

бути найрізноманітнішими та передбачати посттравматичний стрес, депресію, тривожність, реакції горя і поведінкові проблеми. Ці реакції залежать насамперед від того, що дитина пережила: ті, хто стали свідками більших злочинів, ймовірно, страждають більше, а ті, хто відчуває, що їх життю безпосередньо погрожували (тобто, думали, що вони перебували на порозі смерті), піддаються особливому ризику. Повідомляється, що з дівчатами, як правило, виникає більше проблем, ніж з хлопчиками. Але це може бути пов'язано з тим, що про дівчат надходить більше звітів, отож усім дітям треба приділяти однакову увагу. Слід також знати, що діти, чиї батьки виявляють несприятливі реакції, ймовірно, постраждають більше ніж інші.

Деякі з найпоширеніших реакцій дітей є симптомами посттравматичного стресу, ПТСР (див. таблицю 3). Симптоми ПТСР у жодному разі не єдиним наслідком для дітей, які пережили війну, але модель ПТСР корисна для розуміння реакцій дітей та дозволяє спланувати допомогу. Покажіть таблицю 3 (ПТСР-симптоми в кластерах) і порівняйте її з таблицею 2 або зі списком проблем, які склала група. Наголосіть, що як дорослі, ми можемо досить добре визначати дитячу проблемну поведінку, але для нас не є очевидними безліч інших внутрішніх переживань дітей (такі, як інтрузивні спогади після впливу травмуючих подій).

Для ілюстрації використовуйте свій власний випадок (або той випадок, який наведено як приклад у першому дитячому занятті). Попросіть групу навести їхні приклади. Запитайте, як саме можуть з'являтися інтрузивні спогади (у відповідь на нагадування, як грім серед ясного неба, в снах і кошмарах, із молодшими дітьми в повторюваній грі тощо). Попросіть групу розглянути їх власні реакції після того, які вони були свідками злочинця. Дорослі можуть бути добре обізнані про нав'язливі образи і кошмари, наприклад, зі свого особистого досвіду, і вони мають знати, що діти можуть реагувати подібним чином.

Важливо пояснити групі теорію ПТСР та пов'язати її з реальними життєвими проблемами дітей у вашому осередку. Поясніть, як інтрузивні спогади та уникання підтримуються в порочному колі (див. таблицю 4). Використовуйте відповідну місцеву аналогію (щось розливати, випускати пару, повільно вивільняти і т.п.), щоб пояснити, як цикл можна порушити. Симптоми збудливості часто супроводжують інтрузивні симптоми, і можуть їх підтримувати. Дуже важливо пов'язати ПТСР зі списком проблем, які склала група. Попросіть групу подумати про таке: якщо дитина страждає від ПТСР, то це допоможе пояснити зміни в її поведінці (тремтіння, погана концентрація, неуважність, поганий сон тощо). Обговоріть, якого роду втручання ця модель пропонує. За своєю суттю це підтверджує те, що повноцінна обробка спогадів потрібна для того, щоб порушити замкнуте коло між інтрузивними спогадами та униканням. Не вдаючись у деталі втручання зараз, скажіть групі на початку: на деяких етапах і дорослі, і діти мають зустрітись з тим, що відбулося з ними. Модель ПТСР пропонує фокусування на допомозі в кожній з трьох областей: робота безпосередньо зі зміною інтрузивних спогадів; робота для зменшення когнітивного і поведінкового уникання; робота для зменшення надмірного збудження. Зважте на те, що для позначення поняття «посттравматичні реакції» ви можете вживати відповідніші локальні або центровані на дитині терміни. Запитайте ваших слухачів про це. Якщо є відповідніше локальне слово, його треба вживати замість «ПТСР» протягом цього навчання і в групах з дітьми. Інший варіант — попросити свою групу дітей придумати групове ім'я або «нікнейм» (прізвисько) для кластера симптомів і виживати його замість ПТСР під час проведення тренінгів у дитячих групах.

Перш ніж розпочати навчання, обговоріть зі слухачами тренінгу практичні аспекти роботи групи.

## Проведення занять для дітей та батьків

***Запитайте, у кого з учасників є досвід групової роботи з дітьми, і попросіть розповісти про це. Які переваги цього методу роботи з дітьми? Які були проблеми (організаційні або в групі)? Для чого взагалі створюють групи?***

Зараз ми можемо досить широко передбачати, як діти психологічно реагують на війну. Коли цілі громади перебувають у стані війни чи політичного насилля, можуть страждати багато дітей. Хоча місцеві та міжнародні організації можуть проводити лікування дітей після (або під час) війни, тягар лікування дітей можна полегшити, якщо ми діятимемо завчасно, щоб запобігти симптомам, які виникають передовсім. Групи є одним із способів зібрати велику кількість дітей якомога швидше, щоб навчити їх навичок самодопомоги для запобігання потреби подальшого лікування. Отже, ці групи є громадськими вторинними профілактичними заходами.

