

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний авіаційний університет

С.Е. ЛУШПО

**ПСИХОЛОГІЯ ТРАВМУЮЧИХ СИТУАЦІЙ:
ПРАКТИКУМ**

Київ 2010

УДК 159.922/923: 159.96 (076.5).....
ББК Ю 935я7 + Ю937я 7.....
Л 855.....

Рецензенти:

Затверджено науковою методично-редакційною радою НАУ
(протокол №____ від ____04. 2008)

Луппо С. Е. Психологія травмуючих ситуацій: Практикум.
– Київ: НАУ, 2010. – 48 с.

Викладено проектування дидактичного процесу за темами навчальної дисципліни. З метою формування практичних вмінь та навичок психологічної роботи з людьми, що пережили психотравмуючі ситуації, представлені ситуаційні завдання до практичних занять. Для студентів спеціальності 6.040100 (напрямок 0401 «Психологія»)

УДК

ББК

Луппо С. Е. 2010

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА.....	5
ВСТУП.....	7
РОЗДІЛ 1. ПРОЕКТУВАННЯ ДИДАКТИЧНОГО ПРОЦЕСУ ЗА ТЕМАМИ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ	8
Тема 1.1. Психічна травматизація особистості в надзвичайних умовах буття.	8
Тема 1.2. Психосоціальні та психосоматичні наслідки перебування людини в психотравмуючих ситуаціях.	9
Тема 1.3. Стратегії адаптації людини до гострих та пролонгованих психічних травм.	11
Тема 1.4. Специфіка адаптаційного синдрому та психологічні зміни у учасників бойових дій.	13
Тема 1.5. Посттравматичні стресові розлади у мешканців зони воєнних конфліктів та беженців.	15
Тема 1.6.Феноменологія та вплив на особистість психотравмуючих ситуацій, які пов'язані з емоційним (фізичним, психологічним та сексуальним) насиллям.	16
Тема 1.7. Психічна травматизація особистості в деструктивній системі значущих (партнерських, сімейних) відносин.	18
Тема 1.8. Психотрансформація особистості та її життєвих відносин в посттравматичний період.	20
Тема 1.9. Основні напрями та специфіка психотерапевтичної роботи з людьми, які пережили психотравмуючу ситуацію.	21

РОЗДІЛ 2. СИТУАЦІЙНІ ЗАВДАННЯ ДО ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ 24

2.1. Ситуаційне завдання до практичного заняття за темою 1. 1. 24

2.2. Ситуаційне завдання до практичного заняття за темою 1. 2. 24

2.3. Ситуаційні завдання до практичного заняття за темою 1. 3. 26

Завдання № 1 до практичного заняття за темою 1.3. 26

Завдання № 2 до практичного заняття за темою 1.3. 28

Завдання № 3 до практичного заняття за темою 1.3. 29

2.4. Ситуаційне завдання до практичного заняття за темою 1. 4 30

2.5. Ситуаційні завдання до практичного заняття за темою 1.5. 33

Завдання № 1 до практичного заняття за темою 1.5. 33

Завдання № 2 до практичного заняття за темою 1.5. 35

Завдання № 3 до практичного заняття за темою 1.5. 36

Завдання № 4 до практичного заняття за темою 1.5. 36

2.6. Ситуаційне завдання до практичного заняття за темою 1.8. 38

2.7. Ситуаційне завдання до практичного заняття за темою 1.9. 39

ПІСЛЯМОВА 41

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА 43

ПЕРЕДМОВА

В системі підготовки майбутніх фахівців за спеціальністю „Психологія” навчальна дисципліна „Психологія травмуючих ситуацій” є важливим предметом, на базі якого студенти набувають теоретичні знання щодо феноменології психічної травми, а також розвивають практичні вміння та навички надання психологічної допомоги людям, що пережили психотравмуючу ситуацію. Навчальний посібник **«Психологія травмуючих ситуацій: практикум»** надасть студентам можливість зробити процес набуття практичних вмінь та навичок більш ефективним, адже за своїм змістовним наповненням він повністю відповідає інтегрованим вимогам до знань та вмінь з навчальної дисципліни «Психологія травмуючих ситуацій».

Опрацювання матеріалу «Практикума» дозволить студентам актуалізувати та поглибити набуті у процесі навчання теоретичні знання з дисципліни та розвинути практичні вміння та навички організації психологічної роботи з людьми, що пережили складні, психотравмуючі життєві ситуації, а також з тими, чия професійна діяльність містить високий потенціал психічної травматизації і є потенційно небезпечною для психосоціального функціонування людини.

В процесі виконання практичних завдань «Практикума» **студенти мають навчитися:**

- аналізувати специфічні прояви психічних реакцій та особистісної активності людини в момент її зіткнення з психотравмуючими обставинами та на основі їх аналізу прогнозувати ризик розвитку в неї посттравматичних порушень;
- визначати фактори-детермінанти індивідуальної чутливості людини до психотравмуючих впливів.
- визначати порушення в емоційно-мотиваційній, когнітивній, ціннісно-сислової сфері, в сфері соціальних відносин тощо;
- визначати психологічний (психопатологічний) статус потерпілих у відповідності з критеріями класифікатора ДСМ-4;

- виявляти у людини, що пережила психотравмуючу ситуацію, симптоми посттравматичного стресового розладу (ПТСР) та прогнозувати ризик його розвитку;
- надавати швидко психологічну допомогу потерпілим від травматичного стресу;
- розробляти стратегію організації пролонгованої психологічної роботи з людьми, пережившими різні типи травмуючих ситуацій;
- з метою профілактики негативних наслідків травматичного стресу навчитися розробляти стратегію психологічного супроводу професійної діяльності людей, що працюють в особливих умовах (чия діяльність є потенційно небезпечною, пов'язаною з психологічними перевантаженнями, ризиком для життя (власного або інших людей) тощо);
- психологічно грамотно (з урахуванням індивідуальних ресурсів та особливостей індивідуальної системи психічного захисту від травматичних переживань) організувати психологічну роботу з людьми, які мають постстресові розлади;
- оволодіти методами саморегуляції для підтримки власного психологічного здоров'я;

Окрім практичних вмінь та навичок організації та надання психологічної допомоги людям, що пережили травматичні ситуації, опрацювання матеріалу «Практикума з психології травмуючих ситуацій» дозволить майбутнім фахівцям:

- оволодіти *психологічними вміннями* щодо організації власного життя і професійної діяльності в такий спосіб, щоб сприяти розвитку внутрішніх ресурсів протистояння психотравмуючим впливам та розкриттю власного потенціалу внутрішньої активності;

- навчитися використовувати методи саморегуляції під час психологічної роботи з людьми, що пережили травматичні життєві ситуації;

ВСТУП

Психологія травмуючих ситуацій – один з найактуальніших напрямків прикладної психології.

Ретроспективний аналіз досліджень, що присвячені вивченню феномену психічної травми, відображує наявність серйозних протиріч як в тлумаченні спеціалістами даного поняття, так і в розумінні механізмів психічних та особистісних змін людини, що пережила психотравмуючу ситуацію, у визначенні ролі психотравми у формуванні її життєвих відносин. Так, в колі вчених, що досліджують наслідки травматичного стресу, можна виокремити дві умовні течії. Представники однієї розглядають порушення і проблеми психічного та особистісного функціонування людини у посттравматичний період виключно крізь призму патології особистості: сама людина при цьому розглядається як «жертва», «потерпілий». Представники іншої течії – у русі проблематики становлення та розвитку людини, розгортання її життєвого шляху, тобто крізь призму онтології Буття. Представники цієї течії акцентують увагу на суб'єктності людини, її особистісному внеску у подолання ситуації, зокрема в період прийняття та осмислення травматичного досвіду.

Здобутки вчених обох зазначених напрямків дають можливість зрозуміти природу багатьох складних феноменів, що виникають як безпосередньо у момент травматичного впливу, так і після завершення складної ситуації, і відповісти на широке коло запитань з різних галузей психології: психології праці, клінічної психології, психіатрії, юридичної психології, тощо.

Вище наведене підкреслює високу актуальність для майбутніх фахівців – психологів розвитку вмінь та практичних навичок організації психологічної допомоги людям, пережившим травматичні ситуації. Саме тому вивчення феноменології психічної травми, механізмів особистісної активності людини під час розгортання травматичної ситуації та після виходу з неї, оволодіння методами надання психологічної допомоги людям, що пережили таку ситуацію, являє собою важливий аспект професійної підготовки майбутніх спеціалістів – психологів.

РОЗДІЛ 1. ПРОЕКТУВАННЯ ДИДАКТИЧНОГО ПРОЦЕСУ ЗА ТЕМАМИ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Тема 1.1. Психічна травматизація особистості в надзвичайних умовах буття

Структура практичного заняття за темою 1.1:

1. Теоретико-аналітична частина заняття:

Питання, які виносяться до розгляду:

Аналіз драматичних подій людського життя крізь призму її екзистенційних проблем. Поняття психічної травми. Психотравмуючий потенціал критичних життєвих ситуацій. Індивідуальна чутливість людини до дії різних типів психотравмуючих факторів. Фактори, які впливають на стійкість людини до психотравмуючих впливів.

Ключові поняття: психічна травма, травматичний стрес, індивідуальні детермінанти чутливості до психотравмуючих впливів, тотальний стресор, стійкість до психотравмуючих впливів, позитивна адаптація до психотравми, негативна адаптація до психотравми; посттравматичні феномени;

Питання для самоконтролю:

1. Охарактеризуйте драматичні події життя людини з точки зору релігії, філософії, психології.
2. Яку роль в переживанні життєвих подій відіграє такий фактор, як «індивідуальний смисл» події?
3. Визначте біологічні (психофізіологічні) детермінанти чутливості людини до психотравмуючих впливів.
4. Визначте психологічні детермінанти чутливості людини до психотравмуючих впливів.
5. Визначте соціальні детермінанти чутливості людини до психотравмуючих впливів.

Форма контролю набутих знань: усні доповіді з наданої проблематики, дискусія;

2. Практична частина заняття:

2.1. Робота з методикою «Життєве поле особистості»(Див. : Розділ 2: 2.1.: Ситуаційне завдання до практичного заняття 1.1.)

Завдання для самостійної роботи (4 години):

Підготуйте усні доповіді за темами:

1. Феноменологія посттравматичних станів потерпілих від техногенних катастроф (аналіз сучасних наукових досліджень).
2. Прояви комплексу «жертви» у потерпілих від техногенних катастроф.
3. Прояви «культурального шоку» у людей, які пережили техногенні катастрофи.

