

С. Н. Симоненко, Е. Н. Грек, Е. В. Костюнина, И. В. Леженко
РЕКРЕАЦИОННАЯ ПСИХОЛОГИЯ ДЕТСТВА:
ДОСТИЖЕНИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ

В статье раскрывается, что рекреационная психология детства является одним из важных направлений современной педагогической и возрастной психологии, т.к. призвана решать актуальную для индивида и социума проблему сохранения психического и соматического здоровья детей и молодежи. Очерчены актуальные проблемы рекреационной психологии детства, раскрываются основные направления работы психологической службы в УДЦ «Молодая гвардия» (г. Одесса). Показано, что в настоящее время происходит активное развитие симптоматики, входящей в состав ПТРС. Данная тенденция обусловлена внешней ситуацией и ведет к развитию пограничных и психотических нарушений.

Ключевые слова: рекреационная психология, психологическое сопровождение, психическое здоровье, школьники-рекреанты, саморазвитие личности, посттравматический синдром.

Сохранение физического и психического здоровья молодого поколения – одна из наиболее важных задач цивилизованного общества. Решать эту задачу в первую очередь должны система здравоохранения и система образования. Здоровье как физическое, так и психическое зависит от многих факторов: социальных, экономических, экологических, семейных отношений и т.д. Все это приводит к перегрузке психической деятельности ребенка, создает трудности в его психологической ориентации.

Исходя из этого, *рекреационная психология детства* является одним из важных направлений современной психологии, т.к. призвана решать актуальную для индивида и социума проблему сохранения психического и соматического здоровья населения, и в, частности, детей и молодежи.

Рекреационную психологию детства мы рассматриваем как одно из направлений возрастной и педагогической психологии, в рамках которого должно изучать особенности развития личности детей и подростков в условиях рекреации, т.е. в период, когда ребенок восстанавливает (поддерживает, укрепляет) свое физическое и психическое здоровье.

Именно на протяжении рекреационного периода ребенок имеет возможность не только отдохнуть, набраться сил, оздоровиться в физическом плане, но и получить новые стимулы и установки для своего саморазвития.

Современные психологические исследования показывают, что у большинства школьников существуют проблемы личностного развития, связанные с адекватностью самооценки и самоидентичности, тревожностью, невротическими расстройствами, самоотношением, волевым самоконтролем и мотивацией достижений, с коммуникативными барьерами, чувством гражданского долга и проявлениями асоциального поведения, с пониманием важности развития себя как личности, а также с осознанием важности личностных и психологических аспектов профессионального самоопределения.

В рамках нашего совместного проекта с «Молодой гвардией» и разработки задач рекреационной психологии детства была создана психологическая служба, которая осуществляет психологическое сопровождение психического здоровья детей и молодежи в рекреационный период, а также занимается пропедевтикой у подрастающего поколения знаний о своем психическом здоровье, закладывает основы саморазвития интеллектуального и личностного потенциала ребенка.

Психологическое сопровождение в рекреационный период – это система мероприятий, направленных на восстановление (коррекцию), поддержку и укрепление психического здоровья, развитие и самоактуализацию личности школьников, их творческого потенциала (с учетом возрастных особенностей и ведущей деятельности в младшем школьном, подростковом и юношеском возрасте).

Содержание психологического сопровождения носит вариативный и многоуровневый характер.

В методическую часть системы психологического сопровождения были включены такие методы: базовая психодиагностика (оценка уровня психологического развития), программирование психологического развития (разработка групповой и индивидуальной программы действий), мониторинг и оперативная диагностика (т.е. организация обратной связи о состоянии личности), коррекция (применение при необходимости дополнительных мер), настройка (создание адекватного психического состояния), восстановление (компенсация отрицательных последствий), развитие и формирование.

Необходимо отметить поэтапность психологического сопровождения: 1) подготовительный этап; 2) диагностический этап, выявление проблемных зон, которые требуют изменения и усовершенствования; 3) поисковый этап, апробация влияния разных форм и методов работы психологов в рекреационных заведениях, направленных на развитие личности; 4) формирующий этап, освоение личностно-развивающих стратегий деятельности и поведения, которое создает условия для саморазвития и увеличения личностных

ресурсов в процессе субъект-субъектного взаимодействия с участниками рекреационной деятельности.

