

Л.А. Пергаменщик, Н.Л. Пузыревич

КРИЗИСНОЕ ВМЕШАТЕЛЬСТВО



ПРАКТИКУМ

УДК 159.99(075.8)

ББК 88.4я73

П267



Печатается по решению редакционно-издательского совета БГПУ

Рецензенты:

кандидат психологических наук, доцент, заведующий кафедрой общей и детской психологии БГПУ *О.В. Легань*

доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой психологии и педагогики Академии МВЛ АИ. *Паскушеник*

Пергаменшик, Л.А.

П267

Кризисное вмешательство : практикум / Л.А. Пергаменшик, Н.Л. Пузыревич. – 2-е изд., перераб. и доп. – Минск : БГПУ, 2012. – 140 с.

ISBN 978-985-501-991-7.

В издании содержатся материалы для проведения лабораторных занятий по курсу «Кризисная психология», даны определения основных понятий, психодиагностич. и инструментарий для минимизации последствий кризиса, рассматриваются формы психологической помощи. Структура практикума позволяет организовать как соответствующие направления работы психолога, так и самообразование, самопомощь людей, находящихся в стрессовых ситуациях.

Адресуется студентам высших учебных заведений, обучающимся по специальности 1-23 01 04 Психология, специализации 1-23 01 04 02 Социальная психология, 1-23 01 04 04 Педагогическая психология, 1-23 01 04 06 Психология семейных отношений, 1-23 01 04 10 Психология предпринимательской деятельности.

УДК 159.99(075.8)

ББК 88.4я73

ISBN 978-985-501-991-7

© Пергаменшик Л.А.,
Пузыревич Н.Л., 2012
© БГПУ, 2012

Лабораторное занятие 14

ДИАГНОСТИКА И СПОСОБЫ ВОССТАНОВЛЕНИЯ НЕПРЕРЫВНОСТИ ПОСЛЕ ТРАВМАТИЧЕСКОГО СОБЫТИЯ

Материалы для лабораторного занятия

Виды непрерывностей

Категория «непрерывность» имеет много значений [19]. Все мы знаем, понимаем и можем себе представить длящееся в пространстве и времени цепь событий, которые в совокупности и создают некую непрерывность, не бесконечную, но все же уходящую за горизонт нашего мышления, нашего сознания.

Несколько труднее представить непрерывность человеческого существования, которое по определению имеет начало и конец, а, следовательно, имеет прерывность. Но здесь есть спасительное «но». Мы сами не можем фиксировать эти две точки хронотопа, которые свидетельствуют о начале и окончании своего бытия. Отсюда и возникновение «иллюзии собственной бессмертия», которая подвергается испытанию в периоды встречи человека с кризисами бытия.

Термин «принцип непрерывности» впервые использовал Винникот, когда он говорил о потребности ребенка чувствовать непрерывность в его отношениях с миром, а воплощением этой непрерывности является его мать. Таким образом, по Винникоту, «переходящий объект», неизменно присутствующий при любых переменных, формирует у ребенка чувство безопасности или непрерывности [5]. Потребность в непрерывности и чувство «уверенности в завтрашнем дне» – это одна из самых основных человеческих потребностей. Как считает Мелани Клайн, основным человеческим страхом является страх смерти, причем этот страх существует с момента рождения. Новорожденный младенец «знает», что смертен. Когда человек взрослеет и понимает, что должен когда-то умереть, вопрос, когда это случится, тревожит его все больше и больше. Тревога смерти и есть тревога разрыва непрерывности бытия.

Для того чтобы мириться с фактом своей неизбежной смерти, человеку нужно ощущение непрерывности, и чтобы добиться этого, люди выработали ряд защитных механизмов. Омер и Аллон (Omer and Allon, 1994), в статье о работе спасательных групп, описывают эти попытки отдельных людей и человеческих объединений обеспечить непрерывность. На основе своего опыта полевой работы в местах бедствия и кризисов Мулли Лаад (Moulli Lahad) разработал, исходя из принципа непрерывности, диагностический метод, который позволяет определить, какие непрерывные линии функционируют нормально, а какие повреждены (разрушены частично или

полностью), чтобы затем на основе результатов выработать программу вмешательства [19; 32].

