



**Реакция на травму у детей и первая помощь со стороны приемных родителей
(разработано на основании классификации R.Pynoos & R.Nader)**

Возможное поведение ребенка	Возможные шаги со стороны взрослых / приемных родителей
Возраст от 0 до 3-х лет	
«Замирание» в развитии, запуск механизма умирания, деривационный синдром, проявление госпитального синдрома	Удовлетворение жизненно важных потребностей, качественный уход, максимальное эмоциональное тепло, «донашивание», контакт «глаза в глаза», «кожа к коже», стимулирование, насыщенная развивающая среда, двигательная активность и др.
Возраст от 3-х до 7 лет	
Регрессивные симптомы: сосание пальца, энурез, лепетная речь, соответствующая более раннему возрасту ребенка	Терпение родителей, понимание ситуации, как временной, компенсируемой
Беспомощность, которая может проявляться а апатии, истериках ,упрямстве, разрушительном поведении	Создание безопасной среды, безусловное принятие ребенка, обеспечение поддержки, постоянное общение с ребенком, активное взаимодействие
Генерализированный страх	Приемные родители обеспечивают ребенку безопасность и помогают обеспечивать контроль над ситуацией
Познавательные трудности (например, не может понять объяснения)	Терпение родителей. Конкретные разъяснения ожидаемых событий
Трудности распознавания собственных беспокойств	Родители называют эмоциональные состояния ребенка. Помогают ему понять, что с ним происходит. («Я вижу, что ты рассердился, беспокоишься...я тебя понимаю, я с тобой, я тебе помогу...»)
Расстройство сна (ночные страхи, кошмары, страх засыпания, страх оставаться одному, особенно в темноте)	Родители терпеливо выслушивают рассказы о страхах от ребенка, поощряют эти рассказы, организуют ритуал засыпания, присутствуют при засыпании, не оставляют одного в темной комнате
Недостаточность вербализации (ребенок не в состоянии совестно описать переживания, чувства, мысли), ребенок может разговаривать только с некоторыми, наиболее привычными для него людьми,	Родители терпеливо называют чувства, жалобы ребенка, с пониманием относятся к поведению, которое демонстрирует ребенок

повторяющиеся невербальное проигрывание травмы	
Постоянное цепляние за взрослых, постоянное стремление к телесному контакту, либо отказ от контактов	Обеспечение удовлетворения потребностей ребенка, обеспечение
Тревоги, связанные с непониманием смерти, фантазии о «лечении от смерти», ожидания, что умершие могут вернуться	Объяснение физической реальности смерти (в соответствии с возрастом ребенка)
Возраст 8-10 лет	
Поглощенность собственными действиями во время события, озабоченность своей ответственностью и/или виной	Совместное обсуждение событий, помощь в выражении чувств (родители называют, описывают те чувства, которые испытывает ребенок, отмечает, что в случившемся нет вины и ответственности ребенка)
Специфические страхи, запускаемые воспоминаниями или пребыванием в одиночестве	Ребенок чувствовать безопасность, знать о том, что родители всегда рядом, что всегда могут прийти на помощь
Ребенок постоянно и навязчиво говорит о событиях (негативные воспоминания о травмирующих событиях), играет в игры, в которых повторяется одно и то же событие или действие	Разрешение говорить и проигрывать травмирующие события, разрешение проявлять чувства, понимая, что это нормально
Нарушение концентрации внимания, трудности в обучении	Понимание поведения ребенка и терпимое отношение к этим временным проявлениям, помощь в обучении, предупреждение социального окружения ребенка (учителей, психолога, социального педагога и др.) о его состоянии.
Нарушения сна (плохие сны, страх спать одному в комнате)	Поддержка в рассказах о снах, объяснения, почему бывают плохие сны, при необходимости, присутствие при засыпании
Нарушенное или нестабильное поведение (например, проявление немотивированной агрессии, безрассудство, негативизм)	Помощь в совладении с переживаниями, объяснение чувств ребенка, обращение к самоконтролю (например, сказать: «Наверное, это очень тяжело чувствовать себя сердитым»).
Страх и чувство измененности себя и мира, вызванные собственными реакциями на ситуацию	Помощь в сохранении позитивных воспоминаний о том, что ребенок делал в трудный момент, подчеркивание конкретных фактов в поведении ребенка, которые показывают, что он справляется со сложной ситуацией
Подростковый возраст	
Взгляд со стороны, стыд и вина (подобно	Побуждение к обсуждению события,

тому, что бывает у взрослых)	связанных с ним чувств и реалистического видения того, что было возможно сделать в данной ситуации
Тревожное осмысление своих страхов, других эмоциональных реакций	Помощь в понимании того, что способность переживать такой страх-признак взрослости
Посттравматические срывы, которые могут проявляться в сексуализированном поведении, воровстве и пр.	Обращение к психологу
Опасное для жизни поведение, связанное с правилами, установленными подростком, саморазрушающее поведение	Обращение к психологу
Резкие изменения в межличностных отношениях	Обсуждение возможных трудностей в отношениях со сверстниками и замещающей семьей совместно с психологом