

## К ПРОБЛЕМЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ДЕТЕЙ-РЕКРЕАНТОВ

*В статье рассмотрена проблема психологического сопровождения детей-рекреантов. Исследованы основные психологические трудности и проблемные зоны детей-рекреантов. Показана актуальность внедрения практики психологического сопровождения детей-рекреантов и определены основные задачи психолога в этом процессе.*

**Ключевые слова:** психологическое сопровождение, психологические трудности, дети-рекреанты, психологическая помощь.

Так сложилось, что оказание психологической помощи детям осуществляется преимущественно на протяжении учебного года, сопровождая учебный процесс, а период летнего отдыха остается без внимания психологов, хотя психологические трудности, проблемы и осложнения сама по себе эта пора года не разрешает. Более того, если рассматривать летний вакационный период как время восстановления здоровья, в том числе психического, то именно этот период необходимо признать наиболее благоприятным для оказания полноценной психологической помощи, что выступает особенно важным для учреждений организованного детского отдыха, прежде всего работы детских оздоровительных центров, лагерей и т. п. Поэтому в этой работе мы попытались обосновать актуальность внедрения практики психологического сопровождения детей-рекреантов и определить основные задачи психолога в этом процессе. При этом говоря о детях-рекреантах мы имеем в виду детей, которые восстанавливаются в определенных законодательством местах природно-заповедных территорий и объектов свои умственные, духовные и физические силы [1].

Острая необходимость оказания психологической помощи детям-рекреантам диктуется данными, полученными в ходе исследований, проведенных психологами на базе Украинского Детского Центра "Молодая Гвардия". Научно-исследовательская работа охватила весь летний период, с июня по август 2011 года. Она была направлена на выявление психологических особенностей личности, эмоциональной и познавательной сфер детей, а также определение актуальных психических состояний и возможных реакций на новую, стрессовую ситуацию. В методический комплекс исследования вошли методы проективной экспресс-диагностики. Мною было проведено исследование на разных возрастных группах детей-рекреантов.

Всего в исследовании принял участие 101 ребенок-рекреант. Среди этой группы 37 детей в возрасте от 7 до 11 лет, 28 детей в возрасте от 11 до 14 лет и 36 детей в возрасте от 14 до 17 лет.

Систематизация полученных данных на этой выборке позволила очертить довольно широкий спектр проблемных зон детей-рекреантов, таких как: трудности адаптации, повышенный уровень тревожности, фобические, депрессивные, стрессовые и постстрессовые состояния, коммуникационные трудности, проблемы связанные с неадекватной самооценкой, трудности гендерной идентификации, негативный эмоциональный фон (см. табл. 1).

*Проблемные зоны детей-рекреантов*

Таблица 1

Возрастная группа детей-рекреантов	Проблемные зоны									
	Трудности адаптации	Тревожность	Фобические состояния	Депрессивные состояния	Постстрессовые	Трудности гендерной идентификации	Коммуникативные трудности	Неадекватная самооценка	Негативный эмоциональный фон	Позитивный эмоциональный фон
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Младшая (от 7 до 11 лет)	42%	20%	25%	18%	5%	22%	42%	11%	5%	62%
Средняя (от 11 до 14 лет)	47%	29%	3%	36%	14%	28%	36%	22%	11%	72%
Старшая (от 14 до 17 лет)	42%	20%	3%	34%	17%	20%	56%	20%	14%	50%

Анализируя полученные данные необходимо отметить, что каждая возрастная группа имеет свою специфику выраженности тех или иных проблем, которые могут быть связаны как с возрастными закономерностями развития, так и с влиянием социальных и индивидуальных условий. Так, например, для младшей группы детей-рекреантов наибольшую актуальность представляют собой проблемы, связанные с коммуникативными трудностями (42%), отсутствием гендерной идентификации (22%), наличием фобических (28%) состояний. Среди детей средней возрастной группы были зафиксированы такие проблемы как, трудности в общении (36%), депрессивные состояния (36%), тревожность (29%), трудности гендерной идентификации (28%) и неадекватность самооценки (22%). Наибольшую выраженность среди старшей возрастной группы получили такие проблемные зоны, как: коммуникативные трудности (56%), депрессивные состояния (34%), тревожность, неадекватная самооценка и трудности гендерной идентификации (20%).

Спектр проблем и их представительство (см. табл. 1) свидетельствуют о том, что вопрос адаптации детей-рекреантов к новым условиям пребывания остро стоит для всех трех возрастных групп (42% - младшая, 47% - средняя и 42% - старшая возрастная группа).

Выявленная выраженность проблемных зон в каждом возрастном периоде выступила основой для разработки и апробации коррекционно-развивающих занятий для детей-рекреантов.

В ходе составления данных занятий нами была учтена специфика и продолжительность пребывания детей-рекреантов в детском центре, наличие проблемных зон и их выраженность, возрастные психологические особенности развития детей.

Таким образом, разработанная нами система включала 6 занятий, общая длительность которых составляла шесть часов. Структура системы занятий для всех трех возрастных групп была одинаковой и включала 4 части. Однако следует отметить, что в содержании коррекционно-развивающей программы учитывались психологические особенности каждой возрастной группы.

Первую часть программы условно можно назвать "знакомство". Этому процессу посвящалось первое занятие и его целью соответственно выступило создание благоприятных условий для работы в группе, ознакомление с основными принципами работы в рамках такого рода занятий. Данную цель можно конкретизировать в следующих задачах: создать благоприятные условия для работы группы; познакомить участников группы; создавать положительную мотивацию к предстоящим занятиям; включить участников группы в тренинговую, коррекционно-развивающую работу.

