

Министерство образования и науки Чеченской Республики
Государственное бюджетное учреждение
дополнительного профессионального образования
«РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ,
МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ»
(ГБУ ДПО «РЦППМСП»)

Нохчийн Республикин дешаран а, Илманан а министерство
Пачхьалкхан бюджетни учреждени тIетобхначу корматаллин дешаран
«РЕСПУБЛИКИН ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИ,
МЕДИЦИНСКИ, СОЦИАЛЬНИ ГЮБНАН ТУШ»
(ПБУ ТКД «РППМСПТ»)

ПРИНЯТО

на заседании педагогического совета
протокол № 8
«02» 06 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГБУ ДПО «РЦППМСП»
М.И.Лорсанова



**ПРОГРАММА
ПО ОКАЗАНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ДЕТЯМ И
ПОДРОСТКАМ, ЧЛЕНЫ СЕМЕЙ КОТОРЫХ ЯВЛЯЮТСЯ
(ЯВЛЯЛИСЬ) УЧАСТНИКАМИ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ
ОПЕРАЦИИ**

Грозный, 2023г.

Автор-составитель

Кавтарова Ната Эмзаровна, заведующий республиканским учебно-методическим центром дополнительного профессионального образования, главный внештатный педагог-психолог Министерства образования и науки Чеченской Республики

Аннотация

Программа по оказанию психологической помощи детям и подросткам, члены семей которых являются (являлись) участниками специальной военной операции, пережившими психологическую травму, последствия психотравмирующей ситуации, направленная на отработку приемов и способов поведения в сложившейся ситуации.

Программа рекомендована педагогам-психологам, социальным педагогам организаций для детей и подростков пережившими психологическую травму.

№	Содержание	Стр.
1.	Пояснительная записка.....	4
2.	Программа коррекционной работы с детьми, пережившими психологическую травму.....	6
2.1	Организация индивидуальной работы с детьми.....	8
2.2	Организация групповой работы с детьми.....	11
2.3	Основные направления психологической работы с детьми.....	13
2.4	Тематический план.....	14
3.	Список литературы.....	16
4.	Приложение 1.....	18
5.	Приложение 2.....	28

Пояснительная записка.

Понятие «психологическая травма» не сводится исключительно к посттравматическому стрессовому синдрому. Это связано с теми проблемами, которые есть у детей, переживших ситуации потери близкого человека. В соответствии с этим строится и дальнейшая реабилитационная работа.

Дополнительные серьезные травмы часто усугубляют уже существующие проблемы. В этой связи мишенью психологической работы являются не только последствия отдельных интенсивных травмирующих событий, но и не в меньшей степени последствия, обусловленные психотравмирующими условиями жизни.

Поэтому, принимая решение о включении ребенка в программу реабилитационных мероприятий, направленных на преодоление травматического опыта, необходимо учитывать не только остроту и тяжесть конкретного психотравмирующего события, но и также условия, в которых проживал ребенок.

Для детей, которые пережили тяжелые травмирующие события. Это приводит к следующему:

- трудностям формирования контактов,
- ярко выраженному внутреннему напряжению,
- к часто возникающим страхам повторения травмирующей ситуации,
- растерянности,
- частым негативным эмоциям,
- потере позитивной перспективы будущего.

Травматические события влияют на все сферы функционирования ребенка: на его представление о мире и о себе, эмоциональность и поведение.

После травмы у детей могут возникать депрессивные проявления, подавленность, сниженное настроение, которые представляют собой реакцию на внезапную потерю доверия к другим людям и к миру в целом. Сниженная

самооценка, как реакция на травму, непосредственно оказывает влияние на настроение и может приводить к дезадаптивному поведению.

Поведение ребенка после травмы может значительно измениться. Наиболее характерные реакции - избегание, агрессивное поведение, саморазрушающее поведение.

Последствием проживания в хронических психотравмирующих условиях, связанных с жестоким обращением, может явиться усвоение ребенком этих дезадаптивных форм поведения, поскольку они могут казаться ему выигрышными.

В некоторых случаях реакция на травму может оказаться чрезвычайно выраженной и протекать в форме посттравматического стрессового расстройства.

Типичные признаки посттравматического стрессового расстройства включают эпизоды повторного переживания травмы в виде навязчивых воспоминаний (реминисценций), снов или кошмаров, возникающих на фоне хронического чувства «оцепенелости» и эмоциональной притупленности, отчуждения от других людей, отсутствия реакции на окружающее, невозможности испытывать положительные эмоции и уклонения от деятельности и ситуаций, напоминающих о травме. Обычно пострадавший боится и избегает все то, что ему напоминает о травматических событиях. Изредка бывают острые вспышки страха, паники или агрессии, провоцируемые стимулами, вызывающими неожиданное воспоминание о травме или о первоначальной реакции на нее. Обычно имеет место, состояние повышенной вегетативной возбудимости с повышением уровня бодрствования усилением реакции испуга и бессонницей.

