

# Дитина і звільнення від тіні її надзвичайно великого страху

Ілюстрована книга про допомогу після травматичного досвіду  
для батьків і дітей, які пережили війну і вимушений переїзд

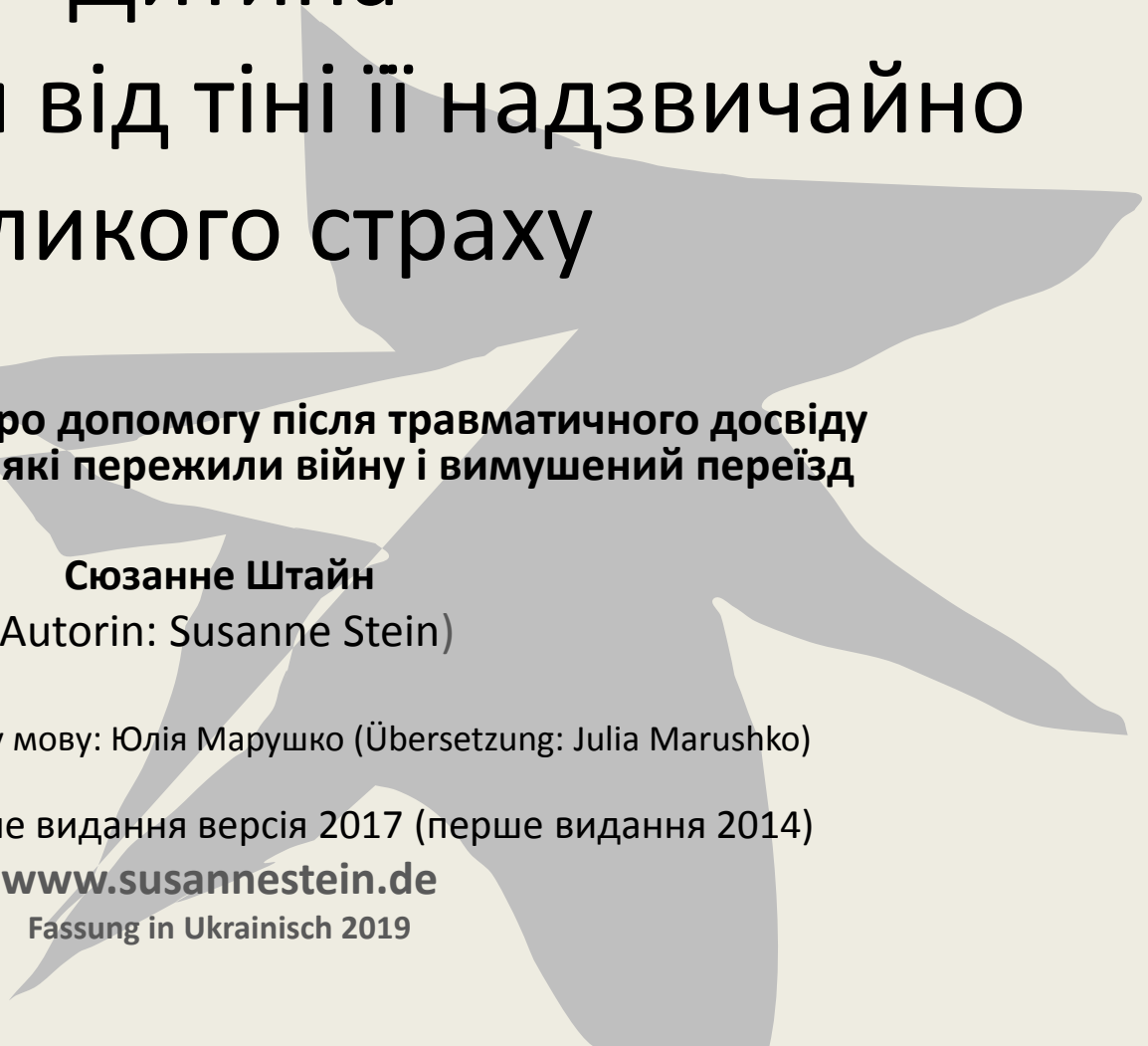
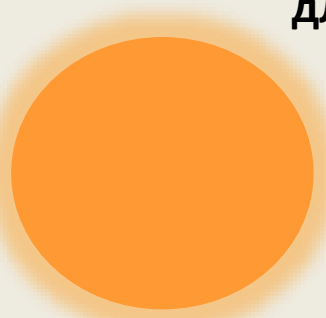
**Сюзанне Штайн**  
(Autorin: Susanne Stein)

Переклад на українську мову: Юлія Марушко (Übersetzung: Julia Marushko)

Доповнене актуальне видання версія 2017 (перше видання 2014)

[www.susannestein.de](http://www.susannestein.de)

Fassung in Ukrainisch 2019





Для усіх сімей, які постраждали внаслідок війни








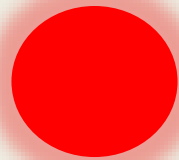
Книга ілюстрована Для Вас і Ваших помічників,  
перекладена на 13 мов світу  
[www.susannestein.de](http://www.susannestein.de)

Усі права застережено. Жодну частину цього видання не можна копіювати  
або відтворювати в будь-якій формі



# Маленький вказівник

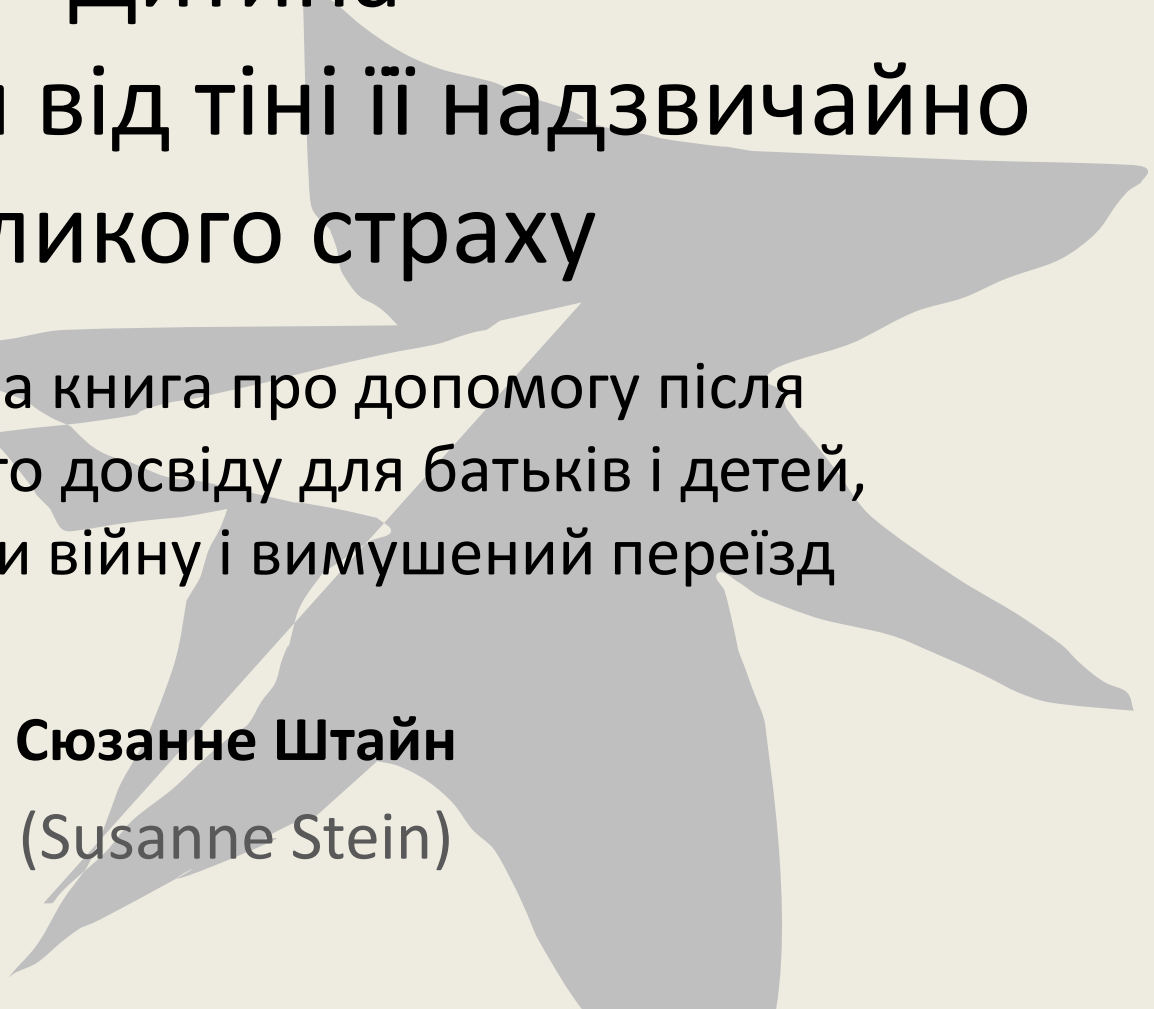
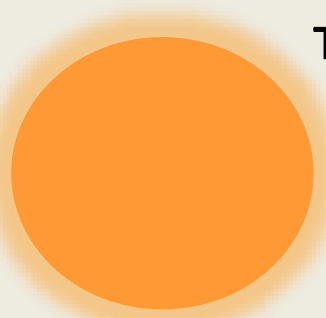
-  Ілюстрована книга з 26 картинок 4 - 30 ст.
-  Додаток 1 з інформацією для батьків 31 - 38 ст.
-  Додаток 2 Ідеї для дітей 39 - 44 ст.
-  Вихідні дані і додаток з інформацією з використання  
45-50 ст.
-  Фігури для вирізання і гри 51 - 58 ст.