Непрерывность повседневной жизни или «Как можно безопасно перейти через мост?»

(1) Когнитивная, осознанная непрерывность – с первых дней жизни человек пытается найти закономерности и приобрести жизненный опыт, чтобы предсказать, что будет завтра. Мосты в виде правил, логики и анализа реальности помогают воспринимать мир как логичный и предсказуемый, а, следовательно, и непрерывный.

(2) Социальная, межличностная непрерывность – новорожденный младенец нуждается в человеческом окружении, чтобы выжить. Мы живем в семье, ходим в детский сад, школу, у нас есть друзья на работе и круг социального общения. Эта сторона жизни весьма четко зафиксирована, и уверенность в том, что мы снова и снова увидим тех же людей, создает ощущение непрерывности.

(3) Функциональная непрерывность – в своей книге «Представление о себе в повседневной жизни», Гофман говорит о разнообразных ролях, в которых человек выступает в жизни. Большинство этих ролей длится много лет и создают чувство того, что «сегодня предсказывает завтра». Мы дети, братья студенты, друзья, члены семьи, супруги, родители и т.п., и поскольку эти роли в цикле жизни людей повторяются, и мы многократно функционируем в каждой из них, «спектральный жизненный цикл» известен заранее, и есть определенная ритуальная стабильность, несмотря на течение времени.

(4) Историческая непрерывность – это наша внутренняя непрерывность в том, как мы воспринимаем себя с течением прошедших лет. Наши убеждения, наш образ самого себя, то, как мы выглядим – хотя все это динамично, это очень стабильно, и поэтому дает нам чувство безопасности и непрерывности.

К этим основным видам непрерывности Мулли Лаад (Moolli Lahad) добавил еще несколько непрерывностей, непосредственно связанных с его интегративной моделью BASIC Ph (1992).

Непрерывность убеждений и ценностей – мое видение мира, мои религиозные, социальные и прочие убеждения, оптимизм или пессимизм (т.е. мое отношение к себе и к жизни).

Непрерывность воображения, образов и мечтаний – у каждого из нас есть внутренние образы, надежды и мечты о жизни, и многое, о чем мы мечтаем, сохраняет стабильность в течение многих лет.

Физиологическая непрерывность – физическое ощущение себя, образ собственного тела, чувство физической энергии.

Эмоциональная непрерывность – ощущение себя как человека счастливого, грустного, серьезного, «крутого», эмоционального.

Восстановление непрерывности

Что происходит во время кризиса или бедствия?

Когда мы установили, насколько и какие непрерывности повреждены (звенья разорваны или связи между ними стало трудно реализовать), перед нами есть две опции (два выхода, направления деятельности).

Одна – попытаться наладить связи или реабилитировать пострадавшую общину. Например, предоставляя информацию или объяснения. Воснесение организованности в жизнь помогает восстановить когнитивную непрерывность.

Вторая – найти существующие связи и укрепить их. Например, если социальный мост еще функционирует, может быть попытка найти людей, которые смогут побыть с пострадавшими, или найти какую-то значимую роль для самого пострадавшего, чтобы он был с другими и помогал им.

Технология работы по восстановлению непрерывности у человека, пережившего кризисное событие жизненного пути, разработана M. Lahad и E. Nadomi [12].

