

# ПОСТТРАВМАТИЧНА КРИЗА.

---

## КРИЗА В АДАПТАЦИОННИТЕ ВЪЗМОЖНОСТИ



- 
- След латентната фаза, която може да продължи няколко седмици или месеца, при родителите се появява **посттравматичен стрес**.
  - За дълъг период от време човек в това състояние може да изпадне в “емоционална трупност”, снижава значително активността на сензорните модалности, да остане равнодушен към ставащото около него, да е социално индиферентен.

- 
- Родителят се старая да избягва всичко, което му напомня за травматичното събитие. Възможна е по-късна проява на силен страх, паника или агресия.

# Често в такива случаи се наблюдават

---

- вегетативна възбудимост,
- плашливост,
- безсъние,
- депресия,
- мисли за суицид,
- алкохолизъм.

- 
- Състоянието на посттравматичния стрес е противоречиво, амбивалентно и често неосъзнато.
  - В борбата между осъзнаване на станалото и едновременно с това желанието да не се “види”, се проявява чрез кошмари, внезапни асоциации и халюцинации, които изтриват границата между реалното и фантазията.

- 
- Търсят се начини и подходи, за да се установи **ДОВЕРИЕ** МЕЖДУ СПЕЦИАЛИСТА И РОДИТЕЛЯ, ДА СЕ **ОЦЕНИ ОБЩУВАНЕТО КАТО ВЪЗМОЖНОСТ** (БЕЗ СТРАХ) ЗА СПОДЕЛЯНЕ, **НАЗОВАВАНЕ** И НОРМАЛНО ВЪЗПРИЕМАНЕ НА ЧУВСТВОТА И **СТИМУЛИРАНЕ** ФАКТИТЕ ДА СЕ ПОГЛЕДНАТ ДИРЕКТНО “В ОЧИ”.

# Криза в адапционните възможности на родителите

---

- Преживяването на посттравматичния стрес много често е съпроводено с проблеми в адаптацията.
- Психическите реакции, свързани със социалната дизадаптация, също имат определена функция при преодоляване на стреса.

- 
- По време на кризата човек понякога се чувства неадекватно, а **симптоматиката е компенсаторна** по отношение пълното приемане на афектното състояние или абсолютното му отричане.



# Родителят се чувства безсилен

---

- Напразно се старае в живота, поставя си излишно високи изисквания, оплаква съдбата си и се бои от външния свят.
- Често се отдава на мисълта, че партньорът му го е изоставил.
- Не е в състояние да формулира ясна представа за опасността, която го заплашва.
- Не е в състояние с уважение да се отнесе към връхлетелите го негативни чувства и мисли, а ги оценява като унижение, обида, срам.

---

Ако родителят не се пребори с  
това състояние, настъпват  
**СИМПТОМИТЕ НА  
ДЕПРЕСИВНОТО ИЗТОЩЕНИЕ.**

*Противоречието между стремещът към автономия и несвободата се неутрализира чрез СТРАХ.*

---

- Разнообразните страхове **продуцират** възможни конфликти със специалисти, медицински и други институции, различните социални групи, в които родителят участва.

- 
- Ако родителят е личност с висока социална отговорност, то механизмът на защита активира съзнание за разграничаване, безпомощност, което възприема като бягство от отговорност и измяна на родителския дълг.

---

Възникналото чувство на отрицание  
– противопоставяне на социума,  
**води до** избора на неправилни

- възпитателни,
- образователни и
- комуникативни подходи с детето.

# Непредсказуемостта на бъдещото развитие и поведение на детето

---

- постоянно оказва **негативно влияние** върху самовъзприемането и самооценката на родителя, предизвиква чувство на непълноценност.

# ТЕРАПЕВТИЧНИ ПОДХОДИ ЗА ПРЕОДОЛЯВАНЕ НА АДАПТАЦИОННАТА КРИЗА

---

- Кризата в адаптацията води до проблеми в личния и обществения живот.
- **Цел** на психотерапевтичното подпомагане е работа върху чувствата, които са свързани с увреденото дете.
- Препоръчително и необходимо е консултиране и посещения при психотерапевт.

## Едни от приложимите подходи са:

---

- Изграждане на убеждение у родителя, че е необходим на своето дете;
- Удържане на страха и разблокиране в настоящия момент;
- Персонализиране на емоционалното състояние;
- Правилно насочване на психологическата защита.



# Психотерапията

---

- предлага конкретни действия по предотвратяване на семейните конфликти и стабилизация на семейните отношения.
- Консултирането е процес, който не само преодолява психическите проблеми (вкл. лечение на психическите заболявания), но стимулира развитие, превантира по-нататъшни усложнения.

- 
- Консултирането помага на родителите да разберат каква помощ им е нужна, при какви ситуации какво поведение се очаква от тях.
  - Родителите могат да се включат в тренинги за усвояване на ролево поведение, развиване на навици и усвояване на сетивни модели, мобилизиране на личните ресурси.

---

Разграничават се **три основни въпроси**, свързани с консултирането:

- Детето с нарушение и отношенията с него;
- Взаимодействието със социалното обкръжение и личните нагласи;
- Проблемите в адаптирането към новата ситуация.

- 
- Вниманието по време на консултирането е акцентирано към осмисляне на живота; създаване на самоувереност; мобилизация на вътрешните ресурси.