Психологическое сопровождение нами рассматривается как процесс, как целостная деятельность психолога, в рамках которой могут быть выделенные три обязательных взаимосвязанных компонента; систематическое отслеживание психолого-педагогического статуса объекта влияния и динамики его психического развития в процессе рекреации; создание социально-психологических условий для развития личности объекта влияния; создание специальных социально-психологических условий для предоставления помощи объекту влияния при возникновении проблемы личностного роста.

Задачи, которые решает психологическое сопровождение: диагностика; развитие; формирование; коррекция; реабилитация детей и молодежи; их психологическая разгрузка; выполнение программ личностного роста в рекреационный (оздоровительный) период;

Направления работы, в рамках проекта: научно-практическая; научно-методическая; научно-исследовательская; научно-консультативная работа.

1. Научно-практическая работа.

1. Психодиагностические исследования проблем в личностной, межличностной и познавательной сфере (выявление проблемных зон развития с помощью методов экспресс-диагностики). Профдиагностика и профориентация старшеклассников.

2. Развитие интеллектуальных и творческих способностей у детей и подростков.

3. Формирование ценностно-мотивационной сферы ребенка, способности к саморазвитию и самореализации его личностного потенциала и гендерной самоидентичности. Восстановление психологического здоровья ребенка.

4. Коррекционная и реабилитационная работа с проблемными зонами личности ребенка и межличностных отношений в условиях рекреации.

5. Профдиагностическая и профориентационная работа.

2. Научно-методическая работа.

1. Детский центр «Молодая гвардия» является творческой экспериментальной площадкой для развития и апробации инновационных научных диагностических, развивающих и реабилитационных психологических технологий по саморазвитию личности школьников и сохранению их психического здоровья.

3. Научно-исследовательская работа.

Детский центр «Молодая гвардия» как научно-экспериментальная площадка для научных исследований в области рекреационной психологии.

4. Научно-консультационная работа.

Психологи, которые работают в «Молодой гвардии», проводят консультирование педагогов-организаторов по работе с детьми, а также детей и родителей по различным психологическим проблемам.

4. Коррекционная и реабилитационная работа.

4.1. Работа с трудновоспитуемыми детьми и подростками (с детьми из интернатов, сиротами, детьми из малообеспеченных семей и т.д.).

4.2. Коррекция коммуникативных привычек, личностных черт, которые мешают ребенку в межличностном общении, в познании окружающего мира и в саморазвитии личности, коррекция проблемных зон кризиса подросткового возраста, снятие стрессовых и постстрессовых состояний.

4.3. Психотерапевтическая практика решения личностных проблем («песочная терапия», «арт-терапия». «сказкотерапия» и другие виды терапии по необходимости).

4.4. Психологическая помощь в период адаптации в рекреационной среде.

5. Наставническо-просветительская и профдиагностическая работа с педагогическим персоналом (лекции, тренинги, деловые игры).

Формы работы: индивидуальные, групповые, игровые тренинги, индивидуальные консультации, беседы, психотерапевтические игры и прочее.

За четыре года работы психологической службы психологическим сопровождением в лагерях «Звездный» и «Солнечный» в течение года и в лагере «Прибрежный» в летний период было охвачено 15000 детей разных возрастных групп.

Среди проблем, которые были выявлены во время работы с детьми-рекреантами, наблюдались проблемы адаптации (53%) и с каждой сменой наблюдается рост числа рекреантов, которые имеют эти проблемы. Особенно это наблюдается в летние смены среди детей из полных благополучных семей. Наиболее выраженными проблемами у школьников является повышенная тревожность и проявление страхов. Также наблюдаются различия в уровне самооценки, а именно у детей из полных и благополучных семей уровень самооценки адекватный и завышенный, а у детей, которые относятся к иной социальной категории – заниженная самооценка, особенно у рекреантов с опекунами и из школ-интернатов. Школьники достаточно часто проявляют физическую агрессию, особенно мальчики, что требует постоянной индивидуальной работы с этими детьми, а девочки больше используют вербальную агрессию. Однако наблюдается рост числа девочек, у которых выражен высокий уровень физической агрессии. По сравнению с 2011-2012 годами, где враждебность и жестокость проявляли лишь 7% рекреантов, то за период 2013-2014 количество таких детей возросло до 12%.

За отчетный период наблюдается тенденция к росту числа детей, имеющих чувство одиночества, ощущение ненужности и проблемы в общении, это дети, которые потеряли родителей и воспитываются опекунами, дети из приемных семей.

