, я во время, я сейчас.

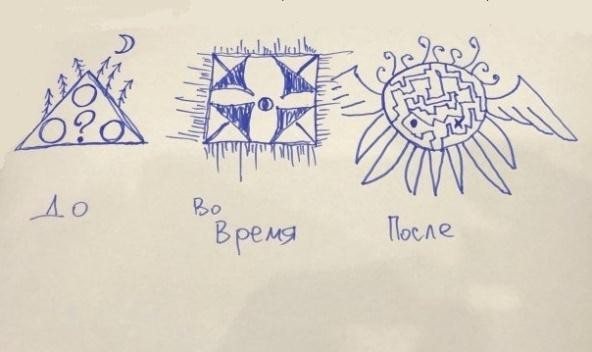
### Просим прокомментировать рисунки, спросить о том, что клиент понял, что он сейчас чувствует, что дал ему этот опыт и т.д.

1. Заключительная часть — это интерпретация психолога в зависимости от того, как прошла работа. Главное, она должна быть ресурсной. Можно спросить, что ещё хочет клиент для себя прояснить? Или какое послание от своего бессознательное хочет получить и т.д. Для этого используем любую ресурсную колоду, и просим клиента в закрытую достать 1 карту.

2.Открываем, обсуждаем и заканчиваем работу.

Ниже представлен небольшой фрагмент использования этой техники при групповой работе. Письмо публикуется с разрешения его автора.

«Здравствуй, Смерть! Сложно описать все те чувства, которые я испытываю сейчас. С одной стороны мне хочется показать, что я не боюсь тебя, но с другой стороны ты - абсолютно неизвестное, а от того опасное и непредсказуемое существо, и все - таки я боюсь... Удивительно, что для некоторых ты можешь быть самым большим горем, а для других - долгожданным освобождением и подарком. Я знаю, что ты все равно придёшь, но до последнего буду сомневаться, как и все, что эта минута настала. Поэтому нет смысла просить тебя забрать меня в конкретное время. Я знаю, что очень скоро после того, как меня не будет, жизнь у моих близких снова войдёт в привычное русло с житейскими хлопотами и заботами. И это здорово! Не хочу, чтобы горевали обо мне. И все же мне очень интересное, какая ты? Вряд ли в капюшоне и с косой. Но, думаю, что когда придѐт мой час, я узнаю тебя. Чем старше становлюсь, тем чаще спрашиваю себя, а хотела бы я быть бессмертной? Раньше ответ бы был однозначно «да», но сейчас... Скорее нет. И причин тому много. Но главная, когда ты бессмертен - ты всегда одинок. Тогда зачем такая жизнь? Если бы меня спросили о чем бы я попросила тебя, то только об одном. Старики говорят, что во сне умирают хорошие люди. Поэтому, если сможешь, забери меня во сне, ну а я уж постараюсь прожить, сколько мне осталось, достойно, чтобы ты исполнила мое желание. И спасибо тебе за то, что ты есть. Без тебя жизнь была бы скучной и унылой. До свидания, Смерть. Увидимся...»

Вот такое письмо. Интересно, какие у вас о

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Посмотрите на фото трех рисунков одного из участников. Комментировал он их так: «Когда я только лишь решил участвовать в этом эксперименте, то у меня было полно вопросов. И этот треугольник тоже не случаен. Это о запрете, я всегда боялся прикасаться к этой теме. Когда я начал писать письмо, то как- то успокоился, обрѐл уверенность, это квадрат и даже захотел подарить ей цветок. Ну а сейчас - это мой третий рисунок. Здесь интерес, ангел, много вопросов...»   |  | | --- | | Беседа ведущего с участником:   * А какой самый главный? * Так есть ли что-то дальше? * Что ж предлагаю вытянуть карту, Ваше бессознательное ответит... * О... ( сказал участник и показал залу карту). * Оооо, - сказал зал))). * Спасибо! Я все понял!» | | карта из ресурсной колоды |   Ну а вы готовы написать письмо своей Смерти  ?  но вызвало эмоции? |

# Заключение

Потеря близкого человека (родителя, другого близкого родственника) – травма для человека в любом возрасте. Но для ребенка это особая травма, наполненная большей тревогой, чем у взрослых. Ребенку предстоит оторваться от ушедшего и найти нового взрослого, к которому можно привязаться для своего полноценного развития. Смерть близкого или родного человека - всегда боль. Переживания, связанные со смертью, в разном детском возрастном периоде разные. Однако взрослому надо знать, что в любом возрасте ребенок, переживающий боль утраты, нуждается в следующем:

* знать, что он не один со своим страхом и болью;
* понимать, что нет его вины в том, что произошло;
* иметь право выразить свои негативные чувства;
* иметь способ или средство, которое позволит ему выразить свои чувства более естественным способом, чем просто отвечать на вопросы: «Как ты себя чувствуешь?» или «Как сильно ты переживаешь из-за того, что произошло?»;
* знать, что его реакции являются естественными, как и те, которые он может еще испытывать из-за полученной травмы;
* получить особое внимание взрослого, направленное на преодоление последствий травмы для того, чтобы почувствовать облегчение, выработать силу, позволяющую контролировать свой внутренний мир.

Работа с детьми ставит перед психологами актуальную и непростую задачу оказание практической психологической помощи детям, перенесшим ту или иную психическую травму.