Рекомендована література: [2], [4], [31], [33], [52], [54];

Тема 1.2. Психосоціальні та психосоматичні наслідки перебування людини в психотравмуючих ситуаціях

Структура практичного заняття за темою 1. 2

1. Теоретико-аналітична частина заняття:

Питання, які виносяться до розгляду:

Класифікація психотравм, основні критерії класифікації. Поняття «гострої» психотравми. Поняття хронічної психотравми. Накопичений травматичний стрес. Психосоціальні проблеми людини в посттравматичний період. Посттравматичний стресовий розлад особистості (ПТСР) як нозологічна одиниця. Сутність поняття, феноменологія. Критерії ПТСР відповідно класифікатору ДСМ-4.

Ключові поняття: гостра психічна травма; хронічна психічна травма; накопичений травматичний стрес; посттравматичний стресовий розлад; посттравматичні стресові порушення; механізми захисту психіки від травматичних переживань; антиципаційна спроможність особистості; мотивація фізичного самозбереження; мотивація особистісного самозбереження;

Питання для самоконтролю:

1. Визначте особливості переживання людиною гострих психічних травм: а) тих, що мають індивідуальний характер; б) тих, що мають колективний характер.

2. Охарактеризуйте та складіть логічну схему афективних, когнітивних, особистісних, поведінкових, психосоматичних розладів, які мають місце у посттравматичний період.

3. Охарактеризуйте основні механізми захисту психіки від травмуючих переживань.

Форма контролю набутих знань: реферативні доповіді з наданої проблематики, дискусія, експрес-контроль ступеню засвоєння матеріалу за зазначеними питаннями;

2. Практична частина заняття:

2.1. Практичне ознайомлення з методами психодіагностики посттравматичних стресових порушень.

А) Шкала клінічної діагностики ПТСР (CLINICAL administered PTSD Skale –CAPS).

Б) Міссісіпська шкала для оцінювання посттравматичних реакцій.

В) Шкала виявлення психопатологічної симптоматики (Symptom Chek List – 90- Revised -SKL –90- R).

2.2. Ознайомлення зі схемою «Типи травмуючих подій» (Див.:Додатки, Дод.1).

2.3. Робота з ситуаційним завданням (Див. Розділ 2: Ситуаційні завдання до практичного заняття за темою 1.2).

Завдання до наданої задачі:

а) проаналізуйте описану психотравмуючу ситуацію;

б) побудуйте граф-схему психосоціальних та психосоматичних проблем, які мають місце в людини, що пережила описану ситуацію;

в) за допомогою схеми «Діагностика ПТСР за типом травматичної події» визначте тип травматичної події.

г) визначте механізми психічного захисту, за допомогою яких потерпілий намагається покращити свій психічний стан.

Завдання для самостійної роботи (4 години):

1. За допомогою зазначених вище (пункт 2.1.) психодіагностичних методик здійсніть діагностику посттравматичних стресових порушень людини, яка в недавньому пережила психотравмуючу подію (NB: час з моменту пережитої події не повинен перевищувати 6 місяців!).

2. Обробіть та проаналізуйте отримані дані, зробіть висновки щодо її психологічного (психопатологічного) статусу.

Вимоги до виконання: робота має бути виконана в письмовому вигляді, містити 3 частини: описову, діагностичну, аналітичну; об'єм роботи – до 10 сторінок формату А-4.

Рекомендована література:

[1], [4], [17], [19], [36], [38], [48], [52], [55], [57];

Тема 1.3. Стратегії адаптації людини до гострих та пролонгованих психічних травм

Структура практичного заняття за темою 1.3.

1. Теоретико-аналітична частина заняття:

Питання, які виносяться до розгляду:

Сутність поняття «гомеостаз» (біологічний та компромісний («діяльнісний») гомеостаз. Філогенетичні та онтогенетичні основи пристосування людини до психотравмуючих умов. Роль емоційних та когнітивних ресурсів людини у подоланні травми. Роль захисних механізмів психіки у самозбереженні особистості: а) в момент психічної травматизації; б) в посттравматичний період.

Ключові поняття: біологічний гомеостаз; діяльнісний гомеостаз; первинна адаптація, стабілізуюча адаптація; адаптаційний синдром; особистісні ресурси; емоційний копінг; когнітивний копінг; поведінковий копінг; проблемно-орієнтований копінг; посттравматична трансформація особистості; психологічний статус особистості; психопатологічний статус особистості;

Питання для самоконтролю:

1. Здійсніть аналіз понять «первинна» та «стабілізуюча» адаптація, «адаптаційна система організму», «адаптаційний синдром».

2. Розкрийте поняття «емоційний копінг», «когнітивний копінг», «поведінковий копінг».

3. Розкрийте поняття та охарактеризуйте основні прояви проблемно-орієнтованого копінгу.

Форма контролю набутих знань: реферативні доповіді з наданої проблематики, дискусія, експрес-контроль ступеню засвоєння матеріалу за зазначеними питаннями;

2) Практична частина заняття:

2.1. Робота з ситуаційним завданням № (Див. Розділ 2: 2.3.: Ситуаційні завдання до практичного заняття 1.3).

2.2. Ознайомлення з методами психодіагностичного дослідження індивідуальних копінг-стратегій і механізмів психологічного захисту

2.3. Практичне опрацювання методики дослідження індивідуальних копінг-стратегій А. Хайма.

Завдання для самостійної роботи (4 години):

1. Проаналізуйте отримані під час практичного заняття результати дослідження власних копінг-стратегій. Охарактеризуйте їх з точки зору конструктивності (деструктивності).

2. Здійсніть психодіагностичне дослідження індивідуальних копінг-стратегій у респондента, який приймав участь у дослідженні психологічного (психопатологічного) статусу в посттравматичний період (дивись: Тема 1.2.; завдання 3). Дослідіть взаємозв'язок між особливостями копінгу респондента та показниками його психологічного статусу.

3. Підготуйте до наступного заняття реферативні доповіді за одною з обраних тем:

Тема 1. Посттравматична трансформація особистості у учасників бойових дій.

Тема 2. Медико-психологічні наслідки участі людини в бойових діях.

Тема 3. Поняття «бойової психічної травми» (БПТ). Клінічні прояви і динаміка стресових порушень у учасників війни.

Рекомендована література:

[4], [9], [17], [27], [30], [36], [37], [55], [60];

Тема 1. 4. Специфіка адаптаційного синдрому та психологічні зміни у учасників бойових дій

Структура практичного заняття за темою 1.4.

1.Теоретико-аналітична частина заняття:

Питання до розгляду:

Психогенні і фізіогенні стресори бойової обстановки. Особливості адаптивних реакцій особистості, яка вперше опинилася в бойових умовах. Конструктивна та деструктивна посттравматична трансформація особистості у учасників бойових дій. Поняття «бойової психічної травми» (БПТ). Клінічні прояви і динаміка стресових порушень у учасників війни. Когнітивні особливості, світосприймання, світогляд, мотивація людини з синдромом БПТ. Проблеми психологічної реабілітації та реадаптації.

Ключові поняття: бойова психічна травма; гострі реакції на БПТ; реакції патологічного рівню; конструктивна посттравматична трансформація; деструктивна посттравматична трансформація; реабілітація особистості з симптомами БПТ; реадаптація особистості з симптомами БПТ;

Питання для самоконтролю:

1. Охарактеризуйте гострі реакції людини в бойових умовах (стресова пошукова активність, бравадний тип поведінкової активності, пасивна поведінка).
2. Охарактеризуйте та проаналізуйте механізми виникнення патохарактерологічних реакцій: істероїдних, нестійких, афективно-експлозивних.

3. Опишіть медико-психологічні наслідки участі людини в бойових діях.

Форма проведення заняття: доповідь; аналіз феноменів; дискусія;

2) Практична частина заняття:

2.1. Побудуйте логічну граф-схему медико-психологічних наслідків участі людини в бойових діях.

2.2. Робота з ситуаційним завданням (Див.: Розділ 2: 2.4.: Ситуаційне завдання до практичного заняття за темою 1.4.)

Завдання до наданої задачі: Визначте медико-психологічні наслідки участі людини в бойових діях. Проаналізуйте та структурізуйте посттравматичні прояви «бойової психичної травми» (БПТ). Опишіть когнітивні особливості, специфіку світосприймання, мотиваційні особливості людини з синдромом БПТ.

2.3. Ознайомлення з воєнним варіантом Міссісіпської шкали. [52];

Завдання для самостійної роботи (3години):

Підготуйте реферативні доповіді за одною з обраних тем:

Тема 1. Психологічні феномени, які характерні для мешканців зони воєнного конфлікту та беженців.

Тема 2. Психотравматичні стресори, які впливають на людей, що мешкають на території воєнного конфлікту.

Тема 3. Психотравма, що обумовлена територіальним переміщенням (евакуаційна травма).

Тема 4. Феномен «транзитного існування» у мешканців територій воєнного конфлікту.

Тема 5. Синдром «зруйнованого дому». Психологічне значення втрати дому та близького соціального оточення.

Рекомендована література: [22], [25], [26], [36], [52];

Тема 1. 5. Посттравматичні стресові розлади у мешканців зони воєнних конфліктів та беженців

Структура практичного заняття за темою 1.5.

1)Теоретико-аналітична частина заняття:

Питання до розгляду: Психотравматичні стресори, які впливають на людей, що мешкають на території воєнного конфлікту. Психотравма, що обумовлена територіальним переміщенням (евакуаційна травма). Особливості психотравматичних переживань та психоемоційні проблеми беженців. Синдром «зруйнованого дому». Дім як символ власної території, особистісного простору і безпеки, як символ особистісної цілісності і родинного союзу. Психоемоційні феномени: дезінтеграція «Я», почуття втрати і горя, порушення здібності до «зв'язування» життєвого досвіду, дезорієнтація у світі, порушення зв'язку між минулим, існуючим та майбутнім.

Ключові поняття: евакуаційна травма; феномен «транзитного існування»; синдром «зруйнованого дому»; стрес акультурації; соціокультурна дистанція; ефект вивченої безпорадності; ефект «гетто»; ізоляція; соціальна депривація; безафективний образ; безобразний афект; анапсиоз; анапсиотичні зміни особистості; зв'язування життєвого досвіду;

Питання для самоконтролю:

- 1.** Охарактеризуйте психологічні феномени, які характерні для мешканців зон воєнних конфліктів та беженців (афективно-когнітивні феномени; особливості змін самосвідомості тощо).
- 2.** Опишіть прояви феномену «транзитного існування» у мешканців територій воєнного конфлікту.
- 3.** Визначте психологічне значення втрати дому та близького соціального оточення.
- 4.** Охарактеризуйте психологічні складові синдрому анапсиозу. Опишіть його основні прояви у постраждалих.

Форма проведення заняття: доповідь; аналіз феноменів; дискусія;

2) Практична частина заняття:

2.1. Робота з ситуаційними завданнями (за варіантами) (2.5. Ситуаційні завдання до практичного заняття за темою № 1.5.)

Завдання до наданих задач: Проаналізуйте надані ситуації, дайте розгорнуту відповідь на запитання. Форма виконання завдань – письмова.

