

А ЕСТЬ ЛИ В ЛАГЕРЕ ПСИХОЛОГ?

Вера Николаевна Могилева,

*доцент Воронежского государственного педагогического университета,
кандидат психологических наук*

• психологическая служба летнего лагеря • адаптация • дезадаптация
• первичная психологическая диагностика • детская агрессия • девиантное поведение • делинквентное поведение подростков

В последние годы летний отдых детей стал разнообразнее. Кроме классических загородных лагерей, выросших из пионерских советского периода, появились тематические лагеря, которые могут быть организованы на базе школ, различных учебных заведений, загородных или палаточных лагерей или даже за рубежом. К примеру лагеря, предлагающие погружение в языковую среду или определённую историческую эпоху или культуру («Славяне», «Индейцы» и т.п.).

Каждый тип летних лагерей решает свои конкретные задачи, начиная от обеспечения безопасности, создания условий для его развития, оздоровления и заканчивая организацией досуга. Сейчас родители стали более тщательно выбирать лагерь для ребёнка, тратя всё больше средств из своего бюджета на подобный отдых, стараясь найти оптимальный вариант по соотношению цены и набора услуг. Наличие психологической поддержки в летнем лагере играет для родителей не последнюю роль. Всё чаще звучит вопрос: «А есть ли в лагере психолог?».

Какие же задачи стоят перед психологом в летнем лагере?

Хотя психологи уже появляются в детских лагерях, но они ещё

не стали обязательными членами коллективов организаторов и воспитателей. Одна из первых их задач — это *диагностика адаптации детей*. Другая, не менее важная, — выявление детей, склонных к агрессии. Эти дети, как правило, находятся в зоне риска и также склонны к дезадаптации в новых социальных условиях.

Формирование условий для принятия детьми правил лагеря — ещё одна из задач психолога. Летний лагерь — это модель социума, в котором свои правила и законы общежития, принятие которых позволяет ребёнку комфортно сосуществовать в мире сверстников и взрослых. Противопоставление себя новым нормам и правилам приводит к внутренним и внешним конфликтам. Их решение позволяет ребёнку приобрести новый уникальный социальный опыт.

Дети с высоким уровнем агрессии, как правило, решают свои проблемы через психологическое или физическое насилие по отношению к другим детям или даже взрослым. Психолог в летнем лагере может не только выявить таких детей, но и помочь им справиться с таким поведением, так как для подростков коррекция агрессивных форм поведения успешнее проходит вдали от дома, в коллективе сверстников или

детей старшего возраста. Примером адекватного поведения для них могут быть вожатые, которые, с одной стороны, старше них, а с другой — разница в возрасте не столь значительна, чтобы противопоставлять себя им.

В каждой смене и отряде формируется новый коллектив, который в своём развитии в сжатые сроки проходит все стадии формирования средней социальной группы. Появляются лидеры явные и скрытые, а также группы аутсайдеров. Опираясь на лидеров и поддерживая аутсайдеров, психолог может *помочь формированию здорового климата в детском коллективе.*

Кроме того, у ребят подросткового и даже младшего школьного возраста часто возникает первая любовь, которая окрашивает романтическими чувствами всё пребывание ребёнка в лагере. У некоторых подростков переживания бывают очень острыми и болезненными, порой сопровождаются чувством подавленности и депрессии. Для такой группы детей нужна серьёзная психологическая поддержка: такие состояния могут привести подростка к суицидальным попыткам. Выявление таких детей — это задача не только психолога летнего лагеря, но и вожатых, ведь они постоянно находятся с детьми своего отряда и первыми могут заметить признаки психологического неблагополучия у ребёнка.

У детей группы риска часто проявляются признаки девиантного (сквернословие, агрессия и т.п.) и делинквентного поведения (воровство, драки). Психологу и вожатым необходимо изучить личные дела детей ещё до начала смены, подобрать соответствующие тренинговые программы для данной группы.

Для решения всех этих задач одного психолога в летнем лагере, конечно, недостаточно. Нужна психологическая служба, которая бы отвечала за весь процесс психологического сопровождения детей, начиная с момента поступления ребёнка в лагерь и заканчивая его

отъездом. Возможно и проведение отсроченного мониторинга поведения детей после отъезда из лагеря через 3—4 месяца.

Диагностика адаптации детей

Практически в каждой смене есть дети, которым сложно адаптироваться к условиям лагеря, и такие, для которых это практически невозможно.

Причины и проявления дезадаптации могут не совпадать. Каковы признаки возникших сложностей с адаптацией в новом коллективе и к новым социальным условиям? Повышенная утомляемость ребёнка, снижение работоспособности, слабость, жалобы на головные боли, боли в животе, нарушение сна и аппетита. У некоторых детей появляются вредные привычки, навязчивые движения, говорение с самим собой, заикания, заторможенность или, наоборот, беспокойство.