# Дитина і звільнення від тіні її надзвичайно великого страху

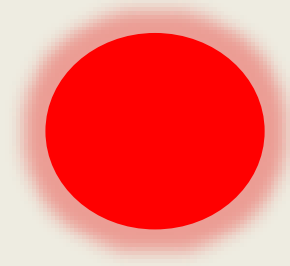
Ілюстрована книга про допомогу після  
травматичного досвіду для батьків і дітей,  
які пережили війну і вимушений переїзд

**Сюзанне Штайн**  
(Susanne Stein)



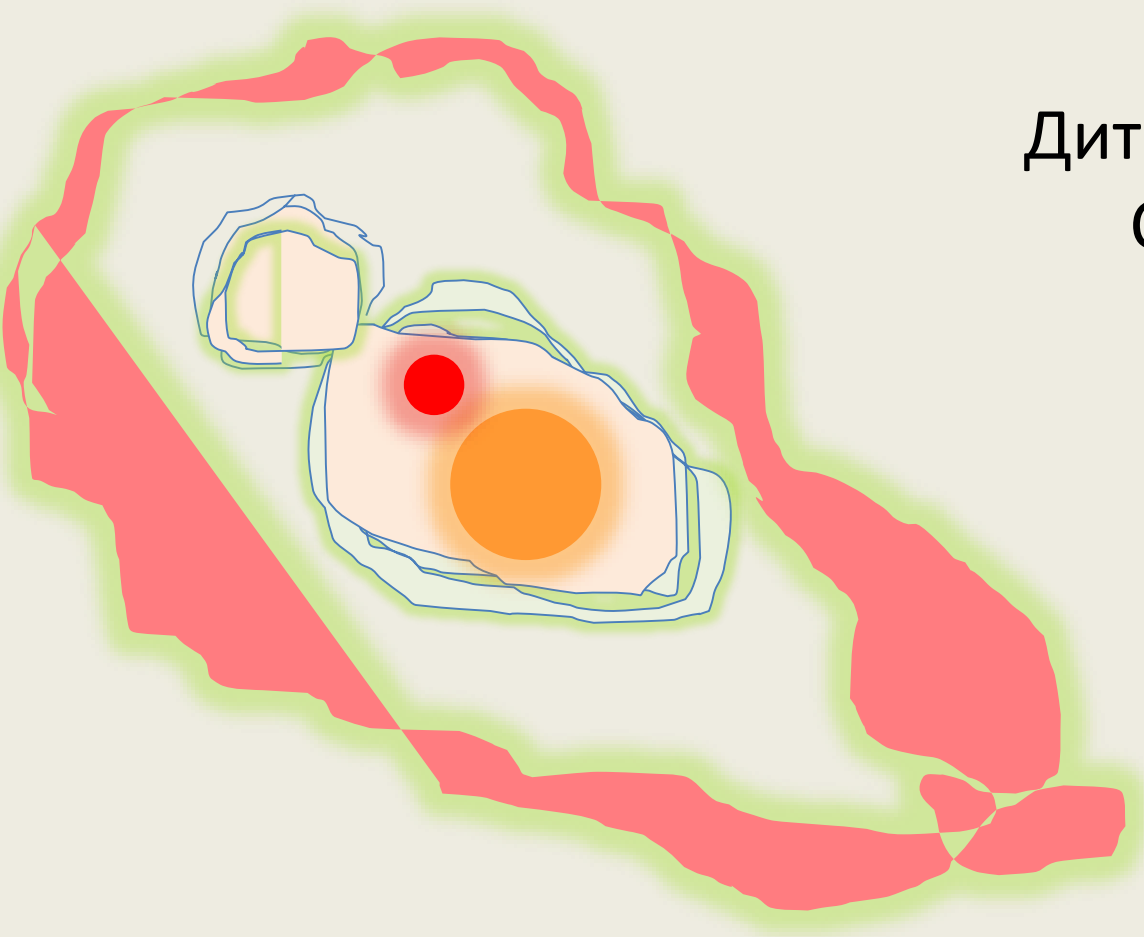
1

Народжується дитина

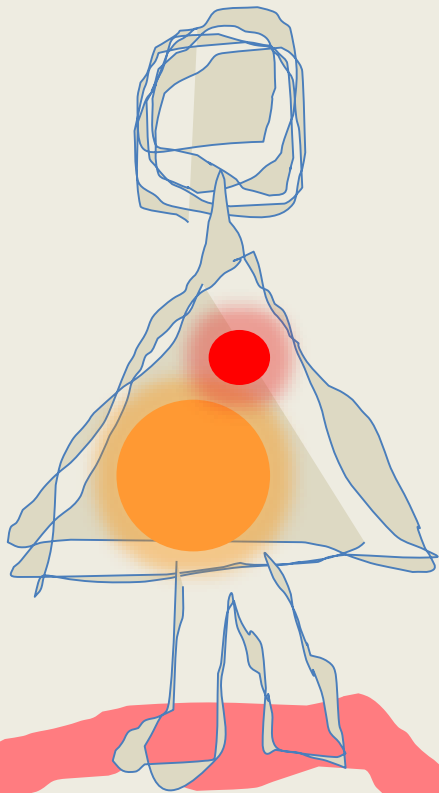


2

Дитина народжується.  
Серце її велике,  
воно сяє і гріє.

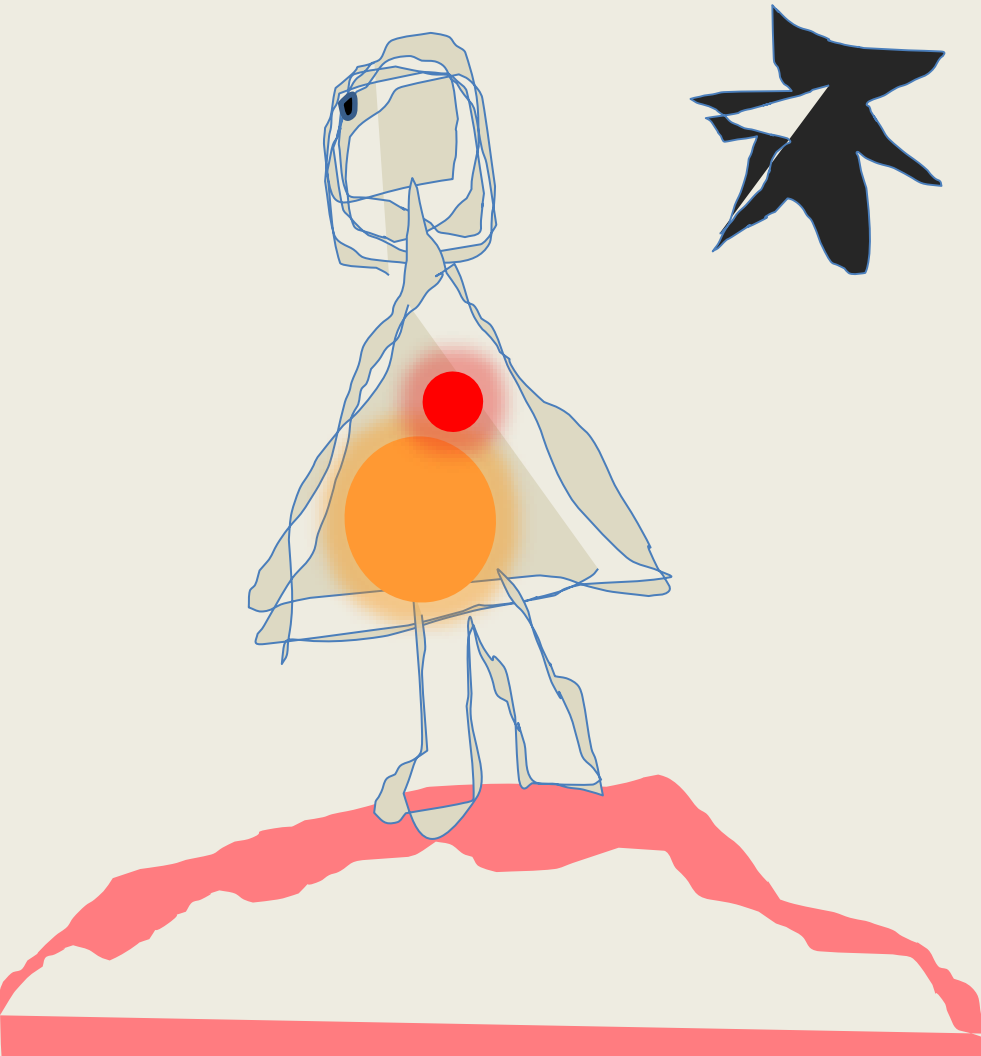


3



Дитина росте серед  
людей, які її люблять  
такою, якою вона є.  
Це велике щастя.