Вид непрерывности	Цели	Вмешательство
Когнитивная непрерывность	Восстановить чувство контроля над положением вещей с помощью информации о текущих событиях.	Дать людям достоверную, своевременную информацию; дать им стимул к самостоятельному поиску информации. Ставить ударение на информации о фактах как из местных, так и из общегосударственных источников.
Функциональная непрерывность	Дать человеку возможность возобновить свою деятельность, принимая участие в общих усилиях по восстановлению разрушенного. Противостоять чувству беспомощности и неспособности, которое человек переживают в период кризиса. Призывать человека к активности, к возобновлению контроля над собственной жизнью.	Побудить человека выбрать для себя роль, которую он сможет выполнять в период кризиса, в сотрудничестве со всей общиной. Помочь ему выбрать роль, соответствующую его личным способностям – это даст ему возможность испытать чувство дееспособности и успеха.
Социальная	Восстановить социальные и	Побудить человека к раз-

<p>непрерывность</p>	<p>общинные структуры безопасности и поддержки. Восстановить у человека чувство принадлежности к общине. Бороться с чувствами одиночества и разлуки с близкими.</p>	<p>говору с другими людьми о пережитом. Сделать возможным прямой и беспрепятственный доступ к источникам информации в общине с помощью различных средств – таких, как интернет, доска объявлений, телефонные звонки, текстовые сообщения. Стимулировать контакты с близкими друзьями, членами семьи или родственниками, которые могут оказать поддержку.</p>
<p>Эмоциональная непрерывность</p>	<p>Помочь человеку осознать перемены в его поведении и в его эмоциональном состоянии. Помочь человеку восстановить свою личную веру в свою способность управлять собственными чувствами и реакциями.</p>	<p>Воспитать в человека уверенность, что его реакции – это «нормальные реакции на ненормальные обстоятельства». Внушить ему, что это – не первый пережитый им кризис, и что этот кризис в конце концов пройдет. Что после ликвидации кризиса жизнь вернется в нормальное русло. Что в будущем осуществится реабилитация как отдельного члена общины, так и всей общины в целом.</p>
<p>Психологическая непрерывность</p>	<p>Помочь человеку воссоздать положительную картину своего психологического благополучия. Обращать внимание на любые признаки психологического потрясения и на клинические симптомы позднего проявления травмы.</p>	<p>Когда возникает значительный разрыв между эмоциональным и психологическим состоянием личности, человеком овладевает страх. Поэтому старайтесь заставить пострадавшего рассказать вам о вещах, которые не изменились – о вещах, на которые человек все еще может положиться. Убе-</p>

		<p>дите его в том, что он остался таким же, как и несколько дней назад, что страдание и психическое потрясение – это нормальная реакция на переживаемый стресс. Дайте человеку возможность говорить о своих страхах и направьте его к специалисту, который поставит диагноз и окажет необходимую помощь.</p>
--	--	--

Упражнение «непрерывности в семье в ситуации кризиса»

Данное упражнение [26] позволяет выявить состояние непрерывностей в семье в ситуации кризиса.

Навыки, приобретаемые в упражнении.

1. Участники смогут выявить непрерывности трех типов:
 - 1) функционирующие,
 - 2) поврежденные,
 - 3) разорванные.
2. Участники смогут установить, на кого именно из членов семьи можно рассчитывать при разработке конкретного плана поддержки данной семьи.
3. Участники смогут предложить план вмешательства в данную семейную ситуацию на основе проведенной ими оценки состояния непрерывностей.

Распределение времени (всего 1 час):

- 10 минут – знакомство с упражнением
- 5 минут – чтение сценария.
- 30 минут – групповая дискуссия
- 10 минут – подведение итогов
- 5 минут – вопросы и ответы

Инструкции для участников:

1. Разделитесь на группы из 3 – 4-х человек
2. Прочтите текст («Оценка состояния непрерывности в семье»), описывающий состояние данной семьи в ситуации кризиса.
3. Относительно каждого члена семьи: попытайтесь определить, какие именно непрерывности оказались функционирующими, поврежденными, разорванными.
4. Попытайтесь дать общую характеристику состояния непрерывностей в данной системе.

5. Кто будет вашим «основным контактом» в этой семье? На какие непрерывности вы будете опираться при общении с этим человеком?

6. Какие непрерывности будут объектом вашего вмешательства в ситуацию данной семьи?

