**Экстренная психологическая помощь детям, находящимся в сложной жизненной ситуации, посредством юнгианского метода «Серийное рисование».**

Автор проекта:

Оксана Залесская, юнгианский аналитик, индивидуальный член IAAP, к.психол.н

Юнгианский подход в детской терапии предполагает активизацию исцеляющего архетипа Самости, изначально присущего ребенку, которая направляет ребенка в тот тип символической деятельности, который, собственно, и оказывается релевантным (адекватным) не только самому процессу излечения, но и личностному росту.  Особенно актуально это во время переживания травмы либо во время стремительно развивающихся событий, требующих от ребенка напряжения всех его защитных структур и активного поиска безопасного места, где можно продолжать расти  и развиваться.

**Цель:** организовать индивидуальную адресную психологическую помощь вынужденным переселенцам.

**Задачи:**

1. **Обработка переживания утраты (дома, родных, друзей).**
2. **Обработка переживаний разлуки, стресса и тревоги, связанных с адаптацией в новом месте.**
3. **Помощь в выражении и принятии чувства печали и гнева в слежавшейся ситуации.**
4. **Организация процесса, направленного на активизацию целительных сил психики ребенка, интеграции нового опыта и восстановления естественных потребностей в росте и развитии.**

**Особенности метода:**

1. **Краткосрочность.**
2. **Безопасность.**
3. **Экономичность.**
4. **Эффективность.**
5. **Сочетание групповой и индивидуальной работы.**

Серийное рисование предполагает еженедельное проведение занятий рисованием в присутствии психолога. Для проведения важно стабильное место, регулярное время, обозначенное количество встреч, ритуалы начала и завершения занятия, обозначение правила хранения рисунков у психолога в процессе всего терапевтического процесса.  Для оборудования места работы необходимы следующие материалы: бумага (А3 формат), простой карандаш, ластик, краски, стаканчик с водой, кисточки, салфетки и папка для хранения рисунков.

Серийное рисование является недирективным методом, ребенка просят «нарисовать любой рисунок, какой захочется».  Белый лист бумаги превращается в «безопасное место» для размещения проекций, тогда как символы и образы принимают форму «вместилищ» различных эмоций, обеспечивая тем самым возможность выражения чувств. При таком безопасном выражении эмоциональное состояние ребенка стабилизируется, и возникают новые образы (чувства), позволяющие овладеть новой ситуацией и преодолеть вызовы травмирующего события.

Особое значение имеет внимательное отношение психолога к работе ребенка, к его символам по мере того, как они раскрываются в своей динамике. Это важное направленное внимание к творчеству ребенка, к его образам меняет ситуацию и создает не только предпосылки к исцелению, но и к углублению и обогащению его внутренней жизни.

В процессе таких встреч формируются определенные взаимоотношения, внешние проблемы и внутренние конфликты постепенно находят символическое выражение в рисунках, и в результате возникает возможность исцеления, разрешения конфликтов и трансформации. При обсуждении рисунков Юнг подчеркивал важное значение «серийного» по времени рассмотрения рисунков вместо анализа одного или нескольких рисунков, это позволяет отследить и понять динамику развития чувств. В завершении работы ребенок получает папку со своими рисунками.

Динамика каждого ребенка имеет свой темп, определяемый характером психологической травмы, проблематики и силой эго конкретного ребенка. Хотя и было отмечено существование общих моделей психологической динамики, тем не менее одни дети начинают с формирования образов страдания, другие — с формирования образов компенсации и исцеления, а третьи ограничиваются созданием стереотипных рисунков. Одни дети тратят много времени на создание мучительных образов, другие переходят непосредственно к образам исцеления (утратив потребность рассматривать страдание), а третьи «увязают» в многочисленных противоречиях между стремлениями к росту и уничтожению. Для обнаружения этих уникальных моделей необходимо время, отсюда серийный характер упомянутого метода.