# 4



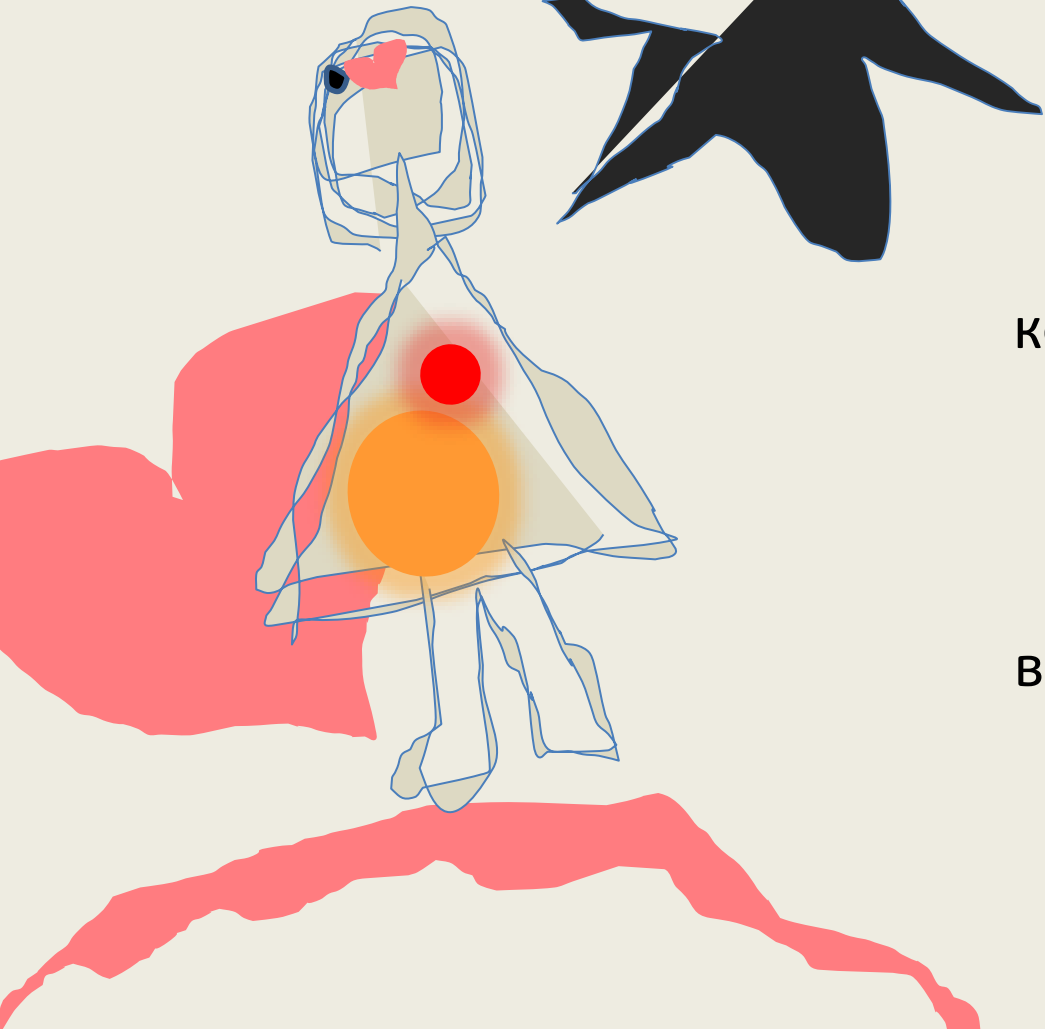
В якийсь момент щось лякає дитину: тварина, щось невідоме, нічна темрява. Або раптом вона не може знайти маму.

Коли ця ситуація минає, дитина заспокоюється.

Це нормальний і важливий досвід для кожного.



5

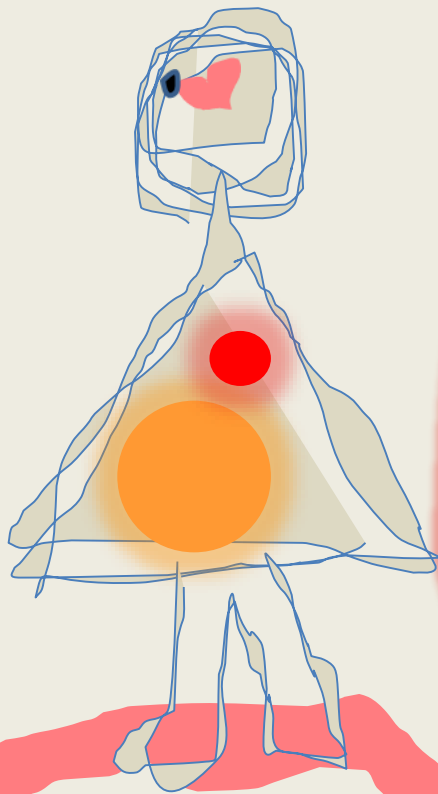


Щось інше лякає дитину.

Плач, крик, відчай минають,  
коли її втішають батьки або інші  
близькі люди.

Це також нормальний і  
важливий досвід для дитини на  
шляху її розвитку.

# 6

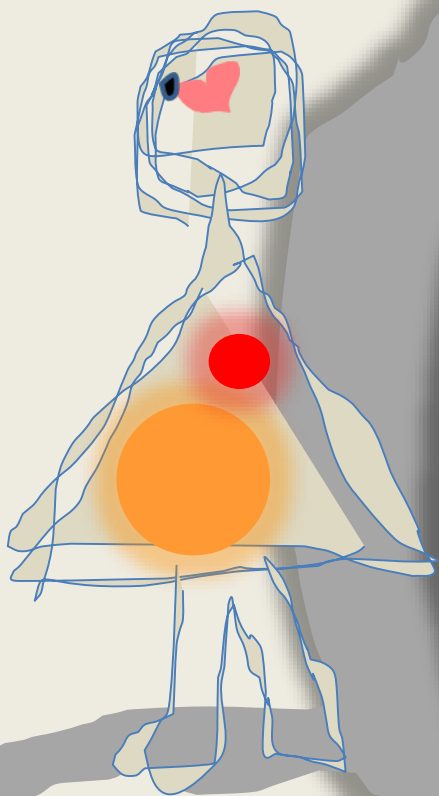


Так дитина росте.  
Вона вчиться їсти, бігати,  
говорити ...  
Грається і пробує все.  
Вона любить свою сім'ю і  
відчуває любов. У більшості  
випадків дитина щаслива, іноді -  
сумна, іноді сердиться. Завжди -  
допитлива.  
Таким є звичайне, хороше життя.

7

Починається війна

8



Війна...

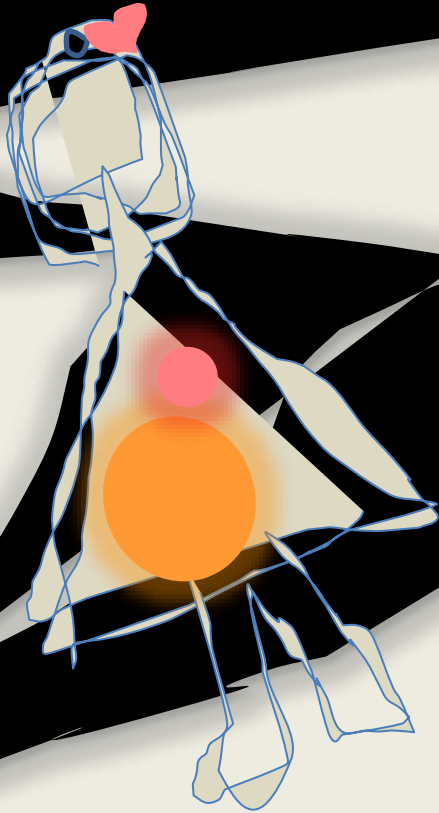
Життя дитини і сім'ї гіршає.  
Багато проблем, турбот, змін  
і втрат тепер визначають  
повсякденне життя.

В повітрі відчувається страх.

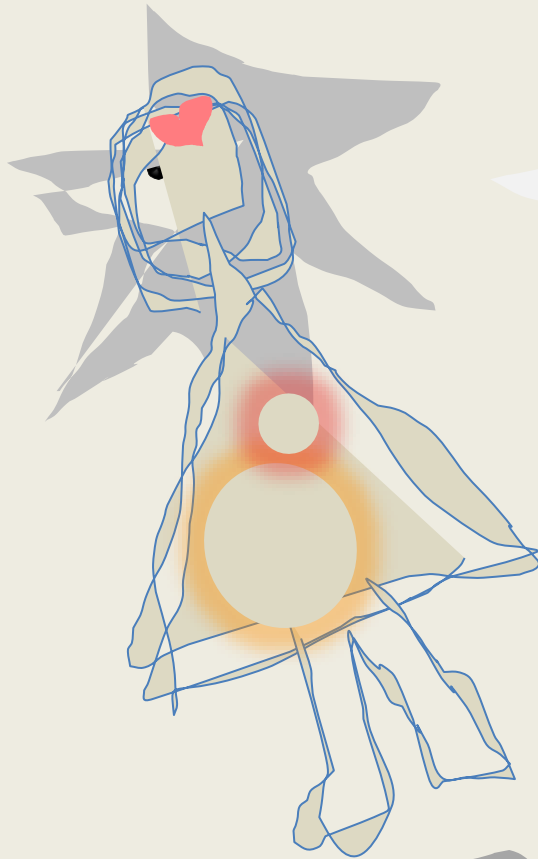
А одного дня дитина  
переживає щось страшне,  
щось жахливе,  
надзвичайно сильний  
страх!

Шок пронизує серце дитини і все її тіло.

Сльози, крики, оніміння,  
притворення мертвим -  
нічого не допомагає  
і ніхто зараз  
не може допомогти.



# 10



Небезпечна ситуація минула,  
дитина вижила.

Як добре, як добре.

Але:

Частина надзвичайно сильного страху  
залишилася. Можливо ніхто не бачить  
цього.

Але:

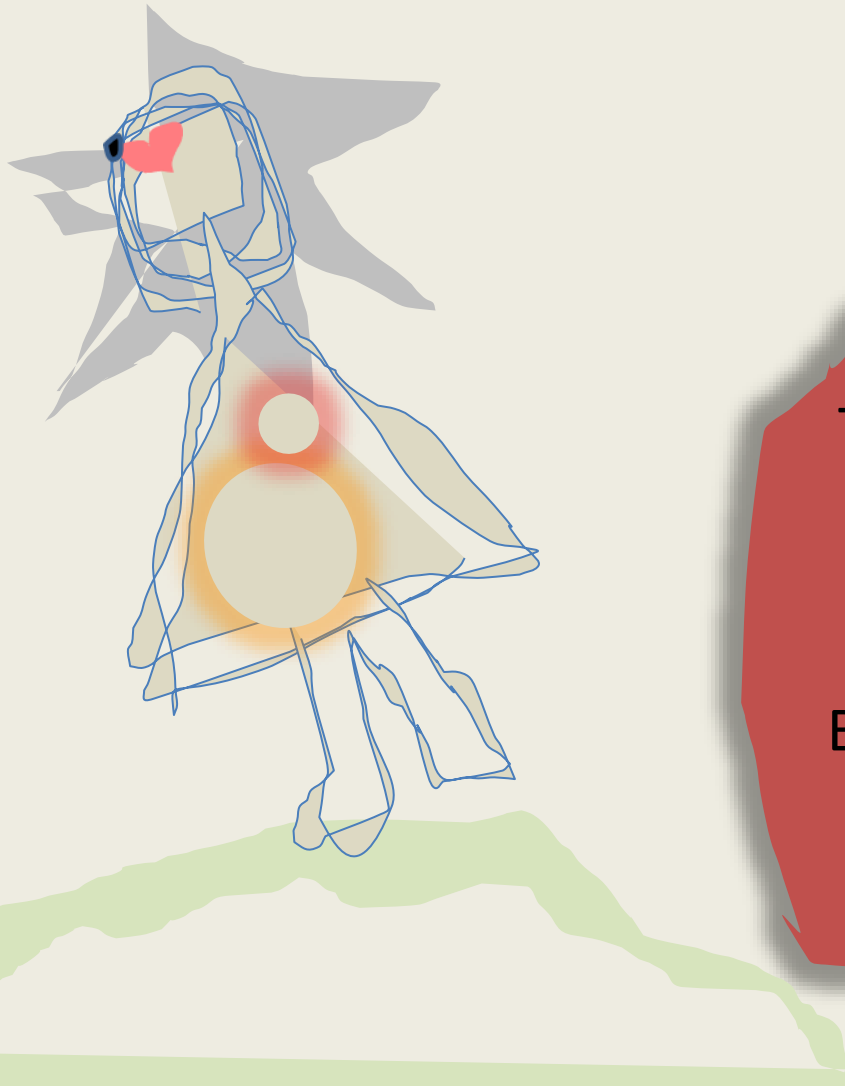
Тінь надзвичайно великого страху  
переслідує дитину,  
де б вона не була.

