



МИНИСТЕРСТВО  
ЭКОНОМИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



**Семья детям®**  
инновации социальной поддержки

# МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

для специалистов служб  
сопровождения замещающих семей



Автономная некоммерческая организация  
«Семья детям»

# МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ

Методические материалы для специалистов служб  
сопровождения замещающих семей

Издательство АМБ  
Екатеринбург 2017

УДК 364.376.6  
ББК 60.9: 74.90

**M54**

**Авторы-составители:**

А.С. Мелях, тренер-психолог АНО «Семья детям»,  
Н.Л. Хейфец, тренер-психолог АНО «Семья детям»

**M54**

Методические материалы для специалистов служб сопровождения замещающих семей: Методическое пособие / авт.-сост. А.С. Мелях, Н.Л. Хейфец. – Екатеринбург : Издательство АМБ, 2017. – 52 с.

**ISBN 978-5-8057-0990-7**

Издание подготовлено по итогам реализации социально значимого проекта «Распространение опыта по созданию и развитию региональных служб сопровождения замещающих семей», прошедшего конкурсный отбор и получившего финансовую поддержку из федерального бюджета в соответствии с приказом Министерства экономического развития Российской Федерации от 16 октября 2015 г. № 756 «О распределении в 2015 году субсидий федерального бюджета на государственную поддержку СО НКО между СО НКО, прошедшими конкурсный отбор».

Методические материалы адресованы специалистам и руководителям служб сопровождения замещающих семей, психологам, педагогам, специалистам по социальной работе.

Задачи этого пособия – представить принципы создания и функционирования службы сопровождения, с акцентом на психологическом сопровождении, и предложить конкретные инструменты работы с замещающими семьями, механизмы анализа трудных случаев в работе службы сопровождения и способы поддержки специалистов.

ISBN 978-5-8057-0990-7

© Автономная некоммерческая организация  
«Семья детям», 2017

© Оформление. Издательство АМБ, 2017

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>КРАТКАЯ СПРАВКА О ПРОЕКТЕ</b> .....	<b>4</b>
<b>ЧАСТЬ 1. ОБЩИЕ ВОПРОСЫ СОПРОВОЖДЕНИЯ ЗАМЕЩАЮЩИХ СЕМЕЙ</b> .....	<b>7</b>
<b>1.1. Актуальное состояние сопровождения замещающих семей</b> .....	<b>7</b>
<b>1.2. Принципы сопровождения замещающих семей</b> .....	<b>9</b>
<b>1.3. Состав службы сопровождения</b> .....	<b>11</b>
<b>1.4. Психологическое сопровождение замещающих семей</b> .....	<b>13</b>
<b>1.5. Компоненты психологического сопровождения замещающих семей</b> ..	<b>14</b>
<b>1.6. Формы психологического сопровождения замещающих семей</b> .....	<b>17</b>
<b>1.7. Критерии выбора формы психологического сопровождения</b> .....	<b>19</b>
<b>1.8. Работа по созданию сообщества</b> .....	<b>20</b>
<b>ЧАСТЬ 2. ПРОГРАММЫ, МЕТОДИКИ И ИНСТРУМЕНТЫ РАБОТЫ ПО СОПРОВОЖДЕНИЮ ЗАМЕЩАЮЩИХ СЕМЕЙ</b> .....	<b>22</b>
<b>2.1. Программы обучения специалистов и работы с родителями</b> .....	<b>22</b>
Программа обучения специалистов служб сопровождения в рамках проекта .....	<b>23</b>
Программа групп для приемных родителей «Школа осознанного родительства» .....	<b>25</b>
Программа тематической группы для родителей «Адаптация» .....	<b>27</b>
План группового занятия с родителями .....	<b>28</b>
<b>2.2. Методики и инструменты работы с семьей</b> .....	<b>30</b>
Инструменты диагностики ситуации в семье .....	<b>30</b>
Работа с круговой диаграммой .....	<b>30</b>
Планирование действий и их результатов .....	<b>32</b>
«Линия жизни» .....	<b>32</b>
Карта социальных контактов .....	<b>33</b>
Использование метафорических ассоциативных карт .....	<b>36</b>
<b>2.3. Способы поддержки специалистов</b> .....	<b>39</b>
Балинтовская группа .....	<b>40</b>
Уровневый анализ проблемы .....	<b>45</b>
Блокнот для самопомощи и анализа трудных ситуаций .....	<b>46</b>
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> .....	<b>49</b>
<b>ПОЛЕЗНЫЕ МАТЕРИАЛЫ</b> .....	<b>50</b>

## КРАТКАЯ СПРАВКА О ПРОЕКТЕ

### «Распространение опыта по созданию и развитию региональных служб сопровождения замещающих семей»

Данное пособие является результатом работы проекта **«Распространение опыта по созданию и развитию региональных служб сопровождения замещающих семей»** в Свердловской области и Пермском крае.

**Описание проблем, на решение которых направлен проект:** в последние годы в нашем обществе, во многом благодаря государственной поддержке, успешно формируется общественное мнение о необходимости принятия детей в семьи. С ростом принятия детей в семью обостряется проблема возвратов приемных детей в детские дома. По данным Министерства образования и науки Российской Федерации, в России в 2013 году 10 % всех приемных детей вернулись обратно в интернатные учреждения. В Свердловской области и в Пермском крае выявлены ряд проблем сопровождения замещающих семей и заинтересованность социально ориентированных некоммерческих организаций во включении в данный процесс.

**Период реализации проекта:** с декабря 2015 г. по ноябрь 2017 г.

**География проекта:** г. Екатеринбург и Свердловская область, г. Пермь и Пермский край.

**Цель проекта:** создать и развить 8 служб сопровождения замещающих семей в 2 регионах Российской Федерации, свести к минимуму вероятность возврата детей в интернатные учреждения у не менее чем 200 замещающих семей.

**Задачи проекта:** оказать информационную, консультационную и методическую поддержку по созданию и развитию служб сопровождения замещающих семей 12-ти социально ориентированным НКО в Свердловской области и в Пермском крае.

**Мероприятия:** проведение циклов семинаров по созданию и развитию служб сопровождения замещающих семей, супервизий (оказание методической поддержки и разбор сложных случаев) и круглых столов для руководителей и специалистов, социально ориентированных НКО в Свердловской области и Пермском крае, в Екатеринбурге, Перми.

**Целевая группа проекта:** социально активные замещающие родители и специалисты, занятые в сфере семейного устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, работающие в некоммерческих организациях Екатеринбурга и Свердловской области, Перми и Пермского края.

**В ходе проекта:** было проведено 6 семинаров, 6 супервизий для 43 специалистов из 12 НКО, уже работавших в сопровождении замещающих семей на момент начала проекта или планировавших открытие новой службы сопровождения.

**В результате проекта:** специалисты служб сопровождения из 2 регионов прошли обучение по специальной программе, направленной на развитие компетентности в области сопровождения замещающего родительства, разобрали наиболее сложные темы, возникшие в практике, в формате супервизорских пространств. Оказана информационная, консультационная и методическая поддержка по созданию и развитию служб сопровождения замещающих семей 12 социально ориентированным организациям.

За время проекта помощь специалистов получили более 250 семей.

Обратная связь от представителей целевой группы была получена и систематизирована в таблице «Личные итоги участников проекта», приведенной ниже.

<b>ФОРМАЛЬНЫЕ ИТОГИ (соответствующие целеполаганию)</b>	<b>НЕФОРМАЛЬНЫЕ ИТОГИ (спонтанные, неожиданные)</b>
Большее понимание устройства службы, основных движущих единиц	Комфортное ощущение нахождения в профессиональной среде, среди «своих»
Возможность пробовать на практике, чему учились	Чувство связи с другими
Определено свое место в службе	Создание профессионального сообщества

Повышение профессионального уровня	Появление идей для реализации в работе
Расширение уровня взаимодействия между специалистами и организациями	Проработка личных проблем на супервизии
Создание службы сопровождения, апробация модели сопровождения	Желание развиваться дальше
Изучение новых методик	Понимание, что можно получить помощь и поддержку
Изменение взглядов на проведение Школ приемных родителей и отношения к будущим замещающим родителям	Новая группа в соц. сетях, где можно делиться информацией
Понимание организации основ качественного сопровождения	Рост уверенности в себе
Получение документа об обучении на проекте	Получение индивидуальной поддержки
Открытие новых направлений работы в сопровождении семей	Осознание своей зоны ближайшего развития
Расширение профессиональных знаний	Встречи с интересными людьми
Появилась структура	Обсуждение тревожащих вопросов
Создан клуб, распространение опыта	Возможность посмотреть на привычные вещи с другой стороны
Знакомство с другими службами	

## ЧАСТЬ 1.

### Общие вопросы сопровождения замещающих семей

#### 1.1. АКТУАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ СОПРОВОЖДЕНИЯ ЗАМЕЩАЮЩИХ СЕМЕЙ

---

Потребность в сопровождении замещающих семей становится все более и более явной в связи с увеличением общего числа замещающих семей и количества детей, принятых в различные виды семейного устройства. По данным Министерства социальной политики Свердловской области, по состоянию на 01.04.2017 в Свердловской области 14 700 замещающих семей, из них только приемных семей 5 800. В связи с этим важность качественного сопровождения осознается и признается как родителями и специалистами, так и на уровне администраций и законодателей. Социальная защита детства, обеспечение условий достойной жизни и свободного развития ребенка, создание условий для стабильного, комфортного и безопасного проживания детей в семьях являются приоритетными задачами государственной социальной политики Свердловской области.

Вместе с осознанием потребности в сопровождении в настоящий момент актуальными становятся трудности его организации в масштабах целой страны. К этим трудностям стоит отнести:

- отсутствие единой позиции и взгляда на содержание, цели и ценности сопровождения;
- отсутствие единой концепции сопровождения;
- отсутствие стандартов служб сопровождения;
- разнообразие правоприменительной практики в рамках существующего законодательства;
- отсутствие единого стандарта и качественной программы обучения специалистов;
- отсутствие единых требований к компетенциям специалистов, осуществляющих эту деятельность.

Риск современной ситуации в низком доверии самих приемных родителей к службам в целом. Это связано с непониманием роли специалиста (помогающая она или контролирующая) и невысокой способностью служб ответить



на потребности замещающих семей, что связано с высоким порогом оказания помощи у большинства государственных служб (часто до получения помощи нужно доказать нуждаемость в ней и предоставить объемный пакет документов), недостаточностью набора услуг и/или их несоответствием потребностям семей, недостаточной квалификацией и/или выгоранием специалистов). Вместе с тем текущая ситуация со всеми ее трудностями имеет ресурс в том, что сейчас различные службы – и государственные, и некоммерческие – разрабатывают и апробируют различные модели работы с семьями, обмениваются опытом, ведут активную дискуссию о ценностях, целях и содержании сопровождения.

