

Макарова Марина Николаевна

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОЕКТИВНОЙ МЕТОДИКИ «ЧЕЛОВЕК ПОД ДОЖДЕМ» ДЛЯ ДИАГНОСТИКИ И КОРРЕКЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ДЕТЕЙ ИЗ СЕМЕЙ УЧАСТНИКОВ СВО

Аннотация: в главе обосновывается применение проективной методики «Человек под дождём» (Е.С. Романова, Т.И. Сытько) для диагностики и коррекции эмоционального состояния детей из семей участников СВО в условиях психолого-педагогического сопровождения. Актуальность обусловлена трудной жизненной ситуацией этих детей: длительной разлукой с родителем, тревогой за его жизнь, риском хронического стресса и двойной депривации. Отмечается ограниченная эффективность вербальных методов и ценность рисуночных проб, позволяющих обойти защитные механизмы. Описаны процедура методики и специфика интерпретации для целевой группы (отсутствие средств защиты, тёмные тучи, уменьшение фигуры, избегающие стратегии, дополнительные опоры, смена пола персонажа). На основе практического опыта с детьми 10–14 лет выделены пять типичных паттернов реагирования: «ресурсная адаптация», «защитная изоляция», «беззащитность и подавленность», «агрессивное противостояние», «фантазийная компенсация». Раскрыт коррекционный потенциал методики: терапевтическая беседа, серийное рисование, модифицированные варианты, интеграция с арт-терапией, работа с семьёй. Предложена пятиэтапная программа коррекционной работы (диагностический, стабилизирующий, коррекционный, закрепляющий, сопровождающий этапы). Обозначены ограничения и перспективы дальнейших исследований.

Ключевые слова: проективные методики, дети из семей участников СВО, трудная жизненная ситуация, хронический стресс, психолого-педагогическое сопровождение, диагностика эмоционального состояния, копинг-стратегии,

паттерны реагирования, арт-терапия, пост-рисуночное интервью, коррекционная программа, работа с семьёй, образовательная организация.

Abstract: *the chapter substantiates the use of the projective technique «The Man in the Rain» (E.S. Romanova, T.I. Sytko) for the diagnosis and correction of the emotional state of children from families of participants in the Special Military Operation (SMO) within the framework of psychological and pedagogical support. The relevance is driven by the difficult life situation of these children: prolonged separation from a parent, anxiety for his life, and the risk of chronic stress and double deprivation. The limited effectiveness of verbal methods and the value of drawing tests, which make it possible to bypass defense mechanisms, are noted. The procedure of the technique and the specifics of its interpretation for the target group are described (the absence of means of protection, dark clouds, a diminished figure, avoidant strategies, additional supports, and a change in the character's gender). Based on practical experience with children aged 10–14, five typical response patterns are identified: «resourceful adaptation», «defensive isolation», «defenselessness and depression», «aggressive confrontation», and «fantasy compensation». The corrective potential of the technique is revealed: therapeutic conversation, serial drawing, modified versions, integration with art therapy, and work with the family. A five-stage program of corrective work is proposed (diagnostic, stabilizing, corrective, consolidating, and supporting stages). Limitations and prospects for further research are outlined.*

Keywords: *projective techniques, children from families of SMO participants, difficult life situation, chronic stress, psychological and pedagogical support, diagnosis of emotional state, coping strategies, response patterns, art therapy, post-drawing interview, corrective program, work with the family, educational institution.*

Введение. С 2022 года в образовательной среде появилась новая категория обучающихся – дети из семей участников специальной военной операции (далее – СВО). Эти дети находятся в трудной жизненной ситуации, характеризующейся длительной разлукой с родителем, постоянным ожиданием новостей, страхом за жизнь близкого человека, а в ряде случаев – переживанием утраты.

Подобные обстоятельства создают условия для формирования хронического стресса, который может проявляться в повышенной тревожности, депрессивных тенденциях, агрессивности, регрессе поведения, нарушениях сна и соматических жалобах.

