

## Розділ VI. Прикладні аспекти застосування психологічних знань

УДК 159.9

Любимова О. О.

### Ключові аспекти психологічної допомоги дитині в умовах розлучення батьків

**Анотація:** У статті досліджуються погляди різних авторів щодо допомоги дітям, батьки яких розлучаються. На основі аналізу літератури, автор звертає увагу на важливі аспекти роботи з батьками – фактору успішного подолання кризової ситуації дитиною. Автор також зазначає, що робота з батьками – важливий аспект, що впливає на створення безпечного середовища для успішної адаптації дитини в даних умовах та на своєчасне надання їй необхідної підтримки.

**Ключові слова:** розлучення, батьки, діти, стосунки, психологічна допомога.

### Любимова О.А. Ключевые аспекты психологической помощи ребенку в условиях развода родителей

**Аннотация:** В статье исследуются взгляды разных авторов на помощь детям, родители которых разводятся. На основе анализа литературы, автор обращает внимание на важные аспекты работы с родителями – фактор успешного преодоления кризисной ситуации ребенком. Автор также отмечает, что работа с родителями – важный аспект, влияющий на создание безопасной среды для успешной адаптации ребенка в данных условиях и на своевременное предоставление ему необходимой поддержки.

**Ключевые слова:** развод, родители, дети, отношения, психологическая помощь.

### O.A.Liubymova. Key aspects of psychological help for a child whose parents are divorced

**Summary:** In article different views of scientists on the problem of help for a child whose parents are divorced are investigated. On the ground of analysis of literature, author recommends to pay attention on main aspects of work with parents as a factor of successful overcoming of crisis by a child. Author also marks that work with a parents is an important aspect which affects on formation of safe area for successful adaptation of child in mentioned conditions and for giving needed help in time.

**Keywords:** divorce, parents, children, relationships, psychological assistance.

**Постановка проблеми.** На сьогоднішній день в Україні соціологами та соціальними психологами зафіксовано високий рівень розлучень. Науковці зазначають, що пік розлучень припадає на перші роки життя молодої сім'ї – від трьох місяців до півтора року. Найчастіше пари розпадаються через такі причини: юний вік партнерів, фінансові негаразди, міжособистісні конфлікти, невірність,

проблеми сексуального характеру, накопичення невисловлених образ тощо.

Розпад шлюбу несе не лише соціально-економічний та емоційно-психологічний вплив негативного характеру для партнерів, але й більш тяжкі наслідки – збільшується кількість дітей, що ростуть, як правило, без батька, або у родині з вітчимою, тобто у неповних чи реконструктивних сім'ях. Майже у 60% випадків розпаду шлюбу страждають неповнолітні діти, адже сім'я дає найголовніше, що потрібно дитині – приклад взаємодії зі світом, зразки міжособистісного спілкування, поняття любові, почуття безпеки та стабільності. При розлученні батьків дитина втрачає сприятливі умови для гармонійного розвитку. В цей період діти схильні відчувати страх, гнів, почуття провини, самотність, невпевненість у собі. Як правило, це призводить до погіршення навчання, зниження самооцінки, замкнутості, іноді до нічних страхів та енурезу у дітей дошкільного віку, конфліктності, агресивності. Без своєчасного надання кваліфікованої психологічної допомоги означена ситуація може призвести до дезадаптації, асоціальної поведінки, невротизму, аутоагресії, порушення психосексуальної ідентичності та викривлення психосексуальних ролей, повторення батьківської моделі взаємодії у власній сім'ї.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Розробкою питань щодо особливостей дитячого розвитку, надання ефективної психологічної, психоаналітичної, дефектологічної допомоги дітям займалися як зарубіжні (Д.Віннікот, Ф.Дальто, К.Кволс, М.Кляйн, М.Монтессорі, В.Сатир, Б.Спок, Г.Фігдор, А.Фрейд, К.Хорні; Е.Г.Ейдемільер, В.В.Юстицький та ін.), так і вітчизняні (Г.С.Абугалієва, Ю.Є.Альошина, С.Б.Каірова, Т.О.Кулікова та ін.) науковці. Значна увага приділялася психологами зокрема аналізу можливостей психологічної допомоги дітям, батьки яких розлучаються; у роботах Г.С.Абугалієвої, Ю.Є.Альошиної, Д.Вірди, Е.Г.Ейдемільера, С.Б.Каірової, К.Кволс, Т.О.Кулікової, В.Сатир, Б.Спока, Г.Фігдора, В.В.Юстицького висвітлюються складні моменти психологічного супроводу дитини у складних ситуаціях генези родинного буття.

