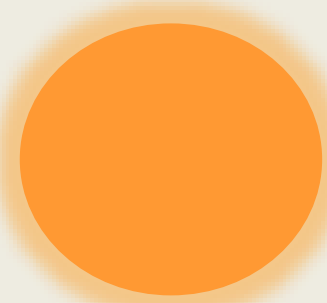
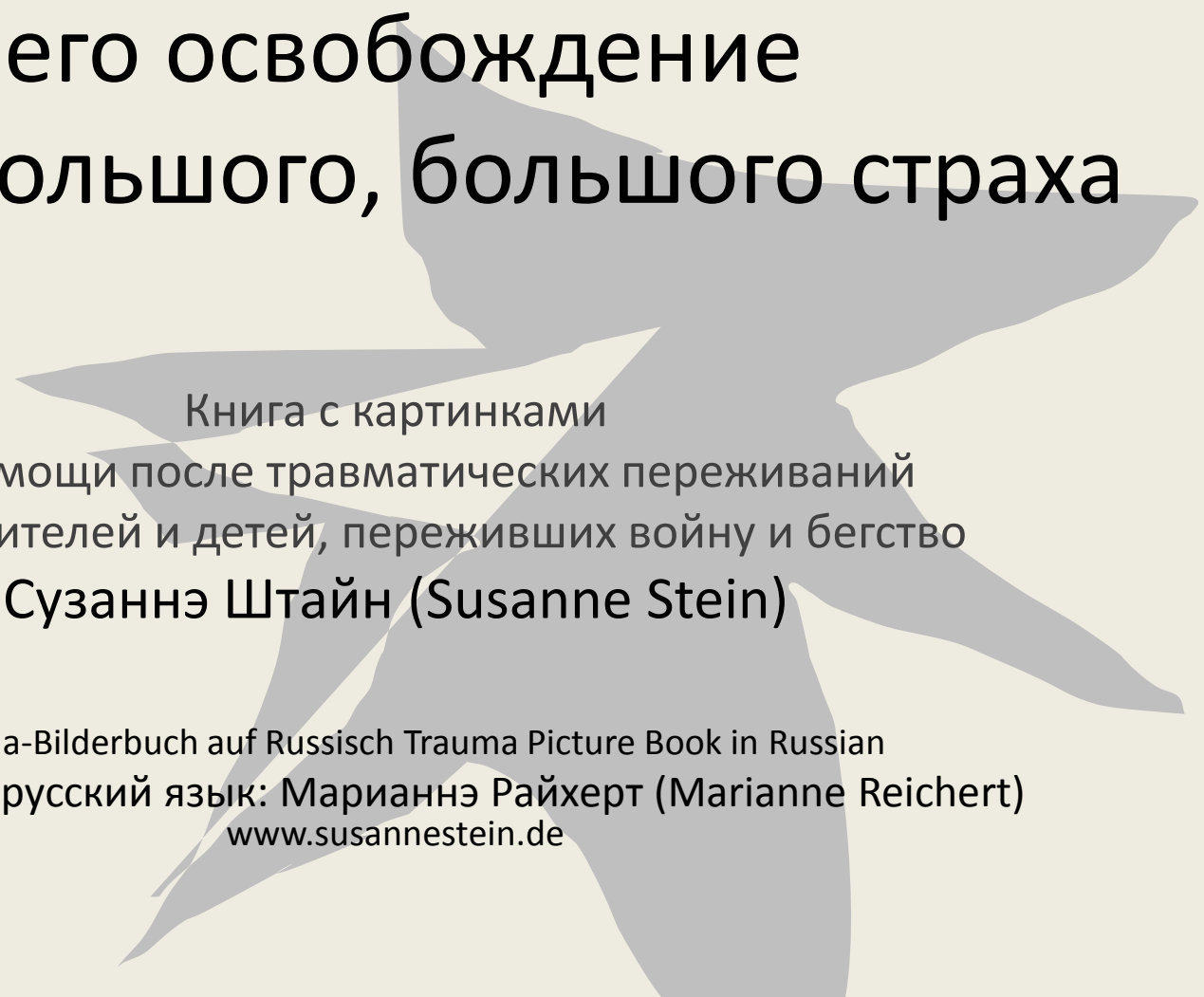


# Ребенок и его освобождение от тени большого, большого страха



Книга с картинками  
по помощи после травматических переживаний  
для родителей и детей, переживших войну и бегство  
Сузаннэ Штайн (Susanne Stein)

Trauma-Bilderbuch auf Russisch Trauma Picture Book in Russian  
Перевод на русский язык: Марианнэ Райхерт (Marianne Reichert)  
[www.susannestein.de](http://www.susannestein.de)





Для всех семей из стран, раненых войной








Для Вас и Ваших помощников/помощниц книга по психической травме с картинками на 12 языках с относящимися к ней FAQ (часто задаваемые вопросы) для бесплатной загрузки и для печатания находится на сайте

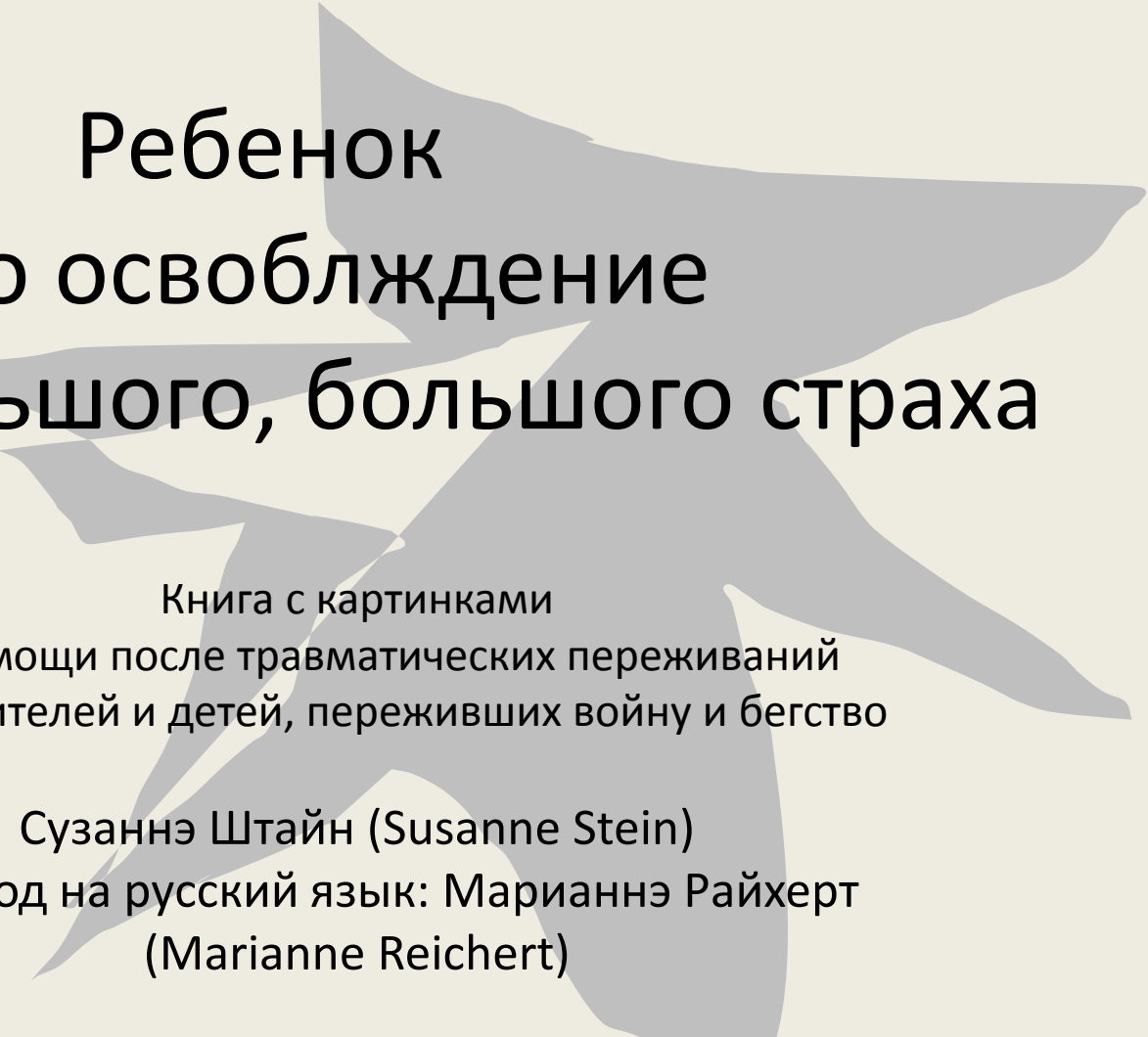
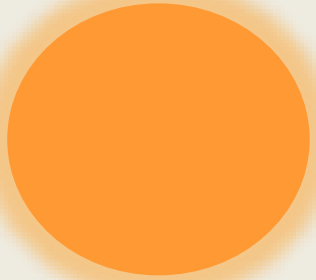
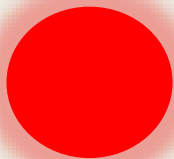
[www.susannestein.de](http://www.susannestein.de)

Текст и картинки подлежат охране авторских прав.  
Использование в коммерческих целях, а также внесение изменений не разрешается.