Завдання для самостійної роботи (3години):

1. Прочитайте оповідання Сомерсета Моєма «Непідкорена» [40; С.494-525].

2. Зробіть рефлексивний аналіз прочитаного оповідання. Охарактеризуйте тип переживання психотравми, яку було нанесено героїні оповідання. Визначте психологічне значення та смисл її фінального вчинка. Які особистісні зміни, пов'язані з пережитою психотравмою, сприяли його здійсненню?

Форма виконання завдання – письмова.

Рекомендована література:

[3], [48], [52], [56];

Тема 1. 6. Феноменологія та вплив на особистість психотравмуючих ситуацій, які пов'язані з емоційним досвідом фізичного, психологічного та сексуального насилля

Структура практичного заняття за темою 1.6.

1. Теоретико-аналітична частина заняття:

Питання до розгляду:

Вплив на людину психотравмуючих ситуацій, джерело яких можна персоналізувати. Поняття емоційного насилля. Основні форми емоційного насилля. Особливості психологічного захисту особистості в ситуаціях фізичного, психологічного, сексуального насилля. Насилля над дитиною в родині: соціально-психологічні наслідки.

Ключові поняття: емоційний досвід насилля; самоідентичність; симбіотичний зв'язок; дисоціативний захист; афективно-поведінкові феномени; психопатологічні адаптивні феномени;

Питання для самоконтролю:

1. Розкрийте поняття «емоційний досвід насилля» за визначенням Е.Т.Соколовой та С.В. Ильиной [5]; [6]; [7]; [14];
2. Визначте основні форми насилля над дитиною в родині.
3. Охарактеризуйте афективно-поведінкові та психопатологічні адаптивні феномени, характерні для дітей, що пережили ситуацію сексуального насилля.
4. Охарактеризуйте афективно-поведінкові та психопатологічні феномени, характерні для дорослих, що в дитинстві пережили ситуацію сексуального насилля.
5. Охарактеризуйте віддалені соціально-психологічні наслідки фізичного та психологічного насилля над дитиною в батьківській родині: а) для дівчинок; б) для хлопчиків?

Форма проведення заняття: дискусійно-аналітична.

2. Практична частина заняття:

Робота з ситуаційним завданням (Див.: Розділ 2: *Ситуаційне завдання до практичного заняття 1.6.*)

Завдання до наданої задачі: Зробіть аналіз ситуації. Визначте особливості психотрансформаційних процесів людини, що пережила ситуацію насилля. Розробіть стратегію психологічної допомоги.

Завдання для самостійної роботи (3години):

- 1.Ознайомтесь з основними напрямками та особливостями реабілітаційної роботи з жертвами сексуального насилля (форма виконання завдання –реферативна)
2. Побудуйте логічну схему методів психологічної роботи з людьми, пережившими травму насилля (форма виконання завдання – письмова).

3. Складіть банк психологічних методик та технік, які доречно використовувати в процесі реабілітаційної роботи з жінками та дітьми, пережившими психотравму насилля:
- а) для роботи, спрямованої на вентиляцію почуттів постраждалих;
 - б) для роботи з тілесними зажимами;
 - в) для розкриття деструктивних установок у відношенні до себе та оточуючих, виявлення суїцидальних тенденцій;
 - г) для роботи з гнівом та страхами;

Рекомендована література:

[5], [7], [8], [10], [13], [15], [16], [20], [23], [28], [46], [49], [52], [53];

Тема 1. 7. Психічна травматизація особистості в деструктивній системі значущих (партнерських, сімейних) відносин

Структура практичного заняття за темою 1.7.

1. Теоретико-аналітична частина заняття:

Питання до розгляду:

1.1. Типи та види психотравмуючих партнерських (сімейних) відносин. Несвідома та свідомі психічна травматизація партнера. Особливості образу «Я» та мотиваційно-потребнісної сфери чоловіків, схильних до встановлення психологічної влади над жінкою. Психологічні механізми деструктивного впливу на жінку та контролю над нею.

1.2. Типи та види психотравмуючих батьківсько-дитячих взаємин. Порушення захисної функції матері на ранніх етапах онтогенезу дитини, вплив цих порушень на подальший розвиток особистості. Травматизуюча система значущих взаємин в дитинстві та отрочстві: її внесок в розвиток особистості. Сімбіотичний зв'язок між дитиною та одним з батьків як фактор її психотравматизації. Нав'язування дитині певної ролі в родині як фактор її психічної травматизації. Психологічне «відторгнення» дитини як фактор травматизації.

Ключові поняття: психологічна влада; травматизуюча система значущих взаємин; созалежність; поняття невротичного доповнення партнерів; симбіотичний зв'язок; психологічне відторгнення; психотравмуючі сімейні ролі; психотравмуючі емоційні відносини; психотравмуючі сімейні комунікації; кумулятивна психотравма; психологічна залежність; віктимна поведінка;

Питання для самоконтролю:

1. Охарактеризуйте особливості порушень емоційного, комунікативного та рольового аспектів взаємин між партнерами, визначте їх психотравмуючий потенціал.
2. Охарактеризуйте феномени созалежності та «невротичного доповнення» в партнерських взаєминах. В чому, на Вашу думку, їх основні причини? Яким є їх внесок у розвиток особистості кожного з партнерів?
3. Розкрийте психологічні механізми деструктивного впливу на партнера та контролю над ним.
4. Яку роль в процесі психологічного змінення особистості кожного з партнерів відіграють почуття, що актуалізуються в процесі їх деструктивної взаємодії: провина, тривога, страх, нікчемність, безпорадність, безнадійність, безперспективність?
4. Розкрийте поняття кумулятивної психотравми. Визначте роль матері в цьому процесі? Яким є її внесок у розвиток дитини?
5. Охарактеризуйте механізми психічної травматизації дитини в родині, де мають місце порушення емоційного, комунікативного, рольового аспектів взаємин між батьками.

Форма проведення заняття: доповідь; аналіз феноменів; дискусія;

2. Практична частина заняття:

2.1. Ознайомлення з ізотерапевтичними та нарративними техніками актуалізації травматичних переживань, пов'язаних з деструктивними відносинами в родині.

2.2. Ознайомлення з методиками і техніками надання психологічної допомоги в подоланні гострої кризи жінкам – жертвам сімейного (партнерського) насилля (кризова

інтервенція; індивідуальний дебрифінг; тілесно-сфокусована візуалізація) [4].

Завдання для самостійної роботи:

Підготуйте реферативні доповіді за одною з обраних тем:

Тема 1. Домашнє насилля як актуальне явище.

Тема 2. Наслідки домашнього насилля (для жінок; для дітей).

Тема 3. Загальні принципи психологічної допомоги жінкам, що страждають від домашнього тиранізму.

Тема 4. Загальні принципи психологічної допомоги дітям, які потерпають від жорстокого ставлення батьків.

Рекомендована література:

[8], [11], [12], [46], [54];

Тема 1. 8. Психотрансформація особистості та її життєвих відносин в посттравматичний період

Структура практичного заняття за темою 1.8:

1)Теоретико-аналітична частина заняття.

Питання до розгляду:

Феноменологія перехідного періоду: проблема смислового та мотиваційного конфлікту. Внутрішній простір особистості, яка пережила психотравмуючу ситуацію. Межеві переживання та їх роль в посттравматичному функціонуванні та розвитку особистості. Особливості функціонування Его-системи після пережитих подій. Внутрішня робота особистості з прийняття / відторгнення психотравмуючого досвіду. Проблема об'єднання (зв'язування) життєвого досвіду. Роль психологічного захисту у цьому процесі. Основні форми психотрансформації особистості.

Ключові поняття: перехідний період; постстресова психотрансформація; межеві переживання; «Мета-Его»; перцептивні фільтри; смисловий конфлікт; осмислення безсмислиці;

Форма проведення заняття: доповідь; аналіз феноменів; дискусія;

Питання для самоконтролю:

1. Опишіть основні прояви кризи «переходу» до нової ідентичності в посттравматичний період.
2. Охарактеризуйте особливості функціонування Его-системи в посттравматичних умовах.
3. Визначте поняття «Мета-Его», опишіть його прояви в критичній ситуації, охарактеризуйте основні його функції.
4. Розкрийте поняття «перцептивні фільтри». За яких умов виникає можливість зміни перцептивних фільтрів? Як це впливає на психотрансформацію особистості?
5. Охарактеризуйте основні стратегії внутрішньої переробки травматичного досвіду (конструктивні, деструктивні).
6. Побудуйте логічну схему основних форм посттравматичної психотрансформації особистості.

2) Практична частина заняття:

Робота з ситуаційним завданням (Див.: Розділ 2: 2.6. Ситуаційне завдання до практичного заняття 1.8.)

Завдання для самостійної роботи:

Підготуйте реферативні доповіді за одною з обраних тем:

Тема 1. Проблема смислового конфлікту людини в посттравматичний період.

Тема 2. Трансформація семантико-смислової системи людини, особливості психотрансформативних процесів в посттравматичний період.

Тема 3. Мотиваційно-операційна та цільова криза людини, яка пережила психотравмуючу ситуацію.

Рекомендована література:

[2], [4], [9], [36]; [43], [46], [48];

Тема 1.9. Основні напрями та специфіка психотерапевтичної роботи з людьми, які пережили психотравмуючу ситуацію

Структура практичного заняття за темою 1.9:

1)Теоретико-аналітична частина заняття:

Питання до розгляду:

А) Загальні проблеми та основні принципи психотерапевтичної роботи з людьми, що страждають від психологічних наслідків психотравмуючої ситуації. Основні напрями психотерапевтичної діяльності з наслідками психотравми. Загальні принципи роботи з постраждалими в рамках індивідуальної та групової психотерапії. Когнітивно-поведінкова та психодинамічна психотерапія (основні техніки). Логотерапія. Образотворчий процес і подолання психичної травми. Основні принципи арт-терапії під час роботи з наслідками психотравми.

Б) Правила роботи з посттравматичними клієнтами. Основні проблеми організації психотерапевтичної роботи. Етапи психотерапевтичної роботи, мета та завдання на кожному етапі.

В) Психологічні труднощі та проблеми, які виникають в процесі психотерапевтичної роботи у спеціалістів, працюючих в колі даної проблематики. Проблема емоційного вигорання та розвитку у фахівців, працюючих з психотравмою, вторинного посттравматичного стресового розладу. Стратегії неефективної поведінки психолога.

Ключові поняття: емоційне вигорання; вторинний посттравматичний стресовий розлад; професійна компетентність психолога; неефективна поведінка психолога; інтегрування досвіду;

Питання для самоконтролю:

1. Охарактеризуйте специфіку опрацювання образотворчого матеріалу, який психолог отримує від клієнта під час арт-терапевтичного процесу, особливості його аналізу та інтерпретації, можливості подальшої роботи з цим матеріалом.