11

Втеча в безпечну країну, втеча в  
безпечне місце



# 12



Війна триває.

Люблячі батьки

– зі страхом і переживаннями,  
надією і мужністю у серці –  
зважаються на вимушений  
переїзд.

Вони залишають свою домівку,  
йдуть в невідоме.

Так вони рятують життя сім'ї.



# 13

Тепер дитина в безпеці.

Але:

тінь її надзвичайно великого страху  
переслідує скрізь.

Болісні часи.



Дитина чекає, що їй стане легше.

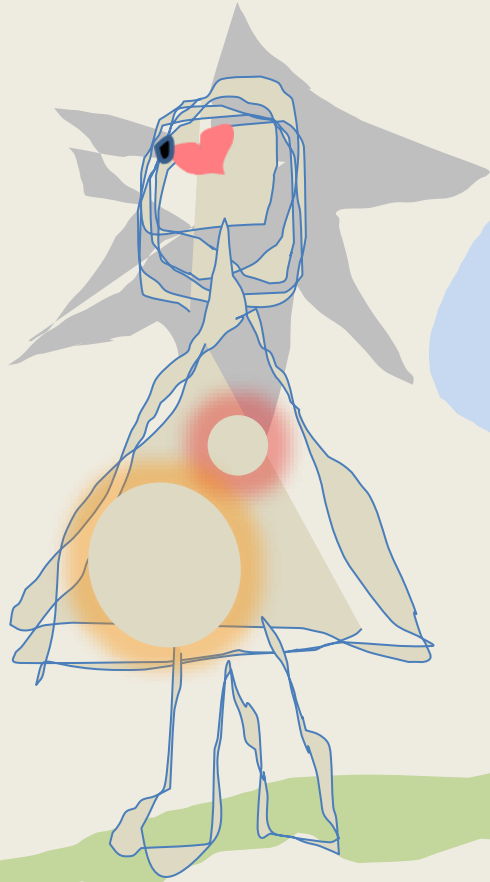
Вона чекає і сподівається.

Намагається не помічати страху.

Іноді дитина поводить дивно.

І не може з цим упоратися.

# 14



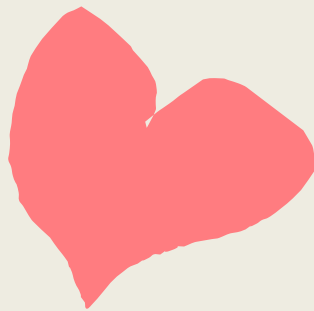
Дитина не може зрозуміти,  
що тінь її надзвичайно великого страху  
робить з її душею і тілом.

Вона плаче, кричить, б'є усіх навколо,  
ховається ...

Вона не знає,  
що їй може допомогти.

15

Що зараз може допомогти дитині



# 16

Чим батьки можуть допомогти дитині?



# 17

„Ми любимо тебе такою, як ти є.  
Ніщо не може знищити нашу  
любов до тебе.“



Такими словами  
батьки дають  
впевненість дитячій  
душі.

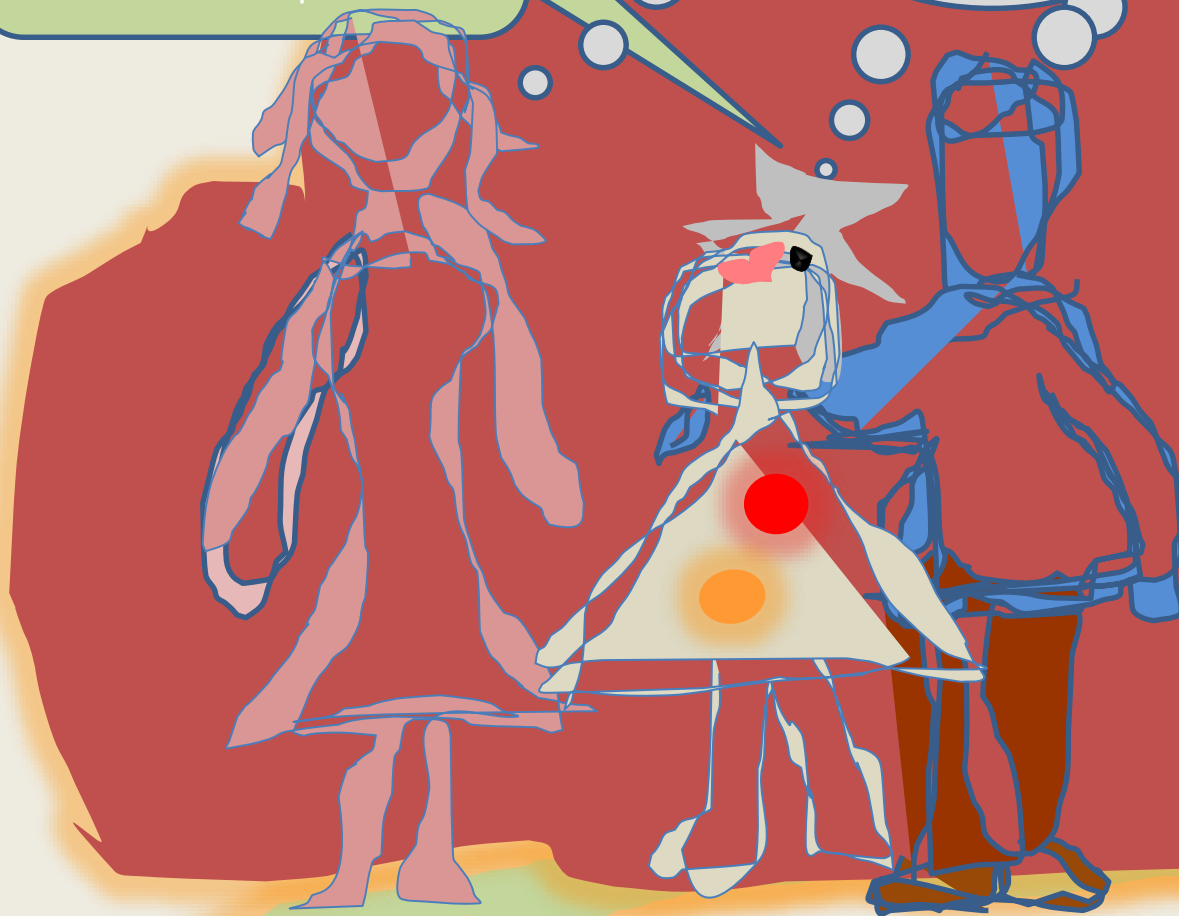
Любов, втішання і  
терпіння  
допомагають дитині  
не сумніватися,  
жити далі.

„ Ми пишаємося тобою!  
Ми бачимо, як багато ти можеш!“

18

Батьки дають  
дитячій душі силу,  
з якою вона  
оцінює власні  
можливості.

„ Дійсно, ми пережили  
щось дуже страшне.  
Але тепер ми в  
безпеці.“



Батьки говорять з  
дитиною про її  
проблеми. Особливо,  
коли дитина сама  
цього хоче. Так вони  
допомагають їй  
відрізнати минуле від  
теперішнього –  
і дедалі більше бути  
тут і зараз.

„ Ми допомагаємо тобі.  
Ми розуміємо тебе.  
Ми захищаємо тебе.“

## 20

Батьки приймають особливі потреби своєї дитини...

Вони розуміють, що іноді дитина не може контролювати своє тіло і поведінку.

Вони намагаються захистити дитину від нових страхів.





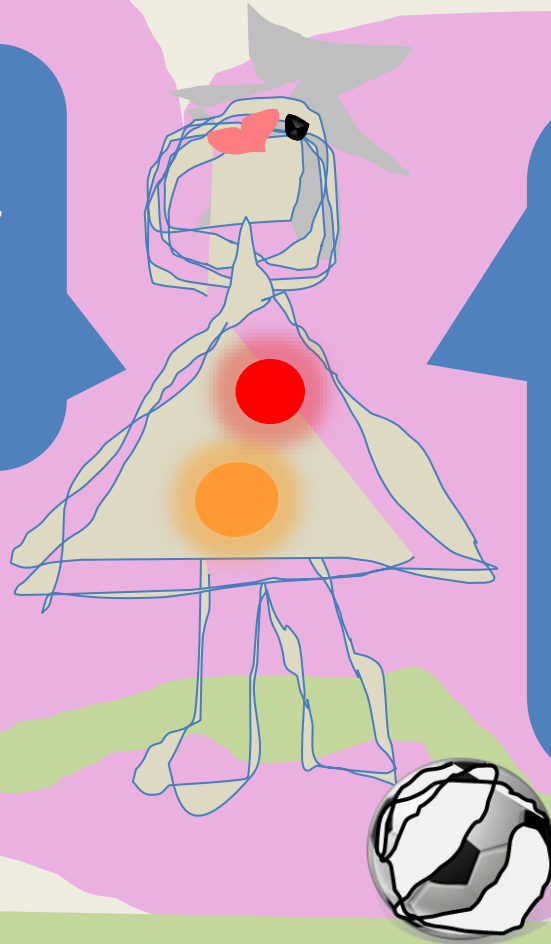
# 21

Ти - дитина? Ти також можеш допомогти собі!  
Є щось, чого страх дуже не любить!

