

## КЕЙСЫ ПРОГРАММЫ «ДОБРЫЕ ПЕРЕМЕНЫ»\*

\* (имена детей изменены)

### Ангелина

В арсенале психологов детских домов с десятков разных инструментов, которые помогают специалистам бережно работать с детьми, пережившими насилие, а детям чувствовать себя в безопасности, рассказывая о тяжелом прошлом.

Вместе подопечный и психолог движутся к общей цели – преодолеть трудное прошлое ребенка и не позволить прошлому испортить будущее.

За два года существования программы «Добрые перемены» в разных детских домах страны подобную реабилитацию прошло несколько десятков детей, и в работе с каждым у психологов складывался индивидуальный набор рабочих инструментов, техник и подходов.

Некоторым детям комфортно работать с метафорическими куклами, кто-то может расслабиться и начать говорить только за песочной арт-терапией, кому-то лучше подходит куклотерапия.

Психотерапевтические инструменты подбираются исходя из особенностей детей и этапов работы.

Например, Ангелина на этапе проработки травмы выбрала «Позитивную куклотерапию». С помощью куклы Ангелине было проще рассказать и вспомнить историю своей жизни, и как бы от лица тряпичной игрушки сообщить о своих проблемах и переживаниях. Так были выявлены и проработаны многие травматические события из жизни девочки.

А к ее 15 года их накопилось немало...

Это изъятие из семьи, где она подвергалась физическому и эмоциональному насилию, смерть матери, арест отца, два возврата из принимающих семей, жизнь в трех сиротских учреждениях, травля и многое другое.

Когда в 2019 году Ангелина попала в [ТОГБУ "Центр поддержки семьи и помощи детям им.Луначарского"](#), она часто была агрессивна, вела себя вызывающе, срывала занятия, бунтовала, дралась и ссорилась со сверстниками. По отзывам опекунов, также она вела себя и в принимающих семьях из-за чего, в конце концов, опекуны от нее и отказывались.

С помощью самодельной куклы Ангелине было проще рассказать историю из своей жизни, и как бы от лица куклы говорить о своих мыслях и чувствах по отношению к пережитому.

Куклу девочка назвала Шмарой, на начальном этапе занятий кукла почти всегда вела себя вызывающе.

Когда психолог уточнила, почему девочка выбрала такое имя, Ангелина без толики сомнения ответила: «Кукла – это я, а обо мне ведь все так думают. Все уверены, что я вырасту и стану как мама пить и гулять».

Ангелина участвовала в проекте девять месяцев. Постепенно, проигрывая разные ситуации, воспитанница осознала, какие сценарии из жизни мешают ей выстраивать гармоничные отношения с окружающими и как этому научиться.

За время занятий девочка перестала ассоциировать себя с матерью, пересмотрела собственные установки по отношению к себе и другим, в результате этого у нее снизился уровень тревожности и агрессии, а отношения со старшими нормализовались.

Индивидуальные занятия, касающиеся повышению самооценки, оказали Ангелине помощь в построении своего будущего, обучили принципу достижения положительных жизненных целей.

Параллельно с улучшением психологического состояния у Ангелины повысилась и успеваемость в школе. Весной она успешно сдала ОГЭ, определилась с выбором профессии и поступила в техникум.

Перед выпуском из учреждения Ангелина пришла попрощаться с психологом и своей куклой, которой в последние месяцы занятий она дала новое имя – Милашка.

## **Света**

Обычно дети, столкнувшиеся с жестоким обращением, попадают в программу «Добрые перемены» с шести лет, но Свету взяли раньше.

«Хотя Света ещё не подходила для участия в программе по возрасту и особенностям развития, я взяла её в работу» — рассказывает психолог Елена Владимировна.

«Я понимала все сложности, которые могут возникнуть в процессе, но 5-летней Свете было жизненно необходимо приспособиться к этому миру, научиться понимать себя и других, распознавать и озвучивать свои эмоции, ведь она практически не могла говорить».

К моменту начала занятий Света находилась в самарском Центре помощи детям «Ровесник» уже год. Когда её привезли в учреждение, она не говорила: общалась визгом, воем, жестами, не умела держать карандаш, чистить зубы, расчёсываться. Она находилась в сильнейшем стрессе и очень трудно адаптировалась. Часто воровала личные вещи у других детей, была капризна, обидчива, ревностно следила за отношением взрослых к другим детям. Своё недовольство выражала через физическую агрессию, была вспыльчива и импульсивна.