# Содержание

-  Книга с картинками (26 картинок) стр. 4 – 30
-  Приложение 1 Информация для родителей стр. 31 – 38
-  Приложение 2 Идеи для детей стр. 39 – 44
-  Выходные данные и приложение с указаниями по использованию стр. 45 – 48
-  Фигуры для вырезания и игры стр. 49 - 60



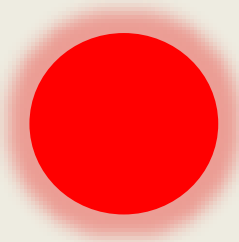
# Ребенок и его освобождение от тени большого, большого страха

Книга с картинками  
по помощи после травматических переживаний  
для родителей и детей, переживших войну и бегство

Сузаннэ Штайн (Susanne Stein)  
Перевод на русский язык: Марианнэ Райхерт  
(Marianne Reichert)

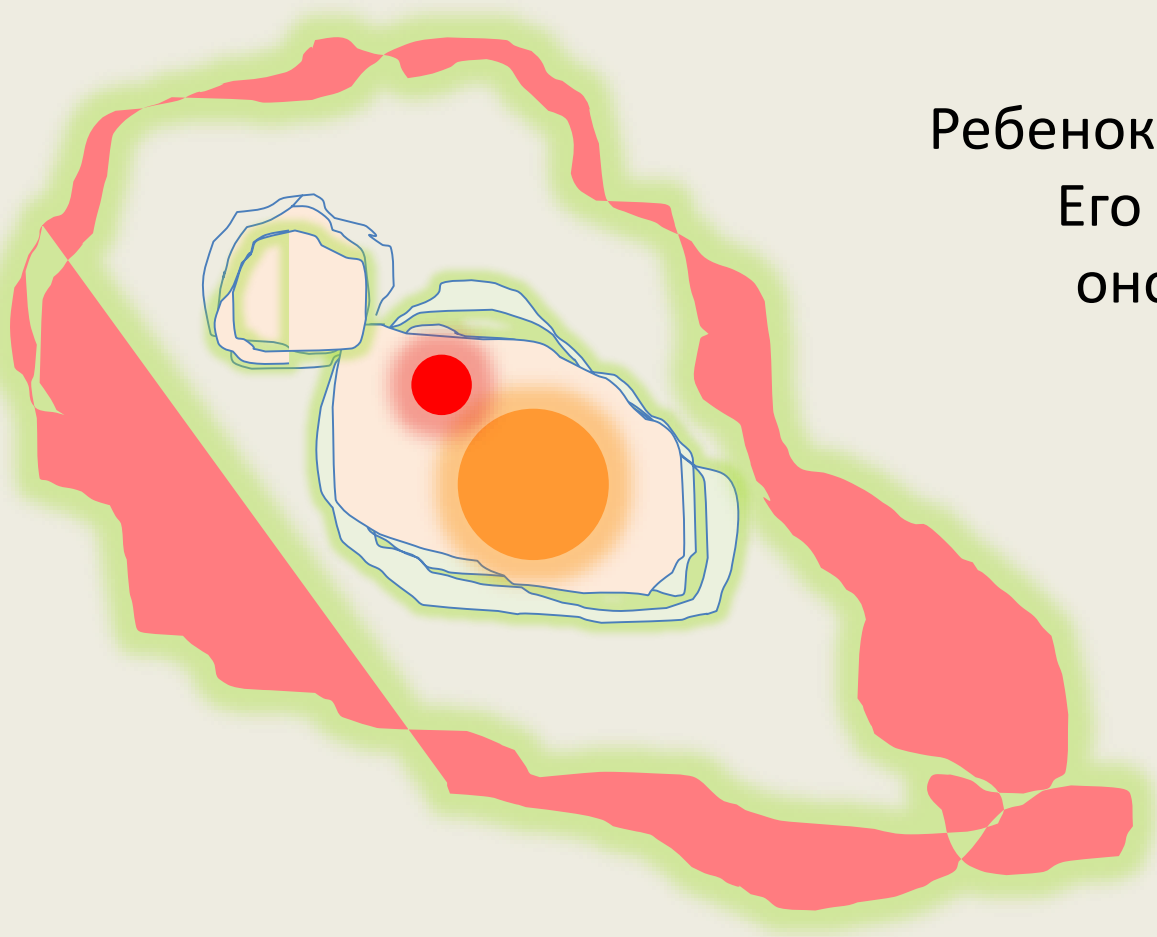
1

Ребенок  
появляется на свет

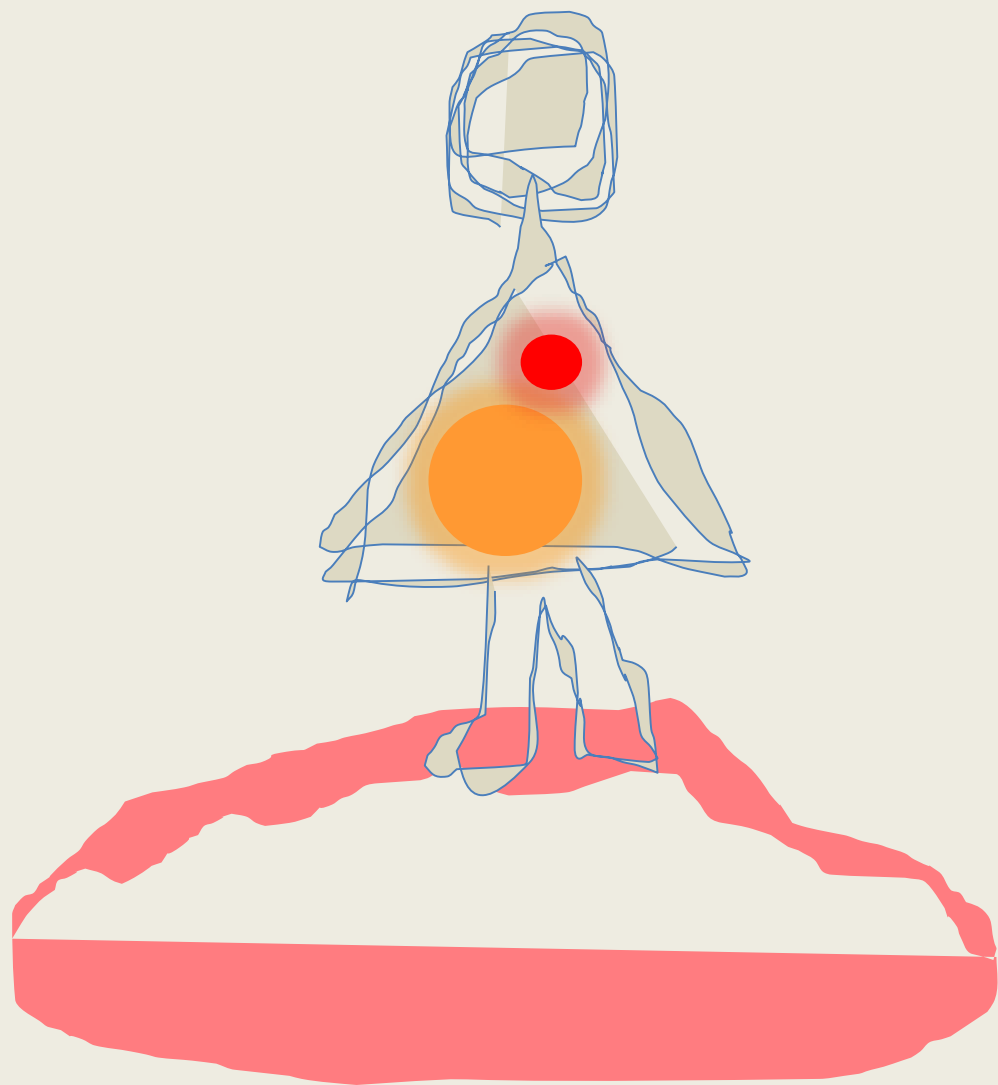


2

Ребенок появляется на свет.  
Его сердце теплое,  
оно сияет светло.

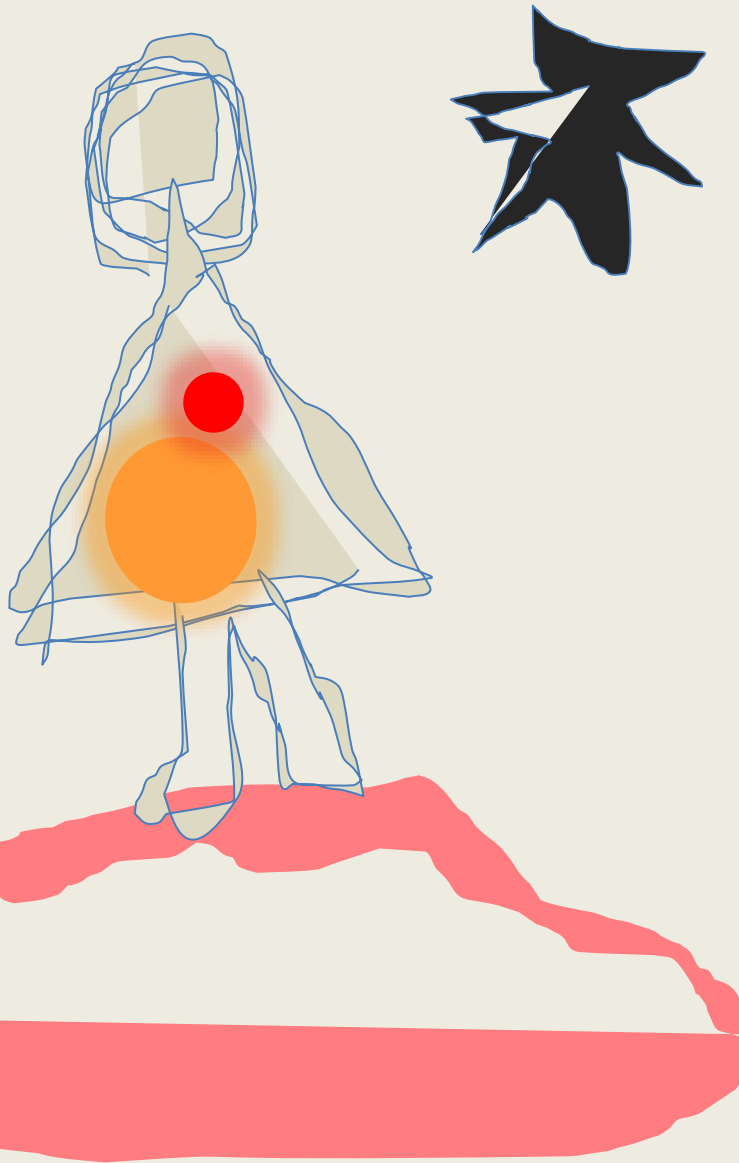


# 3



Ребенок подрастает  
у людей,  
любящих его,  
так, как он есть.  
Это большое счастье.

