

Приложение к занятию 5 (презентация-часть 1)

«Последствия от разрыва семейных связей с биологической семьей для ребенка, оставшегося без попечения родителей (нарушения привязанности, особенности переживания горя и потери, формирование личной и семейной идентичности)».

Игра «Паутинка»

Инструкция: «Кто желает побыть в роли ребенка? Вот наш ребенок. Одной из форм родительского внимания, заботы и любви являются ограничения и запреты. Сегодня каждый предъявляемый запрет мы переведем в физический и покажем на нашем ребенке. Мы будем в прямом смысле связывать его обязательствами и запретами. Я приготовил(а) красные ленты. Давайте назовем, что обычно запрещают ребенку (родители называют запреты, а тренер обвязывает «ребенка» лентами)

Обсуждение в группе. Легко ли ребёнку от этих запретов?

Упражнение «Ноль, плюс и минус»

Инструкция. Необходимо найти одного добровольца из числа участников. Этого человека необходимо заблаговременно подготовить к выполнению упражнения, объяснив ему общие цели и задачи и предупредив его, что в ходе упражнения ему придется с помощью наглядных средств продемонстрировать собственный опыт переживания утраты. В этой связи необходимо удостовериться в том, что этот человек не потерял недавно кого-нибудь из своих близких.

«Доброволец при помощи наводящих вопросов должен "сконструировать" свой мир, используя присутствующих в качестве своего рода "молчаливых статуй". Это упражнение, которое поможет нам увязать то, что мы уже знаем о привязанностях, с проблемой утраты.

(Имя) добровольно вызвался помочь нам выполнить это упражнение. Мы будем "строить" его мир. Он будет сидеть на стуле посреди комнаты. По мере выполнения упражнения нам понадобятся добровольцы, которые будут выполнять роли "молчаливых статуй", представляющих его мир. Таким образом, мы создадим "скульптуру", которая будет этот мир отображать.

Итак, перед вами - человек, а это пространство - его мир. Здравствуйте, Человек! Мы хотели бы поближе вас узнать. Для этого мы зададим вам несколько вопросов. У вас есть имя? Да, Человека зовут (используйте настоящее имя слушателя, выполняющего упражнение; далее будем именовать его) «Иван».

Скажите, Иван, вы знаете, кто дал вам это имя? Хорошо, Иван, давайте введем в ваш мир вашего отца и вашу мать. Для этого нам понадобятся два добровольца. Иван, пожалуйста, покажите, где им

встать... Есть ли какая-нибудь поза или какое-нибудь выражение лица, которое поможет нам запомнить, кого представляют эти люди?».

В ходе дальнейшего выполнения упражнения преподаватель помогает «Ивану» заполнить свой мир наиболее значимыми для него людьми. Он должен поместить каждого из этих людей на то или иное конкретное место и подсказать им, в какой позе и с каким выражением лица они должны стоять (сидеть и т.п.).

Спросите у **Ивана**, кем он работает, и предложите ему попросить одного из участников представить эту работу (например, если он работает продавцом в магазине, кто-то должен изобразить «покупателя», если он работает водителем автобуса, в его мире должны появиться несколько «пассажиров» и т.п.).

Затем попросите **Ивана** рассказать, чем он любит заниматься в свободное время, и помогите ему ввести в свой мир еще несколько участников, представляющих это занятие. Продолжайте до тех пор, пока в его мире не будут представлены все его значимые люди и занятия.

Попросите **Ивана** назвать какую-нибудь положительную черту своего характера. (Например, он может ответить, что он «веселый» человек.)

Спросите, откуда ему известно о том, что он обладает этой чертой. («Иван, почему вы думаете, что вы веселый человек?»).

Затем спросите, может ли кто-нибудь из обитателей его мира подтвердить, что он веселый человек, или для этого ему нужно добавить еще кого-нибудь.

Следует удостовериться в том, что группа правильно отображает **Ивана** и его мир, и сказать, что первая часть упражнения закончена.

«Иван, сначала мы почти ничего о вас не знали. Сейчас нам многое стало известно о том, как вы видите себя в окружающем вас мире. Все эти люди помогают нам - да, пожалуй, и вам - объяснить, кто вы такой. Ведь понимание своей сущности каждым из нас во многом определяется людьми, которые играют важную роль в нашей жизни, и нашими любимыми занятиями».

Далее следует приступить к выполнению второй части упражнения.

«Сейчас мы перейдем ко второй части упражнения. Для этого каждому, кого я попрошу, надо будет сесть. Все это, конечно, не более чем "спектакль", но постарайтесь представить себе, что для Ивана все это происходит на самом деле. Слушайте, что я говорю, и думайте о том, что переживает Иван».

В ходе выполнения второй части упражнения преподаватель «забирает» людей из мира **Ивана**, объясняя это утратами. Для того, чтобы добиться максимального эффекта, лучше начать с людей, которые стоят дальше всего от **Ивана**, и завершить теми, кто стоит ближе. Преподаватель называет утрату и просит соответствующего человека сесть.

Примеры ожидаемых утрат:

«Иван, ваши дети выросли и начали жить своей жизнью. Дети Ивана, пожалуйста, вернитесь на свои места».

«Иван, ваши родители состарились. Сначала умер ваш отец, вскоре после этого из жизни ушла и ваша мать. Родители Ивана, пожалуйста, вернитесь на свои места».

Примеры утраты самоуважения или чувства благополучия:

«Вы допустили серьезную ошибку на работе. Вы, в общем-то, были не виноваты, но вас все равно уволили. Те, кто представляет работу Ивана, пожалуйста, сядьте».

Примеры утраты здоровья:

«Иван, вы повредили ахиллово сухожилие, и больше не можете играть в футбол с друзьями. Друзья Ивана, с которыми он играет в футбол, пожалуйста, вернитесь на свое место».

Примеры утраты близких людей (желательно использовать не только трагические, но и юмористические примеры):

«Иван, выяснилось, что ваша жена обладает особыми знаниями и может спасти миллионы жизней в Африке. Она должна уехать на пять лет, и вы не можете последовать за ней. Жена Ивана, пожалуйста, вернитесь на свое место».

«Произошел ужасный несчастный случай, и лучший друг Ивана погиб. Друг Ивана, пожалуйста, вернитесь на свое место».

Выполнение упражнения следует завершить, отметив, что в жизни Ивана не осталось ничего, кроме его имени.

«Итак, Иван, в вашей жизни никого не осталось. (Пауза)

- Подождите, подождите... Осталось еще ваше имя. Извините, Иван, но мне придется забрать у вас и это. (Пауза)

- Теперь остался только Человек - тот самый Человек, с которого мы начали».

По окончании упражнения преподаватель организует его обсуждение:

«Какие чувства вы все сейчас испытываете?»

- Иван, а что пережили вы?»

- Иван, вы не хотели бы рассказать нам о том, что произошло с вашим миром за последние несколько минут?»

Хотят ли остальные члены группы что-нибудь сказать Ивану?»

То, чем мы сейчас занимались, было не более чем игрой, но она должна была помочь вам понять, что каждый из нас переживает в своей жизни серьезные утраты».

Подводя итоги упражнения, преподаватель отмечает, что обычно мы определяем самих себя и других людей нашими отношениями с окружающими и теми ролями, которые мы выполняем в жизни. Наша жизнь состоит из того, что мы делаем в рамках этих отношений и ролей. Когда мы теряем все это, наше самосознание и понимание окружающего мира может претерпеть существенные изменения.