Сотрудникам Центра было необходимо обучить Свету с нуля всем базовым вещам. А так как у девочки было выраженное системное недоразвитие речи и задержка психического развития, эта задача многократно усложнялась.

В проекте «Добрые перемены» со Светой было труднее работать, чем с «говорящими» детьми, но большую помощь оказали материалы программы. Например, с помощью специальных тестов и диагностик удалось выявить психические травмы ребёнка, полученные за время жизни в родной семье, а значит выстроить вектор реабилитационной работы.

А благодаря метафорическим картам получилось научить Свету «рассказывать» про своё настроение и произошедшие за день события.

Умение говорить на таких занятиях необязательно, достаточно мимики и желания подопечного общаться – у Светы это желание огромно, и подобные инструменты помогают ей быть услышанной, понятой и принятой.

За год работы в проекте Света очень изменилась. Она стала спокойнее, сдержаннее, аккуратнее. Сегодня Света замечательно распознаёт и показывает свои и чужие эмоции, озвучивает своё отношение к происходящим вокруг событиям. Девочка стала более доброжелательна и отзывчива, с ней можно договориться. Случаи воровства практически прекратились. А ещё Света начала проявлять эмпатию и заботу к другим.

«Недавно Света подошла ко мне и показала, что на улице дождь, потом показала на мою кофту с коротким рукавом и жестами уточнила, взяла ли я зонт. Для неё это невероятный прогресс: ведь здесь и умение выстроить свои мысли и сделать логическое предположение о будущем, и проявление привязанности к другому человеку. Раньше для неё это было невыполнимой задачей» — рассказывает Елена Владимировна.

Участие Светы в проекте «Добрые перемены» будет продолжено. У девочки большие шансы стать более адаптированной к жизни в обществе и преодолеть последствия жестокого обращения.

## **Алла**

Алла 10-й ребёнок в семье.

В «Волжский центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей» она попала в 12 лет вместе со своей младшей сестрой. Родители девочек лишены родительских прав, мать находится в розыске.

Адаптационный период проходил сложно, Алла проявляла то чрезмерную активность, то агрессию и апатию. В общении с ней всегда чувствовалось психическое напряжение, а также желание проявить себя.

Алла, как и её сестра, очень талантлива: хорошо поёт, танцует, любит выступать на сцене. В 13 лет Алле ставят диагноз невротическая анорексия. Девочка отказывается от еды, весит чуть больше 40 килограмм, у неё появляются проблемы со здоровьем.

Ситуация становится настолько серьёзной, что Аллу ставят на учёт к психиатру, который рекомендует госпитализацию.

Примерно в это время в учреждении начинает работать программа психологической помощи детям, пережившим насилие, «Добрые перемены». 13-ти-летнюю Аллу берут в программу.

«С Аллой мы больше года работали по методологии «Добрые перемены», осторожно и бережно говорили про её прошлое. Сначала она была закрыта для работы, но с каждым разом ей хотелось всё больше открываться, доверять взрослым, она увидела новые возможности для своего развития, начала осознавать себя как личность» — рассказывает педагог-психолог «Волжского центра» Елена Георгиевна.

Благодаря широкому спектру инструментов и методологий «Добрых перемен», удалось проработать многие детские травмы девочки. Например, выяснилось, что Алла годами

систематически подвергалась физическому и эмоциональному насилию не только со стороны родителей, но и со стороны старших братьев и сестёр.

Занятия выявили серьёзный комплекс неполноценности у девочки, а также зависть и агрессию по отношению к младшей сестре, с которой Алла всё время ссорилась и соперничала.

Специалисты центра в течение года работали с Аллой, через несколько месяцев ситуация существенно улучшилась и необходимость в госпитализации в психиатрическую клинику из-за анорексии отпала, а через 8 месяцев сняли и диагноз, вес стабилизировался. Однако проблемы с принятием себя у воспитанницы ещё оставались. Постепенно удалось помочь Алле увидеть в младшей сестре не соперника, а близкого человека и опору. Сейчас отношения у девочек наладились, они часто выступают вместе и радуются успехам друг друга.

«Сложнее всего Алле было полюбить себя, и она всё ещё этому учится. Но, благодаря «Добрым переменам» она почувствовала и поняла, что весь педагогический коллектив нашего Центра готов ей помочь».

Комплексная работа всего учреждения — это важная особенность программы «Добрые перемены», благодаря которой создаётся безопасная среда, а значит, дети, пережившие насилие со стороны родителей, могут, наконец, опустить плечи, разжать кулаки, выдохнуть, осознать себя нужными и влиться в нормальную жизнь.

