

**Работа
с созависимыми
детьми**

► **Психологическое
сопровождение ребенка-
сироты в интернатном
учреждении, кровной и
принимающей семьях**
(36 академических часов)

Ведущая:

Оксана Петровна Решетова, психолог,
семейный консультант, опыт работы с детьми-сиротами
более 15 лет, автор ряда статей по профилактике
социального сиротства в российских изданиях.





- ▶ **Созависимость** - состояние, при котором центром жизни становится человек, употребляющий какие-либо вещества, изменяющие сознание: алкоголь, наркотики, токсические вещества, лекарства или что-либо еще, характеризующееся деструктивным поведением, смещением жизненных ценностей, отказом от реализации собственных потребностей и желаний.



Диагностика созависимости (по В.Д.Москаленко):

- ▶ страх;
- ▶ стыд/вина;
- ▶ затянувшееся отчаяние;
- ▶ гнев;
- ▶ отрицание;
- ▶ ригидность;
- ▶ нарушение идентификации собственных потребностей;
- ▶ смещение понятий.



Основные характеристики созависимости

В.Д. Москаленко:

- ▶ Низкая самооценка.
- ▶ Компulsive желание контролировать жизнь других.
- ▶ Желание заботиться о других, спасти других, в ущерб своей жизни и интересам.
- ▶ Чувства -отказ от себя и своих чувств.
- ▶ Отрицание.
- ▶ Психосоматика.
- ▶ Поражение духовной сферы.



Роли взрослых созависимых:

- ▶ «Жертва-тиран».
- ▶ «Спасатель».
- ▶ «Потакатель».



Роли созависимых детей:

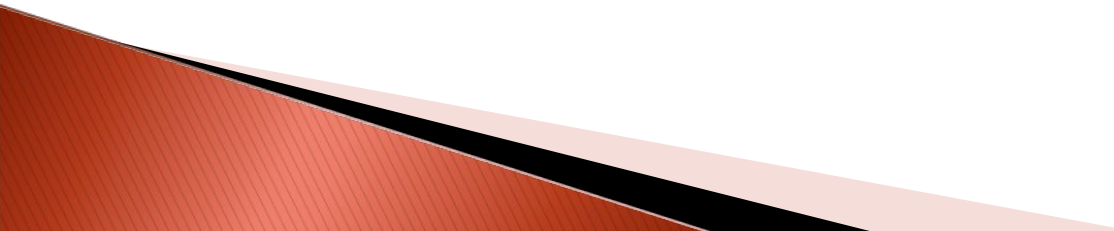
- ▶ «Ребёнок-герой семьи».
- ▶ «Козёл отпущения».
- ▶ «Невидимка»
- ▶ «Дипломат»



Последствия созависимости:

- ▶ Мир – небезопасен.
- ▶ Подозрительность.
- ▶ Алекситимия – отсутствие понимания чувств и эмоций своих и других людей.
- ▶ Стремление быть «родителем» своих родителей до конца.

**Направления
работы специалиста
с созависимыми детьми**



▶ **Не**вербальное (!)

признание ситуации созависимости.

- техника «Неотправленное письмо»

▶ **Отказ от контроля употребляющего родственника.**

- ведение Дневника чувств.

Таблица чувств

Дата, время	Событие, мысли по этому поводу	Чувство(ва), их причина(ны) + телесное (ощущения, локализация)	Действие	+ / - (не/приятно, хорошо/плохо)

- **Спонсор.**

- **Написание - с любой графы.**
- **В конце - несколько хороших событий!**

**▶ Передача ответственности
за жизнь зависимого самому
зависимому
и взятие ответственности за свою
жизнь.**

*- работа по формированию образа будущего,
профориентация.*

- упражнение «Я хочу. Я могу. Я сделаю»

▶ **Анализ ценностных ориентиров
и работа с ними.**

- *список «Что бы ты хотел в будущем?»*

▶ **Диагностика стереотипов поведения.**

*=> работа с проблемой, вызванной
стереотипами .*

▶ **Исследование личностных ресурсов.**

- упражнение «Брошюра».

▶ **Работа с алекситимией.**

- рисуночные + телесные методики:

упражнения «Изобрази чувства», «Карта

чувств», «Нарисуй лица», «Ладони» и пр.

▶ **Разрядка собственных негативных чувств.**

- арт-терапия, песочная терапия,

телесно -ориентированная терапия и пр.

- техника встряхивания («Тряпичная кукла и солдат» по Фопелю).

- ▶ **Приобретение навыков заботы о себе без нанесения ущерба другим людям.**

- уход за телом, жилищем и пр.

▶ **Приобретение навыков психогигиены и стрессоустойчивости.**

*- контрастные ванночки; аутотренинг;
рефрейминг (прием, позволяющий изменить точку зрения, а следовательно, восприятие события или предмета); спорт; занятия творчеством и пр.*

► **Психологическое
сопровождение ребенка-
сироты в интернатном
учреждении, кровной и
принимающей семьях**
(36 академических часов)

Ведущая:

Оксана Петровна Решетова, психолог,
семейный консультант, опыт работы с детьми-сиротами
более 15 лет, автор ряда статей по профилактике
социального сиротства в российских изданиях.