2. Охарактеризуйте особливості роботи психолога на етапі встановлення контролю над негативним психичним станом клієнта.

3. У чому полягає специфіка психотерапевтичної роботи на етапі інтегрування травматичного досвіду клієнта в цілісну систему його уявлень про себе та навколишній світ?

4. Охарактеризуйте прояви такої стратегії неефективної поведінки психолога в процесі психотерапії, як знецінювання окремих переживань клієнта? Як Ви вважаєте, з чим пов'язане її формування?

5. Охарактеризуйте стратегію зверхідентифікації психолога з переживаннями клієнта. Чи є вона ефективною? Як її формування пов'язане з емпатією? Аргументуйте свою відповідь.

6. У чому зазвичай проявляються реакції невпевненості психолога у власній компетентності?

7. Охарактеризуйте захисну стратегію уникання психологом окремих тем та переживань клієнта. Як Ви вважаєте, з чим пов'язане її формування?

Форма проведення заняття: доповідь; аналіз феноменів; дискусія;

2). Практична частина заняття:

а) Робота з ситуаційним завданням (*Див. Розділ 2: 2.7. Ситуаційне завдання до практичного заняття за темою 1.9.*)

б) Ознайомлення з методами та техніками психологічного корегування «гострих» посттравматичних психічних станів.

в) Ознайомлення з методом мнемореабілітації А. Ефімова (використовується або відразу після зняття симптомів гострого психічного стану, або під час реабілітації постраждалих з виявленим посттравматичним синдромом (від 4-х місяців з моменту травмуючої події).

г) Ознайомлення з методом подвійної дисоціації (НЛП) та можливостями його використання при роботі з окремими типами психотравм.

д) Ознайомлення з логотерапевтичними та ізотерапевтичними техніками подолання травматичних переживань.

Завдання для самостійної роботи:

1. Письмовий аналіз ситуаційного завдання № .

2. Підготовка до модульної контрольної роботи.

Рекомендована література: [6], [12],[13],[14],18], [21], [29], [32];

РОЗДІЛ 2. СИТУАЦІЙНІ ЗАВДАННЯ ДО ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

2.1. Ситуаційне завдання до практичного заняття за темою 1.1.

***Уважно прочитайте ситуацію та виконайте поставлені
завдання.***

а) на чистому аркуші побудуйте схему «Поле власного життя», визначаючи значущі для Вас позитивні і негативні (психотравмуючі) життєві події, які Ви переживали на різних етапах життя, починаючи з дитинства. Для визначення позитивних життєвих подій використовуйте позначку «П», для визначення негативних, психотравмуючих – позначку «ПТ».

б) проаналізуйте (письмово) події, яким Ви присвоїли позначку «ПТ» крізь призму отриманих за темою знань:

а) визначте їх психотравмуючий потенціал;

б) здійсніть аналіз індивідуальних факторів, що впливали на сприйняття події (бажано виокремити біологічні, психофізіологічні, психологічні та соціальні фактори);

в) визначте вплив, який оказала ця подія на Ваше життя (чи змінилося Ваше ставлення до світу, стосунки з іншими людьми тощо).

г) проаналізуйте власні стратегії подолання травматичних переживань у різні вікові періоди життя;

2.2. Ситуаційне завдання до практичного заняття за темою 1. 2.

***Уважно прочитайте ситуацію, виконайте поставлені
завдання.***

На прийомі у психолога - один з учасників подій 11 вересня 2001 року (терористичний акт в Америці).

"Я сидів за комп'ютером, поступово заглиблюючись в роботу. Раптом мене начебто качнуло. Потім я почув глухий удар, вибух і моторошний скрежет металу. Піднявши голову, я побачив, як почали качатися стіни. Вони скреготали по кутах, на стиках, коливалася стеля... У перші хвилини я нічого не зрозумів, здавалося, я не міг навіть поворухнутися, усе немов завмерло

усередині...Потім раптом прийшла думка, що це - землетрус... Пам'ятаю, що мені зовсім не було страшно... Дуже спокійно, навіть діловито, я встав, «вийшов» з програми і вимкнув комп'ютер (згадавши, що при землетрусах не можна залишати включеними електроприлади, тому що може бути швидке замикання і пожежа). Зібрав речі, склав їх у кейс. Одягнув піджак (я завжди його знімаю, коли працюю за комп'ютером) і пішов до ліфту. У холі було вже дуже багато народу, усі чекали ліфта, але ліфти чомусь не зупинялися. Тобто зрозуміло, чому- усі хотіли виїхати...

Навколо відчувалося велике напруження, хоча, на перший погляд, всі були начебто спокійні, навіть чомусь переговорювалися між собою не в повний голос, а пошепки...

У цей момент з шахти ліфта різко запахло димом... І тоді всі ми побігли по пожежних сходах. На сходах було повно людей... Хтось біг, перестрибуючи через інших, хтось падав... Я помітив, що біжу разом з усіма... Подих збивався... Серце готове було вистрибнути з грудей... От тут на мене навалився сильний страх... Навколо усі бігли, кричали, хватили мене за одяг... Сходи тряслися, було чути зростаючий скрежет металу і бетону. Десь із дзенькотінням вилітали вікна... Я пагано пам'ятаю, як добіг до нижнього поверху й вискочив з будинку... Як це не дивно, але я встиг помітити, що нагорі усе горить, а з вікон вистрибують люди... Це було нестерпне видовище... І я біг, біг не розуміючи, куди, біг хоча б куди-небудь, поки вистачало сил. Пам'ятаю, що раптом сили скінчилися, ноги водночас стали ватними, я зупинився. Останнє, що пам'ятаю, це вибух десь за спиною. Я упав і знепритомнів ...

Вже потім, вдома, я добре роздивився по телевізору, що насправді відбулося. Дзвонили родичі, знайомі, які знали, де я працюю, усі були щасливими від того, що я залишився живий... От тільки отут, після того, як я багато разів побачив, що ж відбулося насправді, до мене прийшов навіть не страх, а справжній жах. Перший тиждень я майже зовсім не міг спати – мені снилися кошмари: я весь час біг, біг кудись по сходах, і тим сходам не було кінця... біг невідомо куди...

...Минуло вже два роки, а я досі раз від разу біжу у снах по цих сходах, прокидаюся в холодному поту...Весь день після таких снів ходжу пригнічений... Це жах, це кошмар, але подолати цього я не можу...А буває, йду по вулиці, і якось раптом, зненацька, й

начебто зовсім без причини навалюється моторошний, нестерпний, панічний страх, якій нібито проковтує мене. Немов провалюєшся у бездонну яму важкого, липкого страху...Хочеться утекти від цього страху, схватися від нього... виникає відчуття втрати контролю над собою, над ситуацією, в якій знаходжуся... Невже це залишиться зі мною назавжди?"

(ситуація наведена з джерела:

Завдання:

1. Проаналізуйте ситуацію. Чи можна говорити про наявність у чоловіка посттравматичного стресового розладу? Аргументуйте свою відповідь, характеризуючи описані психологічні феномени.
2. Яку стратегію психологічної допомоги Ви могли б запропонувати?
3. Визначте тип психотравмуючої події за схемою «Типи травмуючих ситуацій» [52];

2.3. Ситуаційні завдання до практичного заняття за темою 1. 3.

Завдання № 1 до практичного заняття за темою 1. 3.

Уважно прочитайте ситуацію, виконайте поставлені завдання.

На прийомі у психолога - жінка, у якої в трагічних обставинах загинув син. Бесіда відбувається через чотирнадцять місяців після загибелі сина.

(К): Довго не наважувалася я до вас прийти... Але ж зрозуміла, що далі так жити більше не можу. Час йде, а біль не зменшується... Син в мене загинув. А було йому всього двадцять сім років... Мій син... він пив... сильно пив. Скільки ми з ним пережили... А останні два роки він дома не проживав. Не те щоб ми його не пускали, але ключів не давали. "Приходь, коли хтось є вдома, а так, синок, вибач, я не можу тебе одного дома залишити" ...стільки усього пропало. Він речі почав з дому виносити, пропивав... от через це. Це, може, і не він брав, а його друзі, нікому не міг він відмовити. Ну і припинив він додому приходити. Спочатку з'являвся, а потім батько його зовсім вигнав. Мій чоловік закодований, десять років пройшло, але син йому так і не пробачив те, як він у дитинстві над ним знущався. Він був хлопчик гарний,

тихий, як дівчинка, до сімнадцяти років спиртного в рот не брав і не курив. (Пауза).

(П): Коли він загинув?

(К): У лютому минулого року. Перед Новим роком мені приснився сон, що він їз якоїсь ями кличе мене: "Мама, мама!" І я зрозуміла, що з ним щось негаразд. Я і до того всі ці два роки не спала, уночі ходила, усе слухала, здавалося, що він у під'їзді, перед дверима, а подзвонити боїться. Він дуже ласкавий, добрий хлопчик був. І мене завжди боявся потурбувати. І він раптом прийшов через день після цього сну, весь брудний, обірваний, трясеться від холоду, ноги розпухлі.

(Далі жінка розповідає, як син почав жити вдома, як вона влаштувала його на роботу, потім - на лікування від алкогольної залежності. Він загинув у результаті дорожньої аварії під колесами вантажівки, коли, перебуваючи в стані алкогольного сп'яніння, раптово вибіг на дорогу. Було встановлено, що водій вантажівки невинний. Мати подавала повторні позови, вона домагається, щоб водій, юнак 22 років, все ж таки був покараний.)

(П): Так ви хочете, щоб його засудили?

(К): Я зроблю усе, що зможу, справедливості я доб»юся. Він не повинний жити як ні в чому не було, коли мій син у могилі лежить. Я все зроблю для цього. Тільки б були сили...Але боюся, їх не вистачить... Як би мені поспати, хоч небагато? Скільки ж може витримати людина без сну? А якщо засну, кошмари, мені син щораз сниться. І все стоїть перед очима, як він ішов востаннє . "Мама, не хвилюйся, я в порядку. Ти в мене найкраща ". (Пауза). Від нього був запах, спиртним, навіть коли пішов на лікування. Але я думала, що поступово... буде ходити, лікування допоможе. І не говорила нічого, він уразливий дуже був. Я вірила, що це - доля: і сон мій, і те, що він додому повернувся... Він раніше мене не слухав, а в цей раз сказав: "Все, мама, я хочу жити по-людськи, тільки ти мені допоможи". І його вбили, коли він став жити по-людськи! Хіба це можна простити, ні, я повинна домогтися справедливості, не може людина убити і жити як ні в чому не було. (Далі - розповідь про ходіння по інстанціях, судових розглядах.)