4



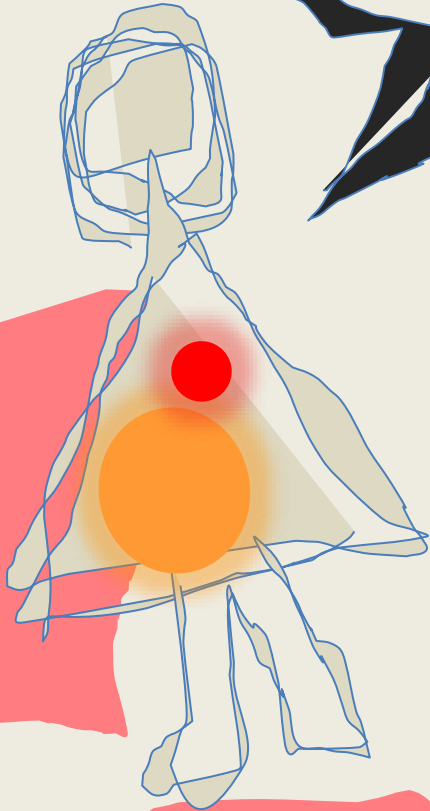
В один прекрасный день что-то  
испугает ребенка:  
например животное, незнакомые  
обстоятельства,  
темнота ночи...  
Или он на один момент потерял из  
виду своей матери.

Когда прошел этот момент,  
ребенок успокаивается.

Это нормальный и важный опыт для  
каждого ребенка.



5



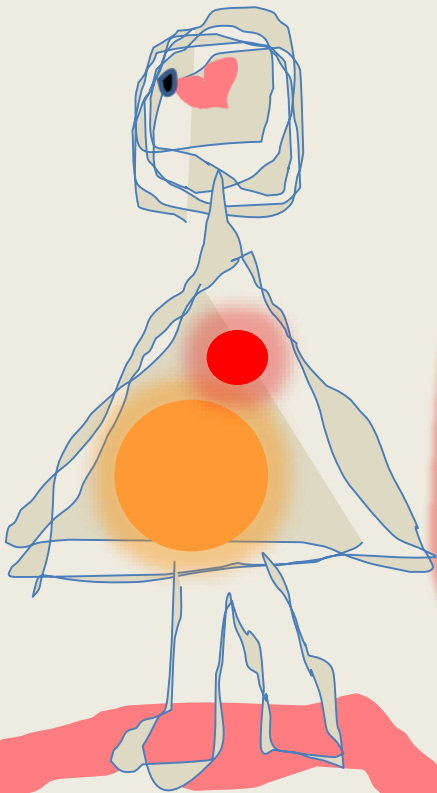
В другой раз что-то другое испугает ребенка.

Слезы, кричание и отчаяние прекращаются утешением родителей.

Или другие любимые люди успокаивают ребенка.

Это также нормальный и важный опыт для ребенка на пути своего развития.

# 6



Так ребенок подрастает.  
Он учиться есть, ходить, говорить...  
Он играет и учится на собственном  
опыте.

Он любит свою семью  
и чувствует любовь семьи.

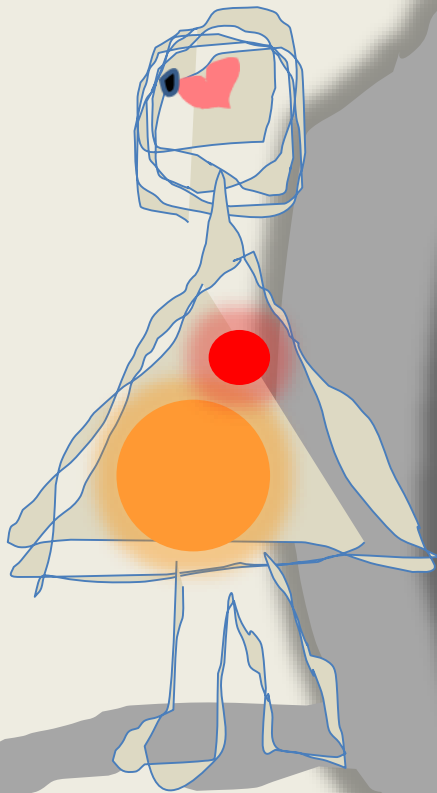
Часто он счастливый,  
иногда грустный,  
иногда гневный.  
Любопытный он всегда.

Так жизнь в порядке.

7

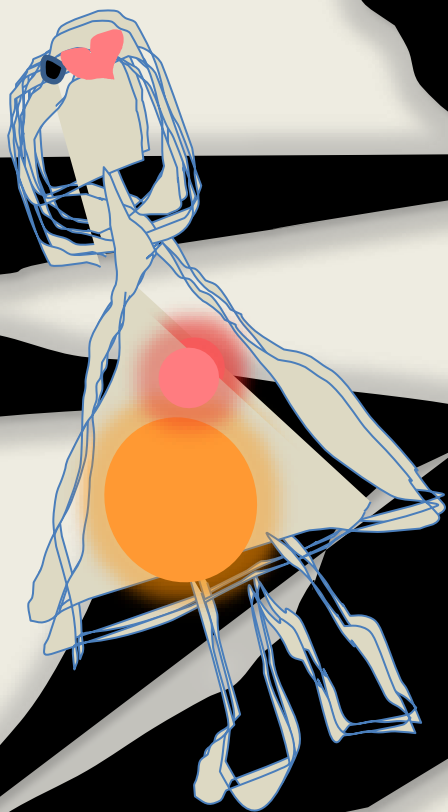
Разражается война

8



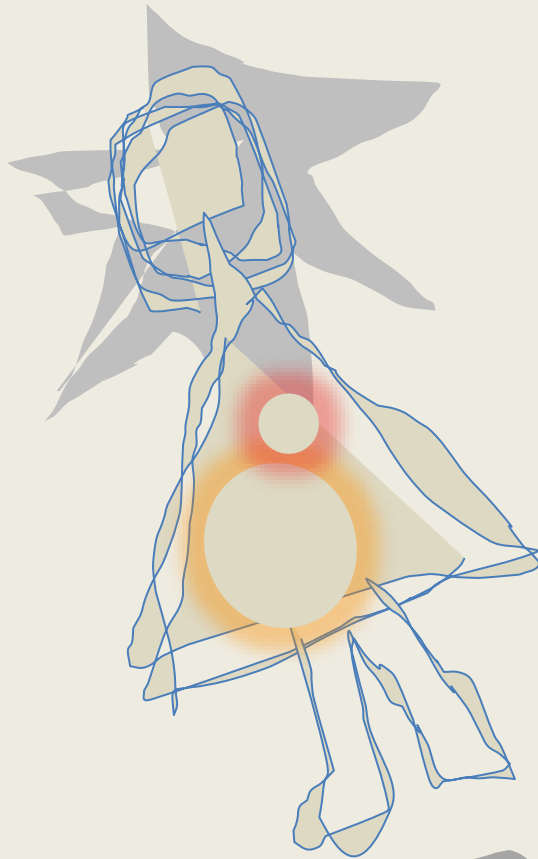
В стране - война.  
Жизнь ребенка  
и его семьи  
затемняется:  
Много проблем,  
много забот,  
много изменений и потерь  
характеризуют ежедневную жизнь.  
Царствует атмосфера страха.

# 9



Случилось в один день  
что ребенок  
переживает  
что-то страшное,  
что-то ужасное.  
Большой, большой страх!  
Его сердце и тело  
в шоковом состоянии.  
Слезы, кричание,  
онемение -  
ничего не помогает  
и НИКТО  
не может помочь сейчас.

# 10



Опасное событие прошло,  
ребенок пережил.

Это очень хорошо!

Однако:

Часть большого, большого страха остается.

Никто не может видеть его.

Однако:

Тень большого, большого страха  
следует за ребенком,

везде, где он бывает.

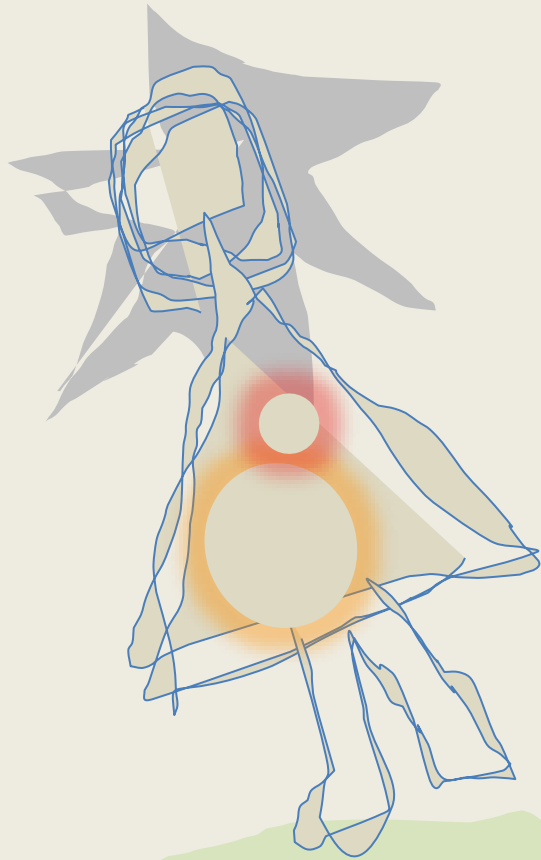
На долгое время.

11

Бегство в безопасную страну



# 12



Война продолжается.  
Любящие родители,  
со страхом и заботой,  
надеждой и смелостью  
в сердце,  
решаются бежать.  
Они покидают свой дом,  
идут в чужбину,  
в зарубежную страну.  
Так они спасают жизнь семьи.