Авторы этого пособия под *сопровождением замещающих семей понимают качественную, структурированную и человечную систему долгосрочной и разноплановой поддержки семей, принявших на попечение детей с трудной историей и «особой личной ситуацией»<sup>1</sup>, включающей в себя наличие кровных родственников, особенности здоровья, трудности в обучении и т. д.*

Каждой службе сопровождения перед началом работы важно ответить для себя на следующие вопросы:

- Кого считать клиентом службы, семью или ребенка?
- Кто целевая аудитория службы? Например, это могут быть все виды замещающих семей или только некоторые из них.
- Какова цель работы службы?
- Что является критериями успешной работы?
- Как оценивать динамику работы и результаты?
- Как себя вести в условиях часто конфликтных взаимоотношений семьи с органами опеки и попечительства?
- Как балансировать между помогающими и контрольными функциями?
- Как строить работу в условиях отсутствия качественной инфраструктуры и неналаженного взаимодействия между организациями, оказывающими различные услуги семьям?

Для успешной работы службы сопровождения к этим вопросам следует возвращаться ежегодно на командных стратегических сессиях и оценивать, как меняются ответы в зависимости от этапа жизни службы, приобретенного опыта, особенностей клиентов службы и их запросов.

1. Людмила Петрановская: «Сопровождение приемной семьи может стать зоной общественного согласия». <http://findfamilyfond.ru/press-centr/novosti/lyudmila-petranovskaya/>.

## 1.2. ПРИНЦИПЫ СОПРОВОЖДЕНИЯ ЗАМЕЩАЮЩИХ СЕМЕЙ



Рис. 1. Принципы сопровождения замещающих семей

В рамках проекта АНО «Семья детям» «Распространение опыта по созданию и развитию региональных служб сопровождения замещающих семей» мы опирались на следующие принципы:

- **Наличие особой позиции** – готовности и нацеленности на выстраивание длительных уважительных партнерских отношений с семьями-клиентами. Все остальные принципы опираются на позицию специалиста – основу эффективной и долгосрочной работы.
- **Уважение и принятие семьи, ребенка и тех процессов, которые происходят в замещающей семье**, являются, по нашему мнению, базовой ценностью работы с семьей. Ключевой целью процесса сопровождения становится поддержка семьи в формировании таких взаимоотношений между ее членами, которые станут терапевтической и воспитательной средой для приемного ребенка, а также смогут оказать восстанавливающее влияние на его восприятие себя, значимых людей и мира в целом. Это служит фундаментом для приведения в норму эмоционального фона ребенка, формирования новых качественных социальных связей, восстановления когнитивной способности и потребности, успешного обучения и полноценной социализации. То, каким ребенок выйдет из семьи, повзрослев, очень сильно зависит от того, как помогли ему и его приемным родителям, когда он жил

в семье. Поддержка семьи в формировании качественных терапевтических отношений с ребенком невозможна без установления доверительного и продуктивного контакта с замещающей семьей. Это, в свою очередь, невозможно без уважения, принятия специалистами родителей.

- **Комплексность и гибкость сопровождения** – помощь оказывается в разных сферах жизни семьи: социальной, юридической, психологической, медицинской, педагогической и других видов помощи. Из всех услуг, которые может оказать служба сопровождения, выбираются те, которые соответствуют актуальным потребностям семьи в данный период времени.
- **Командная работа нескольких специалистов в рамках одной службы.** У организации командной работы с замещающей семьей есть несколько разных смыслов. Один – рациональное распределение ресурсов и возможности делегирования функций между сотрудниками службы. Другой – передача информации между сотрудниками, задействованными в работе с семьей. Не менее важными смыслами организации командной работы в сопровождении замещающих семей являются борьба с выгоранием, выход из профессионального одиночества специалистов. *Эти проблемы неизбежно возникают при работе с трудными случаями.*

Переживание профессионального одиночества специалистов помогающих профессий возникает в ситуациях высокого эмоционального напряжения и недостаточной поддержки, особенно когда требуется принятие сложных, креативных решений. В этих ситуациях человеку начинает казаться, что он находится в ситуации один, он перестает замечать других людей и их ресурсы, которые могут помочь ему. В ситуации эмоциональной перегрузки или длительного кризиса человек часто утрачивает ощущение течения времени. Ему начинает казаться, что кризис не разрешится никогда. Это состояние опасно с точки зрения развития эмоционального выгорания специалиста. С другой стороны, одиночество – это переживание и состояние, часто характерное для ребенка, который пережил разрыв с родителями и помещение в учреждение или переживал пренебрежение в своей кровной семье. Приемные родители и специалисты сопровождения, выстраивающие отношения с детьми, подвержены «эмоциональному

заражению» одиночеством в силу природных механизмов восприимчивости человека к эмоциональному состоянию других. Важно отметить, что переживание одиночества усиливает любые негативные переживания, превращая страх в ужас, грусть – в уныние, а неуверенность – в отчаяние.

Работа специалиста сопровождения замещающих семей предполагает довольно высокое эмоциональное напряжение и принятие сложных решений с высокой ответственностью за последствия этих решений в условиях плотного контакта с людьми, переживающими эмоциональные перегрузки и находящимися в непростом эмоциональном состоянии, а также считающим себя одиночками. Все это является серьезными предпосылками для развития профессионального одиночества. Командная работа и сотрудничество коллег очень важны для преодоления этого состояния.

### 1.3. СОСТАВ СЛУЖБЫ СОПРОВОЖДЕНИЯ



Рис. 2. Состав службы сопровождения

Авторам данного пособия эффективно работающей командой для сопровождения замещающих семей представляется команда, состоящая

из трех – пяти человек: специалист или специалисты по социальной работе, взрослый и детский психологи, руководитель службы. Потребности семей в юридической, педагогической, логопедической, медицинской, нейропсихологической и других видах помощи удовлетворяются за счет приглашенных специалистов или ресурсов партнерских служб. Такая структура позволяет службе слаженно работать и оперативно реагировать на запросы семей.

- **Межведомственное взаимодействие в рамках сопровождения**, которое является прямым продолжением комплексного подхода и позволяет не сосредотачивать всю помощь семье в рамках деятельности одной организации.
- **Профессионализм**. Авторы данного пособия в термин «профессионализм» в контексте сопровождения замещающих семей вкладывают следующее:

В первую очередь, это наличие знаний о нормальной привязанности и ее развитии; специфике детей, переживших разные психологические травмы и способах коррекции последствий этих травм; возрастной психологии; специфике процессов взаимной адаптации семей и детей друг к другу; о семейной системной психологии; семейных кризисах; родительских компетенциях; о способах преодоления трудного детского поведения, а также об эмоциональном выгорании родителей и специалистов системы семейного устройства детей и инструментах его (выгорания) профилактики и «лечения».

Профессионал системы сопровождения должен также обладать достаточной чувствительностью, осознанностью и устойчивостью в контакте с родителями и детьми. Что является основой его способности выстраивать длительные доверительные и продуктивные отношения с семьями-клиентами сопровождения.

Также необходимы навыки эффективных коммуникаций, построения и удержания контакта, выдерживания высокого эмоционального напряжения, сохранения безоценочной позиции, анализа ситуации и поиска решений, рефлексии собственного состояния. Важными компетенциями являются: ориентированность в ресурс; устойчивость к неудачам, умение запрашивать и получать помощь и поддержку от коллег.

Непременным условием профессионального сопровождения, с точки зрения авторов и исполнителей проекта является наличие регулярной супервизии. Реализуя проект, мы неоднократно убедились в этом, наблюдая, как меняется взгляд специалиста и растет его профессионализм в ходе супервизорских разборов случаев в рамках проекта.

#### **1.4. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ЗАМЕЩАЮЩИХ СЕМЕЙ**

---

Авторы стоят на позиции, что из всех видов сопровождения психологическое сопровождение занимает центральную позицию. В разные периоды жизни приемной семье может понадобиться помощь специалиста по социальной работе, юриста, педагогов, дефектологов, нейропсихологов, врачей и др. В то же время способность выдерживать ситуации, которые неизбежно возникают в жизни семьи, способность видеть свои ресурсы и дефициты, искать, запрашивать и принимать помощь напрямую зависят от психологического состояния семьи. По данным Министерства социальной политики Свердловской области, в 2016 году численность детей, в отношении которых отменены решения о передаче на воспитание в семью, составила 98 человек. При этом более 50 % возвратов детей произошли по различным психолого-педагогическим причинам. В данном пособии мы концентрируемся именно на оказании социально-психологической помощи семьям, принявшим детей в различные формы семейного устройства.

Мы считаем, что психологическое сопровождение нужно семье вплоть до совершеннолетия принятого в семью ребенка, а в случаях задержки наступления социальной зрелости ребенка и дольше (до 23 лет). На протяжении жизни ребенка в семье изменяются интенсивность помощи, которая нужна семье, и включенность специалистов в семейную ситуацию. Это зависит от того, какие периоды жизни проходит семья, какие нормативные и ненормативные кризисы она проживает. Например, периоды адаптации семьи к ребенку и ребенка к семье и подростковый возраст детей требуют наибольшего внимания и включенности.

## 1.5. КОМПОНЕНТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ЗАМЕЩАЮЩИХ СЕМЕЙ



Рис. 3. Компоненты психологического сопровождения замещающих семей

Психологическое сопровождение принимающих семей можно разделить на две составляющие:

**1. Поддержка**, принятие приемного родителя, помощь в преодолении одиночества в проживании его проблемы предполагают особую позицию специалиста, его настрой на сотрудничество с семьей, на взаимодействие, выстраивание отношений партнерства и доверия.

Это требует вложений времени и сил, но именно выстроенные отношения с семьей могут снизить риск неожиданного отказа от ребенка. Задача специалистов – построить такие отношения, чтобы при возникновении трудностей, конфликтов и кризисов родители обращались за помощью, а не переживали это в одиночестве, усугубляя ситуацию.

Для специалиста **признаками назревающего отказа** могут стать следующие моменты:

- когда родитель говорит о том, что ушла радость от общения с ребенком;
- когда родителем очень остро переживаются и не принимаются инаковость ребенка, его особенности и отличия от приемной семьи;

- когда специалисты отмечают, что реакция на любое поведение ребенка гипертрофированная, слишком интенсивная или не соответствующая сложности ситуации;
- когда родитель все трудности, возникающие в семье, связывает с ребенком и его поведением;
- когда родитель начинает ставить ребенку ультиматумы (часто совершенно невыполнимые).

Вмешательство психолога эффективно на самых ранних стадиях зреющего отказа, когда проявлены один или два признака. На более поздних этапах эффективность помощи резко снижается. Понимание ценности раннего вмешательства в ситуацию нужно специалистам, не только чтобы реагировать вовремя, но и для того, чтобы планировать свои усилия по работе с семьями. Здесь работает правило Парето. Традиционно большую часть усилий служба сопровождения прикладывает для работы по профилактике уже «созревшего» отказа. Такие усилия, к сожалению, имеют не самую высокую эффективность. Это расходует ресурс службы и приводит к значительному эмоциональному выгоранию сотрудников. Если направлять усилия службы для работы на первых двух стадиях, это экономит силы сотрудников и повышает эффективность помощи. Важно также доносить информацию о стадиях созревания отказа от приемного ребенка до кандидатов в замещающие родители. Уместно рассказывать о стадиях формирования решения об отказе на Школе приемных родителей (далее сокращенно ШПР) в зрелой группе.