Особое внимание уделялось детям с признаками деструктивного поведения, это дети склонные к агрессии, самоагрессии, к воровству, к побегам, к различным адикциям и т.д.

Пример. Проводилась индивидуальная работа с ребенком 9 лет (Денис Т.), который достаточно демонстративный, агрессивный, имеет проявления асоциального поведения. Может совершить асоциальный поступок, может влиять на детей, проявляя свой «авторитет» (запугивать детей). С Денисом постоянно проводились беседы, работа с помощью различных методик арт-терапии.

Индивидуальная работа проводилась с ребенком, который подвергался в раннем возрасте побоям со стороны матери, голодал, сутки находился рядом с мертвым дедушкой. Родителей лишили прав, а мальчика с братом сначала отдали в детский дом, затем усыновили.

Пример. Роман К. имеет склонность к стрессам, которые связаны с адаптацией к резко изменяющимся условиям, ребенок поддается чужому влиянию, ему нравится развлекаться. Ребенок достаточно энергичный, имеет несколько ослабленный самоконтроль, стремится получить признание и одобрение у окружающих. Выявлены признаки защитного фантазирования. Есть признаки потребности в защите и боязнь агрессии, может игнорировать определенные стереотипы поведения, характеризуется импульсивностью реагирования. Ребенку свойственно воспринимать трудные ситуации как постоянные, он постоянно ждет неприятностей.

Проведена индивидуальная работа с ребенком по снижению агрессии и страхов, проведена беседа с приемными родителями и даны рекомендации по дальнейшей работе с ребенком.

Работа с детьми насилия. С парнем Владимиром Б. на протяжении всего срока пребывания в лагере проводилась коррекционно-терапевтическая работа, индивидуальные консультации и индивидуальная и групповая развивающая тренинговая работа.

Пример. У Володи были обнаружены признаки постстрессового состояния, невротические и депрессивные тенденции. Ребенок перенес психотравму, которая связана со смертью близкого человека. У Владимира имеется внутренняя тревога, скрытая агрессия, а также страх быть покинутым, страх быть веселым. Сложная ситуация мальчиком воспринимается как тяжелая, длительная и непреодолимая. Ребенок нуждается в дополнительной внешней опоре, в поддержке. Психологическая защита проявляется в стремлении к уходу от решения проблем путем переключения и замещения, замещения отношений с людьми у Владимира недостаточно развиты, что обусловлено наличием у него чувства неприязни к другим, напряжением в общении с детьми, все это – последствия потери близкого для мальчика человека. Во время общения с другими людьми стремится извлечь для себя выгоду, получить прибыль.

Социально-психологическая адаптация у Владимира имеет среднюю степень, что связано с индивидуальными особенностями и социальным положением семьи.

Проведен индивидуальный коррекционно-развивающий тренинг с использованием таких методов, как песочная терапия, дельфинотерапия, методы арт-терапии, психологические игры, индивидуальные беседы.

Тренинговая групповая работа была направлена на развитие навыков общения, коррекцию психоэмоционального напряжения и развитие положительных эмоций, снятие психоастенического состояния; работу со страхами, тревожностью и агрессией.

Во время проведения тренинговых групповых занятий ребенок участвовал во всех заданиях с удовольствием, общался с детьми отряда, выполнял все задания, что ему давали. С Владимиром проводилась дельфинотерапия в дельфинарии «Немо». У Владимира наблюдались поднятие настроения и улучшение самочувствия, снятие напряжения, но иногда были проявления эмоционального истощения за счет сильного наплыва положительных эмоций. Проведенная дельфинотерапия положительно повлияла на психоэмоциональное состояние ребенка. Отмечается положительная динамика в психоэмоциональной и коммуникативной сфере.

Индивидуальная работа проводилась с мальчиком, который живет с опекунами. Саша достаточно агрессивно относится к другим, считает, что все виновны в смерти его матери; силой стремится решить свои проблемы, причиняя вред себе и окружающим; игнорирует определенные стереотипы поведения, характеризуется импульсивностью реагирования. С мальчиком проводились постоянные индивидуальные беседы в ходе которых было выявлено, что ребенок не получает достаточно внимания со стороны бабушки, чувствует себя ненужным, имеет постоянные конфликты в классе и дома. В ходе индивидуальной работы использованы методы арт-терапии, ресурсные методики.