**Постановка завдання.** В даному дослідженні ми маємо за мету теоретичне осмислення різних концептуальних підходів щодо ключових аспектів психологічної допомоги дитині, батьки якої розлучаються.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** З точки зору С.Б.Каірової та Г.С.Абугалієвої, розлучення – це ненормативна сімейна криза, крок, який веде не до розвитку і позитивної динаміки сімейних відносин, а до їх переривання, це найсильніше емоційне і психічне потрясіння, що не проходить для подружжя і, особливо, дітей безслідно [4]. В ситуації розлучення батьки самі втрачають душевну рівновагу і їм не вистачає сил допомогти своїй дитині, яка в цей період особливо потребує любові, уваги та підтримки. А спроба перекласти провину за розпад сім'ї на совість колишнього партнера, лише підсилює почуття емоційного неблагополуччя дитини.

Аналізуючи означене проблемне поле Д.Вірда відмічає, що більшість педагогів та психологів, які займаються цим питанням, розглядають проблеми лише «потерпілої сторони» – дитини, не зважаючи на проблеми батьків, що

призводить до вельми складного розуміння шляхів надання психологічної допомоги [2]. Таким чином, батьки сприймаються спеціалістами, як «теоретична конструкція», що не має людських властивостей та почуттів. Батькам наказують, радять, висувають навіть вимоги, наче відчуття страждання, болю, образи, печалі, страху не передбачені переліком дозволених в арсеналі батьківських почуттів. Приєднуючись до думки Г.Фігдора, автор наголошує, що це є одним із факторів того, що наполеглива робота з дитиною та «добрі поради» не дають очікуваних результатів.

Зрозуміло, що мати, яку хоча б натяком звинуватили у проблемах дитини, навряд буде з радістю приймати на віру такі поради, тим більше – поквартитися їх виконувати. Скоріше за все, батьки не будуть зволікати і займуть оборонну позицію. Г.Фігдор [цит. за 2] пояснює це тим, що саме в цих випадках активізується захисний феномен – опір, тому якісь «добрі поради» не можуть водночас змінити вироблені психічні стратегії. Саме тому Г.Фігдор пропонує психологам починати роботу не з порад та вказівок батькам, а з прояву співчуття та розуміння їхньої проблеми: намагатися зняти напругу та, на скільки це можливо, пом'якшити почуття провини, яке заважає тверезо оцінювати потреби дитини. З огляду на це, потрібно розуміти, що почуття провини і усвідомлення своєї провини – різні речі. Перша змушує людину перекладати відповідальність на іншого, недоумовляти, заперечувати, а друга – активізувати силу волі, взяти відповідальність на себе, дає здатність не лише сприймати поради, а й слідувати ним.

Одним із головних етапів роботи, що грає роль у зменшенні негативного впливу у майбутньому, є повідомлення дитині про розлучення. Важливо правильно донести, що розводяться не мама і тато, а чоловік і дружина, пояснити дитині, що це повністю їхня відповідальність і дитина не винна. Зрозуміле для дитини пояснення не викликає непорозуміння із батьками, дає можливість проявити відкрито свої емоції. Бурна реакція дає можливість побачити, чого дитина потребує на даний момент – розради, і надати їй, щоб це не перейшло в приховану симптоматику [2].