Переживание детьми травматических событий может сильно отличаться по длительности, остроте, последствиям. Значительная часть детей, перенесших тяжелые психологические травмы, не показывают явной клинически очерченной симптоматики посттравматического стрессового расстройства, однако эти травмы оказывают негативное влияние на здоровье, развитие и

адаптацию ребенка. Переживание детьми психологических травм способствует нарушению общения и сниженной самооценки и может оказывать влияние на все сферы жизни:

- в физическом плане: задержки развития, соматические заболевания, энурез, энкопрез;

- в когнитивном: снижение продуктивности, нарушение памяти, трудности сосредоточения внимания, неправильное представление о травме, себе и окружающих;

- в эмоциональном: переживание большого количества негативных эмоций, которые могут быть как постоянными, так и периодическими;

- в поведенческом: нарушение социальных норм, агрессия или выраженная неуверенность, самовольные уходы, прогулы в школе, самоповреждающее поведение, употребление психоактивных веществ и другое.

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

2. Программа коррекционной работы с детьми, пережившими психологическую травму

Программа по оказанию психологической помощи детям и подросткам, члены семей которых являются (являлись) участниками специальной военной операции, пережившими психологическую травму, последствия психотравмирующей ситуации, направленная на отработку приемов и способов поведения в сложившейся ситуации.

Цель программы: снятие у детей последствий психотравмирующей ситуации

Задачи:

1. Научить навыкам релаксации и идентификации эмоций.
2. Оказать помощь в отреагировании переживаний, связанных с травмой.
3. Корректировать когнитивные искажения и эмоциональные реакции,

- обусловленные травматическим опытом.
4. Способствовать активизации ресурсов ребенка для формирования стабильного отношения к себе и уверенного поведения.
 5. Развивать коммуникативные навыки ребенка.

Программа предназначена для обучающихся в возрасте 7 - 16 лет, переживших психологическую травму.

Программа состоит из двух блоков:

1 блок: Организация индивидуальной работы с детьми.

2 блок: Организация групповой работы с детьми.

Условия проведения занятий. Занятия проводятся в одном и том же помещении. Помещение должно быть светлым, просторным, наличие удобных стульев или диванов. В помещении не должно быть предметов, представляющих опасность для здоровья.

Продолжительность реализации программы определена приблизительно, так как длительность и количество упражнений в ходе занятия, количество занятий в модуле и, соответственно, продолжительность каждого этапа определяется в зависимости от динамики группы, индивидуальных особенностей детей, временных ресурсов и других условий.

Длительность занятий: 45-120 мин.

Продолжительность реализации программы:

1 блок –10-20 час; 2 блок – 30 час.

Предполагаемый результат.

Идеальный вариант, ожидаемый после окончания работы детей по программе, предполагает овладение ими следующих навыков и умений:

- релаксации и идентификации эмоций.
- от реагирования переживаний, связанных с травмой.
- корректирования когнитивных искажений и эмоциональных реакции, обусловленных травматическим опытом
- уверенного поведения;

у них будет сформированно:

- стабильное отношение к себе,
- коммуникативные навык.

Критерии и показатели результативности работы

Основными критериями отслеживания результативности программы является:

- степень выраженности травматических переживаний, их интенсивность;
- уровень выраженности депрессивных симптомов;
- способность совладения со стрессовыми ситуациями;
- уровень самоидентификации, самопринятия, общая самооценка.

2.1. Организация индивидуальной работы с детьми.

Индивидуальная работа с ребенком состоит из трех этапов:

1-й этап. Формирование у ребенка чувства безопасности во взаимодействии.

2-й этап. Всестороннее изучение ребенка.

3-й этап. Индивидуальная коррекция.

1 этап.

Основные усилия педагога-психолога на первом этапе направлены на формирование у ребенка чувства безопасности во взаимодействии с окружающим миром, это чувство включает в себя как проявление позитивного отношения к ребенку, внимание к его переживаниям и потребностям, так и снижение тревоги за счет разъяснения ребенку, как и для чего будет происходить процесс его взаимодействия с психологом. Для этого используются беседы, наблюдение за ребенком, организуется совместная игровая, творческая деятельность.

Работа с такими детьми должна быть особенно регулярной и постоянной (желательны в одно и то же время, место, день недели и т. п.), чтобы противостоять реальному опыту ребенка, в картине мира которого позитивное отношение к нему обычно бывает непостоянным и ненадежным.

Непредсказуемые изменения в графике (желательно, чтобы их было как можно меньше) всегда объясняются ребенку, чтобы они не актуализировали прежние негативные ожидания. Так же неоспоримую роль на данном этапе играют учителя. Они стараются мягко включить ребенка в жизнедеятельность класса.

2 этап.

Всестороннее изучение ребенка организуется в следующем направлении:

— психологическая диагностика с целью выявления последствий психологической травмы, индивидуально-личностных особенностей ребенка. Для этого используется комплекс диагностических методик, позволяющий выявить интенсивность переживания утраты, степень выраженности травматических переживаний ребенка, уровень выраженности депрессивных переживаний, самоидентичности, самопринятия, общей самооценки, способности ребенка совладать со стрессом.

№	Диагностические методики	Диагностируемые параметры
1.	Перечень травматических переживаний ребенка, анализ социального анамнеза, полуструктурированное интервью Н.В. Тарабриной	Интенсивность переживания утраты, степень выраженности травматических переживаний ребенка
2.	Опросник детской депрессии М. Ковак, цветовой тест Люшера	Уровень выраженности депрессивных переживаний
3.	Копинг-тест «Человек под дождем»	Способность совладания со стрессом

3 этап включает в себя непосредственно индивидуальную, консультационную работу с ребенком.