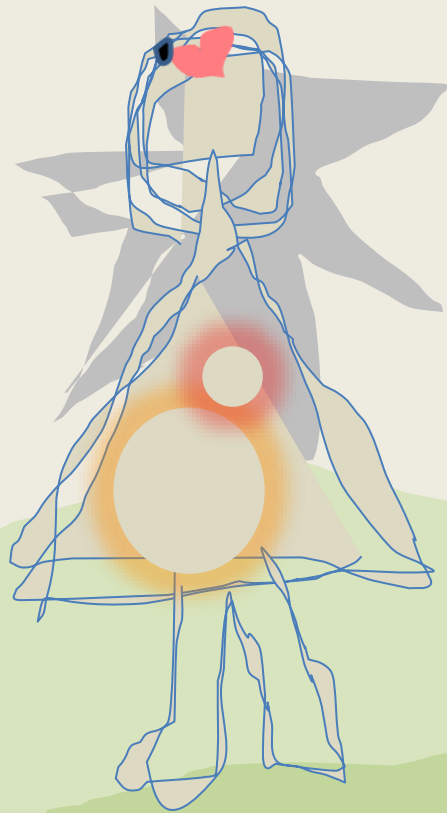
# 13

Сейчас ребенок в безопасности.

Однако:

Тень большого, большого страха  
следует за ним везде.

Мучительные времена.



Ребенок

ждет улучшения положения.

Ждет и надеется.

Пытается не чувствовать страха.

Иногда ребенок странно ведет себя  
и не может прекратить это.

# 14



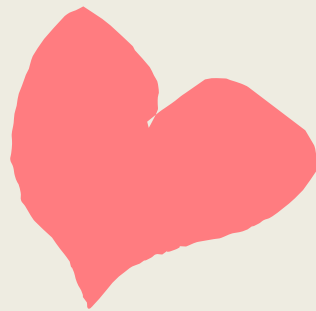
Ребенок не понимает,  
что тень большого, большого страха  
делает с его душой и телом.

Ребенок плакает, кричит,  
может быть бьется в отчаянии,  
скрывается в горе своем...

У него нет идеи,  
что могло бы помочь ему.

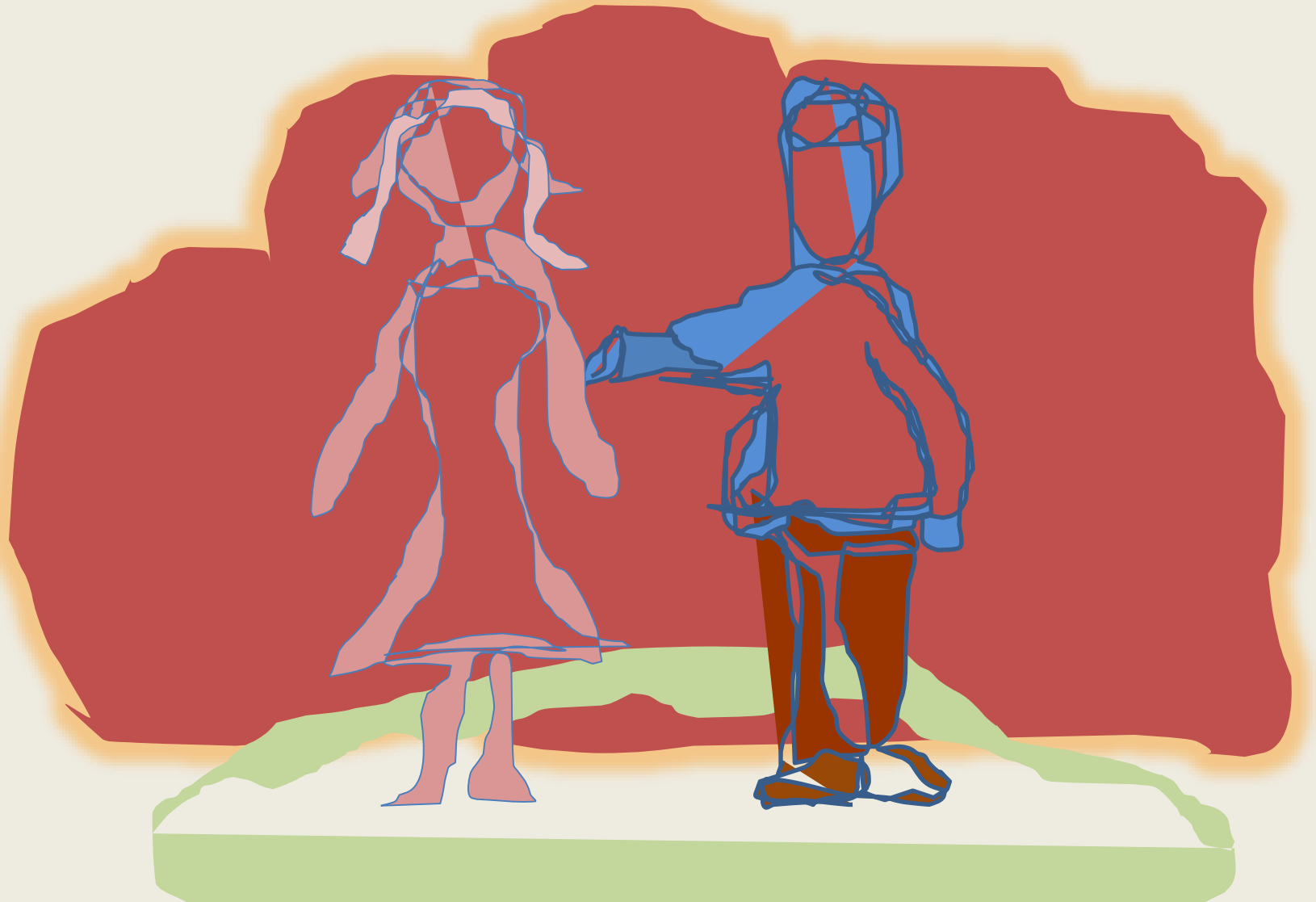
15

Что сейчас может помочь ребенку



# 16

Что могут родители делать для своего ребенка?



„Мы любим тебя.  
Ничего не может разрушить  
нашу любовь к тебе.  
Мы всегда будем любить тебя.”

Так родители  
дают уверенность  
детской душе.  
Любовь, утешение  
и  
терпение  
помогают  
ребенку не  
отчаяться,  
а продолжать свои  
усилия.

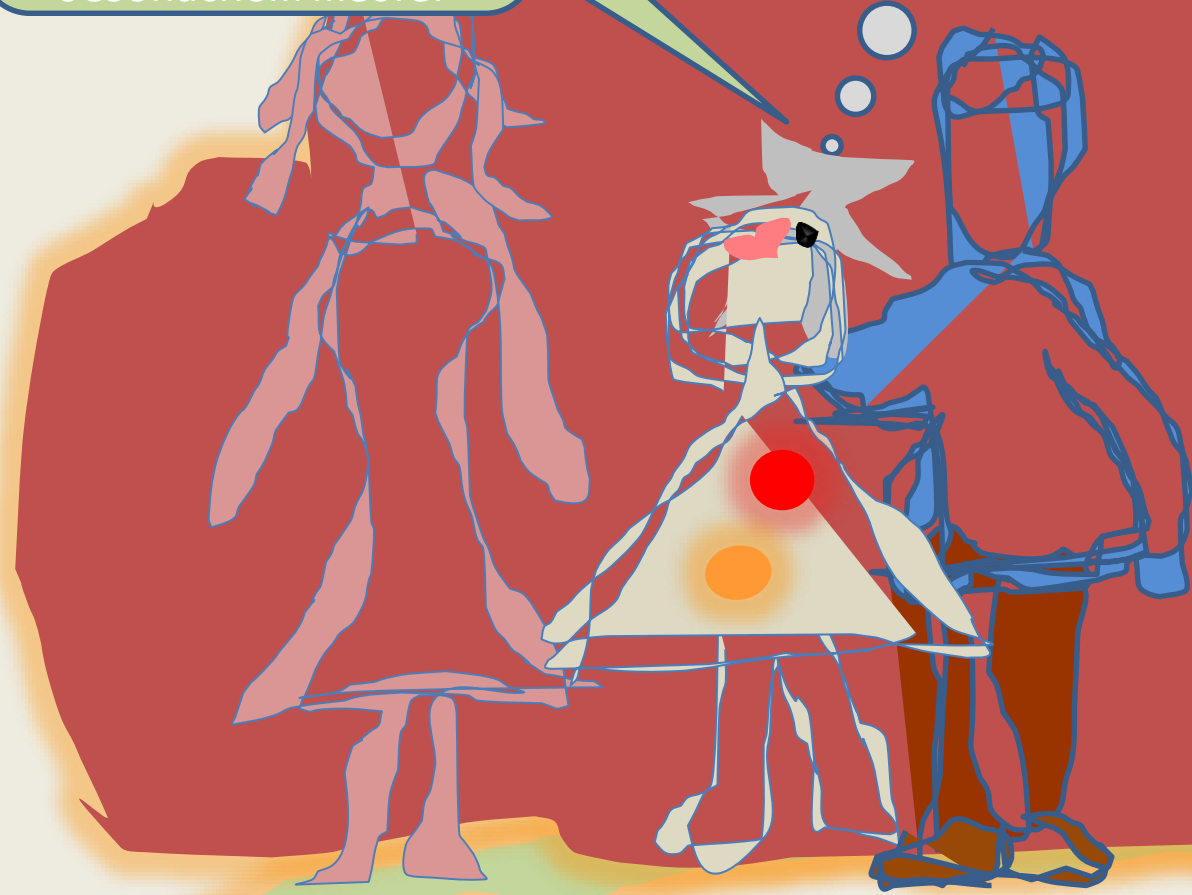
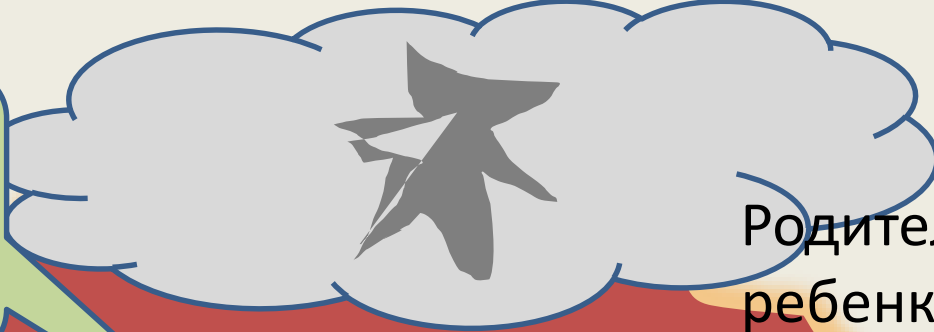


„Мы гордимся тобой!  
Ты знаешь так много!“

Родители придают  
силы детской  
душе, если они  
смотрят на то, что  
умеет ребенок.