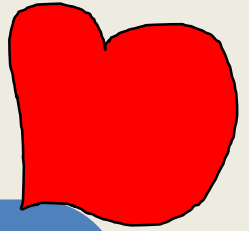


Роби те, що хочеш робити ти!  
Малюй, грай, читай, будуй,  
співай, грайся з іншими дітьми,  
в комп'ютері чи в телефоні...  
Пробуй багато нового!

Рухайся! На вулиці чи в приміщенні.  
Будь-який вид спорту робить тебе  
сильнішою!



Приймай допомогу,  
завжди, коли цього потребуєш. Ти  
пережила важкі часи і ти вижила!  
Це абсолютно нормально, якщо ти  
боїшся чи сумуєш. Ти маєш право на втіху і  
допомогу!

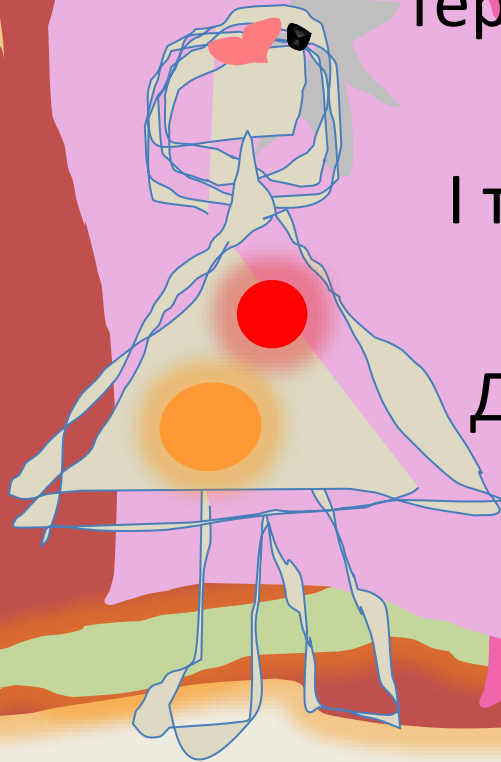


22

Безпечний дім, багато любові, втіхи і терпіння, спорт, навчання, сміх й ігри зміцнюють дитину.

І тінь її надзвичайно великого страху зменшується.

Дуже часто відбувається так!



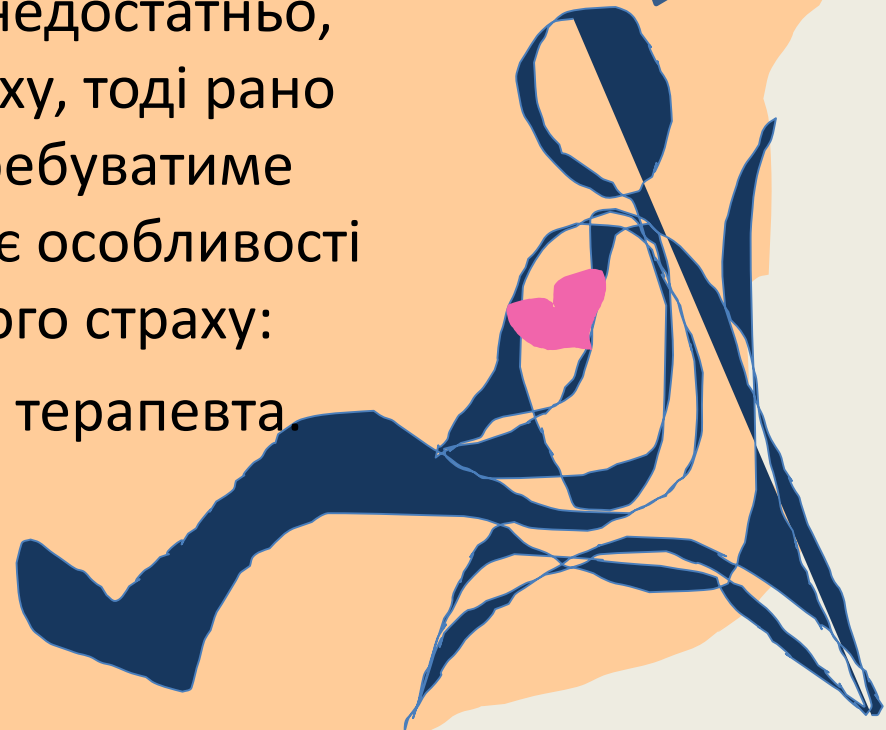
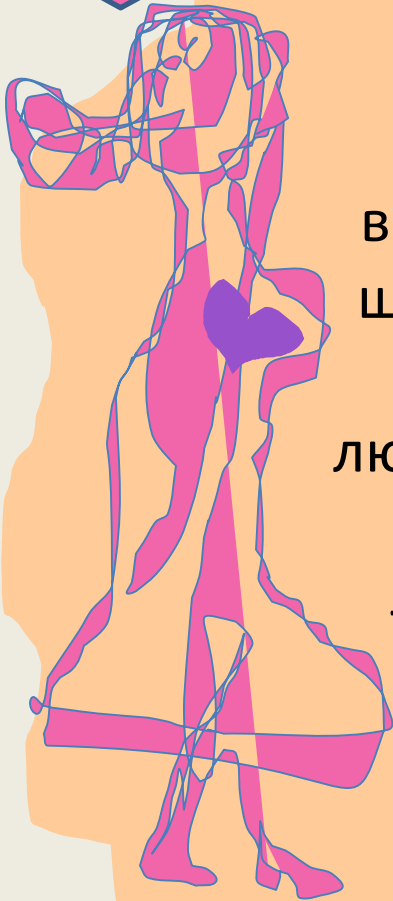
# 23

Привіт, я - Пані Х.  
Добре що, ти  
прийшла.

Практика психотерапії  
Пані Х, Пан У.

Привіт, я - Пан У.  
Ласкаво прошу!

Коли любові, втіхи і терпіння,  
впевненості і радості недостатньо,  
щоб розвіяти тінь страху, тоді рано  
чи пізно дитина потребуватиме  
людини, яка добре знає особливості  
надзвичайно великого страху:  
тоді дитина потребує терапевта.

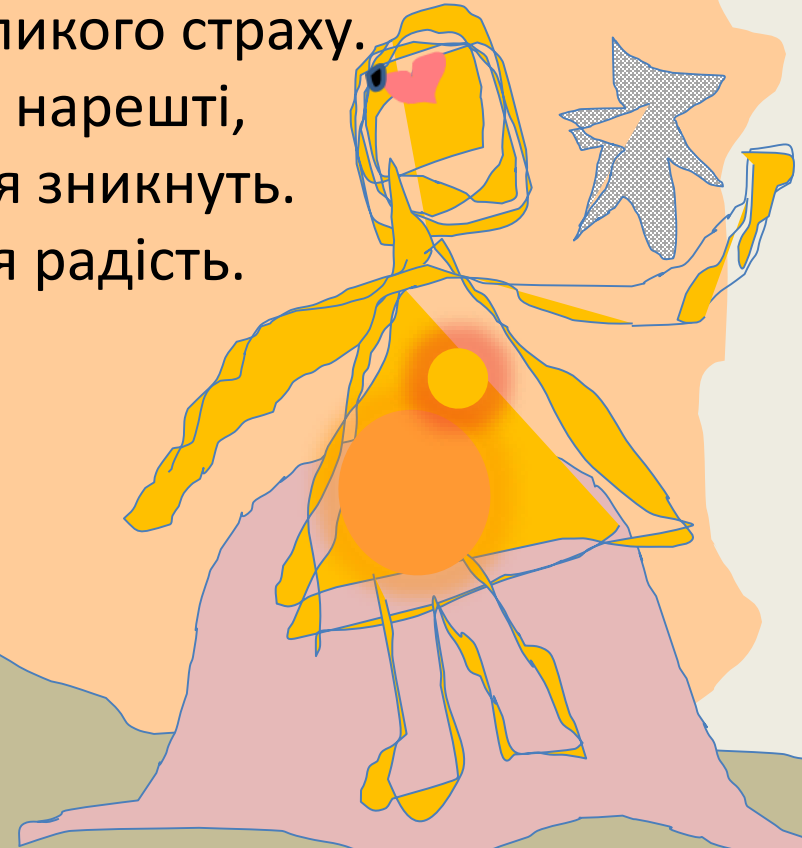
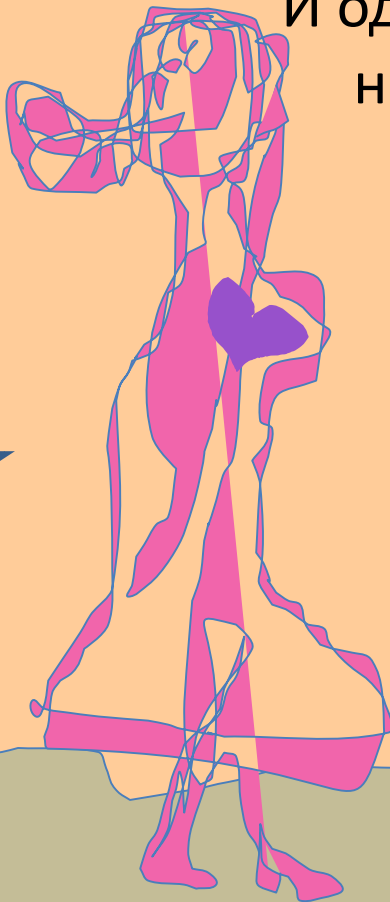
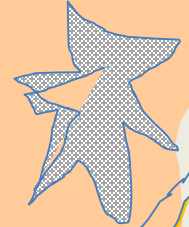


24



За допомогою терапевта Пані Х  
дитина ставатиме сильнішою.  
Й одного дня вона переможе тінь її  
надзвичайно великого страху.