Познавательный уровень дезадаптации проявляется в отсутствии интереса к мероприятиям и конкурсам, учебным программам, предлагаемым в специализированных летних лагерях и т.п.

Эмоциональный уровень выражается в негативном отношении ребёнка к лагерю, жалобах родителям на условия, вожатых и детей. Он не хочет идти на мероприятия, не может наладить отношения со сверстниками и взрослыми, постоянно просит родителей забрать его из лагеря. При этом важно различать отдельные сложности, когда ребёнок сталкивается с проблемами и жалуется на это, и ситуацию, когда он крайне негативно относится к пребыванию в лагере. В первом случае дети обычно стремятся преодолеть проблемы, а во втором начинают вести себя агрессивно.

Поведенческий уровень дезадаптации проявляется в вандализме к лагерному имуществу и, возможно, своим собственным вещам и вещам сверстников,

импульсивном и неконтролируемом поведении, агрессивности, непринятии лагерных правил, неадекватности требований к сверстникам и вожакам. Дети в зависимости от характера и физиологических особенностей могут вести себя по-разному: одни проявляют импульсивность и агрессию, другие — зажатость и неадекватные реакции. Например, ребёнок отказывается участвовать в каком-нибудь конкурсе, теряется при разговоре со взрослыми, не может постоять за себя перед сверстниками.

Выявление признаков дезадаптации у ребёнка. Тактика психолога. Для выявления признаков дезадаптации психолог должен знать, как ведёт себя ребёнок в обычных для него условиях. В этом ему могут помочь анкеты-опросники для родителей, которые надо включить в пакет документов на ребёнка в летний лагерь.

Психолог проводит первичную диагностику состояния ребёнка (1–3 день пребывания в лагере) и вторую диагностику через 10–15 дней. Это позволяет на начальном этапе выявить так называемую группу риска — детей, склонных к дезадаптации, спланировать стратегию работы с детскими группами. Последующая диагностика даёт картину динамики процесса адаптации, показывает эффективность работы психологической службы лагеря.

При выявлении детей, находящихся в состоянии крайней дезадаптации, испытывающих постоянный стресс в условиях летнего лагеря, рекомендуется отправить их домой, так как внутренних психологических ресурсов у них недостаточно даже при адекватной психологической помощи.

Формирование условий для принятия детьми правил летнего лагеря

Особого внимания требуют дети, попавшие в лагерь впервые или первый раз уехавшие из дома на столь длительный срок. Самой сложной в процессе адаптации оказывается первая неделя пребывания в лагере, когда ребёнок привыкает к новым людям (как детям, так и взрослым), новым правилам и распорядку дня, изменениям в питании. Для многих детей часто является стрессом то, что он вынужден

жить в одной комнате с несколькими детьми, приспосабливаться к их привычкам и интересам. Особенно это касается единственных детей в семье, имеющих собственную комнату дома.

Адаптация к новому режиму дня у многих детей вызывает серьёзные проблемы, так как часто в домашних условиях режим дня у них практически отсутствует. Им сложно вечером уснуть в определённое время, ведь дома им позволяли ложиться позднее. Поэтому они в виде протеста убегают ночью, стремясь всячески нарушить существующие правила. Это поведение больше свойственно для подростков, стремящихся противопоставить себя любым нормам и правилам. В этом случае имеет смысл возможных инициаторов подобных нарушений назначить ответственными за соблюдение режима дня членами отряда. Это поставит их в новую социально-ролевую позицию, наделив ответственностью за совершаемые поступки не только ими самими, но и всеми членами отряда.

У детей младшего школьного возраста процесс адаптации часто протекает более остро, чем у подростков и старших школьников. Эти дети обычно впервые оказываются в лагере. Многие из них не имели до этого опыта самостоятельной заботы о себе (ухода за одеждой, личной гигиены и т.п.), все эти процессы постоянно контролировались родителями. Оказавшись без родительского контроля, они испытывают сильный стресс и растерянность, не зная, как им вести себя дальше. Поэтому очень важна предварительная подготовка ребёнка к поездке в лагерь (как психологическая, так и практическая, связанная с его обучением самостоятельному уходу за собой и т.п.).

Важно познакомить его с правилами летнего лагеря, распорядком дня и условиями пребывания. Очень хорошо визуализировать для ребёнка территорию лагеря, показав фотографии и рассказав

о нём как можно более подробно. Многие лагеря в последнее время стремятся сделать свои сайты, выложив на них фото территории и значимых мероприятий, формирующих позитивный образ лагеря.

