

Реабилитационная работа с детьми, пережившими травму.



Владими́рова Алла Влади́мировна, психолог, супервизор,
специалист областного ресурсно-методического центра ГБУ
«Курганский центр социальной помощи семье и детям»



По каким признакам определить у ребенка последствия травматизации?

Каковы особенности поведения детей с травмой?

Можно ли говорить о случившемся с самим ребёнком? Не случится ли повторной травматизации? (если сам ребёнок эту тему не поднимает и хорошо себя ведёт).

Нужна ли помощь психиатра детям, пережившим травму или достаточно работы психолога?

Определения:

- Горе – это «глубокое и разрушительное душевное страдание, появляющееся по причине или в условиях тяжелой утраты».
- Потеря – необратимое или временное исчезновение значимого объекта или человека, а также неудача при попытке достижения желаемой цели. Кроме того, потерей можно считать осознание отсутствия чего-либо, что есть у других.
- Травма – крайне сильный источник стресса *вне области обыкновенного человеческого опыта*, который очень неприятен и вызывает симптомы.
- Вторичная (опосредованная) травма – реакция на описание травматических событий.
- Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) – характерный комплекс симптомов, развивающийся после психологической травмы.

Что важно учитывать заботящемуся взрослому сопровождая травмированного ребёнка:

- ✓ Из какой семьи ребёнок (как долго он находился без семейного окружения)
- ✓ Какой это ребёнок, в чём его особенности





Функции семьи для ребёнка:

- Порождение, развитие и воспитание детей.
- Удовлетворение потребностей в чувстве безопасности, психологическом комфорте, ощущении ценности и значимости своего «Я», эмоциональном тепле и любви.
- Сохранение, развитие и передача последующим поколениям ценностей и традиций общества.

НАСИЛИЕ

ХРОНИЧЕСКОЕ ЖЕСТОКОЕ и ПРЕНЕБРЕЖИТЕЛЬНО Е ОБРАЩЕНИЕ

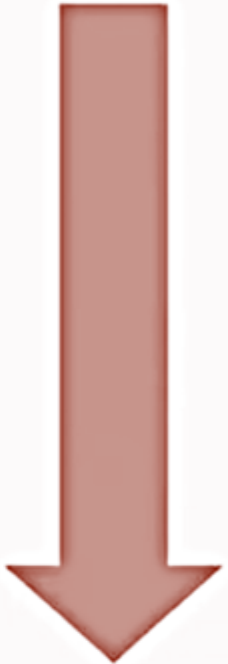


без последствий "было и прошло"

невроз «никогда больше»