Б.Спок звертає увагу на вікові особливості дитини, якій повідомляють про розлучення, та на те, що сама дитина хоче знати про цю ситуацію. Автор приводить приклад повідомлення, котре задовольнило б маленьку дитину, яка вже розуміє, що таке сварки та бійки: «Твій тато та я часто сперечаємось та сваримось, так само як ти з Пітером Дженкінсом. Тому ми вирішили, що нам краще не жити в одному будинку. Але тато все одно залишається твоїм татом, а я все рівно буду твоєю мамою». Автор також зазначає, що дитина старшого віку захоче детальніше зрозуміти причини розлучення і пропонує дати їй відповідь, що задовольнить її потребу, намагаючись уникати звинувачення протилежної сторони [8].

Інший аспект, на якому акцентує увагу Г.Фігдор [цит. за 2] – це вміння правильно реагувати на переживання дитини, щоб мати можливість надати їй так звану «швидку допомогу». Важливо говорити з дитиною про те, що вона відчуває, чого побоюється. Батьки у такому стані самі переживають складнощі і тому на дитину в них може просто не вистачати терпіння. Звичайні потреби дитини

можуть сприйматися батьками як завищені вимоги до них самих, можуть плутати відчуття дитини зі своїми власними. Батьки самі в цей період як ніколи потребують любові дитини, її підтримки та прив'язаності. Їм як ніколи потрібні слухняні, урівноважені діти, що приносять лише радість. В такій ситуації дитині не приходить розраховувати на допомогу, вона не має можливості відредагувати свої емоції і типові для розлучення страхи та афекти будуть посилюватися.

Надзвичайно важливо не створювати коаліції, тобто не налаштовувати дитину на об'єднання проти одного з батьків, та не нав'язувати дитині конфлікт лояльності – не змушувати дитину обирати когось одного. Розлучення для дитини символізує часткову втрату влади. Якщо дитина не зможе час від часу знаходити «укриття» в одного з батьків, це може призвести до сильної залежності від того, з ким вона залишилася жити після розлучення. Надмірна залежність викликає скоріше розгублену безпорадність, а інколи – подавлену лють. Тому, входячи у конфлікт лояльності, дитина починає почувати себе невдахою, що призводить до відчуття власної неповноцінності. Так як обидва батьки люблять свою дитину, важливо не позбавляти її права любити їх обох [2].

Схожі думки висловлює і Б.Спок, зазначаючи: впевнитись у тому, що один з її батьків поганий – для дитини ціла трагедія. Навіть, якщо батькам вдається перетягнути дитину на одну із сторін, їх чекає небезпека втратити любов дитини, коли вона досягне більш дорослого віку. Особливо, це стосується підлітків, коли всі звернені до найближчих людей відчуття зазнають докорінних змін. В цей період дитина може несподівано перейти на протилежний бік. Тому кожен з батьків скоріше збереже любов та повагу дитини, якщо не буде підбивати її на прийняття правочинності лише однієї із сторін конфлікту [8].

К.Кволс стверджує, що внаслідок непоправної втрати, у дитини може виникнути відчуття жалю щодо себе. Батькам потрібно бути дуже обережними, щоб це відчуття не перейшло у постійне. Коли батьки виправдовують ту чи іншу поведінку дитини, спираючись лише на ситуацію, яка склалась у ході розлучення, і сподіваються, що потурання та зниження адекватної вимогливості сприятиме більш швидкій її адаптації, то це може привчити дитину до того, що їй все дозволено лише через те, що доля обійшлася з нею жорстоко. Таке ставлення сформує у дитини неправильне розуміння несправедливості, яка є невід'ємною частиною нашого життя. В цьому випадку, головне – допомогти дитині гідно це пережити, а не закривати очі на проблему. Автор звертає увагу на те, що великий вплив має також реакція батьків. Саме на неї орієнтується дитина і діє відповідним чином [5].

Попри всі «нормальні» реакції, що направлені на переживання дитиною розлучення, неможливо знайти дітей, які б з однаковою тугою або агресією реагували на можливу втрату одного з батьків. Д.Вірда зазначає, що необхідні умови, які направлені на допомогу дитині в такій ситуації, перш за все, створюються саме батьками, так як саме на них направлені всі афекти, почуття та фантазії дитини. Дитину потрібно впевнити в тому, що батьки не стали менш досяжними, що її досі люблять і можуть створити безпечне, надійне середовище,

що в неї залишаються стабільні відносини, як з мамою, так і з батьком. Оскільки всі симптоми дитини направлені на те, щоб об'єднати батьків у піклуванні про неї, важливо довести дитині, що зв'язок між ними не втрачено, що вона для них не менш важлива, як і раніше. Все це можливо лише тоді, коли батькам вдасться подолати власні психічні труднощі [2].