## **Илья**

Природой заложено так, что в раннем детстве мать для ребёнка — это забота и безопасность.

Но что делать, если с первых дней жизни мать — это опасность, непредсказуемость и боль?

Илья в детском доме с семи лет, в «Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей, Асиновского района» он попал вместе с двумя братьями и сестрой.

Мать детей систематично употребляла алкоголь, часто меняла партнёров, не имела постоянного жилья, с материнскими обязанностями не справлялась. Женщина была лишена родительских прав в 2018 году, в графе отец у всех её детей прочерк.

Илюша самый младший среди своих братьев и сестры.

На момент попадания в учреждение у мальчика уже была диагностирована ментальная инвалидность в лёгкой степени и серьёзные логопедические нарушения.

«Илья — любознательный, подвижный ребёнок, но отстаивать свои интересы он умел только через истерики. Если, например, кто-то переключал телевизионный канал, Илья мгновенно впадал в тяжелейшую истерику, из которой его было сложно вывести. Такое поведение стало одной из основных причин, почему в 2020 году мы взяли его в программу "Добрые перемены"» — рассказывает психолог «Центра помощи» Ирина Николаевна.

Также Илья часто проявлял агрессию к окружающим, с трудом концентрировался на простейших занятиях, ему было сложно находиться в коллективе и участвовать в

групповых активностях. Всё это мешало и обучению, и выстраиванию взаимоотношений с другими детьми.

В рамках программы «Добрые перемены» Илья прошёл полную диагностику. Благодаря тому, что инструментарий программы разнообразен, речевые проблемы, которые у мальчика сильно выражены, не стали препятствием к продуктивным занятиям. Илья рассказывал о своём опыте и чувствах через рисование, лепку, работу со специальным песком.

Диагностика выявила, что ведущая психическая травма у Илюши – это грубейшее пренебрежение базовыми нуждами, эмоциональное и серьёзное физическое насилие со стороны матери.

Весь прошлый учебный год психолог обучала Илью распознавать свои чувства и чувства других людей, с некоторыми эмоциями мальчик познакомился впервые, например, сочувствие и любовь.

В итоге Илюша стал более уравновешенным, всё чаще справляется с истериками, уже может выходить из них самостоятельно.

«Одним из наибольших достижений за прошедший год стало то, что Илья, разобравшись в эмоциях окружающих, почувствовал себя в безопасности. Возможно, впервые за всю жизнь. Также у него появились друзья, он стал более аккуратным и опрятным. Всё это показатели того, что работа ведётся в верном направлении» — пояснила психолог.

## **Вероника**

Веронике сейчас 15 лет, 13 из которых она прожила в приёмной семье.

Однако два года назад приёмная мать отказалась от Вероники. Причинами стало агрессивное, асоциальное поведение и постоянные конфликты со взрослыми.

В центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей, Вероника попала в 13 лет.

В первое время сильно бросалось в глаза тотальное недоверие ребенка ко всем взрослым. Это отразилось на отношениях девочки с сотрудниками учреждения, учителями в школе и сверстниками. Училась Вероника плохо, в групповых занятиях участвовать не хотела, договориться с ней о совместных правилах было практически невозможно.

Специалисты Центра прошли обучение по программе «Добрые перемены» и получили все необходимые пособия в 2021 году. Вероника стала одной из первых участниц проекта.

Психологу понадобилось несколько месяцев, чтобы расположить к себе подопечную и подобрать наиболее бережный метод работы. Самой действенной оказалась методика интервьюирования.

У Вероники были выявлены следующие кризисные ситуации и психологические травмы:

- ранняя сепарация от матери (родная мать отказалась от девочки сразу после рождения, и первый год жизни Вероника провела в доме ребёнка).
- в последние годы жизни в приёмной семье девочка много раз была свидетелем домашнего насилия между приёмной матерью и её сожителями.
- она подвергалась травле в начальной школе.

- крайне травматичным было изъятие Вероники из семьи (по воспоминаниям девочки, она на коленях просила мать не отдавать её в интернат).

Также стало понятно, что в замещающей семье девочка столкнулась с травмой пренебрежения. Оказалось, что приёмная мать часто меняла партнёров, выпивала, мало занималась ребёнком. На этом фоне у Вероники часто случались конфликты с сожителями приёмной матери, именно поэтому она начала убегать из дома.

Проработав травму глубже, удалось найти ситуацию, которая запустила неблагоприятный сценарий для всей семьи.