„Правильно, в прошлом мы пережили страшные времена. Сейчас мы в безопасном месте.“



Родители говорят с ребенком о его проблемах. В частности тогда, когда ребенок сам хочет говорить об этом.

Так они помогают ему различить прошлое и настоящее и «прибывать» все больше в настоящем времени.

# 20

„Мы помогаем тебе.  
Мы понимаем тебя.  
Мы защищаем тебя.”



Родители понимают особые проблемы и нужды ребенка.

Они знают, что ребенок иногда не может владеть своим телом и поведением. Они стараются предохранить его от нового страха.



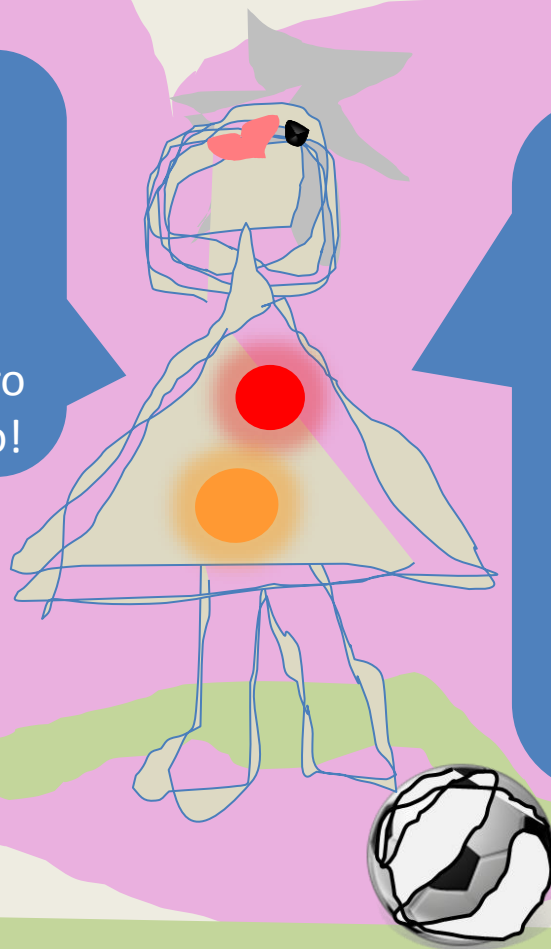
# 21

Ты – ребенок? Ты можешь и помочь себе!  
Есть дела, которые страх очень не любит!

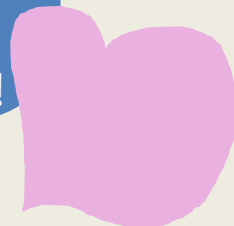
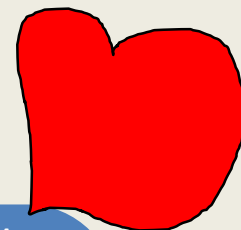


Делай то, что тебе нравится! Рисование, игры, чтение, постройку, пение, учебу, встречи с другими детьми, употребление компьютера или мобильного телефона ...Попробуй много!

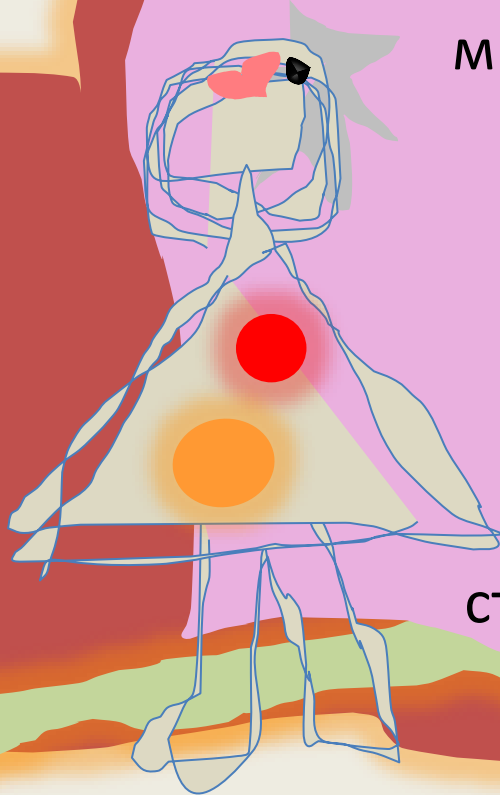
Двигайся!  
Дома или на дворе.  
Любой вид спорта или движения делает тебя сильнее!



Обратись к кому-нибудь за помощью, если это нужно!  
Ты пережил тяжелые времена и сумел справиться с этим!  
Это совершенно нормально, если у тебя есть страх или ты грустишь! Ты имеешь право на утешение и помощь!

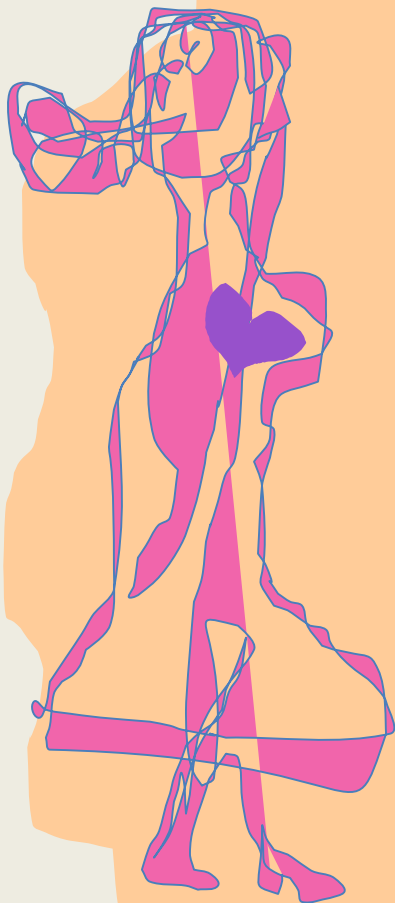


22



Жизнь на безопасном месте,  
много любви, утешения и терпения,  
спорт, учеба, смех и игра  
придают силы  
ребенку!  
И тень  
большого, большого страха  
становиться все меньше и меньше.  
Очень часто это бывает так!

Здравствуй, я -  
госпожа Х.  
Я рада  
видеть тебя.



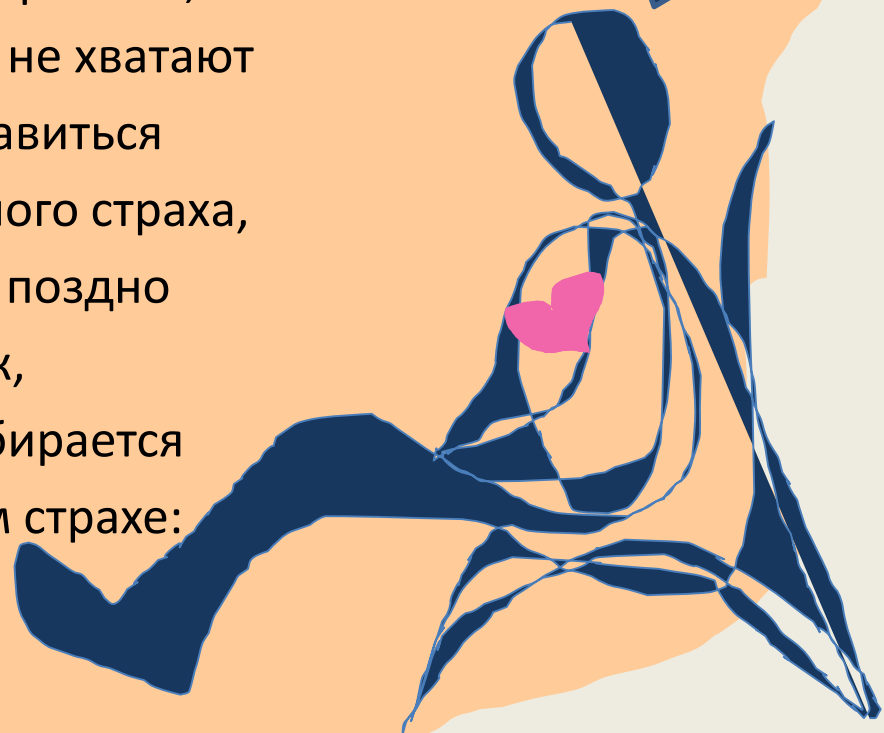
# 23

Бюро психотерапии  
госпожа Х и господин Y

Если  
любовь, утешение и терпение,  
безопасность и радость не хватают  
для того, чтобы избавиться  
от тени большого, большого страха,  
то ребенку рано или поздно  
нужен человек,  
который хорошо разбирается  
в большом, большом страхе:

То ему нужен  
терапевт.