Данный этап работы предполагает индивидуальную работу, основанную на выявленную в ходе диагностики степень психологической травмы, индивидуально-личностных особенностей ребенка. Работа основывается на доказавшем свою эффективность в научных исследованиях и клинической

практике когнитивно-поведенческом подходе к лечению травмы. Он может также включать элемент арт-терапии.

Суть этого подхода заключается в создании таких условий, при которых ребенок сможет подробно рассказать о травмирующем событии, отреагировать связанные с ним эмоции и осознать обусловленные травмой искаженные мысли и установки, усиливающие, а не помогающие справляться с негативными эмоциями. Кроме того, этот подход предполагает овладение ребенком навыками преодоления негативных эмоциональных состояний и обучение безопасному поведению. Фон, который позволяет реализовать все это, — терапевтические отношения (доверительные, стабильные, безопасные) между психологом, другими педагогами и ребенком.

На данном этапе применяется методика составления «Книги жизни» ребенка. «Книга жизни» («История жизни») – это описание жизни ребёнка в словах, картинках, фотографиях и приложенных документах, сделанных самим ребёнком с помощью взрослого. Также она помогает ребенку лучше понять все то, что было у него в прошлом и заставляет думать о будущем.

Информация, которую необходимо собрать, включает следующее:

Основные вехи в развитии ребенка.

Информация об основных травмах, болезнях или пребывании в больнице.

Любимые виды деятельности.

Любимые подарки на новый год и на день рождения.

Каким образом ребенок отмечал традиционные праздники.

Любимые друзья.

Информация о домашних животных в семье.

Информация о том, как ребенок проявлял чувства.

Фотографии семьи и дома.

Фотографии родителей.

Милое «озорное» поведение

Способы, при помощи которых ребенок любил проявлять свою любовь.

Любые родственники, которые занимали особое место в жизни ребенка.

Имена учителей и название школы, которую посещал ребенок.

Карточки с информацией об успехах ребенка в школе.

Все значимые события люди включают в историю жизни.

В зависимости от результатов диагностики воспитанников, с ними могут реализовываться и другие программы индивидуальной работы.

2.2. Организация групповой работы с детьми.

Дальнейшая работа с обучающимися строится исходя из результатов работы с ребенком на первом этапе реализации программы.

Групповая работа имеет следующую структуру.

Подготовительный период. Включает в себя контакт, обучение ребенка распознаванию и называнию своих переживаний, для того чтобы он впоследствии мог описать, что с ним происходит.

Период проработки травмы. На этом этапе ребенок актуализирует свой травматический опыт. Очень важно, чтобы он имел возможность максимально подробно рассказать о том, что случилось, что он думал, чувствовал, переживал. После того, как ребенок рассказал (а также написал, нарисовал и т. д.) совместно с ним проводится анализ его переживаний и мыслей.

Период поиска ресурсов. Заключительный этап работы предполагает помощь ребенку или подростку в осознании тех ресурсов, которые у него есть для того, чтобы справляться с трудными ситуациями сейчас и в будущем. Это касается повышения самооценки, развития коммуникативных навыков, понимания того, к кому и как ребенок или подросток может обратиться за помощью, обучения безопасному поведению, а также навыкам разрешения проблем.

В группу набираются дети примерно одного возраста в количестве не более 7 человек. При этом очень важно, чтобы состав группы был стабильным, так как это является терапевтическим фактором.

Групповая программа состоит из 11 модулей.

Каждый модуль включает в себя несколько занятий (от одного до четырех), направленных на решение конкретных задач или на приобретение ребенком различных навыков. Количество занятий в модуле, длительность и количество упражнений в ходе занятия и, соответственно, продолжительность каждого этапа определяется в зависимости от динамики группы, временных ресурсов и других условий.

В каждом модуле приводится свой специфический набор задач.

Этап I. Подготовка к проработке травматического переживания у детей (10 занятий по 2 академических часа)

- Мотивирование детей на участие в групповых занятиях. Формирование групповой атмосферы безопасности и адаптация детей к групповому взаимодействию.
- Обучение детей способам релаксации
- Обучение детей распознаванию и выражению эмоций (игры и упражнения), обучение детей определению разницы между мыслями и чувствами (игры и упражнения),
- Общее просвещение детей по вопросам насилия и травмы.
- Информирование детей о связи между мыслями, чувствами и поведением как механизме формирования негативных переживаний.

Этап II. Проработка психотравмирующих переживаний у детей (10 занятий по 2 академических часа)

- Разбиение детей на группы по характеру травмы и/или индивидуальная работа с ребенком.
- Рассказ ребенка о травмирующей ситуации.
- Помощь в отреагировании переживаний, связанных с травмой. Коррекция когнитивных искажений и эмоциональных реакций, обусловленных травматическим опытом.
- Способы подбадривания и поощрения ребенка.

— Индивидуальное сопровождение ребенка.

Этап III. Развитие приемов и способов поведения, способствующих социальной адаптации детей и преодолению психотравмирующих условий (10 занятий по 2 академических часа)

— Развитие коммуникативных навыков у детей, способствующих оказанию помощи и поддержки друг другу Содействие в формировании адекватных представлений о семье, ближайшем окружении и самом себе, что может являться ресурсом для преодоления ребенком травмы и адаптации к жизни

— Обучение правилам безопасного поведения в потенциально опасных ситуациях.