...Дочка мені говорить "Мама, скільки можна", але вона і не любила брата ніколи, він їй завжди заважал, їй соромно було перед

подружками. Їй ні до кого немає справи, вона для себе живе, егоїстка. А коли він повернувся перед смертю, так вона з ним і не розмовляла. Нікому він не потрібний був. І я також - одна, з чоловіком у нас давно вже відносин немає... коли пив, то знущався, а як закодувався, нічого знати не хоче, крім свого здоров'я. Якби не робота, я б уже з розуму зійшла. У мене робота відповідальна, я за людей відповідаю, і ніхто не знає, що я в пеклі живу...

(ситуація наведена з джерела: Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. – СПб.: Речь, 2005. – 256 с)

Завдання:

1. Визначте тип переживання горя, характерний для цієї жінки. Аргументуйте свою відповідь.
2. Визначте, чи є в клієнтки ознаки депресії? Якщо є, укажіть їх.
3. Розробіть стратегію психологічної допомоги жінці.

Завдання № 2 до практичного заняття за темою 1. 3.

Уважно прочитайте ситуацію, виконайте поставлені завдання.

На прийомі у психолога - жінка, 26 років, у якій 12 днів назад загинув чоловік. У жінки - двоє дітей, син - 6 років і дочка 2 років.

(К): "Я розумію, що ви не можете мені нічим допомогти, прийшла я до вас тільки через дитину... У мене чоловік загинув (пауза, стримує ридання)... нещодавно. Виїхав у відрядження і... аварія... Сьогодні дванадцятий день... Дітей відразу забрала бабуся. Вони не були вдома, коли його ховали. Я не могла сину сказати... І усім родичам, знайомим наказала, щоб не казали дітям нічого...Привезли їх додому коли вже... усе скінчилося... Син знав, що тато уїхав, що він у відрядженні... И... досі чекає на нього, до дня народження подарунок він обіцяв йому привезти..."

А сьогодні дитина вийшла на двір, а діти йому говорять: "Твій татко вмер, його поховали. Це – діти. Це означає, що дорослі навіть не подумалися наказати їм, щоб не трогали його... Він прибіг: "Мамо, діти говорять, що татку нашого поховали! Він же з дядьком Олегом виїхав, мамо!" Я говорю: "Так, синок. Діти помилилися. Це був інший дядько"... Я сину нізащо не скажу...ні, нізащо ... І як бути - не знаю. Я не можу себе стримувати... А він

вже на вулицю не йде. Запитує увесь час: "Мамо, чому ти плачеш?", смикає мене постійно... За що дитині таке?

А дочці два роки. Вона ще нічого не розуміє. Хоче гратися. Увесь час вередує. А я... не можу їх бачити. Я нікого і нічого не хочу, крім мужа... Я нічого не відчуваю, крім болю і люті... До усіх, до усього світу... Так не могло трапитися! Чому живуть негідники, злодії, а Дмитрик загинув? Я ненавиджу Бога, якщо він є... Немає ніякого Бога, немає! Адже він ніколи нікому не зробив нічого поганого! Він був... просто... Усі до нього йшли, він жодній людині не відмовив у допомозі... Завжди серед людей..." (далі розповідь про чоловіка).

(ситуація у скороченому вигляді наведена з джерела: Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. – СПб.: Речь, 2005. – 256 с, С. 146-147).

Завдання:

1. Побудуйте стратегію подальшої бесіди з жінкою.
2. Яка допомога, на ваш погляд, необхідна цієї жінці?
3. Як можна допомогти її дітям?

Завдання № 3 до практичного заняття за темою 1. 3. Уважно прочитайте ситуацію, виконайте поставлені завдання.

Коли мати розповідала про свою доньку, у неї мимовільно потекли сльози: «Росла прекрасна, слухняна дівчинка... Всі прохання і доручення й у школі, і вдома виконувала старанно і ретельно, часто плакала і переживала, якщо щось виходило не так, як треба. Вчилася всі шкільні роки тільки на «відмінно». І треба ж було такому трапитися – золота медалістка «провалилася» на вступному іспиті до інституту, про якій мріяла. З цього часу в родині оселилися нервовість, смуток, туга та безнадійність...

Об'єктивно – нібито нічого страшного не трапилось. Однак, вже майже півроку дочка нікуди не ходить, ні з ким не спілкується, за весь цей час навіть не спробувала влаштуватись на роботу. Вона з ранку до ночі готується до майбутніх вступних іспитів, а більше практично нічого не робить. Ми з батьком намагаємось допомогти їй, як можемо: звільнили її від усіх домашніх справ, бережемо її, як

можемо, підтримуємо в усьому, але вона все більш і більш нервується.

Все б нічого, але останнім часом вона зовсім нічого не їсть... За весь день – одне-два яйця, декілька яблук, ну... чогонебудь смачненького, незвичайного ще може скоштувати, але примусити її поїсти нормально не вдається. Що з нею робити?! Стала худа, як щіпка, роздратована... Я розумію, що від таких переживань не товстішають, але її стан хвилює мене все більше і більше...» (ситуація наведена з джерела.....)

Завдання:

1. Проаналізуйте отриману інформацію. Чи вважаєте Ви, що описані жінкою характеристики психологічного стану доньки вказують на наявність в неї посттравматичних порушень? Аргументуйте свою відповідь.
2. Як можна пояснити матері психологічні причини поведінки доньки?
3. Як Ви вважаєте, до якого характерологічного типу належить ця дівчинка?
4. Який психологічний прогноз можна зробити стосовно цієї ситуації? Яку стратегію психологічної допомоги Ви могли б запропонувати?

2.4. Ситуаційне завдання до практичного заняття за темою 1. 4.

Уважно прочитайте ситуацію, виконайте поставлені завдання.

Нижче наведену сповідь воїна-афганця було надано через 10 років після повернення з війни.

«Правду Вам розповість тільки розпачливий (отчаянный), адже правда занадто страшна... Правди не буде...Хто Вам розповість, як перевозили хутра та наркотики в трунах – замість загиблих? Хто Вам покаже намисто з засушених людських вух? Їх сушили і зберігали як бойові трофеї... Зберігали в сірникових коробочках...вони скручувалися там, висихаючи, у маленькі листочки... Ви скажете, такого не може бути? Прикро слухати таке про славних радянських хлопців? Виходить – може...Виходить – було...Це й є та правда, від якої неможливо сховатися, неможливо втекти...

Повернувся звідти додому... Там звук користуватись маленьким дзеркалом... А вдома – велике... Глянув в нього – і не впізнав себе... Нібито це не я, а хтось інший дивиться на мене з дзеркала – хтось зовсім чужий, незнайомий, з чужими очима, з чужим лицем... Не можу визначити, що саме змінилося, але це насправді була зовсім інша людина...

Згадую: повернувся, увійшов у дім...мати мене, як малу дитину, роздягнула, усього обмацала: «Ціленький, рідненький!!!». Але це ж тільки ззовні – ціленький, а усередині – усе спалене... У моїй кімнаті – все, як раніше: книги, світлини, магнітофон, гітара... А я – інший... Дивне, страшне відчуття... Чужак у власному житті...

Стільки років вже пройшло, а я – немов все ще там... По парку й дотепер пройти не можу спокійно – озираюся. В кафе офіціант встане за спиною: «Замовляйте!», а мене немов холодною хвилею накриває: ледве стримуюсь, щоб не підхопитися й не кинутися на нього – не можу, щоб в мене за спиною хтось стояв... Побачу гада якого-небудь – десь у метро або на вулиці – усе нібито загоряється усередині: «Вбити б, розстріляти такого!» – і аж долоні спітніють від цієї думки, ледве стримуюсь, щоб не вбити, адже вбити – так легко...

...Ночами спати не можу – боюся засинати, щоб знов не поринути у нескінченний кошмар, у муторошні сновідення, що й досі з'являються кожному ніч, нібито страшний привіт звідти, з минулого...Отак майже до світанку борешся із собою, потім – на короткий час – ні, не заснешь, а немов провалишся кудись... Ранком прокидаєшся – і радий, що не пам'ятаєш снів... Тільки почуття нудоти залишається завжди після ночі, немов нагадує: «Брешеш, не забудеш, не відмовишся від себе – минулого, будеш пам'ятати все, що було ТАМ, будеш носити з собою цей важкий камінь усе своє життя!»

...А один сон останні роки повторюється з разу в раз і пам'ятається у подробицях... Начебто я сплю й бачу багато, багато людей... Усі вони чомусь біля нашого будинку зібралися. Я озираюся, мені тривожно й хочеться втекти звідці, але відчуваю, що ноги мене не слухаються... Отут до мене доходить, що я лежу в труні... але труна – дерев'яна, не цинкова, як на війні... Пам'ятаю це добре і відчуваю, що це для мене чомусь дуже важливо. ...Дивно,

але я, хоча й знаходжуся в труні, відчуваю себе живим, точніше, не відчуваю, а нібито пам'ятаю, що я – живий, хоча й лежу в труні. ...Відкриваються ворота, люди виходять на дорогу – це вони мене виносять – на дорогу. Народу – тьма тьмуща, в усіх на обличчях горе і ще якійсь таємний вираз, мені незрозумілий. Що трапилося? Чому я в труні? ...Раптом процесія зупиняється, і я чую, як хтось каже: «Дайте молоток!». Отут мене пробиває думка – це сон, я бачу сон. Знову хтось повторює: «Дайте молоток!». І почуття таке дивне: начебто це все наяву відбувається і, водночас, начебто – уві сні. І третій раз хтось каже: «Дайте мені молоток!» і я чую, як ляскає кришка, як стукає молоток і відчуваю, як один цвях вонзається мені у палець. Я починаю битися головою в кришку труни, ногами починаю стукати... Нарешті кришка відривається і падає. Всі люди дивляться на мене – я піднімаюся... ось вже піднявся до пояса, але мене нібито ніхто не бачить – усі дивляться нібито скрізь мене. Мені хочеться кричати: «Навіщо ви мене забиваєте цвяхами, мені ж боляче, мені там нема чим дихати!». А вони плачуть, але мені нічого не говорять – усі начебто німі. І я не знаю, як мені заговорити з ними так, щоб вони мене побачили та почули! Мені здається, що я кричу, а губи мої стиснуті, не можу їх розліпити. Тоді я лягаю назад у труну й лежу тихо...раптом приходить думка: вони, напевно, прагнуть, щоб я вмер! Може, мені дійсно треба вмерти, щоб нікого не розчаровувати, – так буде краще для усіх? Або, може я вже вмер і тому мовчу?

...Хтось знов говорить: «Подайте врешті решт молоток!...» Прокидаюся після цього сну прігнічений, збентежений, з боллю у серці та відчаєм у душі... Як мені жити з цим нестерпно тяжким грузом? Як зцілити розшматовану душу? Чому війна не відпускає мене? Шукаю, шукаю відповідь на ці запитання...але все марно...нібито бігаю по вузкому колу...»