Одного дня, нарешті,  
погані відчуття зникнуть.  
Повернеться радість.



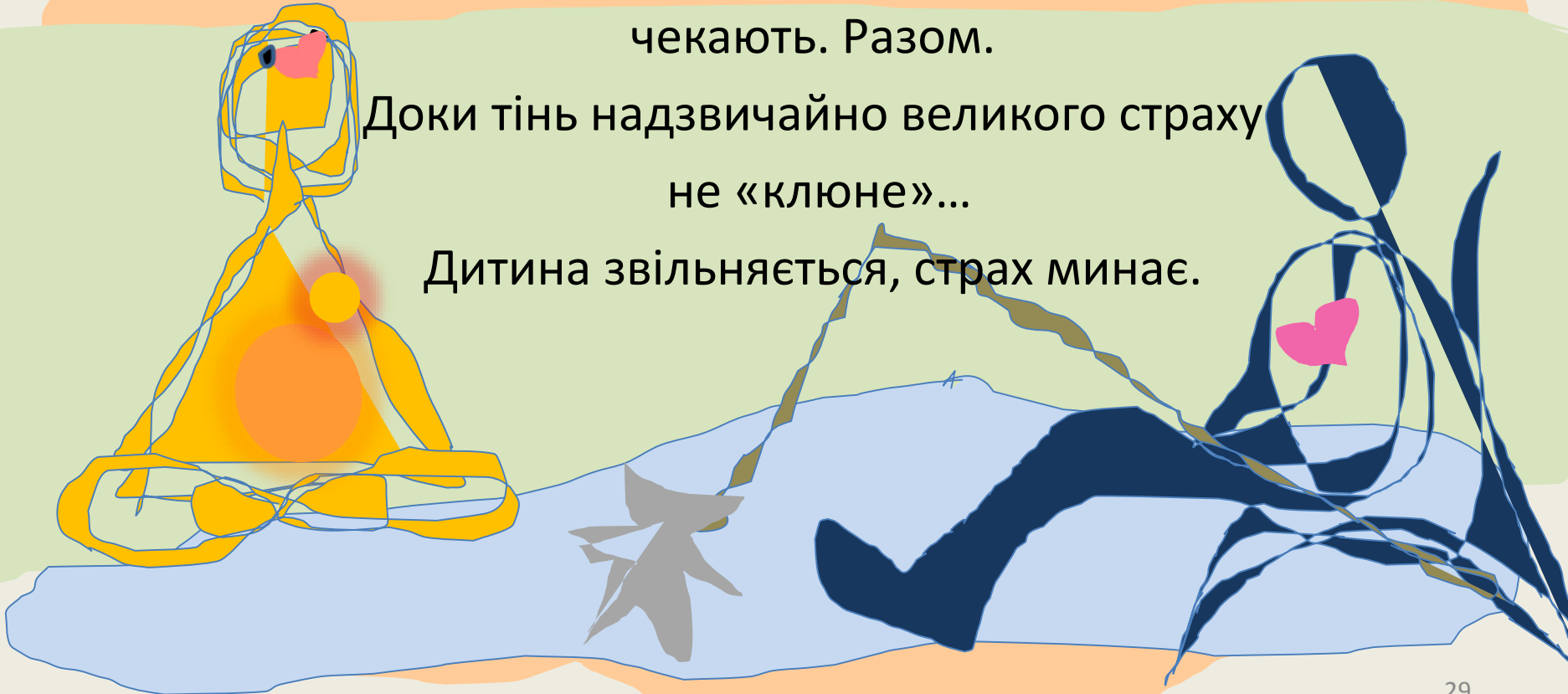
# 25

Або ж дитина з терапевтом Паном У  
шукає початок надзвичайно важких часів.

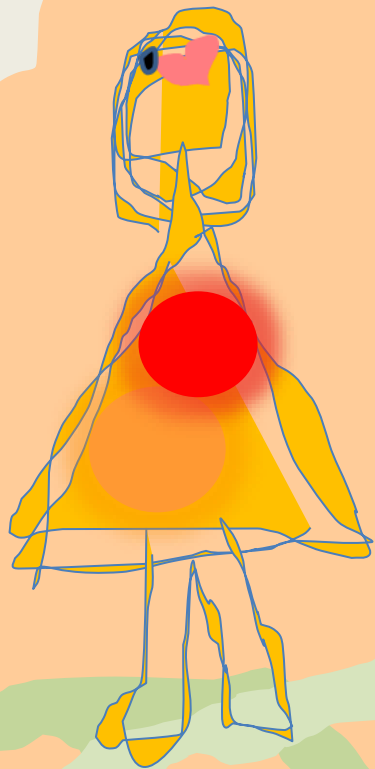
Вони «закидають вудку» і з терпінням й ентузіазмом  
чекають. Разом.

Доки тінь надзвичайно великого страху  
не «кльоне»...

Дитина звільняється, страх минає.



26



Тінь надзвичайного  
великого страху зникає.

Дитина вільна.

Її яскраве світло  
знову сяє.

Серце дитини гріє і  
сповнене  
щастям.

## Додаток 1

# Інформація для батьків

Ви хочете допомогти своїй дитині? Тоді Ви знайдете тут інформацію про Ваші можливості.

- Припущення про Вашу власну ситуацію
- Припущення про ситуацію Вашої дитини
- Що може спричинити надзвичайно великий страх і травму?
- Що може викликати такий надзвичайно великий страх у Вашої дитини?
- Що підсилює великий страх?
- Що дає Вашій дитині силу?
- Як Ви з дитиною можете використовувати ілюстровану книгу

# Припущення про Вашу ситуацію з позиції батьків

- Ви пережили війну і вимушений переїзд. Ви - сильні.
- Ви знайшли шлях залишити країну і піти з Вашою дитиною в невідоме. Ви - дуже мужні.
- Тепер Ви в безпеці! Це дуже, дуже добре!
- Ви ще у перехідному стані. І досі чекаєте нормальної життєвої ситуації. Вам необхідно лишатися дуже сильними. Ваше життя ще непросте!
- Ви піклуєтеся про свою дитину або дітей, хочете їх зрозуміти, хочете знати, що з ними відбувається. Ви - люблячі батьки і робите все можливе.
- Втім, іноді, коли хочете, але не можете допомогти своїй дитині, можливо, почуваетесь безсилями.
- Зверніться по допомогу, якщо вона Вам потрібна! Поговоріть з лікарем чи людиною, якій довіряєте про проблеми Вашої дитини.



# Припущення про ситуацію Вашої ДИТИНИ

- Ваша дитина пережила щось дуже страшне. Сильний шок, надзвичайно великий страх, можливо страх смерті. Можливо й не один раз, а декілька разів підряд.
- Такий досвід може призвести до травми. Травма - це рана: як у дитячій душі, так і в душі дорослої людини.
- Зазвичай страх не минає одразу після пережитого, а переслідує людей.
- Те, що це сталося, Ви можете помітити у незвичній поведінці Вашої дитини, коли вона почала поводитися інакше, ніж раніше. У дитини раптом виникають нетипові для віку або взагалі не «нормальні» проблеми.
- Важливо знати, що Ваша дитина завжди хоче сподобатися Вам і сама страждає від своєї дивної поведінки. Дитина хоче бути хорошою і «нормальною».
- Важливо і корисно знати, що Ваша дитина тимчасово не може контролювати своє тіло.
- Ваша дитина – майстер з виживання, як і Ви. Але вона має особливі потреби і їй необхідна кваліфікована допомога - медична або психологічна.
- Уникайте звинувачень, тиску чи покарань, щоб впливати на поведінку Вашої дитини. Це лише погіршить ситуацію. Розвантажте себе і свою дитину, помічаючи та визнаючи її сили й таланти. Терпіння – надзвичайно важливе.
- Це складна ситуація - як для Вас, так і для Вашої дитини.

# Що може спричинити травму?

Війна, громадянська війна з бомбардуванням, стрілянина, вимушений переїзд, всі ситуації, в яких дитина переживає надзвичайно великий страх і безсилля.

- Насильство над дитиною чи людьми, яких вона знає і любить
- Втрата близьких
- Втрата дому за драматичних обставин
- Сильний біль
- Втрата безпеки, голод, спрага, невідомість
- Страх бути загубленою, покинутою; не знати, як діяти далі
- Загрозливі або драматичні ситуації, за які дитина відчуває свою провину або сором, навіть якщо вона абсолютно невинна

# Що може викликати травматичний страх у Вашої дитини?

У дитини можуть бути всі види стресових і тривожних реакцій, раптові зміни в поведінці, замало чи забагато активності, дивна поведінка - навіть якщо минули дні, тижні і місяці після страшного переживання:

- Плач, крик, тремтіння - навіть без жодної видимої причини
- Енурез, скреготіння зубами, дитина може гризти нігті, завдавати собі шкоду ...
- Безпричинна агресія проти інших людей
- Втома, пасивність, відстороненість, заціпеніння, сором'язливість
- Тривожність, безсоння, нездатність концентруватися
- Постійне повторювання певних рухів: крутіння - повороти, відстукування, наче на барабанах, руками чи ногами, тертя долонями
- Страшні фантазії чи сни
- Надчутливість до чогось нового або й у звичних обставинах

Коли Ви помічаєте такі реакції, поговоріть, будь ласка, про це з лікарем/ями чи терапевтами. Організуйте в міру можливості допомогу. Чим раніше - тим краще. Але це все ще може бути корисним і через роки.