Девочка воспитывалась в семье с года, и до начальной школы всё было благополучно. Но в семь лет приёмные родители развелись. Это стало потрясением для ребёнка. Она очень переживала за отца и подсознательно осуждала мать. Частая смена партнёров у матери и плохие отношения с ними развили озлобленность и агрессию у Вероники.

После года участия девочки в программе «Добрые перемены» удалось существенно изменить её отношение к опыту жизни в замещающей семье. Девочка поняла, что с ней самой все нормально, что её действия - защитная реакция на события, происходившие в приёмной семье.

Проработав своё отношение к своему прошлому опыту, Вероника стала с большим доверием относиться ко взрослым. У неё наладились отношения с сотрудниками центра, улучшилась успеваемость в школе, появились друзья. Сейчас Вероника вновь рассматривает для себя возможность жизни в замещающей семье.

## **Сергея**

Участники программы «Добрые перемены» — это дети, на долю которых выпали тяжелейшие испытания.

Когда Сергею было 6 лет – мама покончила с собой. Опекунотом стал родной дядя мальчика.

Когда Сергею было 8 лет – трагически погиб дядя.

Опеку передали жене погибшего, но отношения не складывались.

В 9 лет Сергей впервые попал на учёт в детскую комнату полиции.

В 10 его ставят на учёт в психиатрический диспансер из-за агрессивного поведения.

Когда Сергею было 11, женщина подала заявление об освобождении её от обязанностей опекуна в связи с постоянными конфликтами, самовольными уходами ребёнка, несоблюдением правил поведения и токсикоманией.

Так мальчик попал в детский дом.

«С Сергеем было очень сложно. Крайне агрессивное поведение, постоянная брань, категорический отказ от участия в любых мероприятиях.

Интереса к учёбе не было никакого, по заключению клинического психолога: интеллект – нижняя граница нормы» — рассказывает психолог центра помощи детям, оставшимся без попечения родителей, в Барнауле.

Явные изменения в поведении наступили, лишь когда мальчик стал регулярно заниматься с психологом по программе «Добрые перемены», созданной специально для детей, переживших жестокое обращение в детстве, и направленной на бережную реабилитацию.

«Занятия выявили, что у мальчика большая, не проработанная и даже не проговорённая ранее обида на мать и тяжёлая психическая травма, связанная с её смертью. Женщина повесилась в собственном доме и ребёнок несколько дней жил с мёртвой матерью.

Для человеческой психики – это огромный стресс, мозг просто не может нормально развиваться, столкнувшись с таким потрясением.

Также у мальчика обида на дядю, который «предал его» так как умер. И много ненависти к бывшей жене дяди, именно её он винил во всех своих бедах и, чтобы насолить женщине, когда-то начал воровать, убегать из дома».

По факту Сереже хотелось переложить на кого-то всю ту боль и несчастья, которые случились в его жизни.

И это понятно, разве ребёнок способен вытерпеть столько трудностей?

«Программа «Добрые перемены» помогла в работе с подростком. Мы смогли вытащить обиды и переживания, которые копились внутри него, он начал проговаривать свои чувства» — поясняет психолог.

Сережа занимается в программе год, программа рассчитана на два года.

Положительные изменения уже очевидны. Мальчик перестал проявлять агрессию по отношению к другим детям и сотрудникам в центре; выполняет просьбы и поручения; стал участвовать в мероприятиях, проводимых в центре; старается не ругаться матом; начал читать художественную литературу.

Но работы впереди ещё много.

Конечно, Сережа должен был получить квалифицированную помощь сразу же, как случилась трагедия с его мамой. Но раньше подобных программ не было, с тяжёлым прошлым практически не работали.

## **Ирина**

Жестокое обращение оставляет на психике ребенка глубокие следы. И если не проработать прошлое, оно так и будет тянуть назад, мешая взрослению, развитию, социализации и лишая шанса на благополучное будущее.

Чем в более юном возрасте ребенок сталкивается с насилием, тем тяжелее последствия. Ира столкнулась с жестоким обращением сразу же после рождения.

Когда ей был год, ее мать лишили родительских прав. Из документов мы знаем, что женщина злоупотребляла алкоголем, и в первый и единственный год жизни Иры в родной семье девочку несколько раз забирала полиция, так как мать оставляла ребенка без присмотра в пьяных компаниях.

Когда Ирине был год, из родного дома ее забрали навсегда.

Но девочке повезло, маленькую, физически здоровую, голубоглазую, спокойную — ее сразу взяли в приемную семью. Казалось, у малышки появился шанс на нормальное детство и будущее.