Е.Г. Ейдемільер та В.В. Юстицький, розглядаючи наслідки відсутності одного з батьків у сімейній структурі, зазначають, що це може призводити до змін рольової структури родини. Ролі, що виконуються суб'єктом, повинні відповідати його можливостям. Наслідком непосильних вимог можуть бути нервово-психічні напруження та тривога. Прикладом може бути дитина, що тимчасово виконує роль одного з батьків. Вона втягується спочатку в роль «партнера», а пізніше, коли у неї наростає реакція емансипації, а у одного з батьків посилюється бажання утримати її при собі, в роль «дитини, яка потребує опіки». Часто мати, рідше – батько, самі того не усвідомлюючи, хочуть, щоб дитина була для них чимось більшим, ніж просто дитина. Батьки потребують того, щоб дитина задовольняла, хоча б частково потреби, які у повній родині задовольняються психічними взаєминами партнерів. Загалом, це потреба у винятковій прихильності, частково – еротичні потреби, що стимулюються у дитинстві, по відношенню до батьків, у вигляді дитячої закоханості та ревнощів. Такі взаємини у майбутньому спричиняють виникнення страху у батьків перед самостійністю дитини (зокрема – коли вона досягає підліткового віку). З'являється прагнення утримати підлітка будь-якою ціною. Сприймаючи його як маленьку дитину, батьки знижують свої вимоги, створюють потураючу гіперпротекцію, тим самим стимулюючи у нього розвиток психічного інфантилізму. Для попередження виникнення цих ролей, автори пропонують застосовувати заходи із підсилення психічного опору членів родини та корекції потягів, що не сумісні із моральними нормами індивіда [3].

Разом з тим, самотня матір може вдатися до протилежної стратегії виховання дітей. Т.О. Кулікова вказує на те, що деякі матері більш стурбовані власною подальшою долею, а не теперішнім та майбутнім власної дитини. Їхні інтереси зосереджені на пошуках нового партнера. В таких сім'ях, як правило, панує гіпоопіка. Про це можна судити з огляду на неохайний зовнішній вигляд дитини, негодованість, а найголовніше – поведінку, яка відрізняється підвищеною агресивністю, метушливістю, або навпаки, замкнутістю і загальмованістю [6].

Наступна серйозна проблема дітей, що проживають з одним із батьків, частіше із матір'ю, – гіперопіка, тобто надмірна увага, турбота та ласка, якою вона намагається компенсувати відсутність батька. В. Сатир зазначає, що «заголублені» мамою хлопчики, які на додаток можуть впевнитися у тому, що панують жінки, починають відчувати, що чоловіки – нікчеми. Часто, через відчуття відповідальності за безпеку матері, хлопці відмовляються від свого особистого життя. Це може призвести до того, що вони не матимуть уявлення про свої гетеросексуальні потяги та залишаться жити із матерями. Або, навпаки, повстати проти матері та втекти з дому із думкою, що жінки – вороги. Через

відчуття провини вони або поводитимуться із жінками жорстоко, або схиляться перед ними, чим зіпсують залишок свого життя. У випадку із дівчинкою її власна статеві ідентифікація може бути мінливою: приймаючи роль прислуги, вона приречена віддавати все та не отримувати нічого, або може відчувати себе самотійною і абсолютно незалежною, що може сприяти відмові від створення власної родини.