— Помощь ребенку в формировании представления о будущем.

2.3 Направления работы психологической работы с детьми по программе

№	Направление работы	Задачи	Методы и приемы
I.	<i>Блок «Организация индивидуальной работы с детьми»</i>		
1.	Формирование у ребенка чувства безопасности во взаимодействии.	Формирование у ребенка чувства безопасности во взаимодействии	Беседы, наблюдение, совместная игровая, творческая деятельность.
2.	Диагностика	1. Изучение условий проживания ребенка в семье и причин его возврата	Взаимодействие с органами ООП, с замещающей семьей.
		2.Выявление последствий психологической травмы, индивидуально-личностных	Комплекс психологических диагностических методик

		особенностей ребенка.	
3.	Индивидуальная коррекция, консультирование ребенка	Отработка психологической травмы.	Когнитивно-поведенческий подход, арт-терапия, методика составления «Книги жизни».
II.	<i>Блок «Организация групповой работы с детьми»</i>		
	1. Подготовительный период	Обучение ребенка распознаванию и называнию своих переживаний	
	2. Период проработки травмы.	Актуализация травматического опыта.	
	3. Период поиска ресурсов.	Оказание помощи ребенку или подростку в осознании тех ресурсов, помогающих справиться с трудными ситуациями в настоящий момент сейчас и в будущем	

2.4. Тематический план работы

№п/п	Модуль	Количество часов	Формы, методики
1.	Формирование групповой атмосферы безопасности и адаптация детей к	2	Упражнения на знакомство Выработка правил Договоренность о целях работы группы Игра на взаимодействие

	групповому взаимодействию		Завершение
2.	Обучение детей способам релаксации, распознаванию и выражению эмоций	2	Упражнение – разминка Упражнение на релаксацию Содержательное упражнение: взаимодействие, называние эмоций. Игра-упражнение на релаксацию
3.	Обучение детей называнию и распознаванию эмоций	2	Упражнение – разминка Упражнение на релаксацию с усложнением Содержательное упражнение: взаимодействие, называние эмоций, распознавание своих эмоций. Упражнение на релаксацию
4.	Самопознание и обучение детей определению разницы между своими мыслями и чувствами	2	Упражнение – разминка Упражнение на релаксацию с усложнением Содержательное упражнение: взаимодействие, называние эмоций, распознавание своих эмоций, разница между эмоциями и мыслями. Какой «Я»? Игра Упражнение на релаксацию
5.	Формирование представлений о том, что в жизни бывают трудные ситуации и люди по разному на них реагируют и справляются с ними, о взаимосвязи мыслей, чувств и поведения.	2	Упражнение – разминка Упражнение на релаксацию с усложнением Содержательное упражнение: информация о травме Игра Упражнение на релаксацию
6.	Проработка психотравмирующих переживаний	4	Упражнение-разминка Рассказ о травме, об испытанных чувствах, выражение сочувствия Упражнение на релаксацию Активная игра

7.	Коррекция когнитивных искажений и эмоциональных реакций, обусловленных травматическим опытом	3	Упражнение-разминка Упражнение-проекция: отношение окружающих Упражнение на релаксацию Игра на взаимодействие
8.	Отреагирование переживаний, связанных с насилием	3	Упражнение-разминка Упражнение на преодоление ощущения одиночества и беспомощности Упражнение на релаксацию Игра на взаимодействие
9.	Формирование адекватных представлений о семье и ближайшем окружении	4	Упражнение-разминка Упражнение на релаксацию Упражнения тематические «Моя семья», «Мои друзья». Игра на взаимодействие Упражнение на релаксацию
10.	Формирование лучшего понимания себя и окружающих	2	Упражнение-разминка Упражнение на релаксацию Упражнения тематические «Я сейчас, как я изменился» Игра на взаимодействие Упражнение на релаксацию
11.	Формирование позитивного образа будущего	4	Упражнение-разминка Упражнение на релаксацию Упражнения тематические «Безопасность и будущее». Игра на взаимодействие Упражнение на релаксацию Поведение итогом, что изменилось за время тренинга.
	Итого	30	

3. Список литературы

1. Алексеева И. А., Новосельский И. Г. и др. Жестокое обращение с ребенком. Причины. Последствия. Помощь. Изд. 2, дополненное и переработанное; Москва, Национальный фонд защиты детей от

жестокого обращения, 2010.

2. Алексеева И. А., Новосельский И. Г. и др. Работа с детьми, перенесшими психологические травмы Методика группового тренинга – СПб.: Речь, 2012.-156с.

3. Григорьева Т. Г., Айнская А. В., Усольцева Т. П. Основы конструктивного общения: Методическое пособие для преподавателей. Новосибирск: Изд-во Новосиб. Ун-та; М.: Совершенство, 1997.

4. Игры. Обучение. Тренинг. Досуг/ Под ред. В. В. Петрусинского. М.: Новая школа, 1994.

5. Малкина-Пых И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. М.: Эксма, 2008.