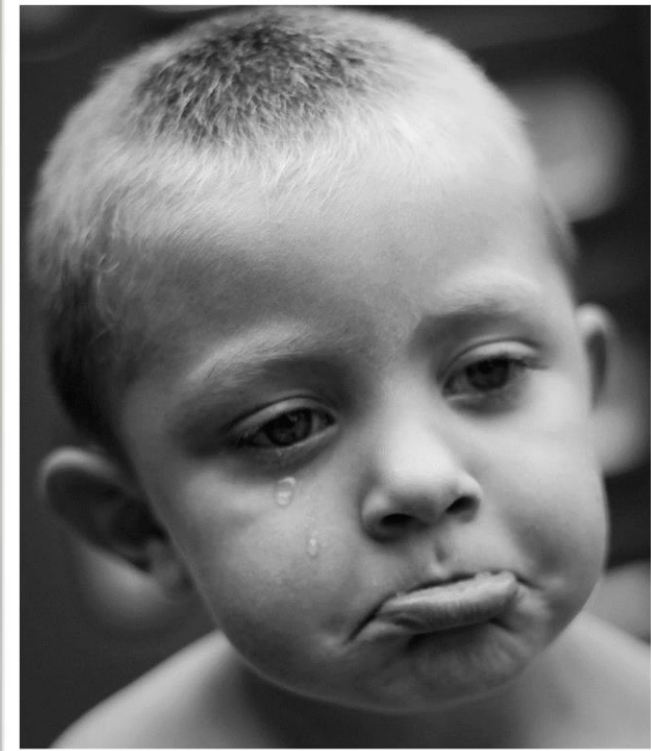
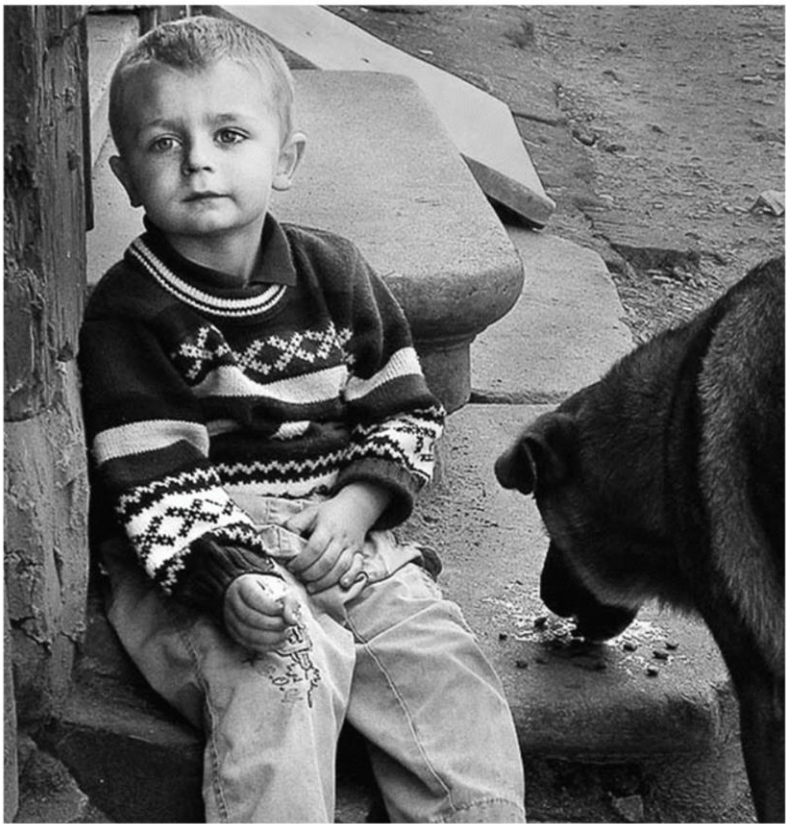
**диссоциация (онемение чувств) "а мне
все равно"**

**изменение картины мира и образа Я
"со мной только так и можно" или
"теперь бить буду я"**



Классификация насилия:

- явное или скрытое (косвенным) в зависимости от стратегии насильника
- от времени воздействия – случившееся в прошлом или настоящем;
- от длительности действия – может быть единичным или систематическим, длящимся годами.
- По месту происшествия и окружения насилие бывает: в семье – со стороны родственников, в школе – со стороны педагогов или детей, на улице – со стороны детей или незнакомых взрослых.






ПОТЕРЯ

РАЗЛУКА

Стадии горя



- 
- Фаза шока. Отрицание.
 - Фаза сделки, вины.
 - Фаза гнева, агрессии.
 - Фаза депрессии.
 - Фаза принятия.
 - Фаза реинтеграции.

- 
- внезапная или неожиданная утрата,
 - утрата, вызвавшая двойственные чувства, прежде всего гнев и самообвинение,
 - утрата, с которой были связаны отношения чрезмерной зависимости, породившие отчаянную тоску,
 - множественные утраты на протяжении незначительного времени,
 - отсутствие систем поддержки личности или жизнеобеспечения.

Формы осложнённого горя

- Хроническое горе.
- Конфликтное (преувеличенное) горе
- Подавленное (маскированное) горе.
- Неожиданное горе.
- Отставленное горе.
- Отсутствующее горе.