Во время занятий психолог сидит рядом с ребенком. На начальной стадии психолог мало говорит, если ребенок не выступает инициатором беседы. Дети с интровертной установкой имеют склонность молча работать над рисунками, и к этой склонности следует относиться с достаточным вниманием. Во время рисования дети с экстравертной установкой нередко стремятся передать динамику рисунка с помощью звуков. Такие дети любят поговорить. Реагировать на них необходимо в минимальном объеме, сосредоточивая внимание на рисунке. Психолог не выступает инициатором беседы и не ведет никаких записей. Он просто наблюдает за ребенком, за тем, как он относится к рисованию, отмечая размещение фигур, типы образов и символов, а также темы, возникающие на рисунках ребенка.

 Психолог создает атмосферу, помогает установить доверие и позволяет ребенку рисовать и беседовать. Вначале психолог должен отслеживать направление деятельности ребенка. Если во время рисования ребенок разговаривает, психолог реагирует с помощью отражения чувств и ответов на вопросы. Если ребенок, занятый рисованием, ведет себя очень спокойно, тогда и психолог хранит молчание, ограничиваясь наблюдением за ребенком его чувствами и образами, которые появляются на рисунках.

В конце каждого занятия психолог спрашивает: «Этот рисунок изображает какую-то историю? Ты можешь рассказать мне, что происходит на рисунке? У рисунка есть название?» Иногда целесообразно добиться амплификации с помощью следующих вопросов: «Какие события предшествуют этому рисунку? Что потом произойдет?» Кроме того, на заключительном этапе занятия уместно спросить ребенка о необычных наблюдениях, которые он сделал в процессе рисования. Вопросы необходимо задавать в конце занятия, чтобы не прерывать поток творческой деятельности ребенка. Этот процесс заключает в себе нечто большее, чем простое занятие рисованием, поскольку дает ребенку возможность психологически преодолеть некоторые внутренние представления, проблемы и конфликты.

**Структура организации процесса оказания помощи.**

1. Организация команды волонтеров из 5-8-ми человек.
2. Установить контакт с представителем общины, который будет представлять интересы, и помогать в организации проведения занятий на месте (если занятия проводятся на выезде).
3. Организовать помещение для проведения занятий, где может одновременно работать с пятью детьми.
4. Закупить краски, бумагу (А3), клеенки (5 шт.), бумажные полотенца, влажные салфетки, стаканчики, кисти, простые карандаши, ластики, папки для рисунков, палитры, символические сюрпризы (деревянные рамочки, волчки, вертолетики и т.д, которые можно раскрасить), бутыль с водой (если нет доступа к воде).
5. Организовать общую встречу с родителями и прояснить цели и задачи работы с детьми, заручиться их поддержкой в организации (время начала занятия и завершения), дать им возможность обращаться с вопросами по ребенку по необходимости.
6. Занятия индивидуальные, в группе, т.е. каждый ребенок работает со своим психологом, но рядом с другими детьми.  Проводятся раз в неделю продолжительностью 30-45 минут для каждого ребенка, между занятиями перерыв 5 минут.
7. На первой встрече с ребенком важно обозначить количество встреч (7-12), определенный день, время начала и завершения занятия, правило хранения рисунков (в подготовленной папке у психолога), правило заключительной встречи, на которой происходит ритуал завершения (просмотр и обсуждение всей серии рисунков, совместное раскрашивание подготовленного психологом символического сюрприза), встреча с родителями.
8. Психолог готовит рабочее место для ребенка и убирает за ним, организуя пространство безопасности и заботы.
9. По окончании работы ребенка с рисунком психолог фиксирует тему рисунка, комментарии ребенка и собственные комментарии к процессу рисования, к самому рисунку и свои собственные. На рисунке ставится дата, тема рисунка и имя ребенка.
10. В конце каждой встречи психологи проводят итоговое обсуждение работы с детьми, делятся своими чувствами и образами, обрабатывая опыт детей.
11. Перед заключительной встречей психологи обсуждают серии рисунков по каждому ребенку, обрабатывая и символизируя эмоциональный опыт.

**Эффективность метода:** метод был апробирован с переселенцами из Крыма, Донбасса, с детьми, пережившими тяжелые травматические события, показал хорошие результаты, повышение показателей резилиенса, снижение частоты и интенсивности проявления или полное исчезновение симптомов (тревога, страхи, бессонница, нарушения поведения, энурез, агрессивность).