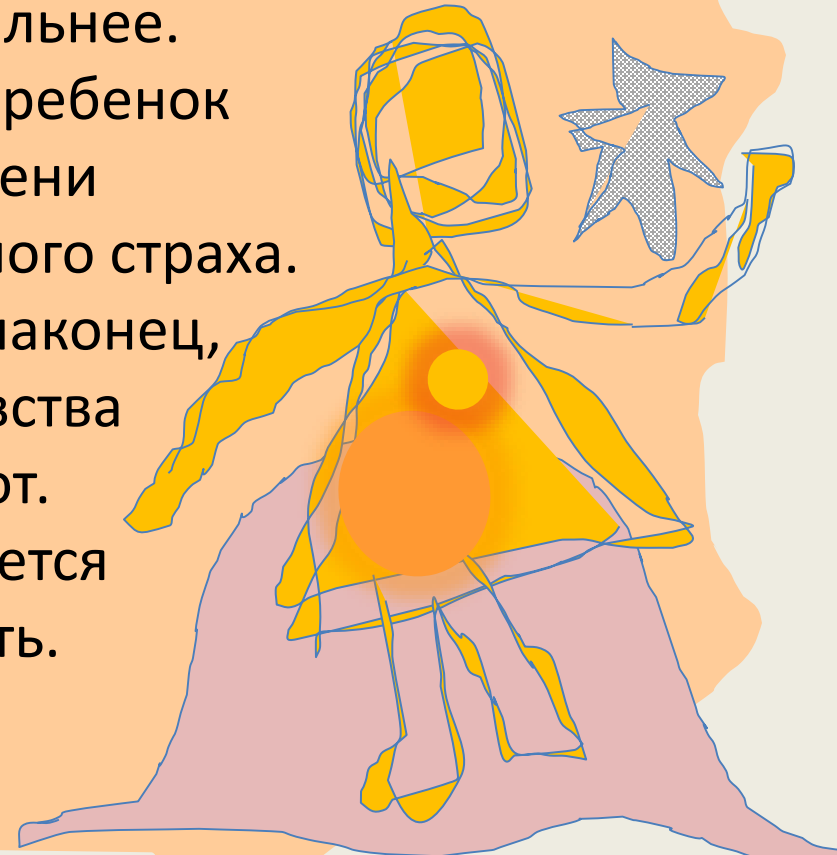
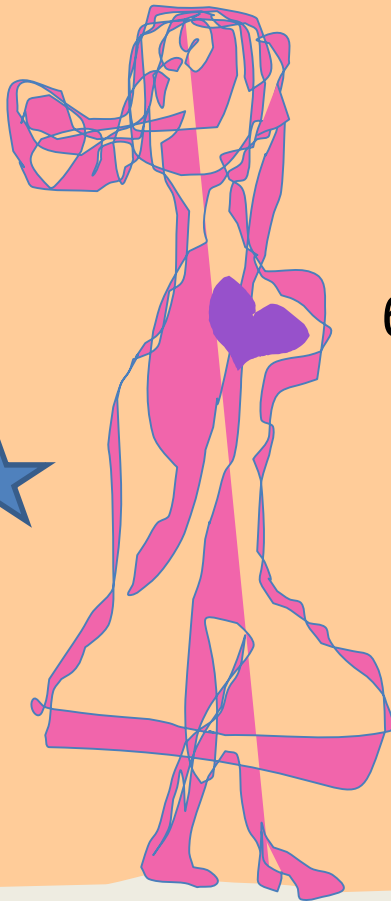
Здравствуй, я -  
господин Y.  
Добро  
пожаловать!



24

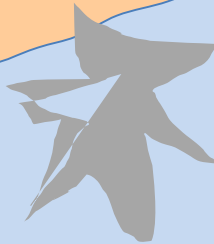


Помощь терапевта госпожи Х  
делает ребенка  
сильнее и сильнее.  
И в один день ребенок  
сильнее тени  
большого, большого страха.  
В один день, наконец,  
плохие чувства  
исчезают.  
Возвращается  
веселость.



# 25

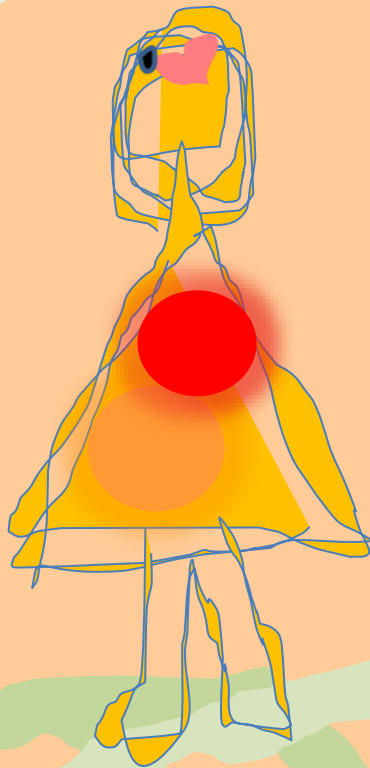
Или, в другом случае, ребенок с терапевтом г-ном У ищет исходный пункт тяжелого времени . Они гоняют страх и, как рыболовы, «бросают удочку» и ждут терпеливо и настойчиво . Вместе. Пока тень большого, большого страха не клюнул. Ребенок освобождается, страх исчез.



26



Тень большого,  
большого страха исчез.  
Ребенок освобожден.  
Его сильный свет  
сияет опять.  
И сердце ребенка -  
тепло и  
преисполнено  
радости.



## Приложение 1

# Информация для родителей

Вы хотите помочь своему ребенку? Здесь Вы находите информацию о Ваших возможностях.

- Предположения о Вас
- Предположения о Вашем ребенке
- Что может вызвать большой, большой страх и психическую травму?
- Какие последствия может такой большой страх иметь у ребенка?
- Что может усилить большой страх?
- Что может придать силы Вашему ребенку?
- Как Вы можете пользоваться этой книгой с картинками вместе с Вашим ребенком

# Предположения о Вас (о родителях)

- Вы пережили войну и бегство! Вы - сильные.
- Вам удалось покинуть с ребенком родную страну и отправиться в чужбину. Вы – очень смелые!
- Сейчас Вы в безопасном месте! Это очень хорошо.
- Переходный период для Вас еще продолжается. Вы еще ждете нормальных жизненных условий. Вам все еще приходится быть сильными . Ваша жизнь и сейчас еще не простая!
- Вы беспокоитесь о Вашем ребенке или Ваших детях. Вы хотите понимать их. Вы хотите знать, что происходит в их душе. Вы - любящие родители и делаете все, что в Ваших силах . Все-таки, может быть, Вы иногда чувствуете себя беспомощными, если Вы хотите помочь Вашему ребенку и не в состоянии помочь.
- Обратитесь за помощью к кому-нибудь, если Вам нужна помощь! Говорите с врачом или с другим доверенным лицом о Ваших заботах и о проблемах Вашего ребенка.



# Предположения о Вашем Ребенке

- Ваш ребенок пережил очень тяжелое время. Он пережил большой шок, большой, большой страх, может быть боялся умирать. Может быть, это случилось несколько раз.
- Такое переживание может вызвать психическую травму. Такая травма – это рана в душе ребенка (или взрослого).
- Можно представить себе психическую травму так, что страх не кончается скоро после события, но следует за человеком.
- В таком случае, может быть, Вы замечаете, что поведение Вашего ребенка изменилось и оно Вам кажется странным. Внезапно, у ребенка есть проблемы, которые не нормальны в его возрасте или вообще не нормальны.
- При этом надо знать, что ребенок всегда хочет нравиться Вам и сам страдает, если он ведет себя странно. Он хочет быть симпатичным и нормальным.
- Важно знать, что ребенок иногда не может владеть своим телом.
- Ваш ребенок – «художник выживания», так как Вы. Но у него сейчас есть особые нужды и ему часто нужна помощь, иногда со стороны специалистов, т.е. врачей или психологов.
- Откажитесь от упреков, давления и наказания с целью повлиять на поведение ребенка. Это привело бы к ухудшению положения. Вы облегчаете положение для себя и для ребенка, если Вы обращаете внимание на его талант и дарование. Терпение очень важно.
- Такое положение нелегкое, ни для Вас, ни для ребенка.

# Что может вызвать психическую травму?

Война или гражданская война с воздушными налетами, перестрелки, бегство. Все обстоятельства, в которых ребенок переживает ужасный, большой страх и беспомощность.

- насилие против ребенка или людей, которых ребенок знает или любит
- потеря любимых людей
- потеря дома или квартиры при драматических обстоятельствах
- сильная боль
- потеря безопасности, голод, жажда, неопределенное будущее
- быть потерянным, быть брошенным один, не знать как дело продолжается
- угрожающие или драматические обстоятельства, за которые ребенок чувствует себя виноватым или стыдится, даже если он совершенно невинный

# Какие последствия может травматический страх иметь для Вашего ребенка ?

Всякого рода реакции, связанные со стрессом и страхом, внезапное изменение поведения, слишком мало или слишком много активности, странное поведение – также дни, недели или месяцы после страшного события:

- слезы, кричание, дрожание, также без актуальной причины
- недержание мочи, скрежет зубовой, грызть ногти, саморанение...
- агрессивность против других людей без актуальной причины
- усталость, пассивность, отступление, оцепенение, робость
- боязливость, бессонница, неумение сосредоточиться
- постоянное повторение определенных движений (вращение, нервно бить руками или ногами, мыться...)
- страшное воображение или страшные сны
- сверхчувствительность по отношению к новым обстоятельствам или нормальным требованиям

Если Вы замечаете такие реакции, говорите, пожалуйста, об этом с врачом или терапевтом. Организуйте помощь во всяком случае, если это возможно. Чем раньше, тем лучше. Но и несколько лет спустя это может быть полезным.

# Что может усилить страх?

- новые опасные обстоятельства
- высмеять ребенка в связи с его поведением
- наказание ребенка в связи с его поведением со стороны родителей, учителей или других лиц. Ребенок не полностью может контролировать свое поведение. Поэтому он чувствует себя очень плохо и неудачником, если его критикуют или наказывают в этой связи.
- отклонение, если ребенок хочет говорить о своих страшных воспоминаниях и проблемах. Ребенок в таком случае очень часто нуждается в Вашем утешении и понимании.
- Страх может усиливаться, если Вы часто говорите о проблемах ребенка в его присутствии или даже с другими людьми.
- Если Вы оставляете ребенка одного (ночью или на дальней дороге в школу...), это может возбудить сильные отрицательные воспоминания.
- Если Вы хотите говорить о своих переживаниях, делаете это. Но, по возможности не делаете это в присутствии ребенка, потому что таким образом возникает атмосфера страха.