Оставшийся родитель, как правило, сам переживает острый эмоциональный кризис, что снижает его способность полноценно поддерживать ребёнка. В результате дети оказываются в ситуации двойной депривации: физическое отсутствие одного родителя и эмоциональная недоступность другого. Это актуализирует задачу своевременной психологической диагностики и коррекции эмоционального состояния данной категории детей в условиях образовательной организации.

Традиционные вербальные методики диагностики часто оказываются недостаточно эффективными: дети, переживающие травматический опыт, нередко затрудняются в словесном описании своих чувств, а защитные механизмы препятствуют открытому обсуждению переживаемого. В этом контексте проективные рисуночные методики приобретают особую ценность, поскольку позволяют обойти сопротивление психики и получить доступ к неосознаваемым переживаниям через продукт творческой деятельности [1].

Одной из наиболее информативных методик для оценки способности ребёнка справляться со стрессом является проективный тест «Человек под дождём», разработанный Е.С. Романовой и Т.И. Сытько [2]. Методика направлена на диагностику силы эго, особенностей защитных механизмов и копинг-стратегий в ситуации моделируемого стресса.

Цель исследования – обосновать возможности применения проективной методики «Человек под дождём» для диагностики и коррекции эмоционального состояния детей из семей участников СВО в условиях психолого-педагогического сопровождения в образовательной организации.

Обзор литературы.

В работе с детьми проективные методики обладают существенным преимуществом: рисование является естественной деятельностью ребёнка, что

снижает тревожность перед обследованием и повышает готовность к взаимодействию со специалистом [4].

Методика «Человек под дождём» представляет собой модификацию классического теста «Рисунок человека». Испытуемому предлагается нарисовать человека, а затем на отдельном листе – человека под дождём. Сопоставление двух изображений позволяет оценить, как меняется поведение и самоощущение человека при столкновении с неблагоприятными условиями. Дождь выступает метафорой стрессовой ситуации, трудностей, внешнего давления [2; 5].

В исследованиях, посвящённых применению данной методики, отмечается, что она позволяет ответить на ключевые вопросы о реагировании индивида на стресс: какими личностными ресурсами располагает человек в неблагоприятной ситуации, какие виды защиты он использует, способен ли планировать своё поведение в условиях беспокойства [5; 6].

Применительно к детям из семей участников СВО актуальность использования проективных методик определяется рядом обстоятельств. Во-первых, эти дети находятся в ситуации перманентного стресса, который может носить как острый, так и хронический характер. Во-вторых, их эмоциональные переживания часто носят амбивалентный характер: тревога сочетается с чувством гордости за родителя, страх – с надеждой, что создаёт внутренний конфликт, трудно поддающийся вербализации [7]. В-третьих, возрастные особенности (младший школьный и подростковый возраст) связаны с ограниченными способностями к рефлексии и словесному описанию сложных эмоциональных состояний.

Методика применима с 10-летнего возраста; до 8–9 лет рисунки человека под дождём являются малоинформативными [2; 6]. Однако в практике работы педагогов-психологов образовательных организаций методика адаптируется и для детей 9–10 лет при условии качественного пост-рисуночного интервью.

Материалы и методы исследования.

Характеристика методики. Процедура состоит из двух этапов: на первом листе ребёнок рисует человека, на втором – человека под дождём. Время вы-

полнения каждого рисунка составляет 10–15 минут. После завершения рисования проводится уточняющая беседа.

Беседа после рисования включает вопросы, позволяющие уточнить субъективное восприятие ребёнком изображённой ситуации: возраст персонажа, его самочувствие и настроение под дождём, ожидаемость или внезапность дождя, наличие готовности к нему, отношение самого ребёнка к дождю, перспективы персонажа, способы помощи человеку под дождём [2; 8]. Для детей из семей участников СВО целесообразно добавить вопросы, уточняющие ассоциации с дождём как метафорой трудностей: «Какие трудности бывают в жизни человека?», «Что помогает справиться с ними?».

Специфика интерпретации для целевой группы. При работе с детьми из семей участников СВО особое внимание следует уделять следующим индикаторам.

