Возможные возрастные особенности реагирования детей на кризисную ситуацию.

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

Младший школьный возраст	
Симптомы	**Помощь**
Поглощенность собственными действиями во время события	Помощь в выражении скрытых переживаний события, чувств, мыслей по поводу происшедшего
Специфические страхи, запускаемые воспоминаниями	Помощь в идентификации и выражении воспоминаний, тревог, беспокойств
Пересказы и проигрывание события	Дать возможность говорить и играть, объяснить, что чувства и реакции ребенка нормальны
Нарушение сна	Поддержка в рассказах о снах, выражении чувств
Забота о своей безопасности, безопасности других	Помочь поделиться беспокойством, тревогами, успокоить реалистической информацией
Соматические жалобы	Помочь идентифицировать испытанные во время события телесные ощущения, снятие мышечного напряжения, восстановление дыхания, релаксация
Забота о других жертвах и их семьях	Поощрение конструктивных действий

Подростковый возраст	
Симптомы	**Помощь**
Взгляд со стороны, стыд вина, страх	Побуждение к обсуждению события, связанных с ним чувств
Соматические жалобы	Помочь идентифицировать испытанные во время события телесные ощущения, снятие мышечного напряжения, восстановление дыхания, релаксация
Тревожное осмысление своих страхов, чувства уязвимости и других эмоциональных реакций, страх казаться ненормальным	Помощь в осознании своих чувств, в понимании того, что способность переживать такой страх – признак взрослости; поощрение понимания и поддержки в среде сверстников
Посттравматические срывы (злоупотребление алкоголем, наркотики, конфликтное поведение)	Помощь в понимании того, что такое поведение – попытка блокировать свои реакции. Помощь в осознании реакций, расширение представлений о формах совладающего поведения
Резкие изменения в межличностных отношениях	Обсуждение возможных трудностей в отношениях со сверстниками и семьей
Отрицание трудностей, связанных с пережитыми событиями	Дать информацию, где может получит помощь в случае необходимости. Информационная поддержка. Отслеживание состояния
Радикальные изменения жизненных установок, влияющих на формирование идентичности	Связать изменения установок с влиянием травмы

Подготовила педагог-психолог: В.Ю. Мелихова