(Ситуація наведена з джерела: Алексєвич С. Цинковые мальчики.// «Дружба народів», 1990)

Завдання:

1. Визначте психологічні проблеми героя розповіді. Чи можна говорити про наявність в нього посттравматичних порушень? Аргументуйте відповідь.
2. Проаналізуйте зміст наведеного в розповіді сновидіння. Як Ви вважаєте, в чому його смисл? Які психологічні

проблеми і фрустровані потреби відбиваються в описаному сновидінні?

3. Окресліть основні завдання психотерапевтичної роботи з даним клієнтом.

2.5. Ситуаційні завдання до практичного заняття за темою 1.5.

В наведених нижче ситуаційних завданнях описані психотравмуючі переживання беженців, які були вимушені покинути власні домівки з-за етничних чисток в Боснії і Герцеговині (під час війни в Хорватії, Боснії і Герцеговині, 1992 р). Всі вони пережили стрес переміщення у формі, яка є найхудшою для людини – переміщення, що пов'язане з війною, втратою близьких, знищенням їх домівок, їх власного світу.

(приклад наведений з джерела [3])

Ситуаційне завдання № 1 за темою 1.5.

Уважно прочитайте ситуацію, виконайте поставлені завдання.

Айша Ходжахметович, 35-річна жінка з маленького селища В. в Північній Боснії і Герцеговині, де в неї та в її чоловіка був дім та невеличка ферма. У даний момент мешкає разом з двома дочками – Амрой (14 років) та Мелікой (8 років) у передмісті Загреба, у кімнаті, яку знімає у господарів будинку.

Коли у травні 1992 року сусіднє селище З. було атаковано сербами, Айша, її чоловік та дві доньки були вимушені терміново сховатися у кукурудзяному полі. Айнуша, третя донька Айши (9 років), у цей час гралася десь на околиці села разом з іншими дітьми, і батьки не змогли її знайти. Серби, серед яких були як мешканці їх селища, так і «чужаки», яких родина Айши до цього часу ніколи не бачила, витягли її чоловіка зі схованки і розстріляли його разом з іншими чоловіками. В цей день було вбито 105 мешканців села, серед них – Айнуша разом з 4 дітьми, з якими вона гралася. Обидві виживші доньки Айши бачили гору трупів. Мешканцям села, втратившим своїх близьких, не дозволялося навіть підходити до вбитих, щоб поховати їх. Щоб залишитися у живих, Айша з дітьми та іншими мешканцями села були вимушені на протязі чотирьох днів переховуватися у лісі, без їжі, води, одягу. Втративши надію повернутися до рідного селища, вони почали пробиратися скрізь ліс, і нарешті дійшли до якогось великого села,

в якому перехувалися на протязі тижня, до приходу сербів. Потім знов, пробираючись крізь ліс, дійшли до сусіднього селища З., де перебували 4 дні, після чого, нарешті, змогли виїхати в Хорватію, де тимчасово оселилися у Загребі.

Зараз Айша разом з дітьми отримує гуманітарну, психологічну та медичну допомогу у рамках проекту «Загребська допомога», її доньки пішли до школи. Через деякий час Айша знайшла можливість заробляти невеличкі гроші для утримання родини (зараз вона прибирає квартири).. Після пережитого, майже відразу після прибуття в Загреб, Айша захворіла на цукровий діабет. Це був дуже складний період для її родини, і перший час ані вона, ані її доньки не мали можливості оплакати втрату, яку понесли. У Загребі Айша узнала і про загибель двох її рідних братів: вони загинули у бою в Боснії.

За власним виразом Айши, довгий час вона поводи́ла себе «як бездушна тварина, інакше не змогла б вижити зовсім». Зараз за допомогою спеціалістів і неспеціалістів вона змогла увійти в контакт зі своїм внутрішнім горем і виразити свій душевний біль під час терапевтичних бесід. Також вона почала осмислювати жахливі події, які відбулися у її житті. Цей процес протікає для неї дуже тяжко: під час терапевтичної роботи підсилювалась тривога, почалися стійки розлади сну, її майже не відпускає сильний головний біль, почастишало виникнення раптових спогадів про пережите, які насильно виникають у свідомості (flash-back-ефекти). Після них Айша відчуває себе спустошеною та знесиленою. Вона постійно думає про загиблу доньку, відчуваючи надзвичайний душевний біль та почуття провини з-за того, що не змогла повернутися у село, знайти її і поховати по-людськи. Ї хоча вона розуміє, що тоді вони всі могли загинути, біль та провини не відпускають її ні на мить (через деякий час після цієї страшної атаки сербів всі 105 загиблих селян були поховані у братській могилі, і Айша знає про це). «Іноді я заспокоюю себе тим, - каже Айша, - що донька загинула разом з дітьми, з якими так любила гратися. Можливо, вони і зараз знаходяться усі разом? ...Я тільки надіюся, що вона померла миттєво і не страждала під час загибелі...»

Завдання:

1. Побудуйте граф-схему посттравматичних порушень, які мають місце у жінки. Чи можна стверджувати про наявність в неї ПТСР? Аргументуйте відповідь, спираючись на критерії ПТСР відповідно класифікатору DSM.
2. Як Ви вважаєте, чому підсилення проявів посттравматичної симптоматики відбулося саме під час надання психологічної допомоги жінці?
3. Окресліть основні завдання психотерапевтичної роботи з даною жінкою.

Ситуаційне завдання № 2 за темою 1.5.

Уважно прочитайте ситуацію, виконайте поставлені завдання.

Хлопця І.К. (12 років) привела до спеціалістів з організації «Загребська допомога» мати з приводу енурезу та енкопрезу. У цей час хлопчик разом з матусею та двома сестрами мешкав у таборі для беженців у Хорватії. Його татко загинув під час бою, намагаючись спасти друга. Мати ще до війни перенесла складну операцію з приводу пухлини головного мозку і страждала на епілепсію. Хлопець, таким чином, був єдиним чоловіком у родині і відчував себе відповідальним за хвору мати та сестер. Після втрати батька він припинив гратися з дітьми, весь вільний час проводив біля матері, піклуючись про неї, уважно слідкуючи за виразом її обличчя, постійно запитуючи, чи все з нею добре, намагаючись в такий спосіб попередити виникнення епілептичного приступу. На цьому фоні в нього почався енурез, а потім приєднався і енкопрез. Він був госпіталізований в одну з Загребських лікарень, де вже після декількох сеансів проведеної психотерапії зазначені симптоми зникли: він заспокоївся і почав поводити себе, як інші діти. Коли мати з сестрами прийшли до лікарні провідати його, він відразу став серйозним та стурбованим, в цей же день симптоми повернулися і набули стійкого характеру.

Завдання:

1. Визначте психологічну природу посттравматичної симптоматики, яка має місце у хлопчика.
2. Окресліть основні задачі психологічної роботи з хлопцем.
3. Які методи психокорекції та психотерапії Ви вважаєте за доцільне використовувати під час психологічної роботи з ним? Аргументуйте відповідь.

Ситуаційне завдання № 3 за темою 1.5.

Уважно прочитайте ситуацію, виконайте поставлені завдання.

Хлопчик В.І. (11 років), після етнічної чистки в Боснії мешкає у Загребському таборі для беженців. До спеціалістів проекту «Загребська допомога» його привела мати. Вона розповіла, що син відмовляється ходити до школи, пояснюючи це страхом отруєння: вважає, що все навкруги отруєно ядом. Коли мати все ж таки примушує його піти до школи, він йде, вкриваючи носа та рота носовою хусткою, пояснюючи це тим, що «не хоче дихати отрутою». Він не грається з дітьми, не виходить з дому, вживає тільки добре запаковані продукти. Зазначені симптоми з'явилися в нього після того, як він почув по радіо попередження, щоб люди не торкалися знайдених на вулиці незнайомих предметів (олівців, шоколадок, іграшок тощо) та нерозірваних мін. Мати розповіла, що син дуже уважно прислухається до інформації, що стосується страшних подій, пов'язаних з війною. При цьому мати не приховувала, що саме ця тема – жахи війни – є головною темою сімейних розмов та розмов між поселенцями табору для беженців.

При обстеженні у хлопця було виявлено надзвичайний рівень тривоги, нав'язливий страх знищення, фізичне та нервово-психічне виснаження, порушення сну, багаточисленні соматичні проблеми.

Завдання:

1. Визначте психологічну природу посттравматичної симптоматики, яка має місце у хлопчика.
2. Окресліть основні задачі психологічної роботи з хлопцем.
3. Які методи психокорекції та психотерапії Ви вважаєте за доцільне використовувати під час психологічної роботи з ним? Аргументуйте відповідь.

Ситуаційне завдання № 4 за темою 1.5.

Уважно прочитайте приклади дитячих переживань, в тому числі, виражених в малюнках, пов'язаних з психотравмою війни та переміщення. Виконайте поставлені завдання.

Приклад 1. Хлопчик І.С. (8 років), до табору беженців попав з області, яка відома надзвичайно жорстокими розправами сербів з місним населенням. Під час воєнних дій був тяжко

поранений мінометним снарядом, який вбив його батька та тяжко поранив мати. Як і його мати, він переніс декілька складних операцій. Опинившись у положенні беженця, став надзвичайно агресивним, в тому числі, і до своєї матері, яка тяжко переживала це і не могла знайти пояснень таким змінам характеру дитини. Матері порекомендували звернутися до спеціалістів-психологів, що вона і зробила. Під час кожного психотерапевтичного сеансу хлопець малював одне і те ж саме: місце трагічної події; танк, який випустив снаряд; тіла батька, матері і власне тіло у калюжі крові перед їх **розрушеним** будинком...

Приклад 2. Хлопець С.К. (5 років), мешкає з матер'ю і молодшою сестрою в селищі для беженців. Батько знаходиться на лінії фронту. Зі слів матері, у вигнанні хлопець дуже змінився: він постійно намагається залишитися наодинці, майже не розмовляє ні з ким, відмовляється від прогулянок, став емоційно заторможеним. У нього з'явилися багаточисленні страхи, у тому числі страх засинання, зараз він спить тільки з мамою. Останнім часом відмовляється від їжі. Коли відмова від їжі набула стійкого характеру, що стало загрожувати його здоров'ю, мати звернулася за допомогою у центр допомоги переміщенним. Під час перших сеансів психотерапії поведінка хлопця була аутичною, на всі запитання спеціалістів він відповідав дуже лаконічно, або не відповідав зовсім, ніколи не згадував про татка і не відповідав на запитання стосовно нього. На запитання про теперішнє життя та друзів відповів, що йому не подобається жити у селищі для беженців. На одному з сеансів він спонтанно попросив листа і намалював собаку. Коли його запитали про нього, він відповів, що собаку звуть Целі і що він залишився вдома, тому що вони не змогли знайти його, коли залишали своє село. Тільки після цього хлопчик перший раз за весь час перебування у таборі заплакав і сказав, що він постійно думає про свого Целі. Він боїться, що собаці нема чого їсти у розрушеному селищі, що він голодає і страждає від холоду і самотності. Після цього він вперше згадав і про батька: «Напевно, він досі шукає мого собаку, щоб повернути його додому». Після цього хлопчик під час кожного сеансу малював свого собаку і розповідав про нього. Він став більш відкритим, в нього з'явився апетит, поліпшився емоційний стан.