Вторая часть программы, в частности, второе занятие было посвящено созданию благоприятных условий для эмоционального объединения группы, командообращения. Это выражалось в создании благоприятных условий для сплочения группы; получении максимального объема информации об участниках; демонстрации наличия общих интересов; создании таких условий, чтобы дети-рекреанты считали, что их цели могут быть осуществлены скорее в группе, чем иным образом.

Третья часть программы, которая реализовывалась в третьем, четвертом и пятом занятии была рассчитана на основную долю коррекционно-развивающих воздействий. Эти занятия составлялись с учетом тех проблемных зон, выраженность которых была наибольшей. Как показывают данные проведенного диагностического исследования, у всех трех возрастных групп был зафиксирован высокий уровень коммуникативных трудностей, поэтому было разработано занятие, направленное на развитие навыков общения. Поставленная цель реализовывалась за счет более глубокого самораскрытия; повышения у детей-рекреантов собственной значимости, ценности; создания условий для проживания и осмысления нового опыта, новых жизненных ситуаций; формирования умения контактировать с новыми людьми, создания ситуаций, в которых дети стремились бы образовывать некую структуру, пригодную для решения какой-либо проблемы.

В этот блок также вошли занятия направленные на снижение уровня тревожности и фобических состояний для детей младшей возрастной группы. Для достижения поставленных целей были определены такие задачи как анализ возникновения и динамики страхов, трансформация страхов в полезный опыт.

Для средней возрастной группы были разработаны занятия, преследующие цель обучения детей-рекреантов управлению своим гневом и снижению уровня личностной и ситуативной тревожности, формирования и коррекции гендерной идентичности.

Занятия для старшей возрастной группы были посвящены развитию уверенности в себе за счет самопознания и самоисследования, самосовершенствования, личностного роста, познания своего потенциала. Последующее занятие было направлено на развитие навыков эмоциональной саморегуляции и управления эмоциональным фоном общения.

Последняя часть разработанной коррекционно-развивающей программы состояла из одного занятия, ориентированного на завершение группового процесса и подведение итогов работы группы. В рамках реализации этой цели мы пытались сохранить положительный эмоциональный настрой участников; закрепить навыки, полученные детьми-рекреантами во время занятий; подвести итоги работы группы.

Однако, исходя из всего выше изложенного, а также учитывая специфику и задачи детских рекреационных учреждений, с нашей точки зрения, целесообразно активно внедрять в работу психологических служб практику психологического сопровождения детей-рекреантов для обеспечения психического здоровья личности, максимального рекреативно-развивающего эффекта и психологического комфорта рекреации.

На сегодняшний день психологическое сопровождение принято выделять и рассматривать как особый вид психологической помощи, отличающийся от психотерапии и разовой психологической консультации [3].

В отличие от психотерапии, психологическое сопровождение посвящено решению не внутренних психологических проблем человека, а — некоторой внешней для него жизненной ситуации повышенной сложности, не предполагающей разового решения, а растянутой на определенный (или неопределенный) период времени, что в условиях пребывания в рекреационных учреждениях особенно актуально. Ребенок, попадая в любое детское оздоровительное учреждение, оказывается в абсолютно новой жизненной ситуации повышенной сложности. Эти сложные ситуации сопровождаются накоплением большого числа новых проблемных обстоятельств, игнорировать которые невозможно. Времени же на адаптацию, как правило, очень мало. Кроме того, как показывают наши исследования, далеко не каждый ребенок умеет вовремя и полноценно избавляться от тревоги, страха, возмущения, обиды, негодования, перенапряжения, нетерпения, жалости к себе. Не каждый ребенок умеет "брать себя в руки". В такой ситуации одной из главных задач психолога выступает гармонизация состояния ребенка-рекреанта.

Кроме того, достаточно важно учитывать оценку ребенком уровня сложности жизненной ситуации, в которую он попал и которая для него всегда индивидуальна. Ситуация, которую один ребенок воспринимает как экстремальную, другим будет, возможно, восприниматься как рядовая незначительная.

Таким образом, обобщая все сказанное, необходимо сделать следующие выводы:

1. Отмечено, что проблема оказания психологической помощи детям-рекреантам является весьма актуальной и не решенной в теоретическом, методическом, практическом и организационном аспектах.

2. Выявлено, что современные дети попадают в детские оздоровительные центры, лагеря с достаточно широким спектром проблемных зон и трудностей, среди которых: трудности адаптации, повышенный уровень тревожности, фобические, депрессивные, стрессовые и постстрессовые состояния, коммуникационные трудности, проблемы связанные с

неадекватной самооценкой, трудности гендерной идентификации, негативный эмоциональный фон и т.д.

3. Показано, что психологическое сопровождение как особый вид психологической помощи является наиболее приемлемым в условиях рекреации.

#### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Міністерство охорони навколишнього природного середовища України Наказ про затвердження Положення про рекреаційну діяльність у межах територій та об'єктів природнозаповідного фонду України (Положення, п.1.1) 22.06.2009 N 330.
2. Психологическая служба Международного детского центра "Артек" [Электронный ресурс] : режим доступа : [http:// www.artek.ua/artek/psychology/](http://www.artek.ua/artek/psychology/)
3. Психологическое сопровождение [Электронный ресурс] : режим доступа : [http://www.upsihologa.kiev.ua/03\\_psihologicheskoe\\_soprovozhdenie.html](http://www.upsihologa.kiev.ua/03_psihologicheskoe_soprovozhdenie.html)

*Подано до редакції 25.11.11*