6. Мэнделл Дж. Г., Дамон Л. Групповая психотерапевтическая работа с детьми, пережившими сексуальное насилие. М.: Генезис, 1998.

7. Психогимнастика в тренинге/ Под ред. Н. Ю. Хрящевой. СПб.: речь, Институт Тренинга, 2006.

8. Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика/ Пер. с англ. Изд. 2. М.: Прогресс, 1993.

9. Руководство по предотвращению насилия над детьми/ Под ред. Н. К. Асановой. М.: Владос, 1997.

10. Тарабрина Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб.: Питер, 2001.

Полуструктурированное интервью для оценки травматических переживаний детей

Обоснование выбора метода

Использование метода полуструктурированного интервью имеет ряд преимуществ и, по сравнению с анкетами, заполняемыми письменно, увеличивает точность измерения, поскольку именно непосредственное общение между психологом и испытуемым во время интервью дает предпосылки для возникновения взаимного доверия, безопасности и эмоционального принятия. Вообще, дети имеют тенденцию отвечать более точно, когда психолог задает соответствующие вопросы исследования и когда они могут задавать ему вопросы, если возникает неясность в понимании какого-либо пункта. Интервьюирование детей является более эффективным по сравнению с анализом данных, полученных от родителей (опекунов), преподавателей, воспитателей и других взрослых, поскольку эти данные зачастую касаются только видимых проявлений травматической реакции. Более того, взрослые сами могут быть соучастниками травматической ситуации и поэтому зачастую скрывают или преуменьшают травматическую симптоматику. Кроме того, следует отметить, что, по мнению некоторых исследователей, индивидуальные интервью с детьми, пережившими травматические случаи, могут иметь терапевтическое влияние.

Описание метода

Для исследования выраженности симптомов ПТСР у детей 10-13 лет используется метод полу структурированного интервью. Интервью включает скрининговую часть и набор из 42 вопросов. Вопросы интервью построены на основании симптомов критериев *A, B, C, D* и *F* шкалы для клинической диагностики ПТСР *DSM III-R*. Для ответов детей используются трехпунктные шкалы («да — не знаю — нет», либо «никогда — один раз за последний месяц — более одного раза за последний месяц»).

Процедура проведения интервью

В ходе проведения интервью можно выделить пять этапов.

1. *Установление психологического контакта с испытуемым.*

2. *Вводная часть.* На этом этапе с ребенком проводится беседа о травматических событиях, которые случаются с детьми. Целью данного этапа является настрой ребенка на тему дальнейшего разговора и снятие тревожности по поводу того, что несчастья случаются не только с ними. Также на этом этапе проводится предварительное получение информации о травматическом опыте ребенка. Примерное содержание беседы: «Давай поговорим с тобой о неприятных событиях, которые случаются с людьми. Ведь в жизни каждого взрослого человека и ребенка иногда случаются неприятности, большие или не очень большие, правда? И с тобой, наверное, случалось что-то подобное, да? Ты можешь вспомнить самое неприятное событие, которое с тобой случалось?». Если ребенок не рассказывает о таком событии, можно переходить к следующему этапу. Если же ребенок рассказывает о своем самом неприятном событии, то после выяснения некоторых подробностей случая («Ты помнишь, когда это произошло?», «С тобой был кто-нибудь в это время?», «Расскажи, пожалуйста, об этом подробнее», и т. д.) данные заносятся в протокол (см. ниже). В том случае, если событие, названное ребенком, соответствует критерию *A* шкалы для клинической диагностики ПТСР *DSM-IV* (ребенок испытал, был свидетелем или столкнулся со случаем или событиями, которые включали фактическую или воспринимаемую угрозу жизни или серьезного повреждения или угрозу физической неприкосновенности по отношению к себе или другому), можно переходить сразу к опросу, минуя скрининг.

3. *Скрининг.* Цель данного этапа — получение более полных сведений о травматическом опыте ребенка. Если ребенок не смог вспомнить ни одного травматического события, либо случай, рассказанный ребенком, не соответствует критерию *A* шкалы для клинической диагностики ПТСР *DSM-IV*, ребенку предлагается список травматических событий, которые могли бы привести к развитию симптомов ПТСР: «Давай я расскажу тебе, какие большие

неприятности могут случиться с ребенком. Может быть, ты вспомнишь, что с тобой случалось что-то такое. Большие неприятности — это когда, например, ребенок тяжело заболел, или долго лежал в больнице, или кто-то, кого ребенок любит, умер или уехал далеко и больше с ним не живет. Или когда кто-то обижает, бьет ребенка, издевается над ним или делает вещи, которые ему неприятны, или заставляет его делать такие вещи. Или когда ребенок попадает под машину или в аварию. Или когда случается пожар, землетрясение или ураган. Или когда ребенок оказывается в том месте, где идет война. С тобой случалось что-нибудь похожее? Сколько тебе было тогда лет? Если можешь, расскажи об этом подробнее». Информация заносится в протокол (см. ниже).

4.Опрос. Это — основная часть интервью. Она направлена на измерение посттравматической симптоматики. Из 42 вопросов (см. ниже) первые 4 относятся к критерию *A* (интенсивные негативные эмоции в момент травмы: страх, беспомощность или ужас). Если в жизни ребенка не было травматических переживаний, эти вопросы не задаются. Если ребенок рассказал о событии, которое могло бы привести к развитию симптомов ПТСР, то остальные вопросы (по критериям *B, C, D, F*) задаются относительно этого события. В противном случае вопросы фокусируются на чувствах и переживаниях ребенка за последний месяц безотносительно к какому-то событию.