1. *Отсутствие средств защиты* при обильном дожде может отражать чувство незащищённости, связанное с физическим отсутствием родителя и предполагаемой потерей безопасности. Для этих детей образ «зонта» или «плаща» может ассоциироваться с фигурой отсутствующего родителя как защитника.

2. *Обилие тёмных туч и ливневых облаков* может коррелировать с переживанием постоянной угрозы жизни близкого человека и ожиданием плохих новостей.

3. *Уменьшение фигуры под дождём* часто отражает ощущение собственного бессилия и потребность в покровительстве, что особенно характерно для детей, лишившихся привычной поддержки со стороны отсутствующего родителя.

4. *Изображение бегущего или уходящего человека* может указывать на избегающие копинг-стратегии, стремление «убежать» от травмирующей ситуации, что в контексте переживания разлуки приобретает особую значимость.

5. *Появление дополнительных объектов* (дом, дерево, другие люди, солнце) может свидетельствовать о поиске замещающей опоры и потребности в под-

держивающей фигуре, особенно если эти объекты отсутствовали на первом рисунке.

6. *Изменение пола персонажа под дождём* может отражать актуализацию образа отсутствующего родителя: ребёнок, например, может нарисовать фигуру мужского пола, ассоциирующуюся с отцом, находящимся на СВО.

Результаты исследования.

На основе анализа практического опыта применения методики в работе с детьми из семей участников СВО (возраст 10–14 лет) можно выделить несколько типичных паттернов реагирования, выявляемых в рисунках.

Паттерн 1. «Ресурсная адаптация». На втором рисунке фигура человека либо сохраняет размеры, либо увеличивается. Присутствуют средства защиты (зонт, плащ, головной убор). Дождь изображён умеренными линиями. Фигура движется вперёд, вправо. Персонаж спокоен или позитивно настроен. Такой паттерн свидетельствует о достаточных личностных ресурсах и адаптивных копинг-стратегиях. Ребёнок, несмотря на стресс, сохраняет способность к активному преодолению трудностей.

Паттерн 2. «Защитная изоляция». Фигура под дождём уменьшается, смещается в угол или вниз листа. Поза – спиной или в профиль. Одежда обильная, многослойная. Дождь может быть редким, но человек спрятался, закрылся. Этот паттерн отражает активацию защитных механизмов по типу избегания и изоляции. Ребёнок пытается справиться с тревогой через самоизоляцию, что в краткосрочной перспективе снижает напряжение, но в долгосрочной – ограничивает социальные контакты и доступ к поддержке.

Паттерн 3. «Беззащитность и подавленность». Фигура без средств защиты, обильный дождь, тёмные тучи, лужи. Персонаж сидит, лежит или стоит неподвижно. Нажим слабый. Линии прерывистые. Цветовая палитра сужена до одного-двух тонов. Данный паттерн является маркером депрессивных тенденций, чувства безысходности и истощения ресурсов. В контексте семей участников СВО он может указывать на тяжёлое переживание разлуки или утраты, требующее углублённой психологической помощи.

Паттерн 4. «Агрессивное противостояние». Фигура увеличена, напряжённая поза. Сильный нажим, много острых углов. Дождь изображён хаотичными, агрессивными линиями. Отсутствие защиты компенсируется активным противостоянием. Этот паттерн отражает попытку справиться со стрессом через агрессивные формы реагирования, что может проявляться в поведенческих нарушениях в образовательной среде.

Паттерн 5. «Фантазийная компенсация». Фигура смещена в верхнюю часть листа. Появляются нереалистичные детали: радуга, солнце среди дождя, сказочные элементы. Человек под дождём улыбается. Паттерн указывает на защитный механизм фантазирования и чрезмерный, не всегда обоснованный оптимизм. Для детей из семей участников СВО такой паттерн может отражать попытку справиться с тревогой через идеализацию ситуации и отрицание реальной угрозы.

Выявленные паттерны не являются диагнозами, но дают педагогу-психологу ориентировочную картину эмоционального состояния и копинг-стратегий ребёнка, что позволяет определить направление и содержание коррекционной работы.