Чтобы создать пространство поддержки приемного родителя, специалисту нужно быть настроенным на контакт, сохранять доброжелательность и иметь навыки выдерживания сильных эмоциональных переживаний, с которыми часто приходят родители. При этом важно соблюдать баланс заботы и директивности, отличный от того, который принят в психотерапии. В отношениях специалист – родитель приемный родитель «напитывается» тем выдерживанием и устойчивостью, которые ему нужны для построения отношений с приемным ребенком. Ключевыми компетенциями специалиста в работе по психологическому сопровождению семей становятся навыки саморегуляции и осознанности. Часто эмоции родителя настолько сильны, что они «захватывают» и специалиста. Необходимо уметь отслеживать свои чувства, отделять их от чувств клиента и оставаться в равновесии. Это помогает



родителю научиться сохранять устойчивость под напором сильных чувств ребенка, выдерживать их и пройти проверку на то, чтобы стать таким взрослым, которому ребенок, уже переживший предательство, сможет доверять.

Специалисту, который работает с родителем, также необходимо пространство принятия, в котором он (специалист) сможет почувствовать, что его тяжелые переживания приняты и поняты. Здесь на помощь приходит система супервизий, профессионального общения и подготовки.

И дети, и родители, и специалисты должны быть интегрированы в жизнь сообществ, которым принадлежат, а не изолированы от них. Только когда семья с приемным ребенком не переживает дискриминации со стороны соседей, школьных учителей и родителей одноклассников ребенка, персонала лечебных и других учреждений, в которые обращается семья, тогда можно говорить, что семья находится в достаточно благоприятной среде для реабилитации ребенка. Авторам кажется уместным использовать метафору матрешки, где каждый следующий слой создает все большую безопасность и поддержку семье, принявшей на воспитание ребенка.



Рис. 4. Система поддержки приемного ребенка

**2. Обучение знаниям и навыкам**, которые необходимы родителям для помощи своим приемным детям. Содержание обучения очень близко тем знаниям и навыкам, которым обучаются сами специалисты.

Существуют различные программы обучения специалистов сопровождения: в Российской Федерации есть сертифицированные тренеры международной программы PRIDE, обучение проводят Институт Развития Семейного Устройства в Москве, Институт Социального Проектирования в Поддержку Семьи и Детства в Санкт-Петербурге, Негосударственное частное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования «Центр прикладной социальной работы и социальных инноваций» в Екатеринбурге и другие.

В рамках программ сопровождения можно повторять темы, которые обсуждались в ШПР, расширяя и углубляя их. Родители будут применять знания к своему ребенку и к конкретной ситуации. В отличие от программ ШПР, в программы сопровождения можно включать больше тем, связанных с трудным детским поведением, с тренировкой отдельных навыков родительского поведения и родительских реакций.

Также приемным родителям необходимо тренировать навыки выдерживания напряженных ситуаций, навыки построения контакта и формирования отношений. Нужно учиться навыкам анализа ситуации и основным профессиональным инструментам, которые помогают анализировать состояние своего ребенка и выстраивать стратегию по его реабилитации.

Во второй части книги читатель сможет ознакомиться с некоторыми методиками, которые показали свою эффективность как в руках авторов пособия, так и в руках специалистов-участников проекта.

## 1.6. ФОРМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ЗАМЕЩАЮЩИХ СЕМЕЙ

---

Формы психологического сопровождения можно классифицировать разными способами. По тому, кто оказывает помощь: специалист, прошедший подготовку приемный родитель, другой приемный родитель, не имеющий специальной подготовки. По количеству адресатов помощи: индивидуальная и групповая работа. По тому, кто в фокусе внимания: родитель, ребенок, семейная система.

**Индивидуальное сопровождение** может включать беседы, консультации и психотерапию. Обычно сопровождение начинается с индивидуальной

встречи (одной или нескольких), на которой происходит знакомство специалиста и родителя, собирается информация о семье и ребенке, заключается договор о сопровождении, намечается приблизительный, первичный план совместной работы. Важно рассказать приемной семье о работе Службы, о ее правилах и принципах, выслушать запрос и начать налаживать контакт. Консультации и беседы могут проходить как в помещении Службы, так и дома у приемной семьи. Психотерапия предполагает работу с трудным, часто травматическим, материалом клиента, поэтому проводится только в специальном помещении службы, чтобы обеспечить безопасность клиента и возможность «закрыть за собой дверь» после окончания работы со специалистом и не видеть напоминаний о травматическом материале, актуализированном в процессе этой работы.

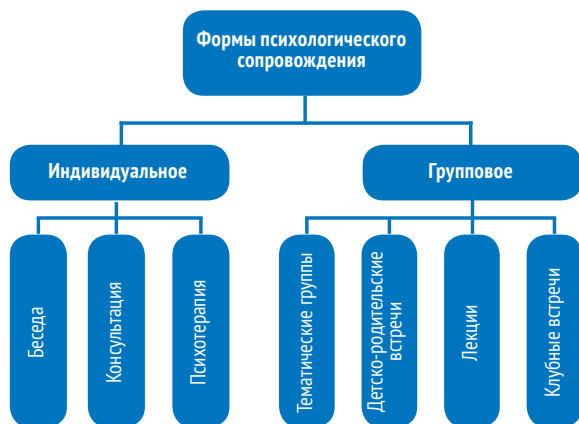


Рис. 5. Формы психологического сопровождения замещающих семей

Среди **групповых форм** стоит выделить лекции, тематические группы, клубные встречи, детско-родительские встречи.

**Лекция** – позволяет собрать сразу много человек и осветить тему. Но нет возможности разобрать конкретную ситуацию конкретного родителя. Сложно оценить уровень понимания и принятия информации. Способы получения обратной связи ограничены вопросами, которые могут задать участники после лекции, и анкетами обратной связи, которые организаторы лекции могут предложить заполнить слушателям.

**Клубы и беседки** – встречи, в рамках которых происходит общение приемных родителей. Могут быть тематическими или свободными. Состав участников часто непостоянный. Эти формы поддержки семей могут возникнуть спонтанно по инициативе самих родителей, а могут быть начаты как регулярная работа специалистами сопровождения. Для успешной работы клуба необходима регулярность, доступность информации о работе клуба, доступность самих встреч, создание безопасной и принимающей атмосферы. На клубе происходит обмен информацией, контактами специалистов, опытом между участниками, эмоциональная поддержка. Стабильно работающий клуб повышает доверие родителей ко всей службе сопровождения, а также помогает заметить неблагополучие в семье на ранних этапах и предложить помощь.

**Психологические группы** – тематические, регулярные встречи с программой и ведущими. Имеют свою логику, начало и конец. Часто это закрытые группы, что обеспечивает большую безопасность участников и, как следствие, большую глубину работы в группе. В таком формате можно проработать конкретные сложные ситуации каждого участника группы и получить безопасную обратную связь. Группа дает большой ресурс принятия и поддержки. Минусы – ограниченное число участников.

**Детско-родительские встречи.** Основная задача – помощь в выстраивании отношений между детьми и родителями. Программа встреч должна давать возможность для взаимодействия. Удачно проходят арт-терапевтические, творческие, игровые занятия. Для специалистов такие встречи – это богатый диагностический материал о ситуации в семье. По итогам занятий возможна обратная связь для родителей.

## 1.7. КРИТЕРИИ ВЫБОРА ФОРМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ

---

Критерии выбора формы сопровождения семьи могут отличаться в разных службах, так как частично они зависят от наличия специалистов и ресурсов. Важно при выборе формы работы с семьей учитывать остроту и специфику запроса семьи-клиента. Существуют более универсальные формы работы, которые, с одной стороны, могут проводить как любые сотрудники службы,

так и опытные и подготовленные приемные родители. С другой стороны, эти же формы подходят и востребованы большинством клиентов служб сопровождения (клубы, тематические беседы, индивидуальные беседы, общение в социальных сетях и мессенджерах). Эти формы позволяют получить охват и отдачу от большого количества клиентов службы при относительно малых затратах. Опыт работы показывает, что около 70% запросов клиентов службы можно обработать этими формами. Индивидуальное психологическое сопровождение требует более значительного ресурса службы и подразумевает более глубокую проработку запроса клиентов.

## 1.8. РАБОТА ПО СОЗДАНИЮ СООБЩЕСТВА

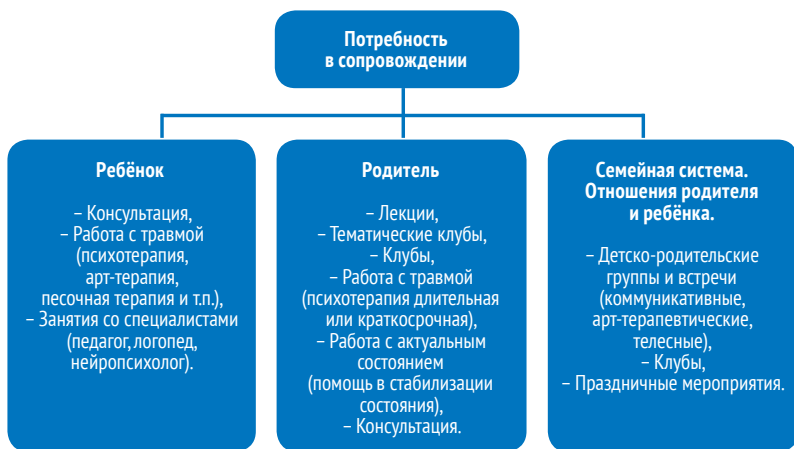
---

Работа по созданию сообщества приемных родителей, специалистов, волонтеров, доноров, журналистов и других людей, неравнодушных к теме замещающего родительства, может значительно усилить службу сопровождения. Сообщество родителей может организоваться спонтанно еще в процессе обучения в школе приемных родителей. Этот процесс можно поддерживать, направлять и даже организовывать силами специалистов службы сопровождения. Важным плюсом работающего сообщества приемных родителей становится высокая способность к самоорганизации и самостоятельному решению ряда вопросов, что полностью оправдывает усилия, вложенные службой для создания сообщества. Происходит обмен опытом, идеями, контактами специалистов, литературой, вещами. Члены сообщества, объединенные совместной деятельностью, оказываются в ситуации разделенного успеха, получают положительные эмоции, которые необходимы им для восполнения эмоционального ресурса. Таким образом, сообщество помогает взрастить доверие родителей к специалистам и друг к другу, что также увеличивает отдачу от оказываемой помощи.