### Для кого?

Після впливу звірств війни кожен перебуває у небезпеці. Це не є лікувальні групи для дітей, які серйозно постраждали. Ці групи передбачають участь від 6 до 10 осіб у віці 8 років і старших. Хоча запропоновану методику можна використати з досить широким діапазоном віку дітей, діти в окремій групі мають бути приблизно одного віку або рівня зрілості. Групи, як правило, змішуються — є і хлопчики, і дівчатка разом, якщо немає якихось причин для проведення одностатевих груп. Одна і та ж група дітей має працювати разом протягом усієї запланованої роботи.

Також потрібно отримати дозвіл від батьків на участь дітей у роботі групи. Діяльність вимагає певного рівня пізнавальної зрілості, тому ці групи не підходять для дітей з труднощами в навчанні або із затримкою психо-мовного розвитку. Аналогічно запропоновані заходи не можуть бути придатні для дітей, які серйозно психологічно постраждали від війни. У такому разі треба розглянути питання індивідуального лікування, яке було б більш доречним.

Групи переживання горя можуть діяти окремо для дітей, які зазнали тяжких втрат; або може виявитися доцільним долучити деякі матеріали додатково. Ви маєте обговорити все це з вашою групою стажерів.

### Хто має проводити групи?

Роботу груп можна організувати за допомогою широкого кола фахівців, таких як учителі, молодіжні працівники, консультанти, медсестри, педагоги, громадські лідери. Групи можуть провадити тільки такі люди, які пройшли таку підготовку, як сьогодні. Зазвичай, двоє колег розпочинають працю групи, і це мають бути ті ж самі дві особи, які проводять кожне заняття з певною групою дітей, і таким чином відбудовується безперервність і довіра. Ці ж два співробітники мають працювати з батьківською групою для батьків дітей, таким чином налагодиться зв'язок між батьками і дітьми.

### Коли варто проводити групи?

Групи варто проводити якомога раніше, щойно це можна зробити безпечним чином. Під час воєнних дій часто встановлюється комендантська година або заборони на зібрання груп людей. Якщо це так, то це означає, що існує реальна загроза безпеці, і на додаток до того, діти, які перебувають під ризиком, не виграють від навичок, отриманих у період

очевидної загрози. Має настати короткий період відносного затишшя перед тим, як діти зможуть досягнути і згадати те, про що йтиметься в групах. Обговоріть зі слухачами тренінгу практичні аспекти того, коли розпочинати групи. Наголосіть, що це буде повністю залежати від конкретної ситуації в певному осередку. Батьківські групи, як правило, проводять спочатку; а потім дитячі групи з інтервалом у тиждень. Ці проміжки між заняттями потрібні, щоб надати дітям достатньо часу на опрацювання та консолідацію навичок від тижня до тижня.

## **Де треба проводити групи?**

Жодного спеціального устаткування для груп не потрібно, хоча буде корисно, якщо керівники будуть забезпечені дошками або їх еквівалентами, ручками, фліпчартами і зошитами для дітей. Також учасникам добре запропонувати солодощі та закуски. Що справді потрібне, то це досить комфортна кімната або безпечне місце, де групу не будуть турбувати. Школи або молодіжні центри часто є найкращими місцями для занять з дітьми.

## **Що відбувається потім?**

Це потребує детального обговорення з групою, і до цього варто повернутися наприкінці тренінгу. В ідеалі стажисти розпочнуть навчання своїх колег. Так твориться мережа. Вона має виробити способи зустрічей і підтримки один одного у вимогливій роботі, яку керівники мають намір виконувати. Можуть бути й інші програми, які діють для дітей у районі, і групу керівників можна залучити до їх діяльності. А якщо ні, то варто налагодити з ними зв'язок, бо буде потреба подальшої діяльності в цих групах. Передбачається, що це відбуватиметься основним чином удома з батьками, але де це можливо, треба налагодити добрі зв'язки зі школами для того, щоб забезпечити наступність піклування. Для деяких дітей, буде потреба в більшій кількості спеціалізованих послуг, і керівники мають намітити шляхи для передачі дітей, при необхідності, спеціалізованим службам, якщо це можливо.

### **Стиль групи і терапевтична позиція**

Стиль ведення груп має важливе значення, і вам може бути важко навчати людей, які не мають безпосереднього відповідного досвіду. Знайте, що слухачі використовуватимуть стиль поточного викладання як модель для власних груп. Наголосіть учасникам, що запропонована модель не передбачає проведення терапевтичних груп: тобто розповідання учасниками дуже травматичних історій, що супроводжується значним стресом, є некорисним. Іншими словами, ці групи не повинні ставати занадто важкими для учасників або слугувати джерелом вторинної травматизації для інших дітей. Навпаки, вони мають бути активними, оптимістичними і позитивними. Вони мають створити потужну альтернативу почуттям відсутності контролю та безпорадності і сприяти власній ефективності та самоврядуванню. Серйозність дитячих проблем не можна заперечити або принизити. Однією з ключових позицій керівника групи є налаштування на активне подолання, в якому метою для дітей є перемога над симптомами ПТСР та повернення контролю над своїм життям. Докладно обговоріть з учасниками це питання.

Скажіть, що наприкінці навчання буде узгоджений конкретний план і розклад дитячих груп, а також обговорено групи професійної підтримки.

## **Дитяча група**

Метою тренінгу є розширення можливості для учасників використовувати й адаптувати різні компоненти або модулі керівництва. Не передбачено, що керівництво буде викорис-