# Что может придать силы ребенку?

## 1. надежность

- хорошо знакомые лица
- хорошо знакомые помещения
- хорошо знакомые пути
- оказать помощь, если ребенок боится

## 2. все, что ребенок любит делать

- всякого рода движение/спорт
- играть
- слушать или делать музыку
- смеяться, возможность шуметь
- учиться из любопытства
- читать
- ласкаться
- быть вместе с детьми, животными, милыми людьми
- мастерить, рисовать, заниматься техникой
- приобретать новый опыт в защищенном окружении

## 3. кроме того

- всякого рода удача и успех
- воспоминания: иметь возможность вспомнить и рассказать страшное, а также плакать и дрожать, перед спокойными, милыми слушателями. Заметить: страшное было в прошлом, а не сейчас.
- иметь возможность быть гневным, без опасности для себя и других
- родители, радующиеся способностями, смелостью и сильными сторонами ребенка
- родители, чувствующие себя не жертвами страшных обстоятельств, а в частности «художниками выживания»/пережившими

# Как Вы можете пользоваться этой книгой с картинками вместе с детьми

## История с картинками на стр. 4 - 30

Вы можете осмотреть историю с Вашим ребенком, прочитать ее, объяснить, говорить о ней. Вы сами заметите, понимает ли ребенок Вас, заинтересован ли он, испугается ли он и как долго он хочет заниматься этим делом.

Мы думаем, что ребенку во всяком случае нужно лицо, с которым он может говорить, когда он осматривает книгу. История может вызвать сильные чувства и воспоминания. В этом случае кто-то должен быть вместе с ребенком.

## Предложения рисовать на стр. 39 – 44

Вышеуказанные замечания относятся в принципе и к предложениям рисовать. Ребенок сам решает, хочет ли он рисовать. Когда он рисует, могут проявиться сильные чувства.

Поэтому, во время рисования, ребенку нужно хорошо знакомое лицо. Ему он может показать нарисованную картину и говорить о ней, если нужно.

Советуем пользоваться предложениями рисовать в предусмотренном порядке, так что возможные воспоминания о страхе находятся посреди положительных тем. И пожалуйста, будьте довольны каждой картиной, нарисованной ребенком, несмотря на то, как она выглядит.

## Приложение 2

# Идеи для детей

- Рисуй-ка то, что ты любишь делать или хочешь получить
- Рисуй-ка людей, которых ты любишь
- Рисуй-ка то, что ты хорошо умеешь делать
- Хочешь ли ты рисовать и страшное воспоминание?
- Какое желание ты имеешь на будущее?

Рисуй-ка то, что ты любишь делать  
или хочешь получить





Рисуй-ка людей,  
которых ты любишь



Рисуй-ка то,  
что ты хорошо умеешь делать



Хочешь ли ты рисовать  
и страшное воспоминание?



Какое желание ты имеешь на будущее?





# Выходные данные



Идея, тексты, картинки и координация: Сузаннэ Штайн (Susanne Stein)  
педагог, эксперт по развитию кадров и организации,  
доцент по сосредоточенному на теме взаимодействию (Theme-centered Interaction TCI)

Я сердечно благодарю всех, кто содействовал претворению в жизнь проекта книги с картинками:

- Мои сирийские друзья оказали поддержку прочитая и комментируя текст. Я благодарю их за вдохновение составить книгу с картинками и за много ценных идей и исправлений.
- Разные терапевты дали полезные указания, в частности Хемма Фридрих (Hemma Friedrich), дипломированный психолог, и PD доктор медицины Ульрих Лампартер (Ulrich Lamparter), специалист по психосоматической медицине и психоанализу.
- Большую поддержку оказали мне, до опубликования, терапевты амбулатории для беженцев «Дети для завтра» (Children for Tomorrow – см. стр. 46).
- Перевод на арабский язык сделала Кхолод Тайар (Kholood Tayar), присяжный переводчик. Все другие переводы сделаны добровольными помощниками/помощницами. Перевод на русский язык сделала Марианнэ Райхерт (Marianne Reichert).
- Петер Папе (Peter Pape) неутомимо читал корректуру.
- Хольгер Керн (Holger Kern) существенно поддержал меня относительно опубликования всех текстов на интернет-сайте [www.susannestein.de](http://www.susannestein.de). Здесь Вы находите и FAQ (часто задаваемые вопросы).
- Аннеттэ Йунге-Шеперманн (Annette Junge-Schepermann), психолог и терапевт по травмированным детям, в 2015 г. написала указания по использованию книги с картинками.
- Профсоюз «Воспитание и Наука» (GEW) все снова бесплатно предоставил нам распечатки.



Вам хочется дать нам указания или отклик? Напишите, пожалуйста, в адрес [Susanne.Stein@hamburg.de](mailto:Susanne.Stein@hamburg.de)



Фонд «Дети для завтра» (Children for Tomorrow) финансировал перевод этой книги на арабский язык. Кроме того, сотрудницы амбулатории для беженцев Университетской клиники Гамбург-Эппендорф УКЭ (Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf UKE) Софи Сильва Мелла (Sofie Silva Mella), терапевт по искусству В.А. и дипломированный психолог Корнелия Рехер (Cornelia Reher), терапевтический руководитель, прочитали корректуру.

Амбулатория для беженцев в Гамбурге – совместный проект Амбулаторного центра УКЭ Гмбх (Ambulanzzentrum des UKE GmbH) и фонда «Дети для завтра». Дети для завтра – общественно полезный фонд, поддерживающий детей и семей, ставших жертвами войны, преследования и организованного насилия. Фонд создан в 1998 г. Штефани Граф (Stefanie Graf). Амбулатория для беженцев предлагает разные амбулаторные психиатрические и психотерапевтические услуги для детей и подростков, ставших жертвами бегства, преследования или изгнания.

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

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

Обратитесь также к Вашему врачу или детскому врачу, если Вам нужна помощь. Все участвовавшие в составлении этой книги лица желают Вам и Вашей семье всего доброго!

2017

# Приложение:

## Указания по использованию книги с картинками

Книга с картинками первоначально составлена для пользования членами одной семьи, в частности для разговора между родителями и детьми – значит между лицами хорошо знающими друг друга. Сейчас книгой пользуются многие учителя/учительницы, сотрудники/сотрудницы детских садов и добровольные помощники/помощницы. В связи с этим указываем ответы на часто задаваемые вопросы(см. и FAQ на сайте [www.susannestein.de](http://www.susannestein.de)).

### Каким образом может помочь книга с картинками?

- Дети могут лучше понять себя. Их успокаивает тот факт, что есть психологическое (логичное) объяснение продолжительного страха или телесных симптомов. Если возникли чувства стыда или вины, они уменьшаются. Усиливается уверенность детей в себе.
- Родители и помощники/помощницы могут лучше понять детей. Они узнают, как можно облегчить положение детей и какое поведение вызывает дополнительные проблемы для них. Тем более книга помогает самим родителям и помощникам/помощницам, часто чувствующим себя беспомощными.
- Подготавливаем почву для терапии психической травмы и так открывается дверь к оказанию квалифицированной помощи.

### Замедляет ли книга с картинками психотерапию?

К сожалению, это невозможно. Книга по психической травме с картинками представляет собой небольшую помощь. Образно выражаясь, мы говорим о «клячке, с помощью которой после ранения ноги можно лучше ходить, пока рана не заживет или лечится специалистом.» Книга с картинками не может окончить страдание, а – так мы надеемся – уменьшить ее и усилить уверенность в себе. Я придерживалась при этом китайской пословицы «Лучше зажечь свечу чем жаловаться на темноту.»

Пользуясь языком специалистов, можно сказать что книга с картинками может содействовать стабильности чувств, активизации ресурсов и психическому воспитанию. Надеемся, что она таким образом облегчает положение родителей и детей.

### Как можно пользоваться книгой с картинками эффективно ?

Пользуясь этой книгой, Вы можете предложить ее родителям или детям или осмотреть ее вместе с ними. Для них – родителей и детей – важно, что Ваше поведение характеризуется приветливостью, скромностью и сочувствием, когда Вы читаете книгу. Вы замечаете их чувства и отвечаете на вопросы. Вы не знаете ничего лучше, Вы не поставяете диагноз. Вы предлагаете объяснения. Вы указываете на возможности помощи. Если это помогает, это хорошо. Если кто-нибудь отклоняет книгу, это его/ее важное право. Или, возвращаясь на образ клячки: Вы знаете, что Вы только предлагаете «клячку», а не являетесь «врачом.»

### Что делать, если у ребенка возникают обременяющие воспоминания, когда он осматривает картинки или рисует ?

Я говорила с терапевтами занимающимися психической травмой об этом важном вопросе, задаваемом часто на семинарах. Следующие указания я получила для помощников/помощниц, не имеющих профессиональной подготовки по терапии психической травмы. Я благодарю за помощь, в частности и сердечно, **Аннеттэ Йунге-Шеперманн (Annette Junge-Schepermann), дипломированного психолога и терапевта по психической травме детей из Гамбурга:**

### **Продолжение: Что делать, если у ребенка возникают обременяющие воспоминания, когда он осматривает картинки или рисует?**

«Когда Вы обращаетесь с детьми, пережившими травматическое событие, важно последовательное ориентирование на ресурсах и избегание действий, которые смогли бы возбудить травматические воспоминания, не осмысленные еще детьми. Очень полезным и, в большинстве случаев, достаточным будет такой образ действия: Делайте что-нибудь с ребенком, дающее ему возможность иметь успех, т.е. проявить свою сильную сторону и пережить что-то новое, положительное. В тот момент, когда ребенок чувствует, что Вы хотите ободрить его и помочь ему, это уже имеет положительный эффект. Таким образом, Вы можете оказать настоящую помощь таким детям, не затрагивая обременяющих воспоминаний.

Осмыслением травматических переживаний должны заниматься скорее специалисты.