Завдання:

1. Визначте психологічну природу наведених посттравматичних переживань дітей, постраждалих під час війни.
2. Визначте характерні для дітей форми психічних розладів.
3. Окресліть основні задачі психологічної роботи з дітьми, постраждалими під час війни.

2.6. Ситуаційне завдання до практичного заняття за темою 1.8.

Уважно прочитайте ситуацію, виконайте поставлені завдання.

На прийомі у психолога - дівчина 20 років, яка тяжко переживає розрив відносин зі значущою для неї людиною.

"Зі слів бабусі, моя мати завагітніла до заміжжя... Батьки жили плохо. Батько випивав і бив маму. Через сім років вони розійшлися. Незабаром я з мамою виїхала в іншу країну, де мама знов вийшла заміж. Відносини були більш-менш нормальні, але в матеріальному плані було дуже погано, пам'ятаю, що іноді взагалі нема чого було їсти. Мама почала випивати, з кожним місяцем усе більше і більше. Потім ми повернулися в Україну, жили по квартирах, мама ніде не працювала, вітчим іноді працював, але постійної роботи в нього теж не було. А через якийсь час його засудили за злочинство. У 12 років мама відправила мене до бабусі на літо, а потім я залишилася там під приводом "поки вони влаштуються" і далі (до сьогоднішнього дня) я живу з бабусяю (мамою мого рідного батька) і дідусем. Маму я більше не бачила, лише деяка інформація надходила про неї іноді, доходили слухи, що вона дуже сильно п'є. Але от уже багато років я взагалі не знаю, де вона і чи жива...

У 17 років я почала зустрічатися з хлопцем, я дуже до нього звикла. Узагалі ж, це був другий мій хлопець, з першим (мені тоді було 15 років) в мене не заладилося відразу, і зустрічалися ми недовго, напевно, через те, що в мене є дуже багато комплексів із приводу моєї зовнішності. А з цим ми зустрічалися майже два роки, а півроку назад розлучилися. Вірніше, він кинув мене. Сказав, що більше не любить...

Перші місяці в мене були сильні істерики, я дуже важко переживала наш розрив, і чомусь мені дуже хотілося розповісти про все це мамі, хотілося, щоб вона була поруч. Але її не було... А в

мене не було поруч жодної людини, яка б мене по-справжньому зрозуміла. Я дуже багато плакала, лялася з бабусею і дідусем, дуже сильно відсторонилася від оточення, закрилася в собі...

З моменту розриву наших відносин минуло вже півроку, я все чекала, що біль відпустить, але чомусь стає все важче... В душі - порожнеча. В мене таке почуття, що жити більш нема чим, що я більш не можу довіряти людям, зовсім нікому, адже всі, кого я любила по-справжньому, зрадили мене. Мені здається, що я відчуваю лють до всього світу. З'явилося почуття, що я більш ніколи нікого не зможу любити, що в мене ніколи не буде власної родини, такої, про яку я мріяла, раз у мене нічого не виходить із хлопцями. Може, все це від того, що я не можу позбавитись минулого? А ще... в мене чомусь зникли всі почуття до мами, хоча всі ці роки я дуже, дуже любила її, незважаючи на всі погані звістки про неї, і завжди чекала на неї... Мені від цього страшно, я знаю, що так не повинно бути, але, крім байдужості, у моїй душі немає вже нічого..."(ситуація з консультативного досвіду автора посібника)

Завдання:

1. Охарактеризуйте психічний стан дівчини, аналізуючи його емоційні і когнітивні кореляти. Які особливості ціннісно-смиислового визначення свого життя та самої себе вказують на наявність в дівчини посттравматичної трансформації? Які мотиваційні та емоційно-когнітивні особливості свідчать про це?

2. Проаналізуйте психологічні та соціальні фактори, які «підготували», обумовили виникнення описаної травматичної реакції на розпад відносин?

3. Розробіть стратегію допомоги дівчині.

2.7. Ситуаційне завдання до практичного заняття за темою 1.9.

Уважно прочитайте ситуацію, виконайте поставлені завдання.

На прийомі у психолога - жінка Г., 46 років, зі скаргами на тривале безсоння, "важкий" (з її слів) настрій, плаксивість, дратівливість, відсутність життєвих сил.

Вперше ці симптоми з'явилися 1,5 роки тому, незабаром після сварки з дочкою, виновницею якої, на думку клієнтки, є

дочка. Останнім часом, за висловлюванням жінки, її стан став зовсім нестерпним: "пропав інтерес до всього", "все складніше стало просто жити - ходити, щось робити".

Приводом - саме приводом, а не причиною сварки між матір'ю і дочкою, послужив той факт, що незаміжня дочка відмовилася перервати першу, незаплановану вагітність і народила дитину. Реакція матері була категоричною: "Жити разом з людиною, яка не прислухалася до материнської думки, хоча вона була їй відома, я не буду ні за яких обставин".

Передісторія ж була така. Сімейне життя Г. склалося не так, як їй хотілося. Сама вона також завагітніла ще до шлюбу, а незабаром після народження дочки розлучилася з її батьком. Заміж більше не виходила, усю себе віддавши дитині. Дочку виховувала сама, відмовившись від "послуг п'яниці-батька". Жінка намагалася виховувати дочку так, щоб та "уникла її долі", намагалася її переконати в тому, що заміж можна виходити тільки за наявністю любові, а не за захопленням чи пристрастю. Одного разу, під час розмови з дочкою в день її повноліття, у відповідь на визнання дочки в особливих почуттях до хлопця, мати в ультимативній формі сказала дочці: «якщо народиш дитину поза шлюбом, будеш сама її виховувати!». Так й відбулося. У відповідь на реакцію матері дочка виїхала в інше місто, а, народивши дитину, заборонила матері навіть бачитися з унукою...

На прийомі у психолога Г. наполягала на тому, що вона "не може піти проти своїх принципів". "У противному випадку, - стверджувала вона, - я перестану поважати саму себе".

(ситуація у скороченому вигляді наведена з джерела: Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. – СПб.: Речь, 2005. – 256 с, С. 146-147).

Завдання:

1. Який тип психічної травми описаний у ситуаційному завданні? Визначте психологічні фактори, які призвели до розгортання травматичного процесу.

2. Побудуйте стратегію психологічної роботи з жінкою (спробуйте визначити мету і основні "мішені" роботи).

ПІСЛЯМОВА

В процесі виконання практичних завдань «Практикума» студенти мали поглибити теоретичні знання та розвинути практичні вміння та навички у таких напрямках:

- психічна травматизація особистості в надзвичайних умовах буття.
- психосоціальні та психосоматичні наслідки перебування людини в психотравмуючих ситуаціях.
- стратегії адаптації людини до гострих та пролонгованих психічних травм.
- специфіка адаптаційного синдрому та психологічні зміни у учасників бойових дій.
- посттравматичні стресові розлади у мешканців зони воєнних конфліктів та беженців.
- феноменологія та вплив на особистість психотравмуючих ситуацій, які пов'язані з емоційним (фізичним, психологічним та сексуальним) насиллям.
- психічна травматизація особистості в деструктивній системі значущих (партнерських, сімейних) відносин.
- психотрансформація особистості та її життєвих відносин в посттравматичний період.
- основні напрями та специфіка психотерапевтичної роботи з людьми, які пережили психотравмуючу ситуацію.

В результаті опрацювання матеріалу «Практикума» студенти мали навчитися:

- аналізувати специфічні прояви психічних реакцій та особистісної активності людини в момент її зіткнення з психотравмуючими обставинами та на основі їх аналізу прогнозувати ризик розвитку в неї посттравматичних порушень;

- визначати фактори-детермінанти індивідуальної чутливості людини до психотравмуючих впливів.
- визначати порушення в емоційно-мотиваційній, когнітивній, ціннісно-сислової сфері, в сфері соціальних відносин тощо;
- визначати психологічний (психопатологічний) статус потерпілих у відповідності з критеріями класифікатора ДСМ-4;
- виявляти у людини, що пережила психотравмуючу ситуацію, симптоми посттравматичного стресового розладу (ПТСР) та прогнозувати ризик його розвитку;
- надавати швидко психологічну допомогу потерпілим від травматичного стресу;
- розробляти стратегію організації пролонгованої психологічної роботи з людьми, пережившими різні типи травмуючих ситуацій;
- з метою профілактики негативних наслідків травматичного стресу навчитися розробляти стратегію психологічного супроводу професійної діяльності людей, що працюють в особливих умовах (чия діяльність є потенційно небезпечною, пов'язаною з психологічними перевантаженнями, ризиком для життя (власного або інших людей) тощо);
- психологічно грамотно (з урахуванням індивідуальних ресурсів та особливостей індивідуальної системи психічного захісту від травматичних переживань) організовувати психологічну роботу з людьми, які мають постстресові розлади;
- володінню методами саморегуляції для підтримки власного психологічного здоров'я;
- організовувати власне життя і професійну діяльність в такий спосіб, щоб сприяти розвитку внутрішніх ресурсів протистояння психотравмуючим впливам та розкриттю власного потенціалу внутрішньої активності;
- використовувати методи саморегуляції під час психологічної роботи з людьми, що пережили травматичні життєві ситуації;

Рекомендована література:

1. Андриющенко А.В. Посттравматическое стрессовое расстройство при ситуациях утраты объекта экстраординарной значимости // Психиатрия и психофармакотерапия, 2000. - Т. 2, № 4.
2. Анцыферова Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита// Психологический журнал. – 1995. – № 1. – С. 3—19.
3. Арсел Либби Тата, Фолнегович - Шмальц В., Казарич-Ковачич Д, Марушич А. Психосоциальная помощь жертвам войны: беженкам и членам их семей из Боснии и Герцеговины и Хорватии. – Киев: Сфера, 1998. – 164 с.
4. Ахиезер А.С. Культурно-психологические проблемы осмысления и решения переходных процессов // Мир психологии. – 2000. - № 3. – С. 38-49.
5. Баронина О.А. Насилие над детьми и выражение агрессии в семейной жизни: мифы и реальность //Тезисы международной конференции: Психология и экология человека. Психологические факторы культуры мира и ненасилия. – Москва-Россия, 1999. – 265 с., С. 77-78
6. Бермант-Полякова О.В. Посттравма: диагностика и терапия. – СПб.: Речь, 2006.– 248 с.
7. Бойко О.В. Насильство в сім'ї: соціологічний аналіз явища // Автореф. дисс. Канд. психол. наук. – Харьков, 2003. – 20 с.
8. Варга А.Л, Типы неправильного родительского отношения // Автореф. дисс. канд. психол. наук. — М., 1984.
9. Василюк Ф.Е. Психология переживания. – М.: Изд-во Московського ун-та, 1984
10. Верстелле Л. Ф. Личностные особенности женщин с тяжело протекающим постразводным кризисом: Дис...канд. психол. наук. – М.: Институт Молодѣжи, 1990. – 185 с.
11. Духновский С.В. Влияние переживания критических ситуаций на развитие девиантного поведения подростков //Автореферат дисс...канд. психол. наук. – Казань, 2002. – 27 с.
12. Емельянова Е.В. Женщины в беде. Программа работы с жертвами домашнего насилия «Достоинство любви». – СПб. : Речь, 2008. – 212 с.
13. Зиновьева Н.О., Михайлова Н.Ф. Психология и психотерапия насилия. Ребенок в кризисной ситуации. – СПб.: Речь, 2003.
14. Ильина И.Г., Соловейчик М.Я. (ред.) Методические материалы по работе с вторичной травмой // Конфликт и травма. Вып.1. Актуальные вопросы оказания помощи при травматических и