5.Стадия завершения. Цель этой стадии — устранение негативных эмоций, вызванных воспоминаниями о травматическом эпизоде.

Обработка результатов

Проводится подсчет баллов по каждому из критериев.

Вопросы 1-5, 8, 20-40, 42 оцениваются: 2 балла за ответ «да», 1 балл за ответ «не знаю» и 0 баллов за ответ «нет».

Вопросы 6, 7, 9-19 оцениваются: 2 балла за ответ «да, чаще, чем один раз за последний месяц», 1 балл за ответ «да, один раз за последний месяц» и 0 баллов за ответ «нет, никогда».

Вопрос 41 оценивается: 2 балла за ответ «нет», 1 балл за ответ «не знаю» и 0 баллов за ответ «да».

Критерию А соответствуют вопросы: 1; 2; 3; 4; 5.

Критерию В соответствуют вопросы: 6; 7; 8; 9; 10; 11; 12; 13; 18.

Критерию С соответствуют вопросы: 23; 25; 28; 29; 30; 31; 32; 33; 40; 41; 42.

Критерию D соответствуют вопросы: 14; 15; 16; 17; 20; 21; 22; 37; 38; 39.

Критерию F соответствуют вопросы: 19; 24; 26; 27; 34; 35; 36.

Общий индекс посттравматической реакции оценивается суммированием баллов по критериям *B, C, D и F*.

**Бланк ответов к полуструктурированному интервью для оценки
травматических переживаний детей.**

Ф.И.О _____

Возраст _____ Пол _____

Дата _____ 200__ г.

Полная/Неполная семья _____

Дисгармоничная семья _____

Серьезное физическое заболевание _____

возраст _____ лет _____

Длительная или повторная госпитализация _____

возраст _____ лет _____

Утрата близкого человека _____

возраст _____ лет _____

Пребывание в зоне военных действий _____

возраст _____ лет _____

Пребывание в качестве заложника _____

возраст _____ лет _____

Другое травмирующее событие (уточните) _____

возраст _____ лет _____

Критерии А _____

Критерий А	1	2	3	4	5						
Критерий В	6	7	8	9	10	11	12	13	14	18	
Критерий С	23	25	28	29	30	31	32	33	41	42	43
Критерий D	15	16	17	20	21	22	38	39	40		
Критерий F	19	24	26	27	34	35	36	37			
	А		В		С		Д	F			

№	Критерий	Вопрос	Допустимые объяснения	Кодировка ответов
1	А	Чувствовал ли ты ужас, когда это происходило?	Очень сильный страх.	Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
2	А	Чувствовал ли ты, что ты не можешь ничего изменить?		Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
3	А	Чувствовал ли ты, что никто не может тебе помочь в этой ситуации?		Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
5	А	Был ли ты более раздражительным, подвижным сразу после того, как это произошло?		Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
6	В	Вспоминаешь ли ты о каких-то неприятных ситуациях, которые с тобой произошли? Если да, то как часто?	С большинством людей в жизни случаются неприятные ситуации, а с тобой случались?	Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0

7	В	Ты рассказываешь кому- то об этих воспоминаниях? Если да, то часто? Если нет, то не рассказываешь потому, сто не вспоминаешь?	Ты не рассказываешь об этих ситуациях, потому что не вспоминаешь или тебе не хочется кому- то о них рассказывать?	Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
8	В	Ухудшается ли твое самочувствие, когда что- то напоминает тебе о неприятном событии?	Например, у тебя начинает сильнее биться сердце, учащается дыхание, потеют руки, болит голова.	Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
9	В	Ты думал когда - нибудь о какой- то неприятной ситуации, когда тебе совсем не хотелось о ней думать? Если да, то как часто?		Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
10	В	Ты представлял какую- то неприятную ситуацию, случившуюся с тобой? Если да, то как часто?		Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
11	В	Ты рисовал какую- то неприятную ситуацию, случившуюся с тобой? Если да, то как часто?		Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
12	В	Бывает ли так, что, неприятные чувства, которые ты когда- либо переживал, возникали у тебя снова, как если бы та ситуация повторилась, как будто ты опять вернулся в то время? Если да, то как часто?		Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0

13	В	Случалось ли тебе начинать вести себя так, как если бы неприятная ситуация, которая с тобой когда-то происходила, повторилась вновь. Если да, то как часто?	Бывает ли, что ты ведешь себя так, как будто какая-то неприятная ситуация, которая с тобой когда-то происходила, повторяется?	Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
14	Д	Бывает ли тебе трудно заснуть? Если да, то как часто?		Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
15	Д	Бывает ли, что ты просыпаешься ночью? Если да, то как часто?		Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
16	Д	Бывает ли, что ты просыпаешься слишком рано утром? Если да, то как часто?		Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
17	Д	Стали ли тебе сниться неприятные сны, кошмары? Если да, то как часто?		Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
18	В	Снятся ли тебе сны о неприятном событии, которое с тобой когда-то произошло? Если да, то как часто?		Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
19	Ф	Приходишь ли ты иногда ночью спать к родителям? Если да, то как часто?		Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
20	Д	Вскакиваешь ли ты, когда слышишь неожиданный или громкий звук?		Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
21	Д	Стал ли ты более раздражительным?		Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0