7. Когда вы закончите обсуждение, пожалуйста, подготовьтесь к презентации вашей работы для всех участников

Напоминаем **основные типы непрерывностей**:

- Когнитивная непрерывность;
- Функционально-ролевая непрерывность;
- Социально-межличностная непрерывность;
- Исторически-личностная непрерывность (образ себя, убеждения).

«Оценка состояния непрерывности в семье»

Семья Г. пережила страшную трагедию – г-н Л.Г., ведя машину, потерял управление и столкнулся с грузовиком. Погибли г-жа Н.М. (теща г-на Л.Г.), дочь Б.Г., 14 лет, и два пешехода. Остальные члены семьи, бывшие в машине, – его жена К.Г., 6-летняя дочь Дж.Г. и теща С.М. – получили незначительные травмы.

Вы получаете задание посетить семью Г. через 5 недель после аварии.

Место встречи – их квартира.

Г-н Г. работает сменным мастером на обувной фабрике, его жена К.Г. работает медсестрой. Их квартира находится на 4-м этаже многоэтажного дома.

Встречи с Вами ждут следующие члены семьи: г-н и г-жа Г., их дочь Дж.Г. и родители г-на Г. – г-н Б.Г. и г-жа П.Г.

Войдя в квартиру, вы видите, что ее состояние крайне запущено, давно ее не убрали.

Г-жа Г. все время плачет. Ее свекровь сидит и смотрит в потолок. Г-жа Г. все время пересказывает все детали аварии, как будто это случилось вчера, не ест и не спит и не реагирует ни на кого, кроме дочери Дж. Когда дочь обращается к ней, она слушает в течение короткого времени, затем снова начинает плакать. Она явно перестала следить за собой; такое впечатление, что она не принимала душ недели три, заметно похудела. Ее коллеги из клиники предложили ей принимать лекарства, но она от всего отказывается, кроме снотворного.

Г-н Г. рассказал Вам, что г-жа Г. не выходит из дома, не готовит, почти весь день лежит в постели. Сам г-н Г. ходит на работу (ездит на автобусе, права у него отобрали). Приходя с работы, он делает домашние дела. Когда он говорит об аварии, он плачет, но говорит связно. Он винит себя за то, что не заметил безответственного водителя грузовика. На нем неопрятного вида рубашка, несколько пуговиц оторвано. Он говорит, что хочет отомстить водителю грузовика. Он довольно открыто включается в беседу с Вами,

описывает трудности, которые переживает семья после аварии, рассказывает, как ему трудно принимать решения и вести домашнее хозяйство.

Дж., 6 лет, все время прижимается к матери и пытается ее успокоить. Иногда она убегает в свою комнату и поднимает ужасный шум. Ее бабушка говорит: видите, она *ищет сестру*, не находит и все крушит в гневе. Никто не знает, что с ней делать. Она была застенчивой и послушной девочкой, а теперь очень агрессивна. Отказывается ходить в школу.

Г-жа П.Г., сидящая в комнате вместе с невесткой, говорит, что пытается прибраться в доме. Она рассказывает, что это был очень красивый и ухоженный дом. Она говорит, что невестка ничем не интересуется и все идет прахом, и она, г-жа П.Г., хотя ей уже 75 лет и она инвалид, пытается готовить и убирать. Г-жа П.Г. дает много разных распоряжений своему сыну, которому 77 лет. Такое впечатление, что она пытается контролировать эту впавшую в отчаяние семью. Она с гордостью говорит, что ее невестка – медсестра. При этом она высказывает мнение, что невестка не сможет вернуться на работу в клинику, потому что каждый раз, когда г-жа П.Г. спрашивает невестку, принимает ли та лекарства, та либо не отвечает, либо создается впечатление, что она не понимает, о чем идет речь.