Но психические травмы, полученные в младенчестве, не прошли бесследно. Приемная мать на протяжении всего родительства жаловалась на поведение ребенка, трудности в воспитании, отсутствие взаимопонимания.

За время сопровождения в замещающей семье в поведении девочки наблюдались вспышки гнева, агрессии, истерик. Ира провоцировала ссоры и конфликты как между сверстниками, так и между взрослыми.

Из-за этого Ира неоднократно проходила лечение в психиатрической больнице. Там пытались облегчить состояние девочки, но никто никогда не работал с источником большинства проблем – ее трудным прошлым.

В июне 2020 года Иру отдают в «Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей» Зырянского района Томской области. Ире кажется, что это временно, но приемная семья отказывается от нее насовсем.

Ире 15 лет, 14 из которых она прожила в этой семье.

Сотрудники Центра столкнулись с серьезными проблемами в социализации девочки. С ней было сложно договориться, она была агрессивна и недоверчива, с трудом шла на контакт, отказывалась следить за личной гигиеной.

«Я не буду мыться, я не хочу смывать защитный слой!»

«Лучше сдохнуть, чем так жить!»

«Отстаньте от меня навсегда!»

Такие фразы в первые месяцы постоянно слышали сотрудники Центра. А еще Ира могла часами сидеть, спрятав лицо за растрепанными волосами, она хотела быть незаметной, но больше всего в тот момент ей была нужна помощь.

Через три месяца после попадания в учреждение Ира стала участницей «Добрых перемен» – цель программы, помочь детям-сиротам, справиться с травмой жестокого обращения. В рамках занятий дети проходят курс бережной реабилитации, проводниками в прошлое становятся психологи детских домов, которые также проходят специальное обучение от «Национального фонда защиты детей от жестокого обращения».

Главные психотравмирующие события в жизни Иры – это тотальное пренебрежение нуждами ребенка в первый год жизни, ранняя сепарация от матери, а также вторичный отказ приемных родителей.

Анастасия — психолог Зырянского центра, она работает с Ирой по программе уже год. В беседах шаг за шагом они вместе разматывают спутанный клубок прошлого девочки и ее чувств, чтобы Ира смогла в нем разобраться, не винить себя за ошибки, не держать зла на приемных родителей, попытаться простить родную мать, научиться любить себя.

За время участия в программе удалось добиться внушительных успехов.

«Главное – это внутреннее спокойствие Иры. Она осознала и проговорила, где была неправа в отношениях с приемными родителями, Ира не держит на них зла. Переоценила свои поступки. Стала более спокойной, рассудительной, открытой для педагогов и воспитателей. Ей стало легче учиться. Просто появился на это психологический ресурс, которого раньше не было» — поясняет Анастасия.

«Мне как педагогу-психологу программа [#Добрыеперемены](#) дала глубокие знания для оказания помощи детям в проработке их психических травм. В нашем Центре у большинства детей за плечами тяжелейшее прошлое, но теперь мы знаем, как бережно с ним работать».

Программа «Добрые перемены» рассчитана на два года, у Иры впереди еще большой путь, но она проходит его не одна, а с квалифицированной поддержкой и человеком, который искренне хочет ей помочь и знает, как это сделать профессионально.

### **Алина**

«Ворует», «Не слушается», «Не контролирует поведение», «Агрессивна» — эти особенности поведения опекуны указали, как причины отказа от Алины.

Из родного дома Алину изъяли в 7 лет, когда оба родителя попали в тюрьму из-за наркотиков. А к 10-ти годам девочка уже сменила две принимающие семьи и два сиротских учреждения.

Сейчас ей 13 и она подопечная «Центра поддержки семьи и помощи детям им. Г. В. Чичерина». Алина уже год занимается по реабилитационной программе для детей, переживших насилие, «Добрые перемены».

Благодаря пошаговым диагностикам и индивидуальным занятиям, психолог центра выявила, что у Алины комплекс психических травм.

И одна из главных, это травма потери близких.

Алина была очень привязана к родной семье, она ждала, что если не родители, то ближайшие родственники заберут её. Во многом поэтому она и не смогла ужиться с опекунами. Без проработки прошлого, без прояснения причин, по которым ребёнок оказался в учреждении, шансы на успешное устройство в семью крайне низки.

«Также мы выявили, что девочка не раз была свидетелем домашнего насилия, подвергалась эмоциональному насилию и длительному пренебрежению нуждами со стороны родителей. Нам предстояла большая работа по проработке всех этих травм.