22	D	Стал ли ты чаще ссориться с другими людьми?		Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
23	C	Стараешься ли ты держаться на расстоянии от друзей и одноклассников?	Бывает ли так, что ты стараешься держаться отдельно от своих друзей?	Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
24	F	Трудно ли тебе оставаться наедине с друзьями и одноклассниками?	Когда, например, в классе или в каком-то другом месте остаются только один человек и ты.	Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
25	C	Стараешься ли ты держаться на расстоянии от взрослых?	Бывает ли так, что ты стараешься держаться отдельно от родителей и учителей?	Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
26	F	Трудно ли тебе оставаться наедине с учителем?	Когда, например, в классе или каком-то другом месте остаются только учитель и ты.	Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
27	F	Трудно ли тебе оставаться наедине с родителями?		Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
28	C	Стараешься ли ты избежать чего-либо, что напоминает тебе о каком-то неприятном происшествии?		Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0

29	С	Стараешься ли ты избегать действий, которые напоминают тебе о чем- то неприятном в твоём прошлом (прилагаешь ли ты какие-то усилия для этого)?	Делаешь ли ты для этого что-нибудь специально?	Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
30	С	Стараешься ли ты избежать мест, которые напоминают тебе о чем-то неприятном в твоём прошлом (прилагаешь ли какие-то усилия для этого)?	Делаешь ли ты для этого что-нибудь специально?	Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
31	С	Стараешься ли ты избегать общения с людьми, которые напоминают тебе о чем-то неприятном (прилагаешь ли ты какие-то усилия для этого)?	Делаешь ли ты для этого что-нибудь специально?	Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
32	С	Стараешься ли ты не думать о чем-то неприятном в твоём прошлом (прилагаешь ли ты какие-то усилия для этого)?	Делаешь ли ты для этого что-нибудь специально?	Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
33	С	Стараешься ли ты избегать разговоров, которые напоминают тебе о чем-то неприятном в твоём прошлом (прилагаешь ли какие-то усилия для этого)?	Делаешь ли ты для этого что-нибудь специально?	Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
34	Ф	Стало ли тебе сложнее выполнять свои обязанности(работу по дому)?	Было ли тебе раньше легче, например, убирать за собой вещи, помогать родителям?	Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
35	Ф	Требуется ли тебе больше времени, чем раньше, чтобы выполнить свои обязанности (работу по дому)?		Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0

36	F	Стало ли тебе сложнее понимать, узнавать новые вещи (учиться)?		Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
37	D	Изменилась ли в последнее время твоя память? Может быть, она стала лучше или хуже?	Стало ли тебе сложнее запоминать разные вещи?	Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
38	D	Стало ли тебе сложнее сосредоточиться?		Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
39	D	Стало ли тебе сложнее долго сидеть спокойно на одном месте?		Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
40	C	Кажется ли тебе, что окружающий мир стал выглядеть или звучать по-другому?	Вещи, к которым ты привык, кажутся тебе не такими, как раньше.	Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
41	C	Можешь ли ты себя представить взрослым, старым?		Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0
42	C	Изменились ли в последнее время твои представления о будущем?	Не так, как раньше.	Нет = 0 Не знаю = 0 Да = 0

Проективная методика «Человек под дождем».

Методика ориентирована на диагностику силы Эго человека, его способности преодолевать неблагоприятные ситуации, противостоять им. Она позволяет также осуществить диагностику личностных резервов и особенностей защитных механизмов.

Общие положения: Инструкция в классическом варианте проста: на чистом листе бумаги формата А4, который вертикально ориентирован, испытуемому предлагается нарисовать человека, а потом, на другом таком же листе-человека под дождем.

Сопоставление двух рисунков позволяет определить, как человек реагирует на стрессовые, неблагоприятные ситуации, что он чувствует при затруднениях. В процессе тестирования важно наблюдать за ходом рисования и обращать внимание на все высказывания испытуемого. Для получения более достоверной информации необходимо провести дополнительное интервью с ребенком.

Интерпретация теста:

При интерпретации рисунков рекомендуется руководствоваться следующими положениями:

1. Когда рисунок готов, важно воспринять его целиком.
2. Необходимо "войти" в рисунок и почувствовать, в каком настроении пребывает персонаж (радостном, ликующем, удрученном и т. д.), ощущает ли он себя беспомощным или, напротив, чувствует в себе внутренние ресурсы для борьбы с трудностями, а возможно, спокойно и адекватно воспринимает затруднения, считая их обычным жизненным явлением. Таким образом, важно отследить глобальное впечатление от рисунка. Это интуитивный процесс.
3. Только после этого можно перейти к анализу всех специфических деталей с точки зрения логики, опираясь при этом на основные положения руководства по интерпретации.

Изменение экспозиции в рисунке "Человек под дождем" по сравнению с рисунком "Человек", как правило, обнаруживаются существенные отличия. Важно посмотреть, как изменилась экспозиция. Так, например, если человек изображен уходящим, то это может быть связано с наличием тенденции к уходу от трудных жизненных ситуаций, избеганию неприятностей (особенно если фигура человека изображается как бы наблюдаемой с высоты птичьего полета).