Почвой для создания сообщества становится наличие общих интересов, целей, ценностей, потребностей и опасений. В атмосфере доверия и принятия каждый может проявляться свободно не только в своей нужде, но и привнося свою инициативу и ресурсы. Именно в атмосферу, а также в структурирование, определение правил функционирования сообщества стоит вкладываться на ранних этапах. До начала работы площадки,

на которой будет собираться сообщество, например, клуба или беседки, стоит собраться командой службы сопровождения и вместе подумать над тем:

- Чем является и не является пространство клуба или беседки?
- Зачем оно людям?
- Что можно там делать?
- Чего нельзя?
- Где чья зона ответственности?
- Какие события будут объединять сообщество?
- Какое общение будет осуществляться в сети, какие мессенджеры и социальные сети будут использованы?
- Какие традиции и ритуалы, стабилизирующие сообщество, можно заложить на этом этапе?
- Какие механизмы, укрепляющие межличностные связи, можно заложить?



*Рис. 6. Потребность в сопровождении*

Важно отметить, что при достаточной регулярности встреч (не реже раза в месяц), высокой интенсивности межличностного взаимодействия в атмосфере безопасности и поддержки со временем вырастает готовность родителей самим проявлять инициативу и брать на себя ответственность. Эту готовность важно не пропустить и поддержать, например, реализуя проекты по типу «родители – детям».

## ЧАСТЬ 2.

### Программы, методики и инструменты работы по сопровождению замещающих семей

В этой части авторами представлены различные программы, методики, алгоритмы работы с замещающими семьями и обучения специалистов. Часть их приводится с указанием источников, остальные являются разработками ведущих тренеров и супервизоров проекта. Авторы намеренно выбрали не самые известные инструменты работы, которые уже активно используются различными специалистами служб сопровождения. Цель выбора именно этих инструментов – расширение возможностей специалиста.

#### 2.1. ПРОГРАММЫ ОБУЧЕНИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ И РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ

---

В этом разделе мы приводим примеры программ работы со специалистами и семьями. В качестве примера программы работы со специалистами авторы приводят программу, разработанную в проекте «Распространение опыта по созданию и развитию региональных служб сопровождения замещающих семей». В качестве примеров программ работы с родителями приведены две программы: первая – программа группы, цель которой составляет повышение родительских компетенций; вторая – пример тематической групповой программы. Авторы выбрали тему адаптации семьи и ребенка к совместному проживанию, так как эта тема является актуальной для практически всех семей, только принявших ребенка. В этот период семья особенно уязвима и нуждается в поддержке. В зависимости от потребностей приемных родителей служба сопровождения может разработать и другие групповые программы. Например, вопросы обучения в школе; подростковый возраст, особенности протекания; профилактики эмоционального выгорания родителей. В конце раздела приведена структура группового занятия с родителями.

## Программа обучения специалистов служб сопровождения в рамках проекта

---

В проекте в течение полутора лет проходили обучение более 40 специалистов, осуществляющих сопровождение семей в рамках уже существующих служб или начавших сопровождение семей в рамках новых служб в ходе работы проекта. Программа проекта строилась на основе перечисленных в первой части принципов и состояла из трех семинаров и трех супервизий. В каждом семинаре освещалось по 3 блока.

Темы, выбранные для изучения в рамках проекта, можно объединить в два направления. Первое – темы, которые входят в программу обучения школ приемных родителей. Эти темы являются базовыми для углубленного изучения всеми специалистами служб сопровождения замещающих семей. Второе направление – это темы, связанные с особенностями организации и работы служб сопровождения, ее целями и задачами, функционалом отдельных сотрудников службы.

### **БЛОК 1. Приемный ребенок и его особенности:**

- Ребенок как субъект взаимодействия или объект воздействия; что происходит с ребенком, когда от него отказываются кровные родители или когда его изымают из семьи; как меняет ребенка система государственного воспитания.
- Этапы развития ребенка (психологические и физиологические), потребности ребенка на каждом этапе. Теория привязанности, травмы привязанности. Влияние травм привязанности на дальнейшее развитие и поведение ребенка.
- Адаптация ребенка в замещающей семье. Что происходит с ребенком и семьей в это время. Способы оказания поддержки ребенку и семье в период адаптации.
- Трудное детское поведение: формирование навыка отношения к трудному поведению как к сигналу детского неблагополучия. Как изменять трудное поведение, укрепляя привязанность с ребенком.
- Приемный ребенок идет в школу. Особенности обучения детей, переживших травмы привязанности. Адаптация в школе, требования и ожидания родителей. Дискриминация в школе, как помочь ребенку и родителям.



- История и прошлый опыт ребенка (травмы и положительный опыт), отношение замещающих родителей к истории и опыту ребенка; организация взаимодействия с кровной семьей ребенка в зависимости от возраста ребенка.
- Роль замещающих родителей в жизни приемного ребенка и роль приемного ребенка в жизни замещающих родителей.

**БЛОК 2. Родительские компетенции:**

- Ключевые компетенции приемного родителя. Зачем нужно учиться воспитанию приемных детей (особенности воспитания приемных детей в отличие от воспитания кровных)? Анализ реального состояния и особенностей развития приемного ребенка. Построение стратегии реабилитационного воспитания приемного ребенка с опорой на его актуальное состояние.
- Стили и методы воспитания, что можно и чего нельзя с детьми, пережившими травму привязанности. Границы, правила, нормы. Как выяснять, какие нормы усвоены, как задавать новые нормы и корректировать старые. Как устанавливать границы с приемным ребенком, сохраняя и укрепляя привязанность. Поощрение и наказание. Как использовать для укрепления отношений.
- Влияние социума на приемного родителя, его психологическое состояние, восприятие себя и самооценку. Идеальный замещающий родитель – реальный замещающий родитель. «Выгорание» родителей: давление «идеального» родителя, сложные условия воспитания ребенка, кризисные ситуации, отсутствие поддержки со стороны семьи.
- Психологические травмы родителя. Влияние непроработанных родительских травм на состояние приемного родителя и способность сохранять психологическую устойчивость в контакте с приемным ребенком. Изменение нормы «к психологу идти “плохо”».
- Развитие навыков самопомощи в экстренных ситуациях. Управление негативными эмоциями. Умение просить о поддержке в сложных ситуациях и принимать помощь как ключевая компетенция приемного родителя.

**БЛОК 3. Технология работы с замещающей семьей:**

- Службы сопровождения замещающих семей. Ценности, цели и задачи сопровождения. Сложности сопровождения замещающих семей в настоящее время.

- Структура службы сопровождения и методология оказания психолого-педагогической поддержки. Знакомство с разными службами, оказывающими услуги по сопровождению замещающих семей. Обмен опытом между специалистами разных служб и между специалистами и активными приемными родителями.
- Установление контакта с семьей. Ответственность специалиста и ответственность семьи. План работы с семьей. Инструменты диагностики состояния семьи. Оценка состояния семьи в динамике.
- Выявление потребности семей на территории в сопровождении. Выбор форм работы с семьями. Групповые занятия, индивидуальные консультации, лекции, ресурсы для замещающих семей и психолога.

## **Программа групп для приемных родителей «Школа осознанного родительства»**

---

В качестве примера программы групп для приемных родителей приведем программу цикла тренингов, разработанную тренерами Натальей Хейфец и Юлией Аюповой для проекта «Школа осознанного родительства», реализованного «Семьей детям» в 2014–2015 гг. В данном проекте организация работала по двум направлениям. Во-первых, проводились групповые психологические тренинги для родителей. Во-вторых, в рамках проекта у родителей была возможность получить индивидуальные и семейные консультации у психолога. В проекте приняли участие 30 семей из Екатеринбурга, для них были проведены 10 тренингов и около 150 индивидуальных консультаций. Две группы приемных родителей работали в течение года. Регулярность групповых встреч – 1 раз в месяц. Начиная со второй встречи состав участников не изменялся, группы были «закрытые».

### **Программа групп выглядела следующим образом:**

1. Знакомство участников. «Я и мой ребенок. Чувства, отношения, трудности». Исследование состояния семьи, родителей, ребенка и отношений в семье на момент начала группы. Упражнение «Я и мой ребенок», работа с метафорическими ассоциативными картами.

2. «Травма привязанности». Теория привязанности. Нормальное развитие ребенка. Травмы привязанности. Оценка состояния привязанности у ребенка. Лекция-беседа.
3. «Травмы, связанные с потерей родителей (смерть родителей, их отказ от ребенка, лишение родительских прав)». Влияние потери родителей на состояние и развитие ребенка.
4. «Возрастные особенности детей». Нормальное развитие детей. Потребности ребенка в зависимости от возраста. Диспропорции развития ребенка. Диагностика диспропорции развития. Построение плана реабилитационного воспитания с учетом особенностей развития ребенка. Лекция с элементами дискуссии. Практическое упражнение по анализу состояния своего ребенка.
5. «Особенности подросткового возраста». Нормальное протекание подросткового возраста. Этапы. Задачи разных этапов подросткового возраста. Особенности протекания подросткового возраста у детей с нарушенной привязанностью. «Лекция-дискуссия. Упражнение «Я в подростковом возрасте. Что мне помогало установить контакт с родителями, а что мешало?»
6. «Приемная семья и биологические родители». Важность роли кровных родителей в жизни приемного ребенка. Исследование отношения приемного родителя к прошлому ребенка. Практикум на тему «Как говорить с ребенком о его кровной семье».
7. «Бесконфликтное общение. Я-высказывания». Практикум.
8. «Бесконфликтное общение. Контейнирование и отражение детских чувств». Практикум.
9. «Ответы на трудные детские вопросы». Тренировка навыка.
10. «Трудное детское поведение (обиды, капризы, агрессия)». Ролевые игры и упражнения.
11. «Правила и границы в семье». Виды правил в семье. Метод четырех цветных квадратов. Лекция с элементами мозгового штурма.
12. «Поощрение и наказание». Цели воспитательных воздействий. Правила и приемы. Отработка навыков. Метод последствий. Дискуссия и ролевые игры.

Часть тем (с первой по шестую) дублирует и расширяет темы, включенные в программу школ приемных родителей. При этом акцент сделан на анализ родителями ситуации воспитания их приемных детей и выбора решений, подходящих их конкретной семье. Темы с седьмой по двенадцатую представляют собой практикум по формированию и отработке конкретных родительских навыков. *Ценность тренинговой работы заключалась в том, что родители не только узнали многое в теории, но также смогли обсуждать проблемы, с которыми они непосредственно встретились в ходе воспитания детей. Именно на таких встречах родители могли попросить совета у других родителей в сложной ситуации. В итоге на тренингах происходила групповая терапия, разбор конкретных сложных случаев, а также обмен опытом между участниками.*

## **Программа тематической группы для родителей «Адаптация»<sup>2</sup>**

---

Тема адаптации приемного ребенка к семье и семьи к ребенку является одной из самых актуальных для родителей и специалистов, работающих с семьями кандидатов в замещающие родители, а также с семьями, воспитывающими приемного ребенка недавно. Таким семьям нужно интенсивное внимание и поддержка со стороны службы сопровождения. Относительно нересурсоемким способом обеспечения такой поддержки становится организация группового сопровождения в виде структурированной пролонгированной тематической программы.