Г-н Б.Г. выглядит грустным и расстроенным. Он пытается следовать распоряжениям жены, но говорит, что не в состоянии выполнить все ее требования. Он все время рассказывает, каким был активным и быстрым и как он все это потерял, но утверждает, что готов сделать все, чтобы помочь семье сына. Он говорит, что после аварии сын не спит ночами, много пьет, и он боится, что сын потеряет работу, если не перестанет так много пить. Он с гордостью говорит о сыне как о человеке очень умном и способном. Когда он смотрит на невестку, его лицо становится очень грустным. Он говорит, что раньше она всегда была, делая домашние дела, что она замечательно заботилась о доме и семье, всем помогала. Ее дом был всегда полон людей, которые просили ее совета, так как она опытная медсестра. А сейчас она не в состоянии привести в порядок даже собственное здоровье.

Ему бы хотелось заняться воспитанием внучки, но он чувствует, что это неуместно. Он пытается общаться с ней, но она отказывается. Он рассказывает, что раньше она много читала вместе со старшей сестрой, а теперь вообще забыла, как читать. Он рассказывает, что вчера пытался попросить ее что-нибудь ему почитать, и такое впечатление, что она разучилась читать.

Упражнение «Как выявить конкретный случай прорыва непрерывности?»

Цель упражнения – определить непрерывности, которые разрушены или нарушены и попытаться восстановить их [26].

Непрерывности: когнитивная, социальная, функциональная, историческая, Непрерывность убеждений и ценностей, воображения, образов и мечтаний, физиологическая, эмоциональная, психологическая.

Инструкция для участников.

1. Разделитесь на группы по 3 – 4 человека. Каждый участник должен постараться вспомнить случай из жизни, когда он чувствовал, что его система непрерывностей находится под угрозой. Каждый должен попытаться определить, какие именно непрерывности были под угрозой или уже нарушены в этом случае.

2. Оглядываясь назад, вспомните, что именно помогло Вам заполнить образовавшиеся разрывы и восстановить непрерывность.

3. Члены группы обсуждают, какие другие решения можно было бы, оглядываясь назад, предложить для решения этой задачи восстановления линий непрерывностей.

ЛИТЕРАТУРА

1. Алтухов, Н.И. Психологические проблемы терроризма и роль средств массовой информации в психологическом резонансе на террористические акты / Н.И. Алтухов. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://uuspvin.uaprom.net/a15648-ekstranaya-psihologicheskaya-pomosch.html>. – Дата доступа: 02.07.2010.
2. Вацлавик, П. Прагматика человеческих коммуникаций. Изучение паттернов, патологий и парадоксов взаимодействия / П. Вацлавик, Д. Бивии, Д. Джексон; пер. с англ. А. Суворовой. – М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО Пресс, 2000. – 320 с.
3. Ваше отношение к смерти. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.silk-highway.org/ru/>. – Дата доступа: 14.08.2010.
4. Венгер, А.Л. Психологическая помощь детям и подросткам после Бесланской трагедии / А.Л. Венгер, Е.И. Морозова. – Владимир: Транзит-ИКС, 2009. – 150 с.
5. Винникотт, Д.В. Разговор с родителями / Д.В. Винникотт; пер. с англ. М.Н. Почукаевой, В.В. Тимофеева. – М.: Независимая фирма «Класс», 2007. – 96 с.
6. Водопьянова, Н.Е. Психодиагностика стресса / Н.Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.: ил. (Серия «Практикум»).
7. Дейтс, Б. Жизнь после потери / Б. Дейтс. – М.: ФИАР-ПРЕСС, 1999. – 304 с.
8. «Колесо жизни» – техника для создания жизненного баланса. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.s-option.ru/wheeloflife/>. – Дата доступа: 30.07.2010.
9. Коржова, Е.Ю. Методика «Психологическая автобиография» в психодиагностике жизненных ситуаций: метод. пособие / Е.Ю. Коржова. Киев: МАУП, 1994. – 46 с.
10. Королева, З. Большая книга тестов: 300 лучших пошаговых и графических тестов / З. Королева. – М.: ЭКСМО, 2009. – 415 с.
11. Кризисные события и психологические проблемы человека / Под ред. Л.А. Пергаменичкика. – Минск: НИО, 1997. – 207 с.
12. Лаад, М. Как справиться с кризисом или бедствием (Шаг за шагом): теория, практика и способы вмешательства / М. Лаад, Э. Хадоми. – Израиль: Центр предупреждения стресса (CSPC) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.silk-highway.org/ru/stepGuide.aspx>. – Дата доступа: 18.08.2010.
13. Лэнгле, А. Персональный экзистенциальный анализ / А. Лэнгле // Психология индивидуальности. Новые модели и концепции. – М.: НОУ ВПО Московский психолог.-социал. ин-т. – С. 356 – 382. – (перевод с англ. В.Б. Шумского).
14. Малкина-Пых, И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях / И.Г. Малкина-Пых. – М.: Эксмо, 2008. – 928 с. – (Новейший справочник психолога).

