

Жданович Юлія,
*кандидат педагогічних наук, старший науковий
співробітник лабораторії соціальної педагогіки
Інституту проблем виховання НАПН України (м. Київ)*

ЛЯЛЬКОТЕРАПІЯ У РОБОТІ З ДІТЬМИ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ

Актуальність дослідження зумовлена соціально-політичною ситуацією в державі. Внаслідок російської агресії та тимчасової окупації частини території України значна частина наших співгромадян змушені були залишити свої домівки. Серед вимушених переселенців, є велика кількість дітей, які зазнали психотравмуючого впливу.

Психічні розлади дітей-переселенців мають різний ступінь глибини та складності. Дехто має лише підвищену тривожність, страх, агресію, гнів, почуття незахищеності, але дехто (зазвичай це діти, які пережили смерть близьких, або були очевидцями загибелі) мають глибокі психічні травми та розлади, психосоматичні порушення. Поселившись у новому місці, діти-переселенці мають адаптуватися до нових умов поселення, інтегруватися в нову громаду, що також може порушувати їхній психічний стан.

Діти ВПО потребують підтримки, яка б допомогла їм подолати психотравмуючий вплив, якого вони зазнали знаходячись у зоні військового конфлікту, а також допомогла їм успішно адаптуватися до нових умов поселення та інтегруватися у нову громаду.

Одним із методів роботи з такою категорією дітей є лялькотерапія, яка сприяє успішній адаптації, а також має корекційний характер і впливає на покращення психічного стану дітей. Лялькотерапія широко використовується з метою соціальної адаптації, подолання конфліктів, корекції страху, тривожності, емоційних травм, зняттям нервово-психічної напруги тощо.

Метою роботи є вивчення ефективності засобів лялькотерапії у роботі з дітьми-переселенцями.

Дослідження проводилося з дітьми вимушених переселенців, які поселилися і проживають в м. Києві та Київській області. Робота проводилася з дітьми молодшого шкільного та підліткового віку. Під час лялькотерапії з дітьми-переселенцями ми використовували різні види ляльок: площинні, з соломи чи сіна (об'ємні) та обереги, які обиралися від конкретних завдань заняття, а також від того чи це індивідуальна чи групова лялькотерапія.

Зазначимо, що лялькотерапія має два етапи: виготовлення ляльки і робота з лялькою. Дуже важливим є етап виготовлення, оскільки саме в процесі творення своєї ляльки дитина проводить ідентифікацію відповідних образів (образна уява психічного стану) з лялькою.

Таким чином, виготовлена дитиною лялька буде сприйматися нею як: захисник, друг, мрія, або ж страх, гнів, агресія. Тому надзвичайно важливо, щоб дорослий не допомагав дитині у процесі виготовлення. Навіть, якщо дитина робить для себе оберег, то неважливо, щоб ця лялька вийшла дуже гарною і красивою; головне, щоб дитина сприйняла її та ідентифікувала з наділеними їй обережними функціями.

Робота з дітьми-переселенцями щодо подолання негативних психічних станів з використанням лялькотерапії проводилася нами в двох напрямках: 1) робота з негативними емоціями; 2) робота з позитивними емоціями.

За першим напрямом з метою подолання негативних психічних станів, ми працювали над усвідомленням дитиною своїх негативних емоцій та почуттів і звільненням від них. Для цього ми використовували площинні ляльки, або ляльки з соломи чи сіна. Площинна лялька виготовляється дитиною з картону чи цупкого паперу. Спершу дитина мала уявити, яким вона бачить свій страх чи гнів, які риси обличчя мають бути в такої ляльки, яким має бути тіло. Потім вона малювала цей образ, намагаючись перенести свій стан на ляльку, уявно відокремлюючи його від себе і втілюючи в образ ляльки. Після цього ляльку треба було вирізати.

При виготовленні ляльки з соломи чи сіна їй робили голову, руки і ноги. Дитина може навмисно робити її незграбною. Деякі виготовлені дітьми-переселенцями ляльки, які символізували страх чи гнів, мали неоднакової довжини руки чи ноги, дуже велику голову, або навпаки, голова була дуже маленька, деякі мали кілька пар рук чи ніг, або і рук і ніг.

Наступним є етап роботи з лялькою. Якщо діти готові до спілкування, то дуже добре, коли вони розказують, чому їхня лялька (площинна чи об'ємна) має саме такий вигляд, який саме страх чи гнів відчують.

Зазвичай, збільшена кількість рук та ніг свідчила про силу страху чи гніву, «який намагається заповнити все». Потім діти висловлюють свої наміри, що хочуть зробити з цією лялькою. Зазвичай це були наміри спалити ляльку. Тоді спільно з дітьми в безпечному місці розпалювали вогонь, і діти палили свої ляльки.

