

*Нурмухаметова Эвелина Рустемовна*

студентка

ЧОУ ВО «Казанский инновационный университет

им. В.Г. Тимирясова (ИЭУП)»

г. Казань, Республика Татарстан

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ В ПРАКТИКЕ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ «ГРУППЫ РИСКА»**

*Аннотация: в статье рассмотрено значение психологической консультации для детей «группы риска», понятие психологического консультирования. Приведены примеры психологического консультирования, и подчеркнута важность индивидуального подхода и профессионализма психолога.*

*Ключевые слова: группа риска, психологическая консультация, поддержка, неблагополучная семья, буллинг, стресс, стрессоустойчивость.*

Вопрос психологической консультации как метода для детей группы риска весьма актуальна, так как в семьях «группы риска» существует стрессовая ситуация, оказывающие влияние на подрастающее поколение.

Значение психологической консультации рассмотрел И.П. Компаниец.

Во-первых, значение психологической консультации для детей «группы риска» – это возможность исправить ситуацию вовремя. Это может существенно снизить риск развития более серьезных психических расстройств детей в будущем.

Во-вторых, психологическая поддержка помогает детям развивать стрессоустойчивость, научиться справляться с негативными эмоциями. Дети группы риска зачастую ощущают недостаток поддержки от окружающих, что ведет к накапливанию внутреннего напряжения и раздражительности. Консультации служат безопасным пространством, где ребенок может открыто выразить свои чувства и получить квалифицированную помощь.

Психологическая консультация способствует и развитию когнитивных и социальных навыков. Профессиональные психологи используют различные ме-

тоды терапии, такие как арт-терапия, когнитивная терапия, поведенческая терапия, игровая терапия, которые развивают у детей критическое мышление, способность к решению проблем и межличностные навыки. Это важные умения, необходимые для минимизации психологических проблем.

Также консультация может поддержать семью ребенка, предоставив родителям рекомендации и стратегии по созданию более благоприятной домашней обстановки и укреплению семейных взаимоотношений. В случае, если сами родители нуждаются в поддержке, психологи могут предложить семейную терапию или индивидуальные сессии для взрослых [4, с. 101].

Л.Г. Бабенко определила, что психологическое консультирование – процесс профессиональной помощи и поддержки, предоставляемой квалифицированным психологом. Основная цель консультирования – содействие в личностном росте, решении психологических проблем и улучшении эмоционального состояния клиента [1, с. 104].

Дети «группы риска» – это дети, которые имеют повышенный риск развития различных негативных состояний или проблем, таких как академические трудности, эмоциональные расстройства, девиантное поведение или воздействие неблагоприятной среды (например, социально-экономические проблемы или проблемы в семье).

Цель психологического консультирования с такими детьми состоит в том, чтобы помочь им преодолеть психологические барьеры, повысить уровень эмоционального благополучия и обеспечить более успешную интеграцию в общество. Психологи, работающие с этой категорией, должны владеть не только профессиональными знаниями, но и обладать высокой степенью эмпатии и готовности оказывать поддержку в сложных ситуациях.

А.А. Загайнова считает, что дети, находящиеся в группе риска, часто переживают сложные жизненные обстоятельства, такие как неблагополучная семейная обстановка, академические трудности или эмоциональные расстройства. Психологическая помощь таким детям требует деликатного обращения, понимания их уникальных проблем и предоставления поддержки, направлен-

ной на стабилизацию их эмоционального состояния и повышение их уверенности в себе [2, с. 74].

Приведем примеры из практики Б.Д. Карвасарского.

**Пример 1: Работа с ребенком из неблагополучной семьи**

Сергей, 10 лет, приходит на консультации с явными признаками замкнутости и тревожности. Его родители часто ссорятся, и он избегает общения с одноклассниками, боясь насмешек и непонимания. В первом сеансе психолог создает чувство безопасности, где Сергей выражает свои чувства и мысли без страха осуждения. Основное внимание уделяется развитию доверительных отношений, постепенно переходя к обсуждению его страхов и поиска способов их преодоления.

Психолог рекомендует методы дыхательных упражнений для снятия тревоги и разрабатывает с Сергеем техники для общения с одноклассниками. Далее психолог замечает положительные изменения: Сергей более откровенен, более уверенно взаимодействует с окружающими и демонстрирует улучшение своего эмоционального состояния.

**Пример 2. Поддержка ребенка с трудностями в обучении.**

Анна, 12 лет, испытывает определенные проблемы в школе: низкая успеваемость и как следствие – низкая самооценка, боится неудач. На первых сеансах с психологом выясняется, что у Анны существует страх разочаровать родных и близких, отсутствие права на ошибку. Психолог использует подходы когнитивной и поведенческой терапии для работы с негативными мыслями, которые помогают изменить свое отношение к миру.

Вместе они устанавливают некие цели, которые помогают Анне постепенно улучшать успеваемость и укреплять веру в собственные возможности. На протяжении времени психолог отмечает, что Анна становится менее скованной и начинает проявлять интерес к новым предметам, что положительно влияет на эффективность обучения и самовосприятие.

**Пример 3. Поддержка ребенка, столкнувшегося с буллингом.**

Коля, 13 лет, стал жертвой травли в школьной среде, он апатичен, замкнут, у него обострились страхи, которые перерастают в депрессивное состояние. Психологический подход в данном случае предполагает работу над укреплением самоидентичности и самооценки.

Опираясь на техники арт-терапии, психолог помогает Коле выразить свои чувства через рисование и творчество, создавая безопасную среду выражения боли и страха. Во время сеансов Коля постепенно начинает делиться случаями буллинга и своими переживаниями, что позволяет работать над стратегиями повышения его социальной устойчивости и выработки ответов на агрессивное поведение со стороны сверстников [3, с. 115].

Каждый из этих примеров демонстрирует важность индивидуального подхода и профессионализма психолога, который учитывает различные аспекты жизни ребенка, чтобы создать оптимальные условия для их эмоционального и психологического исцеления. Чуткость и эмпатия в таких ситуациях становятся ключом к успешной поддержке детей группы риска, помогая им достичь потенциала и справиться с возникающими на их пути трудностями.

Таким образом, актуальность психологической консультации для детей группы риска определена необходимостью комплексного подхода к их развитию и благополучию. Параллельно с социальными и образовательными инициативами психологическая поддержка выступает важным элементом системы помощи детям, нуждающимся в особенном внимании и заботе.

### ***Список литературы***

1. Бабенко Л.Г. Технологии психологической помощи детям и подросткам группы риска / Л.Г. Бабенко. – СПб.: Питер, 2020. – 363 с.
2. Загайнова А.А. Психологическое консультирование: теоретические основы и практическое применение / А.А. Загайнова – Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2018. – 153 с.
3. Карвасарский Б.Д. Психотерапия и консультирование детей и подростков / Б.Д. Карвасарский. – М.: Эксмо, 2017. – 320 с.

4. Компаниец И.П. Психологическая помощь детям группы риска: методы и подходы / И.П. Компаниец. – Ростов н/Д.: Феникс, 2021. – 172 с.