- посттравматических стрессовых расстройствах. СПб., Ин-т психотерапии и консультирования «Гармония», 2002.
15. Ильина С.В. Влияние пережитого в детстве насилия на возникновение личностных расстройств // Вопросы психологии. 1998. № 6. С. 65-74.
 16. Ильина С.В. Эмоциональный опыт насилия и пограничная личностная организация при расстройствах личности // Дисс...канд. психол. наук. – М.: МГУ им. М.В. Ломоносова, 2000. – 220 с.
 17. Калитеевская Е.Р. Психическое здоровье как способ бытия в мире: от объяснения к переживанию./ в кн. Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии. – М.: Смысл, 1997. – 336 с.
 18. Калмыкова Е.С., Миско Е.А., Тарабрина Н.В. Особенности психотерапии посттравматического стресса. //Психол. журнал. – 2001. - Т. 22. - № 4, с.70-80.
 19. Калмыкова Е.С., Падун М.А. Качество привязанности как фактор устойчивости к психической травме // Журнал практической психологии и психоанализа, 2002, № 1.
 20. Кинард Э.М. Дети, страдающие от плохого обращения // Энциклопедия социальной работы. М.: Центр общечеловеческих ценностей, 1993. Т. I. – С. 202 - 209.
 21. Корекційна робота психолога // упоряд. О. Главник. – К.: Шкільний світ, 2002. – 112 с.
 22. Короткова Н.В. Психологические и медико-социальные особенности ветеранов локальных войн // Дисс. канд. психол. наук. — СПб: ВМА, 2000. – 175 с.
 23. Кошелева А.Д., Алексеева Л.С. Психологическое насилие над ребенком в семье, его причины и следствия // Насилие в семье: с чего начинается семейное неблагополучие. М., ГосНИИ семьи и воспитания, 2000, 146 с.
 24. Кравцова О. А. Сексуальное насилие как психологическая травма. //Дисс. канд. психол. наук.- М.: МГУ, 2000.
 25. Лазебная Е.О., Зеленова М.Е. Военно-травматический стресс: особенности посттравматической адаптации участников боевых действий. //Психологический журнал. - 1999. - Том 20. - № 5, с. 62 - 74.
 26. Лазебная Е.О., Зеленова М.Е. Динамика посттравматической стрессовой адаптации участников боевых действий.// Наука и освіта, спецвыпуск, 2000.

27. Лафи С.Г. Психологические особенности травматического стресса при ожоговой болезни // Дисс... канд. психол. наук. – М.: РАН, Институт психологии, 1995
28. Ліщинська О. Чинники тотальної психологічної залежності //Соціальна психологія. – Київ: Український центр політичного менеджменту, 2004. - № 3 (5), с.145-149
29. Лоренсо Луис Алексис. Психологічні основи міжнародних реабілітаційних програм для потерпілих від крупномасштабних критичних інцидентів // автореф. дисс. на здобуття наукового ступеня канд. психол. наук. – Харків, 2000
30. Луппо С. Е. Стратегії подолання психічної травми //Соціальна психологія. – Київ: Український центр політичного менеджменту, 2004. - № 5 (7), с.25-35.
31. Луппо С. Є. Життєві відносини людини: роль у її розвитку і функціонуванні //Збірник наукових праць Інституту психології ім.. Г.С. Костюка АПН України «Проблеми загальної та педагогічної психології». – Київ, Інститут психології ім.. Г.С. Костюка, 2006. – Том № 8, випуск 5. – С. 177-184
32. Луппо С.Е. Особенности социальной работы с детьми, имеющими опыт психической травмы //Збірник наукових праць. – Хмельницький: «Вісник Технологічного університету Поділля», 2003. – 242 с., с.32-33
33. Луппо С.Е. Смысл: обретение и утрата в аспекте личностной жизнеспособности // Збірник наукових праць, вип. 1 – Кіровоград, КІРУЕ, 1999
34. Луппо С.Є. Методи психологічного консультування та психотерапії посттравматичних станів. // Сучасні напрямки психологічного консультування в системі освіти. – Збірник матеріалів конференції. – Київ: КМУВ ім.. Б. Грінченка, 2001.
35. Луппо С.Э. Актуализация ресурсного потенциала внутренней активности посттравматической личности: психосинтетический подход. //Сборник материалов Всеукраинской научно-практической конференции УС психотерапевтов «Спільні фактори різних методів психотерапії». – Сімферополь, Одесса, 2001
36. Магомед-Эминов М.Ш. Трансформация личности. - М.: Психоаналитическая ассоциация, 1998. - 496 с.
37. Мазур Е.С., Гельфанд В.В., Качалов П.В. Смысловая регуляция негативных переживаний у пострадавших при землетрясении в Армении.// Психологический журнал, 1992. Том 13, № 2, с. 54 - 64.

38. Мёллер-Леймкюллер А. М. Стресс в обществе и расстройства, связанные со стрессом, в аспекте гендерных различий // Социальная и клиническая психиатрия. – М.: Изд-во Рос. Общества психиатров Московского НИИ психиатрии, № 4. -Том 14, с. 5 – 11.
39. Минеева О.М. Предотвращение жестокого обращения с детьми и ресоциализация детей-жертв эмоционального и физического насилия. // Тезисы Международной конференции: Психология и экология человека. Психологические факторы культуры мира и ненасилия. – М.- Россия, 1999. - 265 с., С.111-113.
40. Моэм Сомерсет. Рассказы. – М.: Правда, 1979. – 528 с. – С.494-525
41. Орлов А. Б. Психологическое насилие в семье — определение, аспекты, основные направления оказания психологической помощи // Психолог в детском саду. – М.: 2000, №2—3.
42. Парфенова Н.Б. К типологии поведения несовершеннолетних, потерпевших в ситуации психического насилия // Актуальные проблемы практического психолога. СПб.: Изд-во Санкт-Петербургск. ун-та, 1992. – С. 43—48.
43. Пашукова Т.И. Эгоцентризм: феноменология, закономерности формирования и коррекции. – Кировоград: Центрально-Украинское издательство, 2001. – 338 с.
44. Психологическое консультирование и психотерапия. Хрестоматия. Т. 1. Теория и методология // Под ред. А. Б. Фенько, Н.С. Игнатъевой, М.Ю. Локтаева. – М., 1999. – 288 с.
45. Пурич-Пейакович Й., Дундич Д.Й. Самоубийство у подростков: Пер. с сербского.- М.: Медицина, 2000. – 168 с.
46. Ромек В.Г. Теория выученной беспомощности // Журнал практического психолога. - М.: Селигма, 2006, № 3 — 4, с. 218 — 235.
47. Синягина О. Психологические аспекты жестокости в детско-родительских отношениях. — М. – Ульяновск: фирма Darg, 1995.
48. Смирнов А.В. Последствия перенесенного стресса у лиц, потерявших близких // В сб.: Актуальные вопросы клинической и социальной психиатрии./ Под ред. О.В. Лиманкина и В.И. Крылова. - СПб., 1999.
49. Соколова Е.Т., Ильина С.В. Роль эмоционального опыта жертв насилия для самоидентичности женщин, занимающихся проституцией // Психологический журнал. – Т. 21. - № 5. –2000. – с. 70 – 81 с.

50. Старшенбаум Г.В. Формы и методы кризисной психотерапии. Методические рекомендации. – М.: 1987. – 20 с.
51. Степнова Л.А. О некоторых подходах к психотерапии смысложизненных ориентаций личности // Мир психологии. – Москва – Воронеж: № 2. – 2001. – с. 89 – 93.
52. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. – СПб: Питер, М.- Харьков- Минск, 2001. – 270 с.
53. Ташева А.И., Павловская Е.В. Личность и опыт пережитого насилия в родительской семье //Тезисы международной конференции: Психология и экология человека. Психологические факторы культуры мира и ненасилия. – Москва-Россия, 1999. – 265 с., С.132-134
54. Тимофеева И. М. Социально-психологические факторы жестокого обращения с женщинами в семье: Дис...канд. психол. наук.- Санкт-Петербург: Рос. Гос. Педагогический университет им. Герцена, 2002.
55. Торчинская Е.Е. Роль ценностно-смысловых образований личности в адаптации к хроническому стрессу // Психологический журнал, 2001. – Т. 22. – № 2. – С. 27-35.
56. Франкл В. Человек в поисках смысла. Сборник: Пер. с англ. и нем (общ. ред. Л.Я. Гозмана и Д.А. Леонтьева) – М.: МГУ, 1990. – 368 с.
57. Шаров А.Н. Система ценностных ориентаций как важнейший психологический механизм регуляции жизнедеятельности человека.// Автореф. дисс...доктора психол. наук. – Новосибирск, 2000.
58. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. - СПб: Издательство "Питер", 1999. -656 с. 1.1.19; 1.3.12
59. Эриксен Э. Идентичность: юность и кризис. – М.: Изд. Группа « Прогресс», 1996. – 344 с.
60. Юрьева Л.Н. Кризисные состояния. – Днепропетровск: Арт-Пресс, 1998. – С.70-99
61. Ялом И. Теория и практика групповой психотерапии. – СПб.: Изд-во «Питер», 2000. – 640 с.
62. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. – М.: Класс, 1999. -576 с.

ПСИХОЛОГІЯ ТРАВМУЮЧИХ СИТУАЦІЙ: ПРАКТИКУМ

Автор Луппо Світлана Егоровна

Редактор
Технічний редактор

Підп. до друку.....Формат.....Папір
офсетний.....Офс. Друк. Ум.друк.арк. Обл.-вид. арк. Тираж
пр. Замовлення № Вид. №

Видавництво НАУ
03680 Київ -680, проспект Космонавта Комарова,1
Свідоцтво про внесення до Державного реєстру ДК № 977 від
05.07.2002