15. Мамардашвили, М. Как я понимаю философию / М. Мамардашвили. – М.: Прогресс-Культура, 1992. – 408 с.
16. Метод «Присоединиться и направлять». – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.silk-highway.org/ru/>. – Дата доступа: 11.07.2010.
17. Пергаменщик, Л.А. Посттравматический стресс: понять и преодолеть. учеб.-метод. пособие / Л.А. Пергаменщик. – Минск: БГПУ, 2008. – 139 с.
18. Пергаменщик, Л.А. Кризисная психология / Л.А. Пергаменщик. – Мн.: Вышэйшая школа, 2004. – 288 с.
19. Пергаменщик, Л.А. Кризис как разрыв или повреждение цепи непрерывности бытия / Л.А. Пергаменщик, В.И. Слупкова // Ананьевские чтения – 2008: Психология кризисных и экстремальных ситуаций: междисциплинарный подход: Материалы научно-практической конференции. – Санкт-Петербург, 21 – 23 октября 2008 г. / СПбГУ / Под ред. Л.А. Цветковой, Н.С. Хрустальной. – Санкт-Петербург, 2008. – С. 26 – 28.
20. Пергаменщик, Л.А. Преодоление психологических травм / Л.А. Пергаменщик, С.С. Гончарова, М.И. Лаквичук. – Минск: НИО, 1999. – 55 с.
21. Пергаменщик, Л.А. Концепция самовосстанавливаемости: теоретические подходы и практические возможности / Л.А. Пергаменщик // Ананьевские чтения – 2008: Психология кризисных и экстремальных ситуаций: междисциплинарный подход: Материалы научно-практической конференции. – Санкт-Петербург, 21 – 23 октября 2008 г. / СПбГУ / Под ред. Л.А. Цветковой, Н.С. Хрустальной. – Санкт-Петербург, 2008. – С. 318 – 319.
22. Пергаменщик, Л.А. Список Робинзона: Психологический практикум / Л.А. Пергаменщик. – Минск: Ильин В.П., 1996. – 128 с.
23. Сделать светлой темную область. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.silk-highway.org/ru/>. – Дата доступа: 11.07.2010.
24. Сташкевич, И.Е. Нарративное интервью как метод изучения личности / И.Е. Сташкевич // Психалогія. – 2009. – № 4. – С. 30 – 32; 2010. – № 1. – С. 25 – 29.
25. Тиллих, П. Мужество быть / П. Тиллих // Избранное. – М.: Юрист, 1995. – С. 7–131.
26. Упражнение «Непрерывности в семье в ситуации кризиса». – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.silk-highway.org/ru/>. – Дата доступа: 14.08.2010.
27. Упражнения процедуры «Сократический диалог». – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://azps.ru/training/2/trn16.html>. – Дата доступа: 12.03.2011.
28. Франкл, В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.

29. Что означает смерть для меня. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.silk-highway.org/ru/>. – Дата доступа: 11.07.2010.
30. Шапиро, Ф. Психотерапия эмоциональных травм с помощью движений глаз: Основные принципы, протоколы и процедуры / Ф. Шапиро / Пер. с англ. А.С. Ригина. – М.: Независимая фирма «Класс», 1998. – 496 с. – (Библиотека психологии и психотерапии).
31. Antonovsky, A. Health, Stress and Coping / A. Antonovsky. – San Francisco: Jossey-Bass, 1979. – 62 p.
32. Lahad, M. 6 PSM / M. Lahad. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.silk-highway.org/ru/>. – Дата доступа: 11.07.2010.

СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ	3
ЧЕЛОВЕК В СИТУАЦИИ СТРЕССА	5
Лабораторное занятие 1	
<i>Самопомощь при кратковременном и хроническом стрессе</i>	5
Медитация	7
Самогипноз	6
Релаксация	7
Список Робинзона	11
ЧЕЛОВЕК ПОСЛЕ ТРАВМЫ	12
Лабораторное занятие 2	
<i>Отношение к тревоге смерти</i>	12
Что означает смерть для меня	12
Ваше отношение к смерти	13
Ваши мысли о смерти	14
Симптоматический опросник «Самочувствие в экстремальных условиях»	15
Методика «Уничтожение страха»	18
Психокоррекция страха смерти	21
Лабораторное занятие 3	
<i>Персональный экзистенциальный анализ</i>	23
Лабораторное занятие 4	
<i>Нарративное интервью</i>	27
Лабораторное занятие 5	
<i>Формирование навыков сократического диалога</i>	30
Переосмысление (Сократический диалог)	30
Процедура освоения (проведения) метода переосмысления	31
Упражнения для проведения «Сократического диалога»	32
Лабораторное занятие 6	
<i>«Колесо жизни» как метод помощи на этапе хронического кризиса</i>	32
МЕТОД ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ	34
Лабораторное занятие 7	
<i>Психологический дебрифинг</i>	34
Процедура дебрифинга	35
Аудебрифинг. Индивидуально-групповой вариант дебрифинга	45
Лабораторное занятие 8	
<i>Психобиографический дебрифинг</i>	46
Методика «Психологическая автобиография»	46
Особенности проведения беседы-интервью с использованием методики «Психологический дебрифинг»	50
Лабораторное занятие 9	
<i>Группа поддержки для взрослых</i>	52
Лабораторное занятие 10	

<i>Группа поддержки для детей</i>	59
Лабораторное занятие 11	
<i>Метод десенсибилизации и переработки травмы движениями глаз (ДПДГ) Ф. Шапиро</i>	70
В ПОИСКАХ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОДА ВЫЖИВАНИЯ	77
Лабораторное занятие 12	
<i>Сочинение рассказов в шести частях как экспресс-оценка методов преодоления кризисной ситуации</i>	77
В поисках психологического кода выживания	77
Шесть фундаментальных попыток. Концепция М. Лада «BASIC 6»	80
Сочинение рассказов в шести частях (6 PSM)	82
Лабораторное занятие 13	
<i>Модель «присоединиться и направлять». Эриксонов метод помощи жертвам в острых травматических ситуациях</i>	87
Сделать светлой темную область	90
Лабораторное занятие 14	
<i>Диагностика и способы восстановления непрерывности после травматического события</i>	91
Виды непрерывностей	91
Восстановление непрерывности	93
Упражнение «Непрерывности в семье в ситуации кризиса»	95
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	99

Учебное издание

Пергаменщик Леонид Абрамович
Пузыревич Наталия Леонидовна

КРИЗИСНОЕ ВМЕШАТЕЛЬСТВО

Практикум

Редактор О.В. Юхновец
Технический редактор Д.В. Вербицкая
Компьютерная верстка Д.В. Вербицкой

Подписано в печать _____. Формат _____. Бумага офсетная. Гарнитура *школьная*.
Печать _____. Усл. печ. л. _____. Уч.-изд. л. _____. Тираж _____ экз. Заказ _____.

*Издатель и полиграфическое исполнение: Учреждение образования «Белорусский
государственный педагогический университет имени Максима Танка».*

ЛИ № 02330/0133496 от 01.04.04.

ЛИ № 02330/0131508 от 30.04.04.

220050, Минск, Советская, 18

E-mail: izdat@bspu.unibel.by