Потому что если не разобраться с таким сложным прошлым, то будущее тоже будет очень непростым» — рассказывает психолог учреждения Тамила Беляева.

Два раза в неделю Тамила и Алина встречались для индивидуальных занятий. Тамила учила Алину признавать и выражать свои чувства, рассказывать про страхи и обиду. Каждое занятие строилось по чёткому плану, который разработан экспертами «Национального фонда защиты детей от жестокого обращения» для программы «Добрые перемены»

«Занятия с Алиной были достаточно плодотворными, она обладает удивительным умением прослеживать своё эмоциональное состояние. Цель на первый год занятий была нормализовать детско-родительские отношения. В её случае в них очень много боли и обиды».

Благодаря занятиям, Алина осознала, что родители никогда не заберут её, теперь она учится прощать свою маму и понимать, что не мать плохая, а наркотики, случившиеся в жизни

женщины, — страшная беда. А главное, Алина начала видеть себя в большом мире как личность и осознанно строить план своей жизни.

Психолог Тамила считает программу «Добрые перемены» необходимой и базовой для работы с детьми-сиротами:

«Государственный подход к работе с сиротами стандартизирован, в нём количественные показатели считаются успехом. То есть, если ребёнок посещает много кружков, получает много оценок, участвует в конкурсах, выступает – значит, он развивается гармонично, но это совершенно не так.

Программа “Добрые перемены” — полностью сфокусирована на психологическом состоянии детей, она помогает им осознать прошлое, принять его и преодолеть.

И именно такая работа показатель того, что ребёнок адаптируется, социализируется, благополучно развивается.

Сначала бережная работа с прошлым, а уж потом кружки и оценки».

## **Лиза**

Жизнь 13-тилетней Лизы изменилась в один миг. Весенней ночью в автоаварии погибли её мама, бабушка и дядя.

Об этом она узнала от отчима, но страшных новостей для девочки было ещё много.

Из-за того, что отчим не был официальным опекуном, а родной отец, узнав о случившемся, написал отказ от ребёнка, Лиза вскоре попала в «Советский районный социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних» Ханты-Мансийского автономного округа.

Всю жизнь живя в семье, имея достаточно заботы и ухода, для неё это стало дополнительным стрессом.

«Когда Елизавета поступила в наш СРЦ, она находилась в шоковом, подавленном состоянии. В её случае это вылилось в абсолютное безразличие к своему внешнему виду, Лиза ни умывалась, ни переодевалась, ни расчёсывалась. Из-за этого сразу стала изгоем среди детей» — рассказывает Денис Шардин, психолог учреждения, который работает с подопечной.

С девочкой провели подробную психологическую диагностику, которая выявила серьёзное посттравматическое стрессовое расстройство и признаки депрессии.

Разрешение этих проблем требует отработки травматического опыта, с одной стороны, и нормализации повседневной жизни ребенка (формирование стабильного, безопасного, поддерживающего окружения), с другой стороны.

Именно поэтому Лиза сразу начала заниматься по реабилитационной программе «Добрые перемены», разработанной специально для детей, переживших психологическую травму.

Денис ежедневно проводит с ней индивидуальные консультации, они рисуют, разговаривают, молчат, пишут, занимаются в сенсорной комнате и учатся приёмам

саморелаксации. Лиза всё больше раскрывается, начинает высказывать и выражать свои чувства, постепенно адаптируется в учреждении.

У Лизы есть старший брат, отчим, дедушка, сейчас родные занимаются оформлением опекуна и тоже учатся жить в новой реальности. В этом им также помогают психологи учреждения.

«Я более 20 лет работаю психологом и помогал детям в самых разных ситуациях. Но в моей практике это первый случай, когда трагедия произошла столь внезапно, и у ребёнка на мелкие кусочки рассыпался весь привычный мир.

Мне очень помогают методические пособия программы «Добрые перемены», по которым мы занимаемся с Елизаветой, благодаря им я сразу знал, как выстроить занятия» — рассказывает Денис.

Елизавета сейчас на тяжёлом этапе проживания горя и быстро помочь ей не удастся. Активная фаза горевания в среднем длится год, человеку надо пережить все важные даты, праздники, семейные события уже без ушедших близких, после этого приходит осознание и принятие потери.

Когда родные соберут документы и девочка сможет вернуться в семью, учреждение предоставит им подробные рекомендации по поддержке девочки, чтобы тяжёлая травма не разрушила будущее Лизы.