Программа рассчитана на 9 занятий. В группу входят семьи, принявшие детей в семьи в течение предыдущих 2-х лет и проживающих процессы адаптации.

Основная задача группы – повышение устойчивости родителей через повышение осознанности и формирование связей между родителями в группе.

### **Тематический план занятий по программе «Адаптация»:**

1. Знакомство, ожидания и опасения в группы, выработка правил, создание безопасной и доверительной обстановки.

2. Авторы: Александра Мелях, Наталья Хейфец.

2. Теория привязанности. Диагностические инструменты: линия жизни, мозаика развития. Разбор случая по запросу.
3. Понятие «адаптация». Особенности ее протекания. Диагностика этапа адаптации. Анализ личных стратегий поведения. Разбор случая по запросу.
4. Трудное детское поведение. Причины и потребности ребенка. Разбор случая по запросу.
5. Трудные родительские чувства и переживания: «что и почему вызывает трудные чувства именно у меня?» Анализ способов реагирования, выбор оптимальных. Разбор случая по запросу.
6. Родительские компетенции. Понятия «забота» и «доминирование». Анализ родительского стиля и его соответствия потребностям конкретного ребенка.
7. Родительское выгорание. Поиск ресурса. Акцент на ресурсах сообщества родителей.
8. Разбор случаев.
9. Завершающее занятие. Подведение итогов.

## План группового занятия с родителями

---

При проведении групповых занятий с родителями полезно соблюдать одну и ту же структуру, что позволяет снизить тревогу и сопротивление группы процессу и содержанию групповой работы. Примерный план работы может быть такой:

1. *Приветственный круг. Он может быть структурированным, т. е. ведущий в начале круга задает вопрос всем участникам.*  
Примеры вопросов:
  - *С каким настроением/вопросом/идеей вы сюда ехали?*
  - *Что для вас важного произошло с предыдущей встречи?*
  - *Какие были осознания после предыдущей встречи?*
  - *Какие техники и инструменты с прошлого занятия вы попробовали? Что получилось? Что нет?*
2. *Разминка/«ледокол». Это может быть упражнение или процедура, которая позволяет участникам стать ближе друг к другу и настроиться на более глубокую совместную работу. В родительских*

группах хорошо проходят любые модификации упражнения «Карусель». В некоторых группах целесообразно сначала провести разминку по типу «карусели», чтобы максимально перемешать участников, дать им возможность подвигаться и преодолеть скованность начала группы, дать им увидеть живых людей, а не свои проекции о них и только потом переходить к приветственному кругу.

3. Затем следует упражнение-провокация, которое поможет родителям соприкоснуться с пластом эмоциональных переживаний, связанных с темой занятия. Форму провокации ведущие выбирают в зависимости от своих предпочтений и особенностей группы. Это может быть работа с проективным материалом, метафорическими ассоциативными картами, видеоматериалами, упражнения, игры, дискуссии и мозговые штурмы в мини-группах.
4. Теоретический блок. Может быть совмещен с рефлексией по упражнению-провокации или идти сразу после нее.
5. Разбор трудного случая по запросу. Во многих родительских группах разборы сложных случаев взаимодействия с приемными детьми, их кровными родителями, представителями школы, структур власти, медицинскими работниками, соседями и другими становятся самой важной составляющей встреч. Разборы помогают решить насущные проблемы родителей, выйти из изоляции, связанной с переживанием серьезных трудностей, профилактировать эмоциональное выгорание родителей, закрепить теоретический материал текущего и предыдущих занятий. Во время разборов происходит живой обмен мнениями и поддержка родителей друг другом.
6. Завершающий круг, в котором происходит рефлексия содержания встречи, дается обратная связь и высказываются пожелания по поводу будущих встреч.
7. Домашнее задание является необязательным компонентом, но оно помогает родителям поддерживать контакт друг с другом, сохранять более высокий уровень осознанности, формировать новые навыки поведения и его рефлексии.

## 2.2. МЕТОДИКИ И ИНСТРУМЕНТЫ РАБОТЫ С СЕМЬЕЙ

---

Методики, представленные в этом разделе, довольно просты в использовании и могут быть применены как психологами, так и специалистами по социальной работе. Выбранные инструменты, с одной стороны, помогают специалисту службы сопровождения продиагностировать ситуацию в семье, а с другой стороны – предполагают активное участие родителя. Родитель выступает не как объект диагностического исследования, а как субъект взаимодействия. Работа с этими методиками помогает родителю по-новому взглянуть на свою семейную ситуацию и вместе со специалистом найти способы ее изменения. Такой подход позволяет строить партнерские отношения в паре родитель-специалист, запускает процессы рефлексии ситуации у самого родителя и способствует мобилизации ресурса родителя и принятию на себя ответственности за изменения.

### Инструменты диагностики ситуации в семье

---

В самом начале работы с семьей важно провести диагностику ситуации. Кроме тестов стоит использовать методики, которые будут:

- способствовать налаживанию контакта с родителем;
- позволят понять точку зрения родителя, его видение ситуации;
- будут способствовать установлению партнерских отношений;
- помогут в формировании плана сопровождения.

### Работа с круговой диаграммой

---

Родителю предлагается лист, на котором нарисован большой круг. Круг может быть пустым, а может быть уже разделен на сектора. В секторах могут быть отмечены разные сферы жизни и контактов семьи с приемным ребенком. Пример секторов: отношения с приемным ребенком, отношения с супругом(ой), отношения с кровными детьми, отношения с родителями, отношения с друзьями, отношения со структурами (опека, школа, больница и т.п.).

**Инструкция:** *Представьте, что этот круг – это пространство Вашей жизни и отношений с приемным ребенком.*

- *Из каких блоков (частей, секторов) он состоит? Выделите их.*
- *Сколько места занимает каждый из них? (Вы можете использовать разные цвета для обозначения разных секторов.)*
- *Какой из секторов для Вас самый сложный? В каком секторе больше всего ресурса, силы? В каком секторе ресурсов меньше всего? В каком секторе для Вас заключается самая большая сложность? В каком секторе (аспекте Вашей жизни) Вам сейчас наиболее трудно, а где спокойно и ресурсно?*
- *Проранжируйте, пожалуйста, сектора по наибольшей остроте и потребности в помощи. (Градацию можно выстраивать по шкале от 0 до 10, где 10 – это точка наибольшего напряжения и потребности в помощи. Опираясь на эту градацию, удобно строить план работы с семьей.)*
- *Какая помощь Вам нужна для решения этой проблемы? От кого вы ожидаете ее получить: от родных, от специалистов службы сопровождения, от друзей и знакомых, от кого-то еще?*

Это лишь примерная схема беседы. Самое главное – это вовлечение родителя в процесс обдумывания своей ситуации, обсуждения, анализа и поиска решений. Это помогает выстраивать партнерские отношения между специалистом и родителем и восстанавливает самооценку родителя как сильного, ресурсного, способного справляться человека.

Такую работу можно проводить как со взрослыми, так и с подростками. Более младшим детям можно предлагать уже готовые названия секторов, предлагать им рисовать, использовать игрушки или картинки.

К диаграмме, нарисованной совместно с родителем на диагностическом этапе, можно возвращаться на разных этапах работы с семьей, чтобы видеть изменения, которые происходят, отслеживать результаты, ставить новые цели и задачи.

Важно отметить, что **беседа** сама по себе может быть диагностичной – можно смотреть, как приемный родитель сам оценивает свою ситуацию; склонен винить в трудностях ребенка или себя; способен ли видеть ресурсы или склонен концентрироваться на неудачах и трудностях; готов ли запрашивать помощь, поддержку и принимать их.



## Планирование действий и их результатов

Итогом беседы может стать план с конкретными шагами, датами и ответственными. Например, оформленный в виде подобной таблицы:

Трудность	Желаемый результат	Шаг (Действия)	К какому сроку	Кто действует

## «Линия жизни»

«Линия жизни» – это инструмент, который активно используется как в работе с семьями, так и для анализа работы со случаем в супервизорских разборах. С нее удобно и безопасно начинать разговор с родителем. Это дает специалисту информацию об истории ребенка, представление о тех травмах, которые ребенок пережил, помогает сделать предположения о той форме привязанности, которая у ребенка сформирована.

Также эффективно использовать «Линию жизни» тогда, когда мы, специалисты, видим, что требования родителя к ребенку слишком высоки, когда есть ощущение, что родитель не помнит об истории ребенка или не учитывает ее, ожидая невозможного на данном этапе.

**Инструкция:** *Отметьте, пожалуйста, на этой линии все события из жизни Вашего приемного ребенка, о которых Вы знаете. Начиная с его рождения и до настоящего времени. Если Вы знаете что-то о периоде беременности его матери, то можно тоже отметить это на линии.*

*После наполнения линии событиями, можно обсуждать те трудности, которые есть в настоящее время, и их связь с историей ребенка.*

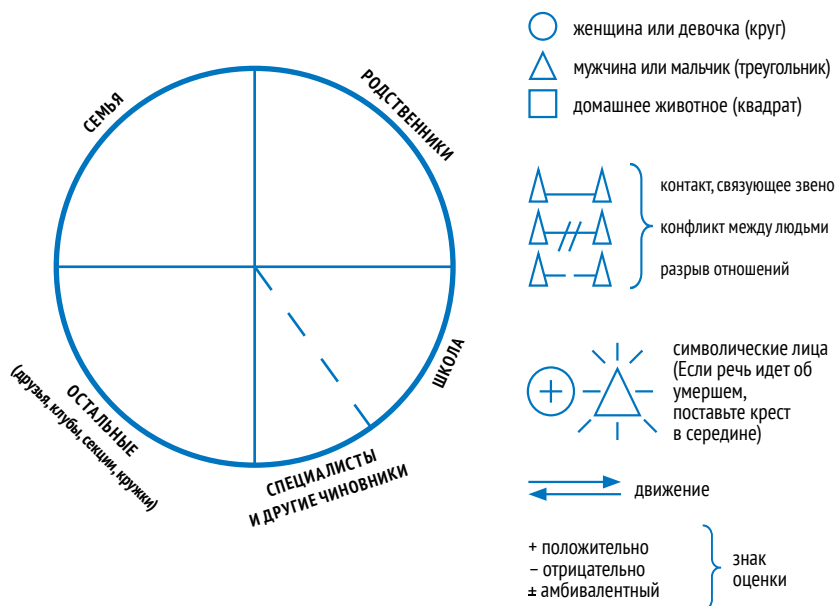
Линия жизни – это важный инструмент для специалистов и для родителей. Позволяет увидеть историю ребенка в целом, увидеть точки

травмы и зоны риска, а также ресурсные периоды. Также это может быть упражнение в работе на детско-родительской группе, когда свою линию жизни рисует каждый член семьи. Потом соединяют их в одной точке, обозначая дату встречи семьи. Дальше уже рисуют общую линию, обозначая на ней общие события.