За период сопровождения подростков-рекреантов было выявлено, что наиболее выраженными трудностями в этом возрасте являются трудности адаптации, проблемы неуверенности в себе, проблемы связанные с ощущением ненужности, одиночества, высокий уровень тревожности и страхов, проблемы в общении, межличностном взаимодействии, агрессивность, склонность к ситуативной агрессии, есть проявления интернет-зависимости у ребят, особенно компьютерная игра, у девочек более выраженными являются неудовлетворенность собой, демонстративность, стремление получать все любым путем.

По сравнению с 2011-2012 годами, за последние два года увеличилось количество рекреантов, перенесших психотравму в прошлом (к этому числу подростков относятся рекреанты из неполных семей, детских домов и семей-опекунов). Летом 2014 были дети, которые боятся смерти – это дети из региона, где проходят боевые действия. Наблюдается рост числа рекреантов, которые не имели опыта работы с психологом или имели негативный опыт, поэтому отрицают любую помощь со стороны психологической службы, считая что им будет нанесен ущерб.

Чаще подростки ставят вопрос о тех или иных результатах по методикам, которые с ними проводят психологи и педагоги в их школе и дома.

Пример. Наиболее впечатляющий случай был, когда подросток на занятии спросил, что определяет методика Роршаха. С ними в классе учительница информа-

тики проводила эту методику и дала такие определения, что свидетельствует о наличии шизофрении у части детей класса. Подросткам было объяснено, что психодиагностические методики могут использоваться только квалифицированными психологами и интерпретация результатов достаточно сложная, особенно проективных методик.

Исходя из результатов диагностики, тренинговые занятия несколько изменялись в соответствии с выявленными проблемами у подростков-рекреантов в каждом отряде. В ходе проведения тренинговых занятий осуществлялось также наблюдение.

Индивидуальная работа с подростками, которые приехали из зоны боевых действий.

Пример. Девочка Марина М. 12 лет (г. Антрацит) на занятиях постоянно проявляла демонстративность, агрессивность, враждебность к другим, стремление достичь цели любой ценой. Девочка импульсивная, капризная, желает найти согласие, равновесие между собой и другими; стремится доминировать, имеет значительные проблемы с родителями, вызывающие беспокойство. Аккумулируется злость, тоска от покинутости. Во время индивидуальных бесед девочка часто плакала, была эмоционально напряжена, каждый раз она имела новый рассказ о родителях, пыталась сказать неправду с целью приукрасить себя и свою семью. В отряде пыталась подавлять и оскорблять детей, которые также приехали из зоны боевых действий, и угрожала, что с ними разберется ее отец, вступала в драки с мальчиками, а потом звонила родителям.

Индивидуальная работа была направлена на снятие эмоционального напряжения, поддержку девочки, на борьбу со страхом смерти. Именно во время диагностики девочка начала работать под своим именем, а затем попросила заменить листы и начала работать под чужим именем. По методике «Человек под дождем» девочка нарисовала девочку со свечой плачущей и говорящей «мама, папа, я погибну». По методике «Несуществующее животное» нарисован ежик.

Пример. Девочка Лера А. 10 лет (г. Рубежное). Во время пребывания в лагере девочке постоянно звонили из дома, рассказывали, что происходит в городе. Девочка очень тяжело переживала, что дома стреляют, двоюродную бабушку убили на улице, что она не сможет вернуться домой, хотя по возвращению должна была ехать в санаторий в Киевскую область. Девочка довольно напряженная, ищет поддержки, имеется внутренняя тревога, страх быть брошенной.

Тренинговая групповая работа с отрядами, в которых находились дети из региона боевых действий, была направлена на коррекцию психоэмоционального напряжения и развитие положительных эмоций, снятие психоастенического состояния; работу со страхами, тревогой и агрессией.

Пример. Индивидуальная работа проводилась с Сашей Ш. Парень проживает с опекуном-тетей. Мать парня вела аморальный образ жизни, парень был свидетелем ее сексуальных отношений с мужчинами, иногда он также

принимал участие в этих действиях (по словам вожатой, которая раньше работала в специнтернате, где находился парень после лишения матери родительских прав). Во время диагностики было выявлено, что парень эмоционально уязвим, имеет низкую самооценку, самокритичный, но самокритика играет роль поглощающего процесса; не чувствует поддержки со стороны окружающих, у него присутствует чувство одиночества; он игнорирует определенные стереотипы поведения, характеризуется импульсивностью реагирования. Парень сильно озабочен отношениями с другими, своим внешним видом; выражены признаки психосексуальных отношений и фиксации, незрелость, зависимость от матери. Во время работы в группе Саша стремился постоянно себя продемонстрировать, получить похвалу, не всегда хотел выполнять все задания, которые были во время психологического тренинга. Наиболее сложными оказались для парня занятия, направленные на работу со страхами и тревогой, а также работа с обидой. Работать индивидуально Саша не хотел, постоянно избегал встреч, довольно агрессивно общался во время индивидуальной беседы и все отрицал.

