

Возможные возрастные особенности реагирования детей и подростков на кризисную ситуацию

Дошкольный возраст

<i>Симптомы</i>	<i>Виды помощи со стороны взрослых</i>
Беспомощность и пассивность	Обеспечение поддержки, отдыха, комфорта, хорошее питание, возможность играть, рисовать
Генерализованный страх	Восстановление защиты со стороны взрослых
Тревожная привязанность (цепляется за взрослого, отказывается оставаться один)	Обеспечение постоянной заботы и ухода
Поведенческая регрессия (сосание пальца, энурез, лепетание)	Не ругать, перетерпеть эти временные явления
Расстройства сна	Поощрение рассказов о том, что снится; посидеть с ребенком перед сном
Недостаточность вербализации - элективный мутизм, повторяющиеся воспоминания о негативной ситуации	Помощь в вербализации общих чувств, жалоб того, что беспокоит ребенка. Дать возможность проиграть травматические события
Соматические жалобы	Помощь в идентификации испытанных во время события телесных ощущений, снятие мышечного напряжения, восстановление дыхания, релаксация

Младший школьный возраст

Виды помощи

Поглощенность собственными действиями во время события

Помощь в выражении скрытых переживаний события, чувств, мыслей по поводу происшедшего

Специфические страхи, запускаемые воспоминаниями

Помощь в идентификации и выражении воспоминаний, тревог, беспокойства

Пересказы и проигрывание негативных событий

Дать возможность говорить и играть, объяснить, что чувства и реакции ребенка нормальны

Нарушения сна

Поддержка в рассказах о снах, выражении чувств

Забота о своей безопасности, безопасности других

Помочь поделиться беспокойством, тревогами, успокоить реалистической информацией

Соматические жалобы

Помочь идентифицировать испытанные во время события телесные ощущения, снятие мышечного напряжения, восстановление дыхания, релаксация

Забота о других жертвах и их семьях

Поощрение конструктивных действий

Особенности реагирования подростков на кризисную ситуацию

Подростковый возраст

Виды помощи

Взгляд со стороны, стыд, вина, страх

Побуждение к обсуждению события, связанных с ним чувств

Соматические жалобы

Помочь идентифицировать испытанные во время события телесные ощущения, снятие мышечного напряжения, восстановление дыхания, релаксация

Тревожное осмысление своих страхов, чувства уязвимости и других эмоциональных реакций, страх казаться ненормальным

Помощь в осознании своих чувств в понимании того, что способность переживать такой страх – признак взрослости; поощрение понимания и поддержки в среде сверстников

Посттравматические срывы (злоупотребление алкоголем, наркотиками, конфликтное поведение)

Помощь в понимании того, что такое поведение – попытка блокировать свои реакции. Помощь в осознании реакций, расширение представлений о формах совладающего поведения

Резкие изменения в межличностных отношениях

Обсуждение возможных трудностей в отношениях со сверстниками и семьей

Отрицание трудностей, связанных с пережитыми событиями

Информация о возможности получения дополнительной помощи в случае ее необходимости.

Радикальные изменения жизненных установок, влияющих на формирование идентичности

Связать изменения установок с влиянием травмы