# Що і хто може підсилити страх?

- Нові небезпечні ситуації
- Висміювання дитини через її поведінку
- Батьки, вчителі або інші особи, які карають дитину за її поведінку. Дитина не може контролювати чи керувати деякими своїми реакціями. Тому почувається погано, наче невдаха, коли її через це критикують або карають.
- Ігнорування дитини, коли вона хоче поговорити про свої страшні спогади і проблеми. Дитина, безсумнівно, дуже часто потребує Вашого втішання та розуміння.
- Страх може підсилитися, коли Ви в присутності дитини чи інших людей знову і знову говорите про її проблеми.
- Коли Ви лишаєте дитину одну (вночі або під час тривалого добирання до школи) це може викликати сильні негативні спогади.
- Якщо Ви хочете поговорити про власні переживання, робіть це не в присутності дитини, оскільки це викликає атмосферу страху.

# Що додає Вашій дитині силу?

## 1. Надійність

- Довірені/знайомі люди
- Знайомий простір
- Знайомі шляхи/дороги
- Надання допомоги, коли дитина боїться

## 2. Все, що любить робити дитина.

- Рух, будь-який вид спорту
- Гра
- Слухання чи створення музики
- Сміх, можливість бути голосною
- Навчання з цікавості
- Читання
- Обійми
- Перебування разом з дітьми, тваринами та доброзичливими людьми
- Майстрування, малювання, заняття з технікою
- Пізнання нового - здобуття нового досвіду у безпечних приміщеннях

## 3. Крім того, також

- Усі види успіху
- Спогади: згадувати найстрашніше і розповідати, плакати і трястися. Мати спокійних слухачів/ок і відчувати співчуття. Запам'ятати: найгірше - в минулому, не зараз.
- Бути розгніваним, не загрожуючи при тому собі або іншим
- Батьки, які радіють навичкам мужності і сильним сторонам дитини
- Батьки, які вважають себе не лише жертвами жахливих обставин, а, передусім, вцілілими майстрами з виживання

# Як використовувати цю книгу з ДИТИНОЮ

Ілюстрована книга на сторінках 4 - 30

Ви можете дивитися книгу разом з дитиною, читати, пояснювати, говорити про це. Ви самі помітите, чи розуміє дитина, чи зацікавлена, чи лякається і як довго захоче займатися/розбиратися з цією темою.

Ми вважаємо, що дитині в будь-якому випадку під час читання потрібна довірена особа. Історія може викликати сильні емоції. Тоді хтось має бути поруч.

Пропозиції для малювання на сторінках 39 - 44

З приводу малювання – ті ж рекомендації. Дитина вирішує, чи хоче малювати. Під час малювання сильні почуття можуть проявитися гостріше. Тому під час малювання дитина потребує людини, якій вона довіряє. Їй вона може показати малюнок і, за потреби, поговорити про це.

Ви повинні використовувати запропоновані пропозиції у визначеному порядку - для того, щоб можлива робота зі страхом перейшла у позитивні теми.

Будь ласка, акцептуйте кожен малюнок, який малює дитина, незалежно від того, як він виглядає.

## Додаток 2

# Ідеї для дітей

- Намалюй, що ти любиш робити, робиш охоче або хочеш мати
- Намалюй людей, яких ти любиш
- Намалюй те, що ти добре вмієш робити
- Хочеш намалювати страшні спогади?
- Що ти бажаєш у майбутньому?

Намалюй, що ти любиш робити,  
робиш охоче або хочеш мати





Намалюй людей, яких ти любиш



Намалюй те,  
що ти добре вмієш робити



Хочеш намалювати страшні спогади?



Що ти бажаєш у майбутньому?





# Вихідні дані



Ідея, тексти, малюнки та координація:

Сюзанне Штайн (Susanne Stein), педагог, асистент, викладач тематичної взаємодії, викладач з інтерактивності (Theme-centered Interaction TCI).

- Щира подяка всім, хто сприяв у реалізації проекту:
- Вичитували текст мої сирійські друзі. Вам я завдячую натхненням до цієї ілюстрованої книги, а також цінними ідеями та правками.
- Багато терапевток і терапевтів надали мені корисні поради, - зокрема, Гема Фрідріх (Hemma Friedrich), дипломована психологиня, доктор медичних наук, і Ульріх Лампартер, (Ulrich Lamparter), лікар із психосоматичної медицини, психоаналітик.
- Перед публікацією значну підтримку я отримала від терапевтів амбулаторної служби для біженців «Діти майбутнього «Children for Tomorrow»» (див. стор. 46).
- На арабську мову текст переклала пані Холуд Таяр (Kholood Tayar), присяжна перекладачка, решта перекладів зроблені на громадських засадах.
- Переклад на українську мову Юлія Марушко (Марушка) Julia Marushko (Marushka)
- Пітер Папе невтомно читав правки.
- Холгер Керн суттєво (Holger Kern) підтримав мене в публікації всіх (13) версій на моїй інтернет-сторінці [www.susannestein.de](http://www.susannestein.de).
- Аннетте Юнге-Шенперман (Annette Junge-Scherpermann), психологиня та терапевтка з дитячої травми, у 2015 році уклала додаток з інформацією з використання.
- Професійна спілка «Education and Science» (GEW) неодноразово надавала нам безплатний дру
- Ви хочете дати нам підказки чи лишити відгуки? Будь ласка, пишіть [susanne.Stein@hamburg.de](mailto:susanne.Stein@hamburg.de)



Фонд «Діти майбутнього» (Children for Tomorrow) профінансував переклад цієї книги на арабську мову. Також це прочитали працівники Софі Сілва Мелла (Sofie Silva Mella, арт-терапевтка В.А.) та дипломована психологиня Корнелія Регер (Cornelia Reher), терапевтичний керівник амбулаторної служби для біженців університетської клініки Гамбург-Еппендорф (Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf UKE).

Амбулаторна служба для біженців у Гамбурзі - це спільний проект центру швидкої медичної допомоги UKE GmbH (Ambulanzzentrum des UKE GmbH) та фонду « Діти майбутнього» «Children for Tomorrow» - благодійний фонд, що підтримує дітей і сім'ї, які стали жертвами війни, переслідувань та організованого насильства. Заснований у 1998 році Стефані Граф (Stefanie Graf). Діти та підлітки, які стали жертвами вимушеного переїзду, переслідування чи виселення, в амбулаторній службі для біженців отримують психіатричну й психотерапевтичну допомогу.

[www.children-for-tomorrow.de](http://www.children-for-tomorrow.de)

[www.uke.de](http://www.uke.de)

Якщо Вам потрібна допомога, зверніться до лікаря чи педіатра.



Усі ми, учасники проекту, бажаємо Вам та Вашим родинам всього найкращого!

# Додаток з інформацією з використання

Ілюстрована книга першочергово була написана для однієї сім'ї, для розмови між батьками та дітьми, тобто, для людей, які дуже добре знають один одного. Наразі книгою користуються багато вчителів, працівників дитячих садків та волонтерів. Ось відповіді на запитання, які задають найчастіше

## **Яким чином книга може найкраще допомогти?**

Діти зможуть краще зрозуміти себе. Вони відчують полегшення, оскільки існують психологічні пояснення їхніх постійних страхів чи тілесних симптомів. Можливі почуття сорому і провини зменшаться. Зміцниться впевненість.

Батьки й помічники краще розумітимуть дітей. Вони дізнаються, як можна полегшити їхню ситуацію та яка поведінка викликає у них додаткові проблеми. Адже батьки та помічники часто почуваються безсилими.

Підготувати ґрунт для терапії психічної травми і відкрити двері для невідомої досі можливості отримати кваліфіковану допомогу.

## **Чи замінює ілюстрована книга терапію?**

На жаль, це неможливо. Ілюстрована книга - це невелика допомога при травмі. Інакше кажучи, «це - милиця, з якою краще ходити, коли є травма ноги, доки рана не загоїться або доки її не вилікує фахівець». Книга не зможе забрати страждання, але, сподіваємося, зменшить його, зміцнивши довіру. При цьому мені імponує китайське прислів'я: «Краще запалити свічку, ніж скаржитися на темряву».

Мовою спеціалістів - ілюстрована книга сприяє стабілізації почуттів, активізації ресурсів і психоедукації. Сподіваємося, що цим книга полегшить стан батьків та дітей.

## **Як ефективно використовувати ілюстровану книгу?**

Ви можете запропонувати книгу батькам чи дітям або разом подивитися її з ними. Для постраждалих при цьому важливе Ваше ставлення: що Ви дружно, привітно, скромно і співчутливо супроводжуєте дітей або дорослих під час читання, сприймаєте їхні почуття і відповідаєте на їхні запитання. Ви не знаєте краще за них, не ставите діагноз. Ви пропонуєте роз'яснення. Ви вказуєте на варіанти ймовірної допомоги. Якщо це допомагає - добре. Якщо постраждалі відмовляються - це їхнє важливе право. Або, повертаючись до образу з милицею: Ви знаєте, що пропонуєте лише «милицю», а не «найкращі ліки».

## **Що робити, коли під час читання або малювання у дитини виникають травматичні спогади?**

Це важливе питання, яке мені часто задають - я часто чую на заходах, обговорювала з терапевтами з психічної травми і отримала такі інструкції, підказки для усіх нас «помічників без професійної підготовки» з терапії психічної травми... Особливо щира подяка за це Аннетте Юнге-Шенперман (Annette Junge-Schepermann), дипломованій психологині, терапевтці з психічної травми у дітей.

## Продовження: Що робити, коли під час читання або малювання у дитини виникають травматичні спогади?

«Важливою у роботі з потенційно травмованими дітьми є послідовна орієнтація на ресурси та уникнення втручань, які можуть викликати спогади, призвести до підняття неопрацьованих фрагментів травматичної пам'яті. Дуже корисно і здебільшого цілком достатньо, якщо Ви займаєтеся з дитиною тим, в чому вона може пережити успіх, проявити свої сильні сторони або пережити нові хороші враження. Якщо дитина відчуває, що Ви заохочуєте і допомагаєте, це вже працює. Таким чином Ви можете суттєво допомогти постраждалим дітям, оминаючи стресові спогади. Опрацювання травматичних переживань слід якнайшвидше залишити професіоналам.