Ще однією проблемою проживання лише з одним із батьків, на думку В.Сатир, є викривлення моделі спілкування із представниками протилежної статі. Складність полягає в тому, що у неповних сім'ях діти не мають можливості спостерігати, як спілкуються їхні батьки, тобто не мають прикладу позитивної взаємодії чоловіка та жінки. Тому батькам потрібно докласти зусиль задля позитивного сприйняття дитиною сутності партнерських взаємин у сім'ї, адже дитині і так спричинили достатньо страждань. Мамі, наприклад, потрібно дуже постаратися, щоб її дитина не думала, що всі чоловіки погані: хлопчику складно буде уявити позитивні сторони представників чоловічої статі. А якщо він не відчуває, що бути чоловіком добре, то він не зможе й себе позитивно оцінювати. Дівчинка, у свою чергу, матиме одностороннє уявлення про чоловіків, що ускладнюватиме взаємодію з ними у майбутньому. Нарешті, не маючи можливості спостерігати взаємини чоловіка та жінки, діти ростуть без прикладу цілісної моделі сімейних відносин.

Водночас В.Сатир прогнозує вдале попередження таких наслідків, якщо мати має адекватну установку відносно чоловіків і є достатньо свідомою, щоб не створювати у дітей негативне уявлення. Мати може допомогти дітям встановити близькі та довірливі взаємини із дорослими чоловіками зі свого оточення, яких вона поважає. Це може бути її власний тато, дядьки або друзі [7].

Ю.Є.Альошина у своїх працях пропонує подивитися на проблему розлучення під іншим кутом та допомогти це зробити батькам. Спираючись на дані численних досліджень, авторка вважає, що інколи для дитини набагато краще жити з одним із батьків, але у спокійній, доброзичливій атмосфері, ніж у повній сім'ї, в якій напружені відносини та конфлікти, а сварки слідує одна за одною. Ю.Є.Альошина стверджує, що для полегшення переживань травми розлучення, у дитини мають залишитися гарні відносини з обома батьками, що підтверджує думку Д.Вірди та Г.Фігдора. Авторка пропонує психологу, котрий працює з батьками, які знаходяться у процесі розлучення, орієнтувати їх на те, щоб той з батьків, який буде жити окремо від дитини, максимально повно брав участь у її вихованні. У такій ситуації багато що залежить від батьків: не осипати один одного взаємними образами, не налаштовувати один проти одного, бути максимально чесними та відкритими – і дитині буде набагато легше пристосуватися до нових умов життєдіяльності.

Як і Д.Вірда, Ю.Є.Альошина зазначає, що більшість батьків вважають, що приховуючи факт розлучення до останнього, вони захищають дитину від надмірних хвилювань. У цьому випадку, автор радить психологу донести до батьків, що саме переживає в цей момент дитина. Не володіючи повною інформацією про те, що відбувається, дитина починає домислювати та

фантазувати, надаючи дійсності більш страхітливі та тривожні риси. Психологу необхідно пояснити батькам, що діти сприймають ситуацію, орієнтуючись на реакцію дорослих. Тому, хоча б заради дитини, батькам не слід фіксуватися на негативних аспектах розлучення [1]. Ю.Є.Альошина пропонує також конкретний приклад тексту повідомлення дитині про розлучення: «Нам з татом (мамою) стало важко жити разом, і ми вирішили жити окремо один від одного, але сподіваємося, що це не дуже сильно відіб'ється на тобі і, головне, – на твоїх відносинах з кожним із нас. Ми обидва тебе дуже любимо і будемо продовжувати любити так само сильно, як і раніше» [1, с.198]. Автор наголошує на важливості останньої фрази, так як для дитини відносини з батьками є дуже значущими.

Втілення рекомендацій, наведених авторами публікацій, на думку Ю.Є.Альошиної, зумовлюють необхідність осмислення двох аспектів роботи психолога, що є синтезом принципів гуманістичної і поведінкової психотерапії:

- психолог повинен розуміти, співпереживати, підтримувати і аналізувати почуття клієнта відносно найближчих людей;
- психолог має бути здатним чітко і конкретно планувати зміни в житті клієнта, структурувати те, що він говорить і робить, надавати зворотний зв'язок і коригувати його висловлювання [1].