После трех попыток проведения индивидуальных бесед было выявлено, что у парня есть составленный стереотип о психологе – это человек, который будет вмешиваться в его личные дела, поучать его, будет стремиться изменить его стиль поведения и объяснять, что такое личная жизнь. На четвертой индивидуальной консультации парень начал откровенно разговаривать, он не хочет жить с опекуном, мать у него лучшая; ему тяжело общаться со сверстниками, потому что, как он считает, они не настолько развиты как он. Парень требует постоянного психологического сопровождения и реабилитации, особенно если опекун от него откажется, а именно этого добивается Саша.

В настоящее время происходит активное развитие симптоматики, входящей в состав ПТРС. Данная тенденция обусловлена внешней ситуацией и ведет к развитию пограничных и психотических эпизодов (См. Табл.1.).

Следует обратить внимание (см. Табл.1.) на критерий «снижение уровня коммуникативных навыков в межличностных отношениях», который имеет тенденцию к улучшению, но его следует рассматривать как потребность получения поддержки для снятия тревоги и обозначить как «невротическую болтливость».

Дальнейшее развитие ситуации организованного насилия, непредсказуемости внешней среды неизбежно приведет к психотическим, пограничным эпизодам, повышению агрессивности в социуме, увеличению диагностирования психосоматических состояний, в первую очередь у детей (См. Рис.1.).

На сегодняшний день мы можем уверенно диагностировать в той или иной степени наличие ПТРС более, чем у 43% детей и значительно больший процент у детей из восточных областей Украины (до 74%) (См. Рис.1.). Это требует пристального внимания, коррекционной и реабилитационной работы психологической службы в детских учреждениях реакционного типа.

Таблица 1

Результаты сравнительного анализа ведущих показателей психологического здоровья детей-рекреантов (2013-2014 г.)

Диагностические критерии/ Возрастная категория	Октябрь 2013 года			Август 2014 года		
	12 -17 лет	9 -12 лет	7 – 9 лет	12 -17 лет	9 -12 лет	7 – 9 лет
Трудности адаптации	11%	23%	15%	17%	24%	23%
Повышенный уровень тревоги	4%	27%	19%	34%	45%	27%
Фобические состояния	6%	11%	9%	13%	23%	34%
Депрессивные состояния	1%	6%	3%	7%	9%	4%
Постстрессовые состояния	12%	22%	11%	39%	54%	36%
Предрасположенность к аддикциям	32%	18%	17%	45%	35%	21%
Снижение уровня развития когнитивных функций	18%	21%	34%	23%	45%	46%
Снижен уровень коммуникативных навыков в межличностных отношениях	26%	38%	48%	22%	29%	34%
Хорошие навыки управления стрессом	9%	5%	2%	12%	5%	2%
Негативный эмоциональный фон	14%	16%	7%	26%	34%	47%
Положительный эмоциональный фон	53%	73%	64%	39%	43%	39%
Неустойчивый эмоциональный фон	12%	15%	23%	33%	17%	23%

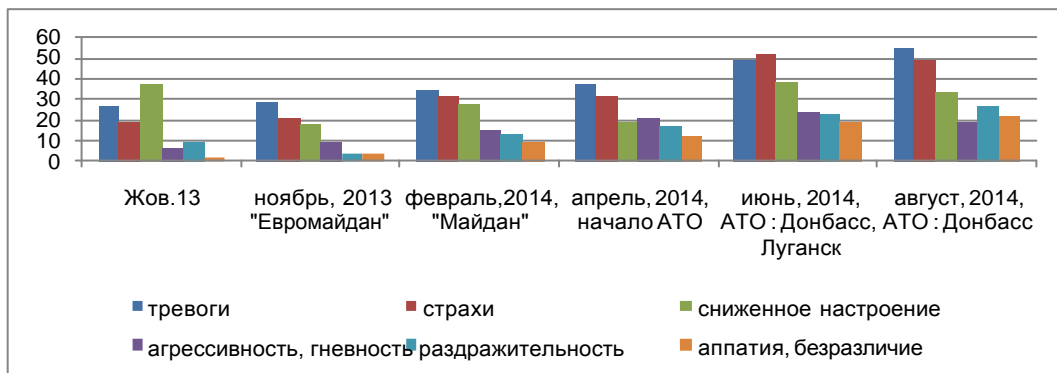


Рис. 1. Диаграмма усиления развития симптоматики ПРСР на фоне сложной политической ситуации в Украине