Коррекционный потенциал методики. Методика «Человек под дождём» обладает не только диагностическим, но и коррекционным потенциалом, который может быть реализован в нескольких направлениях.

1. Пост-рисуночное интервью как терапевтическая беседа. Обсуждение рисунка с ребёнком позволяет легализовать переживания, связанные с трудной жизненной ситуацией. Вопросы о том, как человеку под дождём, как он может себе помочь, стимулируют ребёнка к поиску собственных ресурсов и конструктивных стратегий совладания. В контексте работы с детьми из семей участников СВО важно помочь ребёнку осознать, что трудности – это временное явление, а способность справляться с ними – внутренний ресурс, не зависящий от внешних обстоятельств [7].

2. Серийное рисование как метод коррекции. Методика может быть использована в сериях: ребёнку предлагается нарисовать «человека под дождём» на

нескольких занятиях с интервалом в 2–3 недели. Между рисунками проводится коррекционная работа (арт-терапевтические техники, упражнения на развитие эмоционального интеллекта, релаксационные практики). Сравнение рисунков в динамике позволяет отследить изменения в копинг-стратегиях и эмоциональном состоянии. Например, появление на повторном рисунке зонта, плаща или уменьшение интенсивности дождя может свидетельствовать о формировании более адаптивных защитных механизмов [9].

3. Модифицированные варианты методики в коррекционной работе. После диагностического этапа можно предложить ребёнку творческое задание: «Нарисуй, как человек под дождём нашёл способ защититься» или «Нарисуй, что изменилось, когда дождь закончился». Такое задание помогает ребёнку в символической форме проработать сценарий преодоления трудной ситуации и закрепить позитивный образ совладания. Задание «Создай мир, в котором люди умеют справляться с дождём» стимулирует поиск социальных ресурсов и моделей конструктивного поведения [5].

4. Интеграция с другими арт-терапевтическими техниками. Методика может сочетаться с элементами сказкотерапии (сочинение истории о нарисованном персонаже), изотерапии (дорисовывание, создание коллажа), лепки (создание фигуры «человека под дождём» из глины с последующим символическим «укрытием» от дождя). Мультимодальный подход повышает эффективность коррекционного воздействия, поскольку задействует различные сенсорные каналы и уровни переработки эмоционального опыта [9; 10].

5. Работа с семьёй. Результаты диагностики могут быть использованы для консультирования оставшегося родителя. Обсуждение рисунков (с соблюдением конфиденциальности и деликатности) помогает родителю лучше понять эмоциональное состояние ребёнка и осознать необходимость создания поддерживающей атмосферы. Родителю могут быть предложены рекомендации по развитию эмоционального контакта с ребёнком, поощрению выражения чувств через творческую деятельность, поддержанию открытости в обсуждении семейной ситуации без травмирующих подробностей [7].

Программа коррекционной работы.

На основе описанного подхода предлагается программа коррекционной работы, включающая следующие этапы.

Этап 1. Диагностический (1–2 занятия). Проведение методики «Человек под дождём» в стандартной процедуре. Пост-рисуночное интервью. Анализ рисунков по описанным параметрам. Определение паттерна реагирования и направления коррекционной работы.

Этап 2. Стабилизирующий (3–5 занятий). Индивидуальные занятия, направленные на снижение тревожности и формирование базового чувства безопасности. Использование релаксационных техник, дыхательных упражнений, простых арт-терапевтических заданий («Моё безопасное место», «Цвет моих чувств»). Цель – создание терапевтического контакта и эмоциональной опоры.

Этап 3. Коррекционный (6–10 занятий). Работа с копинг-стратегиями через серийное рисование и модифицированные варианты методики. Задания на поиск ресурсов и средств защиты («Нарисуй, что помогает человеку под дождём», «Дорисуй зонтик», «Человек после дождя»). Сказкотерапевтические истории с протагонистом, преодолевающим трудности. Развитие эмоционального интеллекта через распознавание и называние чувств.