**Висновки і перспективи подальших розвідок.** Аналіз представленого наукового доробку (праці Г.С.Абугалієвої, Ю.Є.Альошиної, Д.Вирди, Е.Г.Ейдемільера, С.Б.Каїрової, К.Кволс, Т.О.Кулікової, В.Сатир, Б.Спока, Г.Фігдора, В.В.Юстицького) доводить, що для більш легкої, менш болючої адаптації дитини до ситуації розлучення із мінімальними наслідками як для неї самої, так і для кожного із партнерів, основна робота психолога повинна бути зорієнтована, в першу чергу, на психічний стан батьків як фактор успішного подолання даного етапу у житті дитини.

У роботі практичного психолога із даною проблемою слід звернути увагу на такі аспекти:

- 1) починати роботу із прояву співчуття та вираження розуміння ситуації, в якій опинилася родина;
- 2) орієнтувати батьків на визнання власної провини та усвідомлення відповідальності за те, що діється;
- 3) орієнтувати батьків на розуміння, аналіз і прийняття власних почуттів як єдиного, що допоможе адекватно сприймати і розуміти почуття і поведінку власної дитини;
- 4) орієнтувати батьків на відкритість і довіру по відношенню до дитини, як допомога їй у вільному висловлюванні власних переживань, що дасть можливість визначити, якої саме «швидкої допомоги» потребує дитина на даний момент;
- 5) продемонструвати варіативність ситуації розлучення, погляд під іншим кутом на проблему, що дозволить батькам направити дії на полегшення переживань дитини щодо травмуючої ситуації;
- 6) підготувати до більш тісного контакту із колишнім партнером, для того, щоб не позбавляти дитину почуття захисту, любові і значимості,

можливості любити однаково обох батьків;

7) планувати і послідовно втілювати конкретні кроки, спрямовані на негайну зміну ситуації.

Узагальнюючи, слід зазначити, що гармонійна, щаслива дитина ростиме лише у родині із батьками, які добре розуміють її. Тому допомога дітям, в першу чергу, лежить через відновлення душевної рівноваги її батьків, які зможуть створити безпечні умови та надати необхідну підтримку дитині у складній ситуації (і зокрема – під час розлучення).

У подальшому ми плануємо розглянути особливості роботи із дитиною як важливий етап психологічного супроводу складної сімейної ситуації під час розлучення батьків, що сприятиме полегшенню дитячої травми.

### Список використаної літератури

1. Алешина Ю. Є. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование / Ю. Є. Алешина. – Москва : Независимая фирма «Класс», 1999. – 208 с.
2. Вирда Д. Помощь разведенным родителям и их детям : от трагедии к надежде. По страницам научных трудов Гельмута Фигдора. / Д. Вирда. – Москва : Издательство Института Психотерапии, 2000. – 224 с.
3. Эйдемиллер Э. Г. Семейная психотерапия / Э. Г. Эйдемиллер, В. В. Юстицкий. – Ленинград : Медицина, 1990. – 192 с.
4. Каірова С. Б. Психологічна робота з дітьми, які пережили розлучення батьків / С. Б. Каірова, Г. С. Аbugалієва. // Науково-методичний електронний журнал «Концепт». – 2016. – Т. 50. – С. 90–97.
5. Кволс К. Радость воспитания. Как воспитывать детей без наказания. / К. Кволс. – Москва : Весь, 2006. – 288 с.
6. Куликова Т. А. Семейная педагогика и домашнее воспитание : учебник для студ. сред. и высш. пед. учеб. заведений. / Т. А. Куликова. – Москва : Академия, 1999. – 232 с.
7. Сатир В. Как строить себя и свою семью / В. Сатир. – Москва : Педагогика-Пресс, 1992. – 192 с.
8. Спок Б. Ребенок и уход за ним / Бенджамен Спок. – Москва : АРД ЛТД, 1998. – 608 с.

УДК 159.9

Маліцька Л.Б.

### Психологічні аспекти професійної деформації працівників правоохоронних органів

**Анотація.** Стаття присвячена аналізу психологічних аспектів професійної деформації співробітників правоохоронних органів. Передумовам та наслідкам виникнення цього явища і можливостям подолання професійної деформації особистості.

**Ключові слова:** професійна деформація, працівники правоохоронних органів.