Психологическая поддержка детей группы риска

Какова она? Вожатый или психолог должен поговорить с ребёнком о возникших у него трудностях, объяснив, что подобное состояние испытывает большинство детей, впервые оказавшихся в лагере. Дети, переживая чувство тоски по дому, незащищённости и жалости к себе, думают, что их переживания уникальны и с ними невозможно справиться. Информация о том, что с подобной проблемой сталкиваются не только они, снижает остроту переживаний, у детей появляется уверенность, что такое состояние можно преодолеть.

Для работы с детьми, находящимися в состоянии дезадаптации, можно использовать различные арт-терапевтические методики (рисуночные, танцевально-двигательные, театральные постановки и т.п.). Важно привлекать детей к участию в общих мероприятиях, заранее предлагая им роли, в которых они окажутся успешными и почувствуют свою значимость для других членов коллектива. Детям, напряжённо чувствующим себя в центре внимания других людей, можно предлагать роли «за кадром» (например, художника-оформителя спектакля, звукорежиссёра и т.п.). Но о его работе и успехах обязательно должно стать известно другим членам отряда.

Часто в летнем лагере стрессу подвержены дети, испытывающие страх перед всем новым. Поэтому для них важно создать комфортные условия, разрешив взять из дома какую-нибудь любимую вещь, предложив заняться любимым делом, послушать знакомые песни или посмотреть любимые фильмы.

Надо обратить внимание на расселение детей в комнатах, часто из-за их несовместимости могут возникать серьёзные конфликты. Например, когда в одной комнате поселяют детей с разными интересами или подростков из враждующих неформальных группировок. Лучше всего предоставить детям самим решать, кто и с кем будет жить. Если не удаётся удовлетворить запросы всех детей, то надо постараться сгладить возникшие противоречия до минимума.

В летних лагерях психологи используют различные тренинговые программы, направленные не только на адаптацию ребят к его условиям, но и обучение конструктивным формам общения, снижению тревожности, формированию адекватной самооценки. Всё это позволяет ребёнку получить уникальный социальный опыт, часто оказывающий влияние на всю его последующую жизнь.

Проявления детской агрессии

«Домашние» дети с трудом противостоят детям из школ-интернатов и так называемым социально запущенным детям, оказавшимся вместе в лагерях. Для детей из интернатов опыт общения с детьми из обычных семей очень важен, но семейные дети часто оказываются не готовы к тем моделям общения, которые предлагают воспитанники интернатов и школ для детей-сирот. Столкновение двух социальных моделей в условиях летнего лагеря приводит к конфликтам и конфронтациям.

Эта проблема обычно не возникает в лагерях по интересам (языковых, исторических и других подобных лагерях). Часто в такие лагеря едут уже сложившиеся детские коллективы (танцевальные, языковые школы и т.д.), что во многом снимает проблему адаптации к новому коллективу, но сохраняет задачу адаптации к новым условиям (новому режиму дня, питанию, территории и т.д.).

В лагере организуются сложные социальные сообщества разных возрастов, между которыми происходит активное взаимодействие. Дети получают уникальный опыт, общаясь друг с другом. Особенно интересен опыт, который могут получить дети в международных лагерях. Тут происходит соприкосновение не только разных социальных и возрастных групп, но и коллективов, отличных по культуре и языку. Ребята видят, что мир многополярен, и одни и те же проблемы в разных странах и сообществах могут решаться по-разному.

Проявление конфликтных форм поведения — нормальная и обязательная реакция в любом социуме. Психолог и вожатые не только должны быть готовы к подобным реакциям и формам поведения детей, но и иметь в запасе некий психолого-педагогический инструментарий для решения таких ситуаций. Взрослым надо показать ребятам конструктивные способы решения конфликтов (проговаривание ситуации и своих эмоций, ведение конструктивного диалога, умение услышать собеседника и т.д.). Часто психологи высказывают идею предотвращения конфликтов, но правильнее научить детей не предотвращению, а конструктивному

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СЛУЖБА

их разрешению, так как конфликт — это некий обязательный этап развития отношений. Конструктивное разрешение конфликтной ситуации знаменует собой переход на новый уровень социальных отношений в данном коллективе и получение нового социального опыта для участников конфликта.

Решить многочисленные психологические проблемы, возникающие у воспитанников летних лагерей, один психолог не в состоянии, необходим комплексный подход и участие в этом процессе всех служб, начиная от директора и вожатых и заканчивая службой питания. Необходимы программы и планы работы лагеря, разработанные совместно и согласованные с психологической службой, которая должна включать психологов, специализирующихся на работе с тремя возрастными группами: младшие школьники, подростки и старшие школьники. Если в лагере отдыхают дошкольники, то в службу должен быть включён специалист по дошкольной психологии. **НО**