С линиями жизни можно работать с родителями, их историей и мотивацией, обозначая на линии точку первой мысли о принятии ребенка, дальнейшие этапы в развитии этого решения, встречу с ребенком, начало совместной жизни.

## Карта социальных контактов

Еще одна диагностическая методика – карта социальных контактов. Ее можно проводить и с детьми, и со взрослыми. Заполнение карты позволяет родителю проанализировать свое окружение, увидеть ресурсные и дефицитные зоны.



Работа с детьми помогает увидеть, как сам ребенок оценивает свое окружение, в ком видит помощь и ресурс.

У каждого человека есть ближайшее окружение, которое можно назвать сетью социальных контактов<sup>3</sup>. Эта сеть не статична, она находится в постоянном движении и изменении – одни значимые люди сменяют других, а кто-то из них становится ближе человеку или отдаляется от него. Так и ребенок существует не в вакууме, а включен в свой собственный социальный контекст. Карта социальных связей выполняет несколько задач:

- позволяет составить целостную картину контактной сети ребенка и семьи;
- предоставляет средство для установления контакта;
- позволяет проанализировать факторы здоровья (ресурсы) на уровне разных систем;
- помогает ребенку и семье более осознанно задуматься над позитивными моментами своей жизни;
- сделать отношения внутри контактной сети понятными для семьи и специалиста.

Карта социальных связей позволяет ребенку вспомнить всех людей, которые имеют хоть какое-то отношение к его жизни и его проблемам. Ребенок находится в центре карты, в точке пересечения всех микросистем. Чем ближе к центру карты тот или иной человек, тем он важнее для ребенка, тем большую роль (возможно и негативную) он играет в его жизни.

*Составление карты имеет несколько этапов:*

### **1. Введение понятия социальной сети.**

Примерная инструкция для ребенка: Сейчас мы нарисуем на этой карте всех людей, которые тебя окружают в разных сферах твоей жизни. Ты – в центре. Кто-то из них для тебя более важен и близок, тогда мы нарисуем его ближе к тебе, кто-то менее близок и важен, но может оказать влияние на твою жизнь – тогда мы нарисуем его дальше от центра круга. Важно вспомнить всех, кто может хоть как-то повлиять на твою жизнь, не важно, хорошие у тебя отношения с этим человеком или нет. Отношения с этим человеком мы обозначим плюсом и/или минусом. У всех этих людей между собой есть какие-то отношения, которые ты тоже можешь

**3.** Материал приведен из книги: «Интенсивная семейная терапия на дому. Практическое руководство» / Под ред. Ю.В. Сомовой, Т. Балдина. – М., 2007. – 176 с.

обозначить. При составлении карты социальных связей важно проявлять искреннюю заинтересованность каждым человеком, важным для ребенка, стимулировать рассказ о нем и отношениях с ним.

## **2. Поиск и оценка позитивных факторов.**

Ребенку предоставляется возможность ответить на следующие вопросы:

- Кто в твоей семье волнуется о том, как у тебя дела и как ты себя чувствуешь?
- Кто в твоей семье служит для тебя положительным примером?
- Кто из твоих друзей помогает тебе и слушает тебя, когда у тебя неприятности?
- Кого из твоих друзей ты выбираешь, когда ты занимаешься чем-то позитивным?

## **3. Желаемые изменения.**

Специалист смотрит на готовую сетевую карту вместе с ребенком (семьей) и отмечает, каких изменений ребенок (семья) хочет добиться, например, через год. Желаемые изменения отмечаются стрелками или цветными карандашами. Важно думать о позитивных изменениях в контактной сети.

## **4. Анализ карты**

Осуществляется специалистом или всей командой. При анализе карты важно получить ответы на следующие вопросы:

- Как выглядит семейное и родственное окружение ребенка?
- Что ребенок чувствует по отношению к членам своей семьи?
- Какие важные лица имеются в контактной сети? Какое влияние они оказывают на сложившуюся ситуацию?
- Кто был, есть и может быть ресурсом?
- Как ребенок воспринимает своих друзей?
- Доволен ли ребенок своим общением с друзьями и знакомыми?
- Какие отношения существуют между микросистемами?
- Какие изменения желает ребенок?

Это классический вариант работы с методикой. В работе с приемными семьями в использовании методики могут происходить корректировки. Отдельные карты можно заполнять с ребенком и с родителями. При этом в работе с родителями можно использовать 2 варианта:

- заполнение карты о ребенке и представления родителей об окружении и отношениях ребенка (потом полезно сравнивать карты взрослых и детей, анализировать и обсуждать их всей семьей, проявляя искреннее любопытство и уважение к взгляду ребенка на свое окружение);
- заполнение карты для анализа системы социальных связей самих родителей. Вместе с ними анализировать наличие/отсутствие ресурсного окружения, обсуждать желаемые изменения.

### **Использование метафорических ассоциативных карт**

---

В работе с приемными детьми и их родителями очень активно используются различные проективные методики, в частности, песочная терапия, о которой сейчас есть много информации, рисуночные методики («Дом, дерево, человек», «Человек под дождем» и другие), работа с пластилином, красками, игрушками. В данном пособии мы хотим представить еще один метод – работу с метафорическими ассоциативными картами.

Метафорические ассоциативные карты (МАК) – это одна из проективных методик, включающая в себя разнообразные колоды, часть из которых состоит только из карточек с картинками, в ряде колод есть дополнительные карточки со словами.

Некоторые из колод представлены в виде двух составляющих, некоторые – в виде одной. Карты не имеют названий и номеров. Кроме изображений на них ничего нет. Карты между собой никак не связаны, каждая из них – самостоятельный мир, отдельный от других. Только конкретное частное сочетание двух или более карт в руках одного человека приобретает смысл и свое особое значение именно в тот момент, когда человек на них смотрит.

МАК в своей работе применяют различные специалисты. Учителя, социальные работники, преподаватели иностранного языка, тренеры, психологи, психотерапевты. Это тот инструмент, который может быть использован в разных психотерапевтических направлениях.

Разработан ряд общих правил, которые применимы к ассоциативным картам в целом как к инструменту. Задача этих правил сделать работу, «игру» с картами безопасной, способствующей самораскрытию

участников «игры». Мы приводим здесь базовые правила применения колод, разработанных немецким издательством «OH-cards»:

Пять пунктов, которые следует соблюдать, используя карты «ОН»:

- Работа в группе идет лучше, если участники реагируют на выбранную карту спонтанно, используя больше свою фантазию, нежели логику.
- Мы уважаем других участников и заботимся об их комфорте и безопасности. Игрок может отказаться от вытянутой карты, показав ее другим участникам или нет, а также выбрать другую карту без каких-либо объяснений.
- Мы не интерпретируем карты другого игрока. Нет «неправильных» ответов или историй.
- Мы уважаем и ценим чужое мнение. Я не буду спорить о твоей интерпретации, но я могу задать вопрос о ней, чтобы прояснить то, что мне не понятно. Так я смогу лучше понять тебя. И я поддерживу тебя так, как смогу.
- В «ОН» мы ценим индивидуальность друг друга и наши различия. Играя в карты «ОН», я допускаю, что вы видите и чувствуете не то, что вижу и чувствую я». (Из правил работы с колодой «ОН».)

Мы представим несколько упражнений, которые можно использовать с детьми и родителями.

### **УПРАЖНЕНИЕ: «Я и мой ребенок. Наши отношения».**

#### **ВАРИАНТ 1.**

*Цель: осознание ситуации и собственной роли в ее развитии.*

*Мы просим родителя вслепую достать 4 карты и выложить их в соответствии со схемой:*

- Ребенок в отношениях со мной (как себя проявляет, какой он);
- Я в отношениях с ребенком;
- Что меня устраивает в отношениях;
- Что поможет улучшить отношения.

*Вместе с родителем анализируем мысли и чувства, которые возникают при контакте с картами, ассоциации и образы, которые рождаются. Также обращаем внимание на телесные реакции родителя.*

*(Варианты работы: родитель может выкладывать карты не глядя, и работать с теми совпадениями, которые получились. Можно же*

*просить его из вытянутых вслепую 4 карт подобрать ответы к вопросам, написанным выше. Можно после первой работы с раскладом перемешать карты и снова выложить их по схеме, чтобы найти еще дополнительные смыслы, новые грани.)*

### **ВАРИАНТ 2.**

*Просим родителя вытянуть 5 карт и разложить их по схеме:*

- Что я привношу в отношения с ребенком?
- Что ребенок привносит в наши отношения?
- Что меня не устраивает в отношениях?
- Что мне нравится в наших отношениях?
- Что я хочу изменить?

*После работы над картами мы можем попросить родителя найти (или вытянуть вслепую) карточку, которая бы отвечала на вопрос: «Что мне поможет изменить отношения?» Завершить работу лучше всего обсуждением конкретных шагов, которые родитель будет применять в своей реальной жизни, чтобы отношения с ребенком изменились.*

Оба варианта упражнения можно проводить как индивидуально с родителями и подростками, так и на совместных детско-родительских консультациях или группах. Задача специалиста – помочь детям и родителям наладить уважительный, безопасный диалог друг с другом.

### **УПРАЖНЕНИЕ: «Два мира».**

*Мы просим родителя подобрать (или вытянуть вслепую) 2 карты, которые бы символизировали 2 мира: семья до приема ребенка и приемный ребенок.*

- Как выглядят эти два мира?
- Что их объединяет?
- В чем отличия этих миров?
- По каким законам живут эти миры?
- Чему учат друг друга?

*На следующем этапе мы просим расположить карты сначала на таком расстоянии друг от друга, на каком, по мнению родителя, находились семья и ребенок в момент принятия ребенка в семью, а потом на момент консультации.*

- Что изменилось за время жизни ребенка в семье?
- Что помогало сближаться?
- Что мешало сближаться и отдаляло друг от друга?

*В завершение можно попросить родителя найти одну карточку, которая бы символизировала единый мир семьи и приемного ребенка, если родитель готов это сделать.*

#### **Игры с маленькими детьми.**

##### **ВАРИАНТ 1.**

*С маленькими детьми мы просто рассматриваем картинки, просим ребенка выбрать те, которые ему нравятся, и те, которые вызывают негативные эмоции. После того как ребенок разделит картинки, мы просим пояснить, почему та или иная картинка нравится или нет. Эта простая игра помогает установить контакт с ребенком. Дает много диагностического материала. Учит ребенка размышлять, говорить, формулировать свои мысли.*

##### **ВАРИАНТ 2.**

*Мы предлагаем ребенку вместе создать сказку. Говорим о том, что у нас есть специальные картинки, которые нам помогут это сделать. Предлагаем рассмотреть картинки и выбрать те, из которых он бы хотел создать сказку. Когда ребенок выбрал карточки, мы просим его разложить их в линию и помогаем ему начать рассказ. Это тоже и развивающая, и диагностическая игра.*

### **2.3. СПОСОБЫ ПОДДЕРЖКИ СПЕЦИАЛИСТОВ**

---

Эта часть объединяет инструменты и методы, помогающие рефлексии специалистов. Авторы выбрали балинтовскую группу как наиболее универсальную форму групповой работы по анализу трудных случаев. Использование ее позволяет специалистам оказывать поддержку друг другу. При этом регулярные разборы случаев способствуют профессиональному росту. Также в тексте приведен алгоритм уровневого анализа проблемы, который может быть использован как в группе специалистов, так и при индивидуальной работе. Завершает раздел инструмент для самопомощи специалистов, который применяется индивидуально.