Перспективным и актуальным направлением рекреационной психологии и педагогики, является психологическое сопровождение интеграции детей с различными нарушениями психического и физического развития в среду здоровых сверстников. Решение проблем преодоления в нашем социуме сегрегации детей с отклонениями в психофизическом поведении и развитии связано с большими трудностями, поскольку готовность общества к принятию детей с

ограниченными возможностями в коллективы здоровых сверстников является неудовлетворительной. Рекреационные условия в силу своей специфики дают большую свободу для организации досуга, воспитания и развития социальных взаимоотношений между детьми, расширению диапазона терапевтических мероприятий для детей с ограниченными возможностями и могут способствовать преодолению сегрегации детей и их инклюзии в детские коллективы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Декларация прав дитини.

2. Концепція діяльності Державного підприємства «Український дитячий центр «Молода Гвардія»

REFERENCES

1. *Deklaratsiia prav dytyny* [Declaration of child's rights] [in Ukrainian].

2. *Kontseptsiia diialnosti Derzhavnoho pidpriemstva "Ukrainskii dytiachyi tsentr Moloda Hvardiia"* [in Ukrainian].

С. Н. Симоненко, Е. Н. Грек, Е. В. Костюнина, И. В. Леженко

РЕКРЕАЦІЙНА ПСИХОЛОГІЯ ДИТИНСТВА: ДОСЯГНЕННЯ І ПЕРСПЕКТИВИ

У статті розкривається, що рекреаційна психологія дитинства є одним з важливих напрямків сучасної педагогічної та вікової психології, бо призвана розв'язувати актуальну для індивідуума та соціуму проблему збереження психічного і соматичного здоров'я дітей та молоді. Окреслені актуальні проблеми рекреаційної психології дитинства, розкриваються основні напрямки роботи психологічної служби в УДЦ «Молода гвардія» (м. Одеса). Показано, що відбувається активний розвиток симптоматики ПТРС. Ця тенденція обумовлена зовнішньою ситуацією і веде до розвитку пограничних та психотичних розладів у дітей.

Ключові слова: рекреаційна психологія, психологічний супровід, психічне здоров'я, школярі-рекреанти, саморозвиток особистості, постравматичний синдром.

S. N. Simonenko, Ye. N. Grek, Ye. V. Kostyunina, I. V. Lezhenko

CHILD RECREATIONAL PSYCHOLOGY: ACHIEVEMENTS AND PERSPECTIVES

Child recreational psychology is considered as one of the directions of age and educational psychology, which studies the peculiarities of child and adolescent personality's development in terms of recreation. Within the framework of the project with child recreational center "Moloda Hvardiia" a psychological service has been created. It performs psychological support of psychological health of children and youth in the recreational period and also introduces knowledge about psychological health to children and adolescents, forms the basis for self-development of intellectual and personal potential of a child. The stages of the psychological support are the following: 1) preparatory stage; 2) diagnostic stage, aimed at revealing problems and disadvantages, which should be corrected or eliminated; 3) search stage, approbation of influence of different forms and methods of psychologists' work in recreational establishments; 4) formation stage, aimed at mastering personality developing strategies of activity and behavior. During the period of work with children in the recreational center, the following problems have been distinguished: adaptation problems (53%) are the most wide-spread. The most expressed problems of school pupils are over-anxiety and fears. Besides, some differences in the level of self-estimation among children from two-parent families and children from single-parent families have been revealed: children who have two parents are self-confident and even self-assured; those, who live in a single-parent family, as a rule are unsure of themselves, especially it concerns children from orphanages. Pupils and especially boys often use physical aggression, which demands continuous individual work with such children, and girls as a rule use verbal aggression. According to the results of psychological support of children in the recreational center, it has been revealed that the most expressive troubles are problems with adaptation, lack of self-confidence, feeling lonely, fears, anxiety, difficulties with communication, internet-addiction, etc.

Keywords: recreational psychology, psychological support, psychological health, pupils, self-development, post-traumatic syndrome.

Подано до редакції 08.09.2014