Если ребенок по собственной инициативе говорит о страшных переживаниях или рисует страшные воспоминания, рекомендуем придерживаться следующих указаний:

- Подтвердите своими словами, что событие было плохим, не затрагивая при этом травматических деталей: «Это очевидно было очень, очень плохо для тебя.» Это хватит. Важно признать, что и ребенок, и его семья стали жертвами страшных обстоятельств, и что Вы поняли размах «страшного». Одновременно следовало бы сосредоточиться на сильной стороне и ресурсах и положительном стечении обстоятельств, если ужасное переживание имело такой аспект. Утешите ребенка, если это нужно. Если Вы придерживаетесь вышеуказанных указаний и в остальном поступаете по Вашему сердцу, Вы несомненно сделаете все совершенно правильно!
- Не старайтесь углубиться в проблему. Откажитесь от информации, даже если она интересует Вас. Если ребенок по собственной инициативе хочет говорить о травматических деталях, предлагайте ему, если возможно, рисовать событие, рассказывая об этом, или выражаться играя в куклы или другой деятельностью. Ободрите его рассказать положение с точки зрения третьего лица, напр. «В тот момент, Ахмед убежал...» вместо «В тот момент, я убежал.» Такой образ действия поможет ребенку посмотреть на себя со стороны, для того чтобы по возможности не пострадать от неосмысленных чувств или телесных симптомов.
- Перейдите спокойно как можно скорее на ориентирование на ресурсах: «Что помогло тебе вынести плохое событие?» А если ребенок не может сказать этого, спросите: „Когда ты сейчас чувствуешь себя хорошо ? Кого или что ты любишь?“ Или: «Что нам сейчас играть, делать, рисовать..., для того чтобы ты чувствовал себя лучше?» В таком случае помогает тот факт, если Вы уже знаете ребенка и знаете, чем он охотно занимается. Или же, в другом случае, Вы выясните это вместе с ребенком. Если ребенок нарисовал травматическое переживание или показал это (играя в куклы и т.д.), можно пригласить его «довести» нарисованное или показанное переживание «до хорошего конца», т.е. предложить ему выдумать хороший конец и рисовать или показать это. При этом, «хороший конец» не обязательно должен соответствовать земным масштабам действительности, он может и включить детали из мира фантазии. Так, ребенок может выдумать «идеальных помощников», которые являются такими сильными и могущественными, что они смогли бы отворотить опасное событие или спасти ребенка заблаговременно. Главное то, что ребенок может найти в своей внутренней картине произошедшего новое, положительное решение, хороший конец переживания. В большинстве случаев, это имеет непосредственно целебный и успокаивающий эффект и соответствует простому образу действия, применяемому терапевтами по отношению к травмированным детям.

Если Вы после этого опыта дальше озабочены насчет ребенка, не стесняйтесь говорить об этом с родителями и терапевтами-специалистами.» Аннетт Йунге-Шеперманн (Annette Junge-Schepermann)



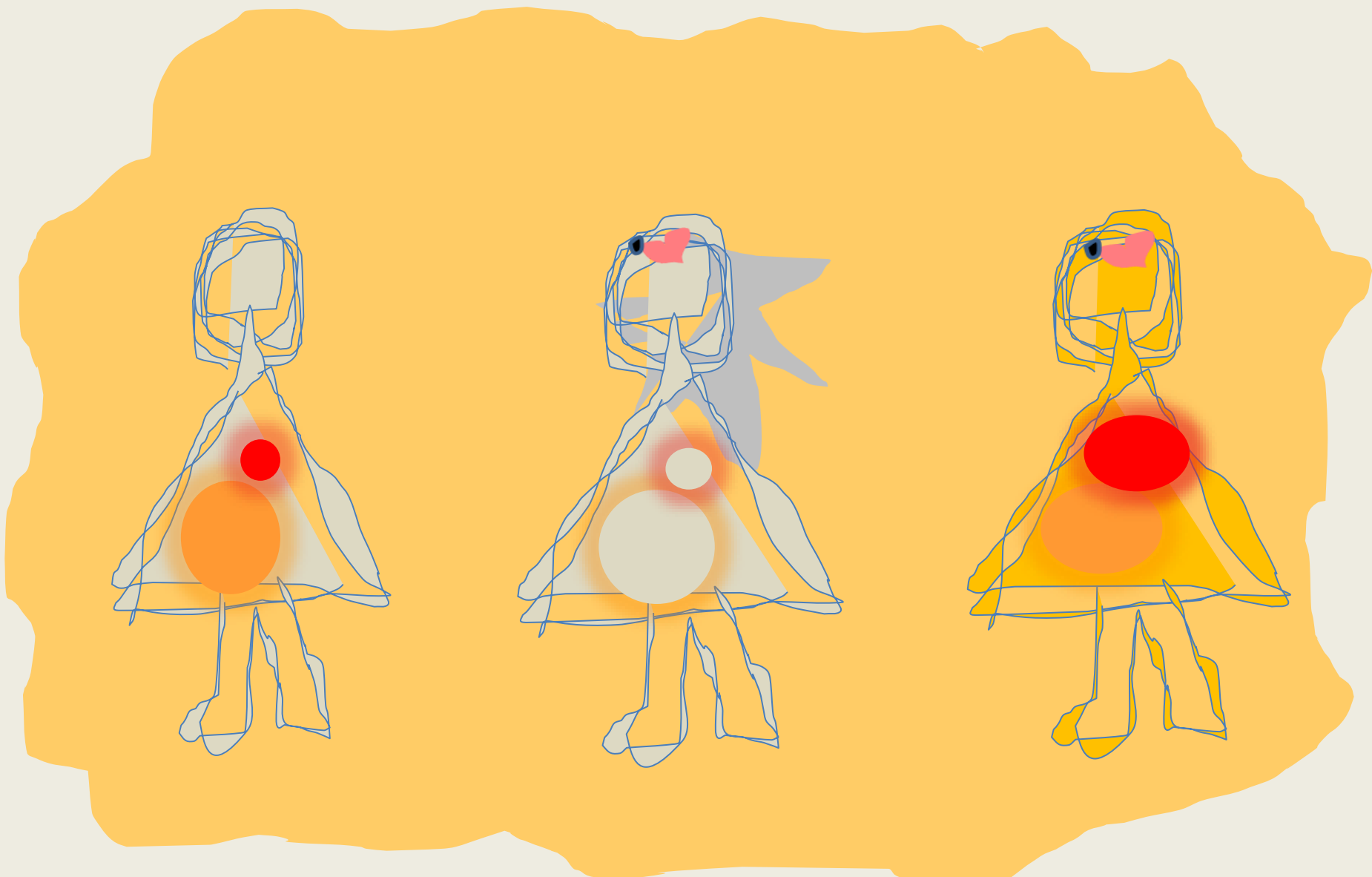
# Фигуры для вырезания и игры

Фигурами можно пользоваться для того, чтобы «играть» историю.

В частности, можно сосредоточиться на фазе отдыха после бегства и на хорошем конце. Для этого, сейчас есть и друзья/подруги, братья и сестры, другие родственники, учителя/учительницы, воспитатели/воспитательницы или другие помощники/помощницы.

Пустые страницы – это не ошибка. Они позволяют детям вырезать фигуры и не портить при этом остальную книгу.



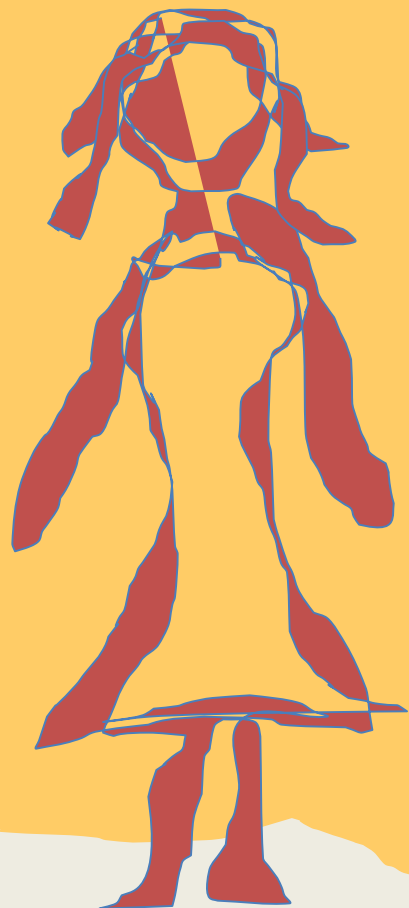


Ребенок

Ребенок после страшного события

Исцеленный ребенок





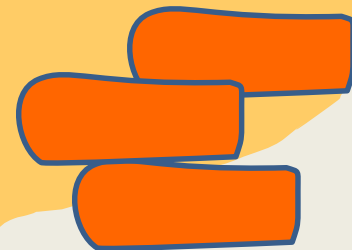
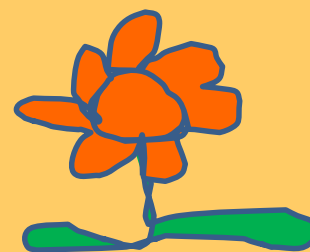
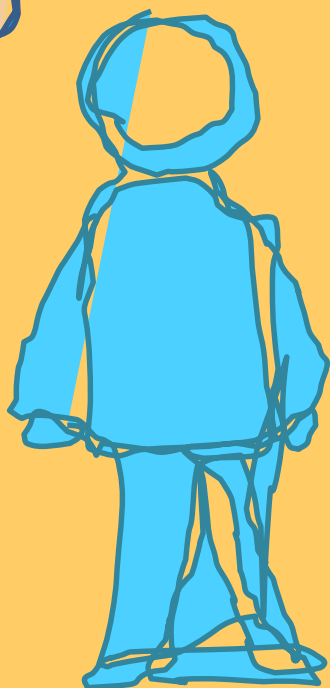
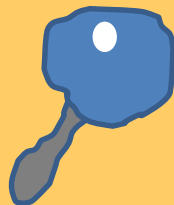
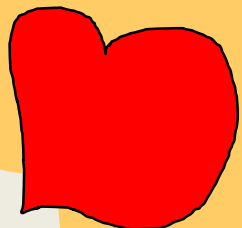
Мать



Отец

Новый дом/новая квартира





Братья и сестры

Друзья/подруги

Игрушка







Родственники



Учителя/-ницы

Воспитатели/-ницы

Друзья





Терапевт

Терапевт