## Балинтовская группа

---

Одним из навыков специалиста, работающего в службе сопровождения приемных семей, должен быть навык анализа трудных ситуаций. Этот навык формируется во время участия специалиста в супервизионных и интервизионных группах. Тренируется способность рассказывать о случае, задавать вопросы и формулировать гипотезы, выдвигать предположения и рекомендации. Разбор трудного случая по плану и технологии структурирует мышление и помогает не погружаться слишком глубоко в эмоции.

Подобный навык, на наш взгляд, необходим приемным родителям. Небольшие разборы трудных случаев – это одна из форм работы родительских групп. Один из вариантов такого разбора – это работа в формате балинговской группы<sup>4</sup>.

Целью и задачами балинговских групп являются повышение компетентности в профессиональном межличностном общении; осознание личностных «слепых пятен», блокирующих профессиональные отношения с клиентами; профилактика эмоционального выгорания участников группы, основанная на возможности проработки трудных случаев в ситуации поддержки коллег.

Группа может объединять людей с различным стажем работы, наиболее эффективно участие их при стаже более трех лет. В группу могут входить 6–15 человек, оптимально – 8–10.

Основным принципом формирования группы является добровольность объединения профессионалов, готовых к пересмотру стереотипов в своей работе, заинтересованных во взаимопомощи.

Продолжительность одного занятия, посвященного анализу одного случая, 2-2,5 часа с 10-минутным перерывом перед «завершающими» шагами. Эти цифры являются рекомендацией, основанной на опыте конструктивной работы в различных группах, частота перерывов и встреч, время окончания работы определяются самими участниками группы. Для занятий используется помещение, позволяющее расположить в круг стулья или кресла по числу участников. Дополнительное техническое обеспечение не требуется.

4. Материал приведен по книге Кулакова С.А. «Супервизия в психотерапии».

Руководитель группы избирается участниками либо специально приглашается для этой работы. Ведущий должен быть опытным специалистом в области консультирования и психотерапии, знать технологию балинтовской группы, принципы групповой динамики, уметь управлять группой, следить за состоянием рассказчика и блокировать опасные обратные связи в случае неготовности заказчика принимать их.

Предметом анализа в группе являются обсуждения случаев из практики участников. Это могут быть «трудные» или «неудачные» эпизоды из прошлого, продолжающие беспокоить, вызывающие дискомфортные воспоминания, остающиеся для него «непонятными». Либо это могут быть текущие случаи, вызывающие беспокойство.

#### **Технология работы балинтовской группы.**

Занятия балинтовской группы достаточно подробно структурированы и проводятся в несколько этапов или «шагов».

**Первый «шаг»** может быть условно назван «определение заказчика» из числа участников балинтовской группы. Каждое занятие традиционно начинается с вопроса ведущего: «Кто хотел бы представить на рассмотрение свой случай?» Обычно после небольшой, а иногда и продолжительной паузы определяется один или несколько желающих. Каждого из претендентов на «заказ» ведущий просит описать в течение 1–2 минут свой случай в произвольной, но лаконичной форме. После непродолжительной дискуссии и выбора группа отдает предпочтение одному из заказчиков. При голосовании может возникнуть ситуация, когда два заказчика получат равное количество голосов. Тогда право выбора предоставляется обоим путем переговоров или руководитель берет инициативу на себя.

**Второй «шаг»** работы группы предполагает рассказ заказчика о своем трудном случае из практики своей профессиональной деятельности. Устанавливаются «мягкие» ограничения по времени. Руководитель и члены группы внимательно слушают и наблюдают за его поведением и поведением друг друга. Их наблюдения могут оказаться очень полезными для последующего анализа коммуникативных затруднений докладчика.

**Третий «шаг»** – формулирование заказчиком вопросов к группе по своему случаю, вынесенному на обсуждение. На этом этапе ведущий помогает заказчику сформулировать запросы (вопросы и пожелания) группе,

в которых заложено желание получить новые знания и (или) групповую поддержку. Целесообразно записать вопросы на доске или планшете, т. к. все участники группы постоянно обращаются к ним, сохраняя точность их содержания.

**Четвертый «шаг»** – вопросы группы к участнику, представившему случай. Этот этап может проводиться по-разному в зависимости от состава участников, опыта и предпочтений ведущего. В классической бабинтовской группе поведение на данном этапе жестко не регламентировано. В этом случае все спонтанные реакции участников, их поведение и эмоциональные проявления фиксируются ведущим и могут явиться в дальнейшем объектом динамического анализа (в классической группе это не используется, т. к. групповая динамика в ней не является предметом анализа). Другой вариант, напротив, жестко структурированный. Все участники задают по кругу по одному вопросу заказчику. Таких кругов может быть несколько. Кто-то из участников, не желающий задавать вопрос для прояснения ситуации или проблемы при соответствующей очередности, может ее пропустить. Это не исключает для него возможность задать возникший позже вопрос на следующем круге.

Еще один вариант, который может использоваться, является промежуточным. Каждому участнику также по кругу предоставляется возможность задать определенное количество вопросов. При этом кто-то может задать их меньше или пропустить свою очередь, вновь воспользовавшись своим правом на новом круге. Отсутствие какой-либо регламентации на этапе вопросов заказчику допустимо и может дать интересный материал для последующего обсуждения. Руководитель может также, начав с вопросов по кругу и заметив, что все большее число участников пропускает свою очередь или вопросы по сути повторяются, предложить перейти к неформализованному варианту. В этом случае уместно прямо предложить участникам отказаться от очередности и задавать вопросы «в свободном режиме» тем, у кого они еще остались. На этом этапе заказчик часто с удивлением обнаруживает, что почему-то забыл или не учел весьма важные аспекты своего случая. Тогда заказчик дополняет свой рассказ на третьем этапе, многие неосознаваемые моменты проясняются для него.

**Пятый «шаг»** – окончательное формулирование заказчиком вопросов, которые он хотел бы вынести на обсуждение. Иногда формулировки вопросов сохраняются в первоначальном виде. Чаще, однако, они претерпевают изменения. Некоторые из ранее поставленных вопросов могут вообще потерять свою актуальность для заказчика, благодаря осознанию им ряда моментов на предыдущем этапе. Список вопросов заказчика может быть расширен, если какие-то из вопросов, заданных ранее группой, кажутся ему существенными для прояснения случая. Руководителю полезно предложить группе сформулировать дополнительные вопросы, ответы на которые, как им представляется, принесут пользу заказчику. Но право конструирования окончательного списка вопросов остается за заказчиком случая. Заметим, что часто таким дополнительным вопросом, принимаемым заказчиком, является вопрос о том, какие аспекты в предложенном случае он недостаточно осознает, с точки зрения группы. Обычно окончательный список включает 3–5, но может быть и всего один вопрос.

**Шестой «шаг»** – ответы группы на запросы заказчика и свободная дискуссия.

Начало этапа может быть формализовано.

Все участники по кругу отвечают на поставленные перед ними вопросы. При этом заказчик может предпочесть услышать ответы на все вопросы поочередно от каждого члена группы или предложить, чтобы участники по кругу ответили сначала на первый вопрос, затем на второй и т. д. Если некоторые вопросы представляются ему тесно связанными, то возможно, чтобы каждый ответил по кругу на первую группу вопросов, а потом так же по кругу на следующую из них. Ответы могут отражать чувства участников группы: «В этом случае я чувствую себя...»

В отличие от 4-го «шага» задавать или не задавать вопросы участнику, представившему случай, на шестом «шаге» ответы на вопросы являются, как правило, обязательными для всех участников группы. Не меньшее значение, чем определенные суждения и советы, для заказчика и остальных участников могут иметь ответы типа: «У меня тоже была подобная ситуация, и я нашел выход...» В начинающей работу балинтовской группе участники на этом этапе могут стремиться к разнообразию ответов. Важно не допускать выражений типа: «Я тоже так думаю, как и...» или «Я не знаю,

что говорить, все уже было сказано». В таких случаях руководителю приходится напоминать, что ответы являются «обязанностью» всех членов группы и высказывание точки зрения, даже аналогичной прозвучавшей ранее, весьма важно предоставившему случай. В эмоционально окрашенной атмосфере заказчик может не понять смысл однократно высказанного кем-то суждения. Самостоятельное значение имеет для него и сам факт, что многие члены группы предлагают идентичное или близкое видение его ситуации, но группа не стремится ничего навязывать, понимая, что докладчик может заблокировать принятие информации.

Поощряются на этом этапе и свободные ассоциации на тему «Аналогичная проблема». После высказывания любого члена группы заказчик может задать ему уточняющие вопросы, если что-то осталось неясным. Может быть, что в балинтовской группе один участник осознанно или неосознанно идентифицирует себя с заказчиком или его партнером по обсуждаемой ситуации. Высказывания последних могут быть, например, такими: «Знаешь, я представил себя на месте ... когда ты произносил что-то в его адрес, воспроизводя ситуацию, и при этом заикался, я почувствовал себя напряженно». Подобные высказывания имеют особую ценность для представляющего случай психотерапевта, да и для остальных участников также. В хорошо работающей балинтовской группе отдельные реплики провоцируют продолжение обсуждения в виде дальнейших его кругов или свободной, но корректно управляемой дискуссии. Это приводит к более глубокому пониманию проблем, творческому коллективному развитию прозвучавших точек зрения, неожиданных ракурсов видения обсуждаемой ситуации. Такое обсуждение позволяет воспользоваться полученной обратной связью участников балинтовской группы, как корректирующей, так и психологически поддерживающей.

Обратная связь от руководителя группы к заказчику осуществляется **на седьмом «шаге»**. Ведущий обобщает ответы группы, высказывает собственное видение ситуации, представленной заказчиком на обсуждение, предположений о причинах возникших у заказчика трудностей и т.д. (Заметим, что в различных видах социально-психологического тренинга ведущие, как правило, интерпретацию не дают.) В конце работы ведущий благодарит заказчика за предоставленный случай и смелость при его разборе, а участников группы – за поддержку заказчика.

**На восьмом «шаге»** заказчик дает информацию о своих ощущениях. Его высказывания могут касаться собственного эмоционального состояния и впечатлений о работе группы. Он может также представить обратную связь конкретным участникам, содержащую его мнение об эффективности их деятельности, поблагодарить за поддержку или высказаться о своем состоянии словами «как стало легко и многое понятно» и т. п. Балинтовская сессия может заканчиваться высказываниями отдельных членов группы о своих ощущениях и впечатлениях. Решаются также организационные вопросы, принимаются предложения.