Разновидности травм

- «Эмбриональная травма (внутриутробная);
- Родовая травма;
- Потеря одного из родителей или членов семьи;
- Болезнь, высокая температура, случайное отравление;
- Физические повреждения, включая падения и аварии;
- Сексуальное, физическое и эмоциональное насилие, включая чрезмерное пренебрежение или избиение; оставление ребенка.
- Свидетельство чьей-либо жестокости;
- Стихийные бедствия, такие, как землетрясения, пожары и наводнения;
- Определенные медицинские и стоматологические процедуры;
- Хирургические операции, в частности — тонзиллэктомия с применением эфира; операции при ушных заболеваниях и так называемом «затуманенном зрении»;
- Анестезия;
- Длительная неподвижность; гипс или шина на ноге или торсе у маленького ребенка в результате разных причин (при «косолапых» ногах или сколиозе).»

Отрывок из книги: Питер А. Левин. «Пробуждение тигра - исцеление травмы».

Факторы, способствующие возникновению у ребенка психической травмы:

- отсутствие безопасности – внешнее (со стороны окружения нет защиты) и внутреннее (дефицит ресурсов совладания, недостаточный реальный опыт);
- восприятие ребенком окружающей среды как враждебной или ограничивающей его возможности и потребности;
- ощущение собственной беспомощности и тревоги перед страхом полного уничтожения;
- путаница в разграничении реальности и фантазии по поводу происходящего

СИМПТОМЫ ПТСР



вторгающиеся воспоминания
и флешбеки



гипербдительность и
нарушения сна



повышенная физиологическая
реакция на триггеры



постоянное избегание
триггеров



негативное восприятие
себя и окружающих



чувство отчуждённости
от других людей



проблемы с
концентрацией внимания



раздражительность и
самоповреждающее поведение

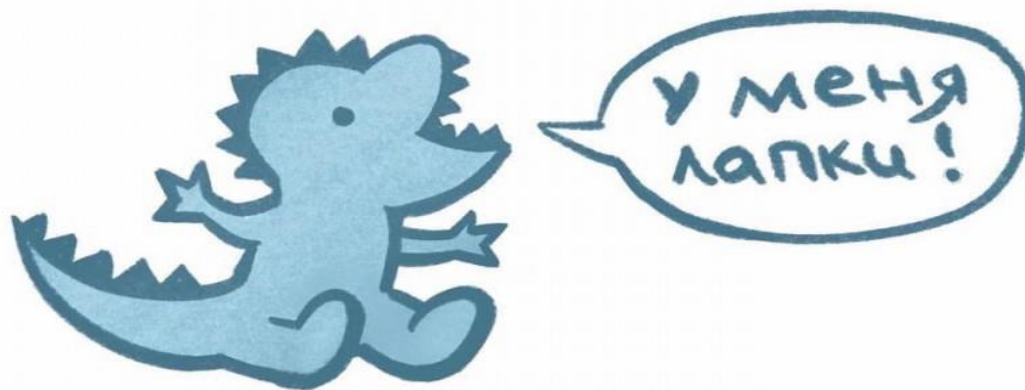


- Регресс к более раннему детскому поведению
- Идентификация с агрессором
- Подавление
- Отрицание
- Проецирование
- Изоляция чувств
- Диссоциативные защиты





За первые реакции на стресс отвечает РЕПТИЛЬНЫЙ (эмоциональный) мозг, не поддающийся рациональному контролю



Есть три реакции выживания, у каждого человека проявляется своя:

БЕЙ

(агрессирует)



БЕГИ

(паникует)



ЗАМРИ

(прячется)



Копинг-стратегии (совладающее поведение) - действия, которые совершает личность для того, чтобы справиться со стрессом и вообще с трудными жизненными ситуациями. Они призваны снизить ее воздействие стресса на психику.