У ході подальшої роботи з дітьми визначалася потреба щодо проведення повторних подібних занять аж доки психічний стан дитини не покращувався.

Слід зауважити, що у ході групової лялькотерапії під час обговорення необхідно враховувати готовність дитини до спілкування, ні в якому разі не примушувати її висловлюватися, якщо не хоче; також необхідно переконатися чи всі діти готові слухати про страхи інших. Цей момент є дуже важливим, оскільки одна дитина, маючи страх через пережите, вже готова його відпустити, а друга, може мати ще дуже сильні спогади від подібно пережитого. Тому озвучення своїх страхів для першої дитини є звільненням, а для другої – почуте може викликати, навпаки, оживлення пережитих емоцій і посилення страху.

Другий напрям є більш універсальним і передбачає можливість роботи з дітьми-переселенцями, які зазнали психічних травм різної глибини. Саме такий напрям лялькотерапії не має протипоказань і може використовуватися не лише психотерапевтами та практичними психологами, але й соціальними педагогами, класними керівниками.

Згідно з цим напрямом ми працювали з дітьми-переселенцями не залежно від ступеня пережитої травми війни, оскільки залучали і підсилювали лише позитивні емоції. Тобто здійснювали подолання негативних станів шляхом покращення психоемоційного стану, проектування успішного майбутнього, посилення відчуття захищеності, віри в краще. Для цього ми використовували ляльку оберіг (ляльку-мотанку). У роботі за цим напрямом лялька-мотанка використовується як архетипічний інструмент, який активізує можливості

несвідомого у подоланні негативних станів і розвитку віри та впевненості у свої сили та можливості.

Найважливішим етапом є саме процес виготовлення ляльки-мотанки та наділення її тими захисними функціями, які в даний час найбільш необхідні дитині. У ході творчого процесу дитина зосереджується лише на позитивних емоціях і відчуттях, вона робить установку на подолання всього негативного і проектує успішне майбутнє. Чим сильнішою є концентрація на цих установках, тим більшим є терапевтичний ефект. Разом з тим процес виготовлення ляльки передбачає розслаблення і зменшення стресових станів.

У виготовленні ляльки-мотанки важливим є дотримання кожного символу створення образу у традиційному її виготовленні нашими предками: скручування спіралі життя, в яку «вкладаються» всі бажання, мрії і очікування дитини; виготовлена спіраль є основою для голови ляльки, а отже є ключовим елементом у творенні оберегу; замість обличчя ляльки намотується хрест з ниток, який є давнім символом гармонії у світі, що зображається як перетин духовного (вертикальна лінія) і фізичного (горизонтальна лінія) начала; руки як символ допомоги і захисту (їх довжина і кількість визначається мірою потреби підтримки і захисту).

Віднесення ляльки до певної вікової категорії (дівчина чи доросла мудра і досвідчена жінка) також має символічне значення і відображається в елементах одягу: волосся (розпущене чи заплетене) символізує молоду дівчину (якщо дитина потребує собі подружко-ровесницю); хустка і очіпок, фартух характеризує жінку-господиню, захисницю, порадилицю (якщо дитина потребує захисту і підтримки).

Після виготовлення ляльки діти за бажанням розповідали, чому вони зробили саме таку ляльку і що вони від неї очікують. Другий етап (робота з лялькою) за цим напрямом передбачає постійний контакт дитини з лялькою (гра, носіння з собою, зберігання дома у спеціально відведеному «особливому» місці), який активізуватиме задану дитиною установку на рівні підсвідомого.

Результати дослідження засвідчили покращення психічного стану дітей експериментальної групи, більш успішну адаптацію до нових умов поселення.

Проведене дослідження показує, що лялькотерапія дозволяє знизити прсихотравмуючу дію пережитого в зоні воєнних дій. Значно більшого ефекту можна досягти, працюючи з дітьми довший період, а не провівши з ними одне заняття з лялькотерапії, а також поєднуючи лялькотерапію з іншими методами арт-терапії.

Проводячи цикл занять з лялькотерапії, краще робити це в такому порядку: виготовлення ляльки-мотанки оберегу (обговорення виготовленої ляльки служить також діагностикою і дозволяє з'ясувати основні потреби дитини, а часом також визначити страхи, від яких лялька має захищати); створення казки і програвання її за участю виготовленої ляльки-мотанки (служить проектування майбутнього, показує пошук шляху подолання негативних психічних станів, додає впевненості у своїх можливостях); виготовлення площинних чи об'ємних ляльок для роботи з негативними емоціями у подоланні негативних психічних станів.