## **Уровневый анализ проблемы**

Уровневый анализ проблемы является инструментом разбора сложных случаев на консилиумах службы сопровождения и супервизорских разборах. Этот инструмент активно использовался в нескольких проектах организации «Семья детям» и показал свою эффективность. Его ценность заключается в том, что и сами специалисты, и их руководители могут проанализировать уровень возникновения трудностей в работе и принять решения административного или системного характера в тех случаях, где это необходимо, а также увидеть дефициты в компетенциях, сделать выводы о потребностях в обучении или личной психотерапии самих специалистов.

### **«Уровневый анализ проблем в работе с трудными случаями»<sup>5</sup>**

Уровень анализа	Имеющиеся трудности и проблемы	Необходимый ресурс для изменений
Уровень организации/ системы	Проблемы, имеющиеся в организации работы со случаями: технологические, организационно-управленческие, законодательно-нормативные, материально-технические	Что необходимо изменить в организации

5. Приведена по материалам программы «Вектор НКО» АНО Вектор, г. Пермь.

Уровень собственного функционала	Проблемы и трудности, касающиеся содержания конкретной работы в качестве специалиста/куратора и функциональных обязанностей	Что необходимо изменить в собственном функционале и содержании работы
Уровень коммуникации	Сложности в контактах и взаимоотношениях (сотрудники, клиенты)	Какие новые навыки необходимо привнести в коммуникацию, какие усовершенствовать
Уровень перспектив	Препятствия на пути оптимизации работы	Какие ресурсы необходимы для развития системы в перспективе

### **Блокнот для самопомощи и анализа трудных ситуаций**

Авторами данного пособия был разработан инструмент самопомощи для родителей и специалистов «Блокнот-помощник “Сам себе психолог”». Он был опробован в нескольких группах родителей и специалистов, включая специалистов, принявших участие в обеих группах проекта «Распространение опыта по созданию и развитию региональных служб сопровождения замещающих семей». Большинство участников отметили улучшение понимания проблемы или изменение взгляда на нее, а также облегчение эмоционального состояния в результате работы с блокнотом.

Авторы материала предлагают начать работу с ним в тех случаях, когда специалист или родитель:

- переживает свои эмоции как слишком сильные;
- не знает, что делать дальше;
- чувствует себя беспомощным и у него «опускаются руки».

Каждая страница содержит список вопросов и свободные поля для ответов на них. Работа с блокнотом предполагает последовательные ответы на вопросы, размышление, подбор вариантов и анализ. Часто сам процесс работы с блокнотом помогает выпустить свои эмоции наружу и уменьшить напряжение, а иногда найти решение довольно сложной задачи. В некоторых ситуациях человеку для поиска выхода потребуется несколько минут, в некоторых – несколько дней.





4. Что прямо сейчас Вы можете сделать для себя, чтобы стало легче?

---

---

---

---

5. Что еще Вы можете сделать для себя в ближайшее время?

---

---

---

---

6. Может, еще что-то?

---

---

---

---

7. Кто еще может Вам помочь?

Друг, кто-то из родных, коллег, специалист  
(психолог, врач, юрист), кто-то другой...

---

---

---

---

8. Вернитесь к описанию в начале ситуации.

√ Что Вы сейчас чувствуете? \_\_\_\_\_

---

---

---

---

√ Что Вы сейчас думаете? \_\_\_\_\_

---

---

---

---

√ Что Вы сейчас ощущаете в теле? \_\_\_\_\_

---

---

---

---

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Основным выводом работы над проектом «Распространение опыта по созданию и развитию региональных служб сопровождения замещающих семей» и созданием данного пособия является признание высокой актуальности создания эффективных служб сопровождения замещающих семей. Роль негосударственных служб сопровождения значима, потому что они имеют возможность оперативно оказывать услуги и давать поддержку, не выполняя при этом функции контроля.

Для повышения уровня помощи, профилактики эмоционального выгорания специалистов и предотвращения ухода сотрудников из службы необходимо их профессиональное обучение, регулярное повышение квалификации и супервизии.

Эффективность помощи замещающим семьям напрямую зависит от качества взаимодействия службы сопровождения с другими НКО, государственными организациями, оказывающими помощь семьям, а также со школами, учреждениями дополнительного образования, психологическими центрами и медицинскими учреждениями на территории.

Сообщество специалистов, работающих в сфере сопровождения приемных семей и обучения кандидатов в приемные родители, не только помогает выйти из ощущения профессионального одиночества и способствует профилактике профессионального выгорания, но и обладает ресурсом для информационного обмена, оказания оперативной комплексной помощи семьям и повышения квалификации специалистов, входящих в сообщество.

Мы выражаем благодарность всем участникам проекта за неравнодушие, включенность и готовность, к обмену опытом.

## ПОЛЕЗНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

### КНИГИ

В класс пришел приемный ребенок / Людмила Петрановская / М.: ООО «Издательство АСТ», 2017.

Как говорить, чтобы дети слушали, и как слушать, чтобы дети говорили / А. Фабер, Э. Мазлиш – Москва: Эксмо, 2013.

Книга жизни / авт.-сост.: Александра Герасимова. – Благотворительный фонд «Дети наши», ООО «ИПК Парето-Принт».

Методические материалы по модели сопровождения замещающих семей: методическое пособие / авт.-сост. И.В. Татаурова, А.Н. Язовских, И.В. Маевская – Екатеринбург: Издательство АМБ, 2016. – 200 с.

Не упускайте своих детей / Габор Мате, Гордон Ньюфельд / Перевод Е. Петровой, А. Абрамовой, Б. Шапиро. – 3-е изд., доп. – М.: Ресурс, 2017. – 384 с.

Общаться с ребенком. Как? / Ю.Б. Гиппенрейтер – АСТ, Астрель, Харвест, Москва, 2008.

Покой, игра, развитие. Как взрослые растят маленьких детей, а маленькие дети растят взрослых / Дебора Макнамара / Перевод Н. Шостаковой. – М.: Ресурс, 2016. – 320 с.

Понимать детей. Путеводитель по теории привязанности Гордона Ньюфелда / Дагмар Нойброннер / Перевод с нем. А. Будницкой. – М.: Ресурс, 2015. – 136 с.

Приемный ребенок: жизненный путь, помощь и поддержка / М.В. Капилина (Пичугина), Т.Д. Панюшева – М.: Ника, 2015.

Свобода от воспитания / Дима Зицер. – ООО «Издательство Питер», 2016.

Супервизия в психотерапии / С.А. Кулакова – СПб, «Вита», 2004.

Тайная опора: привязанность в жизни ребенка / Людмила Петрановская; худ. Андрей Селиванов – АСТ, Москва, 2015.

### МУЛЬТФИЛЬМЫ

Изображения «Колесо эмоций» Роберта Плутчика, «Колесо заботы».

«Кастрюлька Анатоля», JPL films, Eric Montchaud, Франция, перевод И. Рыбкиной.

«Мальчик и чудовище», eine Production der Studio Soi GmbH and Co. KG im Auftrag des ZDF, Германия.

### ФИЛЬМЫ

«Блеф, или с Новым годом» (2013). Режиссер Ольга Синяева, Россия.

«Джон» (1969). Режиссеры: Джеймс Робертсон, Джойс Робертсон, Великобритания.

«Ранние отношения и развитие ребенка» (2008). Режиссер Светлана Палмер, Россия.

Телепередача «Школа злословия» с участием Юлии Гиппенрейтер и Людмилы Петрановской.

### **БЛОГИ**

Блог Людмилы Петрановской, статьи: «Родовое проклятие – сделано вручную», «Цена тайны» и др.;

Блог практикующего психолога Деминой Екатерины Александровны, статьи: «Выбрать ребенка», «Чего боятся приемные дети», «Приемный ребенок и беременность мамы», «Точка отсчета. Почему большие дети иногда становятся маленькими» и др.

### **ВЕБИНАРЫ ДЛЯ ПРИЕМНЫХ РОДИТЕЛЕЙ И СПЕЦИАЛИСТОВ НА САЙТЕ ФОНДА «ИЗМЕНИ ОДНУ ЖИЗНЬ»:**

Горе и потеря: переживание утраты детьми,

Книга жизни – техника работы с историей жизни приемного ребенка,

Комплексный подход в работе с семьей и ребенком,

Прошлое приемного ребенка,

Профилактика эмоционального выгорания приемных родителей,

Сообщество приемных родителей: как мы можем помочь друг другу,

Травмы привязанности. Проявления расстройств привязанности и реабилитация,

Что такое работа со случаем и проблемы ее применения в системе семейного устройства,

Этические принципы в работе по семейному устройству.

### **СТАТЬИ**

6 возрастов приемного ребенка: главные особенности усыновления / Виктория Сальникова;

6 причин, которые (не) мешают усыновить ребенка / Людмила Петрановская, автор Анна Фатеева;

Не могу, не выдерживаю, давай вернем обратно. Три истории о приемных семьях / Анна Балужева.

Прием новых детей в семью: как говорить об этом с детьми дома? / Интервью с SharonKaplanRoszia, проведенное BethHall (перевод Т.Д. Панюшевой);

Разговор с подростком о том, что он приемный / Randolph W. Severson (перевод Т.Д. Панюшевой);

Цель родителя – стать ненужным / Людмила Петрановская, автор Александра Макарова-Мельникова;

# МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ

## **Авторы-составители:**

А.С. Мелях, тренер-психолог АНО «Семья детям»,  
Н.Л. Хейфец, тренер-психолог АНО «Семья детям».

**Методические материалы для специалистов  
служб сопровождения замещающих семей**

Издательство АМБ  
620142, г. Екатеринбург, ул. Щорса, 7  
Тел.: (343) 311-30-91, e-mail: amb@amb.ur.ru

Президент АМБ, генеральный директор ООО «АМБ.ПРИНТИНФОРМ»  
*Владимир Лобок*

Корректурa *Наталья Кайгородова*  
Оформление, верстка, предпечатная подготовка *Анастасия Ситдикова*

Подписано в печать 13.11.2017  
Формат 60x90/16. Усл. печ. л. 2,81  
Тираж 50. Заказ № 724

Отпечатано в типографии АМБ (ООО «АМБ.ПРИНТИНФОРМ»)  
620142, г. Екатеринбург, ул. Цвиллинга, 7  
Тел.: (343) 311-30-91, e-mail: amb@amb.ur.ru

**АНО «Семья детям»**  
620026, г. Екатеринбург,  
ул. Белинского, 83, офис 1412  
тел./факс: (343) 229 53 49  
[info@family2children.ru](mailto:info@family2children.ru)  
[vk.com/family2children](https://vk.com/family2children)  
[www.family2children.ru](http://www.family2children.ru)