Якщо дитина сама розповідає про жахливі переживання або малює страшні хворобливі спогади, рекомендуємо прислухатися до таких порад:

- Своїми словами скажіть, що досвід, мабуть, був жахливим, не вдаючись до більш травматичних деталей: «Це, безумовно, було дуже, дуже погано для тебе». Важливо визнати, що і дитина, і сім'я стали жертвами жахливих обставин і сигналізувати про те, що Ви розумієте міру «жахливого». Але водночас слід послідовно орієнтуватися на наявні сильні сторони та ресурси, а за необхідності - зосередити увагу на позитивному збігові обставин у пережитому жахові. Втішайте дитину, коли потрібно. Якщо Ви будете дотримуватися цих інструкцій і діяти, як підказує Ваше серце, неодмінно зробите все правильно!
- Тому не займайтеся дослідженнями. Стримайтеся від інформації, навіть якщо Вас це дуже зацікавить. Якщо дитина сама хоче розповісти травматичні подробиці, запропонуйте намалювати пережите або програти з фігурами тощо. Запропонуйте їй розповісти ситуацію в третій особі, ніби з «перспективи орла»: «Тоді Ахмед утік ...» замість «я втік...» Це допоможе дитині дистанціюватися від досвіду, захищаючи від неопрацьованих почуттів та тілесних симптомів.
- Якнайшвидше спокійно і чітко поверніться до орієнтації на ресурси: «Що допомогло тобі пережити жахливу ситуацію?» І якщо дитина не може відповісти, запитайте: «Коли зараз ти добре почувашся? Коли і що ти любиш робити?» або «У що ти любиш грати, що любиш робити, малювати ... щоб почуватися знову краще?» Звичайно, це допомагає, якщо Ви вже трохи знаєте дитину і її захоплення. Або ж Ви можете це з'ясувати в процесі разом з нею.

Коли дитина намалювала або відтворила травматичну ситуацію (з фігурами), Ви можете запропонувати переграти намальовану чи показану ситуацію «до щасливого кінця», тобто, запросити дитину пофантазувати і намалювати, що могло би статися, аби все вийшло якнайкраще, та відтворити це.

При цьому «щасливий кінець» не обов'язково повинен бути реальним, він може бути і вигаданим. Дитина може вигадати таких сильних і могутніх «ідеальних помічників», які змогли б запобігти небезпечній події або вчасно врятувати дитину.

Найголовніше, що у своїй внутрішній картині подій дитина може знайти нове позитивне рішення, пережити «щасливий кінець». Зазвичай це має безперечно корисний і заспокійливий ефект, який також використовується терапевтами у роботі з травматизованими дітьми.

Якщо після такого досвіду Ви продовжуєте хвилюватися за дитину, не соромтеся поговорити про це з батьками та, можливо, з терапевтами». Аннетте Юнге-Шеперманн (Annette Junge-Schepermann)

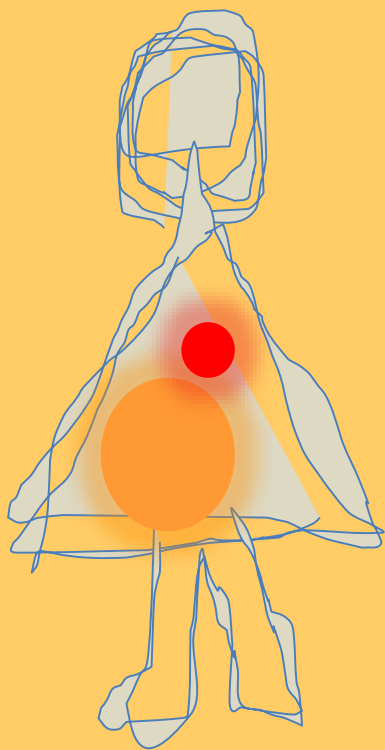


# Деякі фігури для вирізання та гри

Зокрема, фазу відновлення після переїзду та щасливий кінець можна відтворити, розкрити більш розширено.

Для цього тепер є друзі дитинства, рідні брати і сестри, інші родичі, вчитель/лі, вихователь/лі та інші помічники.

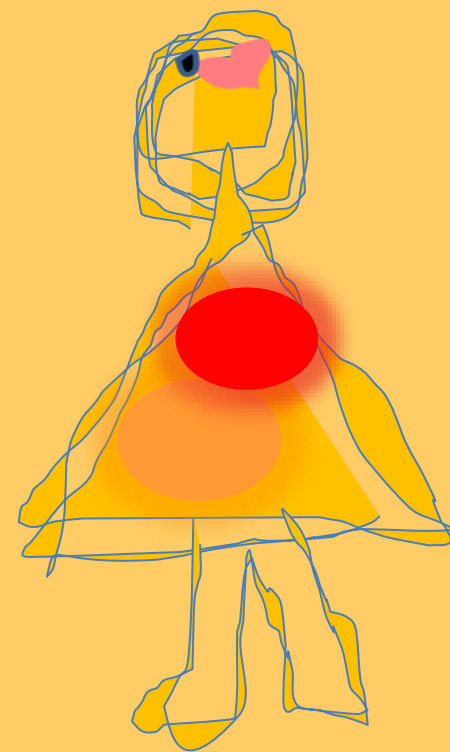




Дитина



Дитина після чогось жахливого



Зцілена дитина



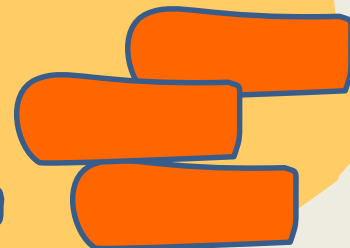
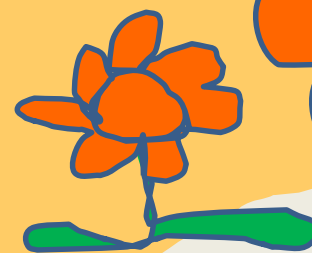
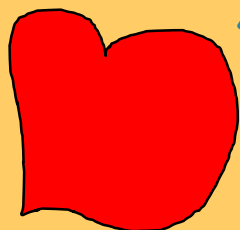
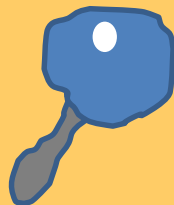


Мама



Тато





Рідні брати і сестри

Друзі дитинства

Іграшки







Родичі

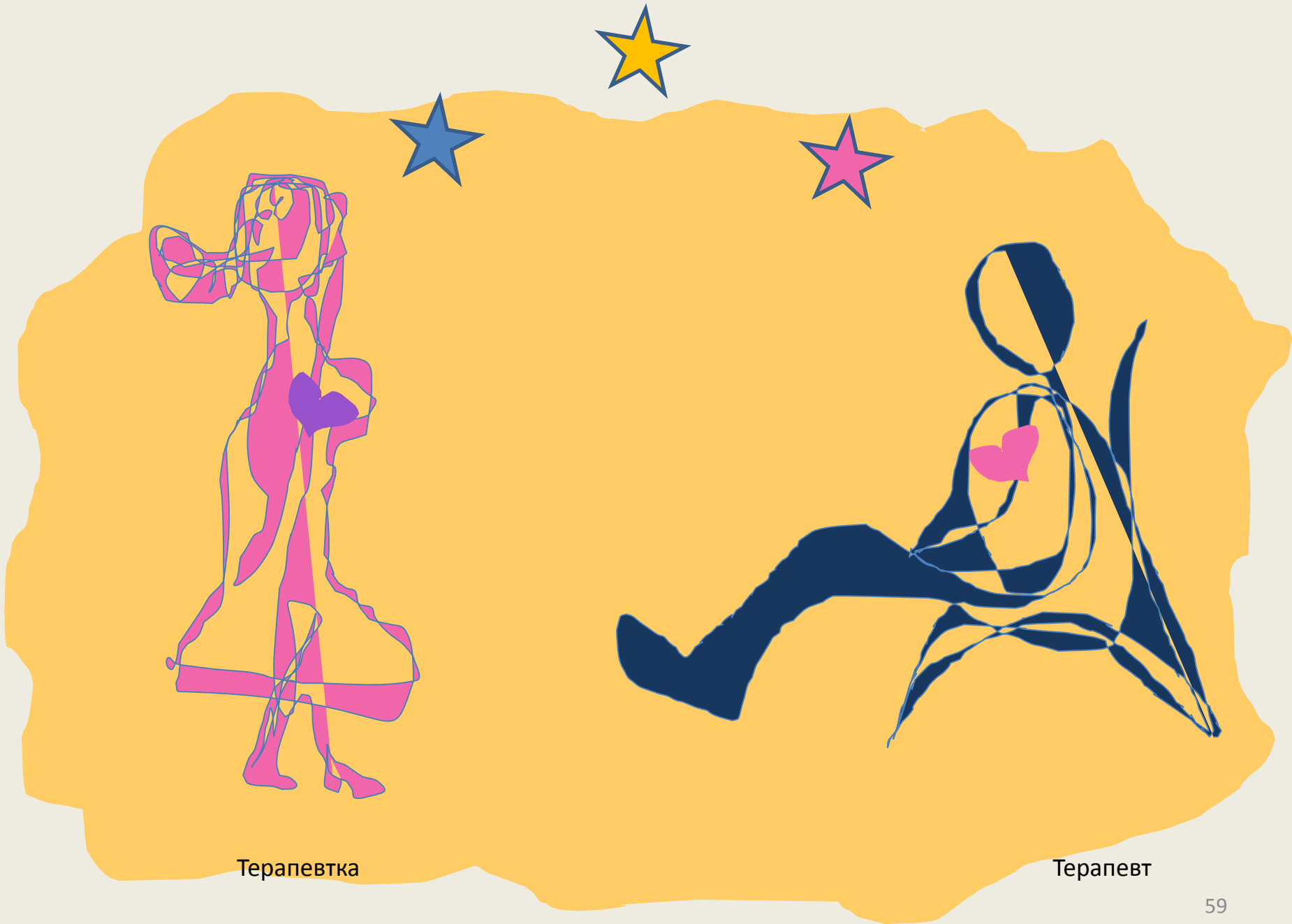
Вчитель/лі



Вихователь/лі

Друзі





Терапевтка

Терапевт