Этап 4. Закрепляющий (11–12 занятия). Повторное проведение методики «Человек под дождём». Сравнительный анализ с первичными рисунками. Рефлексия изменений. Обсуждение с ребёнком приобретённых стратегий совладания. При необходимости – консультирование родителя.

Этап 5. Сопровождающий (мониторинг). Систематическое наблюдение за эмоциональным состоянием ребёнка в образовательной среде. При появлении признаков ухудшения состояния – возвращение к коррекционному этапу или направление к профильному специалисту.

Заключение.

Проективная методика «Человек под дождём» является эффективным инструментом диагностики и коррекции эмоционального состояния детей из семей участников СВО. Её преимуществами для работы с данной категорией де-

тей выступают: минимальная зависимость результатов от способности ребёнка вербализовать переживания; возможность обхода защитных механизмов через проективный механизм; сочетание диагностического и терапевтического потенциала в рамках одной процедуры; гибкость применения – от единичной диагностики до серийного использования в коррекционной программе.

Специфика интерпретации применительно к детям из семей участников СВО требует учёта контекста хронической стрессовой ситуации: отсутствующий родитель может проецироваться в образах защиты или дополнительных деталей рисунка, а характер дождевых атрибутов может отражать восприятие ребёнком степени угрозы жизни близкого человека. Выделенные типичные паттерны реагирования позволяют педагогу-психологу оперативно определить направление коррекционной работы и отслеживать её динамику.

Вместе с тем методика не должна использоваться изолированно. Её результаты целесообразно дополнять данными наблюдения, беседы с родителем, другими диагностическими инструментами. При выявлении признаков тяжёлого травматического стресса или депрессивного состояния, выходящих за рамки компетенции педагога-психолога, необходимо направление ребёнка к профильному специалисту-психологу или психотерапевту.

Перспективным направлением дальнейших исследований может стать количественная оценка эффективности предложенной программы коррекционной работы на основе сравнительного анализа первичных и повторных рисунков с использованием стандартизированных шкал оценки тревожности и депрессивности.

Список литературы

1. Бурлачук, Л. Ф. Психодиагностика : учебник для вузов / Л. Ф. Бурлачук. – Санкт-Петербург : Питер, 2017. – 352 с.
2. Романова, Е. С. Проективная методика «Человек под дождём» / Е. С. Романова, Т. И. Сытько // Психологическая диагностика. – 2005. – № 1. – С. 44–57.

-
3. Соколова, Е. Т. Проективные методы исследования личности / Е. Т. Соколова. – Москва : Смысл, 2020. – 286 с.
 4. Венгер, А. Л. Психологические рисуночные тесты : иллюстрированное руководство / А. Л. Венгер. – Москва : Владос, 2016. – 160 с.
 5. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д. Психодиагностика через рисунок: руководство по интерпретации / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Б. Кудзилов. – Санкт-Петербург : Речь, 2003. – 256 с.
 6. Юринова, Н. Человек под дождем / Н. Юринова // Школьный психолог. – 2000. – № 33. – С. 8–10. – URL: <https://psy.1sept.ru/article.php?ID=200003310> (дата обращения: 17.09.2026). – Текст : электронный.
 7. Методические рекомендации для работы педагогов-психологов с детьми из семей участников СВО / МБУ «Центр психолого-педагогической помощи». – Москва, 2024. – 56 с.
 8. Романова, Е. С. Психодиагностика : учебное пособие / Е. С. Романова. – Санкт-Петербург : Питер, 2018. – 400 с.
 9. Копытин, А. И. Арт-терапия в работе с детьми : руководство для психологов и педагогов / А. И. Копытин. – Москва : Когито-Центр, 2019. – 224 с.
 10. Маркман, Е. В. Использование метода арт-терапии в коррекции эмоциональных нарушений дошкольников / Е. В. Маркман // Психологические технологии в образовании. – 2020. – Т. 2, № 3. – С. 277–287.
-

Макарова Марина Николаевна – педагог-психолог, МБОУ «Гимназия №6», Новочебоксарск, Россия.