В случае смещения фигуры человека под дождем в верхнюю часть листа можно предположить склонность испытуемого к уходу от действительности, к потере опоры под ногами, а также наличие защитных механизмов по типу фантазирования, чрезмерного оптимизма, который часто не оправдан.

Положение фигуры в профиль или спиной указывает на стремление отрешиться от мира, к самозащите.

Изображение, помещенное внизу листа, может свидетельствовать о наличии депрессивных тенденций, чувстве незащищенности.

В остальном при интерпретации следует опираться на методику "Человек". Например, изображение, смещенное влево, возможно, связано с наличием импульсивности в поведении, ориентацией на прошлое, в ряде случаев с зависимостью от матери. Изображение, смещенное вправо, указывает на наличие ориентации на окружение и, возможно, зависимость от отца.

Трансформация фигуры.

Увеличение размера фигуры иногда встречается у подростков, которых неприятности мобилизуют, делают более сильными и уверенными. Уменьшение фигуры имеет место тогда, когда испытуемый нуждается в защите и покровительстве, стремится перенести ответственность за собственную жизнь на других. Ребята, которые рисуют маленькие фигурки, обычно стесняются проявлять свои чувства и имеют тенденцию к сдержанности и некоторой заторможенности при взаимодействии с людьми.

Они подвержены депрессивным состояниям в результате стресса.

Изображение человека противоположного пола может указывать на определенный тип реагирования в сложной ситуации, "включение" поведенческих программ, заимствованных у конкретных людей из ближайшего окружения (мам, бабушек). Изменение возраста указывает на самоощущение человека в ситуации жизненных неурядиц.

Если в рисунке "Человека под дождем" при изображении фигуры пропускаются какие-либо части тела (ноги, руки, уши, глаза), то это указывает на специфику защитных механизмов и особенности проявлений Эго-реакций. Функция одежды - "формирование защиты от стихии". Обилие одежды указывает на потребность в дополнительной защите. Отсутствие одежды связано с игнорированием определенных стереотипов поведения, импульсивностью реагирования.

Атрибуты дождя.

Дождь - помеха, нежелательное воздействие, побуждающее человека закрыться, спрятаться. Характер его изображения связан с тем, как человеком воспринимается трудная ситуация: редкие капли - как временная, преодолимая; тяжелые, закрашенные капли или линии - тяжелая, постоянная.

Необходимо определить, откуда дождь "приходит" (справа или слева от человека) и какая часть фигуры подвергается воздействию в большей степени. Интерпретация проводится в соответствии с приписываемыми значениями правой и левой стороны листа или фигуры человека. Тучи являются символом ожидания неприятностей. Важно обращать внимание на количество облаков, туч, их плотность, размер, расположение. В депрессивном состоянии изображаются тяжелые грозовые тучи, занимающие все небо. Лужи, грязь символически отражают последствия тревожной ситуации, те переживания, которые остаются после "дождя". Следует обратить внимание на манеру изображения луж (форму, глубину, брызги). Важно отметить, как расположены лужи относительно фигуры человека (находятся ли они перед

или за фигурой, окружают человека со всех сторон или он сам стоит в луже).

Дополнительные детали. Все дополнительные детали (дома, деревья, скамейки, машины) или предметы, которые человек держит в руках (сумочка, цветы, книги), рассматриваются как отражение потребности в дополнительной внешней опоре, в поддержке, в стремлении уйти от решения проблем путем переключения и замещающей деятельности.

Более полная расшифровка деталей основывается на символическом значении представленных образов. Например, молния может символизировать начало нового цикла в развитии и драматические изменения в жизни человека. Радуга, нередко возникающая после грозы, предвещает появление солнца, символизирует мечту о несбыточном стремлении к совершенству.

Зонт представляет собой символическое изображение психической защиты от неприятных внешних воздействий. С точки зрения трактовки образов зонт может рассматриваться как отображение связи с матерью и отцом, которые символически представлены в образе зонта: купол - материнское начало, а ручка - отцовское. Зонт может защищать или не защищать от непогоды, ограничивать поле зрения персонажа, а может и отсутствовать.

Так, например, огромный зонт-гриб может свидетельствовать о сильной зависимости от матери, решающей все сложные ситуации за человека. Размер и расположение зонта по отношению к фигуре человека указывают на интенсивность действия механизмов психической защиты.

Искажение и пропуск деталей
Отсутствие существенных деталей может указывать на область конфликта и быть следствием вытеснения как защитного механизма психики. Так, например, отсутствие зонта в рисунке может свидетельствовать об отрицании поддержки со стороны родителей в трудной ситуации.

Цвет в рисунках.
Рисунки можно выполнять простым карандашом. Тем не менее, многие предпочитают использование цветных карандашей. Следует помнить, что

точная интерпретация цветового решения не может быть сделана, если у испытуемого нет всего набора цветных карандашей.

Цвета могут символизировать определенные чувства, настроение и отношения человека. Они также могут отражать спектр различных реакций или областей конфликтов. Хорошо адаптированный и эмоционально не обделенный ребенок обычно использует от двух до пяти цветов. Семь-восемь цветов свидетельствуют о высокой лабильности. Использование одного цвета говорит о возможной боязни эмоционального возбуждения