Ричард Лазарус

2 типа копинг-стратегий:

проблемно-ориентированные

эмоционально-ориентированные

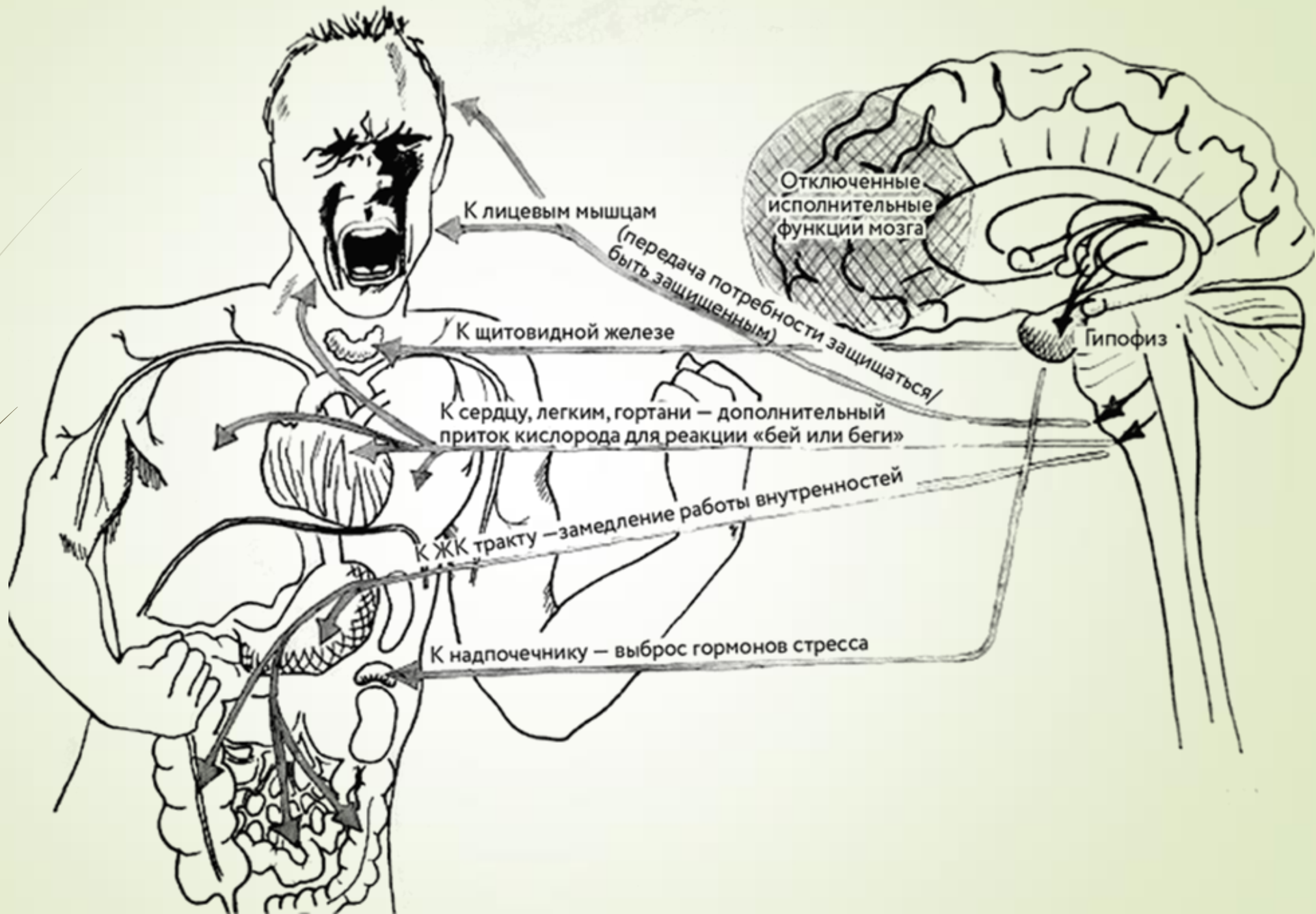
К базисной стратегии относятся:

решение проблемы

избегание травмирующих ситуаций

поиск поддержки у окружающих людей







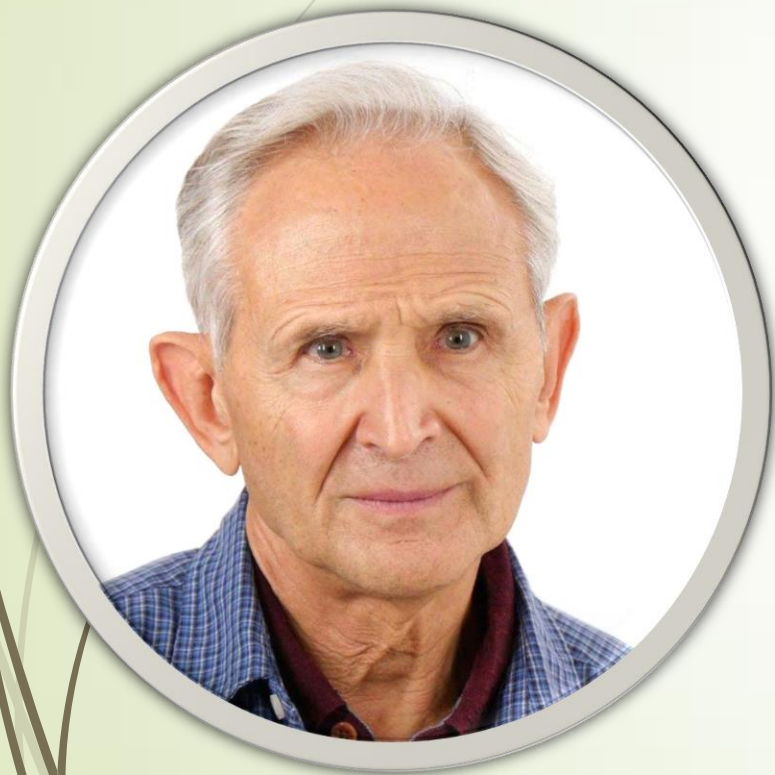
OXYTOCIN

CORTISOL

Долгосрочные цели в работе с травмой

1. Стабилизировать физические, когнитивные, поведенческие и эмоциональные реакции на травму, одновременно повышая способность к повседневному функционированию.
2. Ослабить влияние навязчивых образов и нарушения функционирования или уровня возбуждения, которые возникают в ответ на стимулы, связанные с травмой.
3. Ассимилировать травмирующее событие в жизненный опыт без продолжающегося стресса.
4. Противостоять виновнику травмирующего события, простить или принять его.

Опорные принципы работы с травмой :



ощущения безопасности
опора на ресурсы
тетрирование (постепенность)
целостность опыта

Питер А. Левин

- **Психологическая резилентность** (*resilience* — упругость, эластичность). Резильентность — это врожденное динамическое свойство личности, лежащее в основе способности преодолевать стрессы и трудные периоды конструктивным путем. Несмотря на то, что это свойство врожденное, его можно развивать.

Факторы:

- Способность строить реалистичные планы и совершать целенаправленные действия для их воплощения в жизнь;
- Положительная самооценка и уверенность в собственных силах и способностях;
- Коммуникативные навыки и навыки решения проблем;
- Способность управлять сильными побуждениями и собственными чувствами.

**Упругость — способность гнуться,
но не сломаться**



ЖИЗНЕСТОЙКИЕ ДЕТИ

Компоненты жизнестойкости

- **Вовлеченность** - убежденность в том, что «вовлеченность в происходящее дает максимальный шанс найти стоящее и интересное для личности» (*ощущение себя «вне жизни»*)
- **Контроль** – убежденность в том, что «борьба позволяет повлиять на результат происходящего» (*ощущение собственной беспомощности*)
- **Принятие риска** – убежденность в том, что «все происходящее способствует развитию за счет знаний, извлекаемых из опыта» (*стремление к безопасности*)

Сальваторе Мадди

