

Spis treści

Część I

TERAPIA POZNAWCZO-BEHAWIORALNA UKIERUNKOWANA NA TRAUMĘ

Rozdział 1. Wpływ urazu psychicznego i żałoby na dzieci i ich rodziny	3
Jaka jest istota traumy dziecięcej?	3
Jakie objawy pourazowe mogą wystąpić u dziecka?	6
Wpływ żałoby traumatycznej na dzieci	16
Dlaczego powinniśmy odróżniać traumatyczną żałobę wieku dziecięcego od innych form żałoby?	19
Fazy terapii.....	19
Podsumowanie	20
Rozdział 2. Strategie diagnostyczne stosowane u dzieci, które doznały traumy	22
Ocena ekspozycji traumatycznej.....	22
Rozpoznanie objawów PTSD	23
Diagnoza innych zaburzeń psychicznych.....	24
Diagnoza żałoby traumatycznej.....	30
Udzielenie rodzinie informacji zwrotnych na temat diagnozy.....	33
Rozdział 3. Model TF-CBT – zasady działania	35
Opracowanie modelu TF-CBT	36
Model indywidualnej terapii dziecka i wspólnej terapii dziecka i rodzica	38
Znaczenie czynników kulturowych w modelu TF-CBT	43
Optymalizacja adaptacyjnego funkcjonowania – znaczenie dodatkowej opieki.....	44
Ogólne uwagi na temat posługiwania się książką.....	46
Podsumowanie	48

Rozdział 4. Rola terapeuty prowadzącego TF-CBT	49
Zasadnicze znaczenie relacji terapeutycznej.....	50
Znaczenie oceny, umiejętności i kreatywności terapeuty	51
Kwalifikacje i przeszkolenie terapeuty.....	53
Przewycięzanie możliwych trudności	54

Część II

INTERWENCJE UKIERUNKOWANE NA TRAUMĘ

Wprowadzenie do poszczególnych interwencji – modułów terapii ukierunkowanych na traumę.....	59
Moduł 1. Psychoedukacja	61
Psychoedukacja na temat modelu TF-CBT.....	64
Psychoedukacja dzieci przeżywających traumatyczną żałobę.....	65
Przewycięzanie możliwych trudności	66
Moduł 2. Umiejętności wychowawcze	69
Pochwały	70
Selektywna uwaga	71
Procedura przerwy	73
Programy wzmacniania zachowań	74
Przewycięzanie możliwych trudności	75
Moduł 3. Relaksacja.....	78
Świadome oddychanie/uważność/medytacja.....	79
Progresywna relaksacja mięśni	83
Relaksacja – praca z dziećmi przeżywającymi traumatyczną żałobę	85
Relaksacja – praca z rodzicami.....	86
Inne techniki relaksacyjne	87
Przewycięzanie możliwych trudności	87
Moduł 4. Wyrażanie i regulacja emocji.....	89
Identyfikacja emocji – praca z dziećmi	89
Wyrażanie emocji – praca z rodzicami	91
Zatrzymywanie myśli i pozytywne wyobrażenia	93
Pozytywna mowa wewnętrzna	94
Zwiększanie poczucia bezpieczeństwa u dziecka.....	95
Poprawa umiejętności rozwiązywania problemów i umiejętności społecznych	97
Rozwijanie umiejętności społecznych.....	101
Radzenie sobie z trudnymi stanami emocjonalnymi.....	102
Regulacja emocji – praca z dziećmi przeżywającymi traumatyczną żałobę	103

	Regulacja emocji – praca z rodzicami.....	105
	Przezwyciężanie możliwych trudności	107
Moduł 5.	Radzenie sobie i przetwarzanie poznawcze I – trójkąt poznawczy	109
	Rodzaje nieadekwatnych i niekonstruktywnych myśli....	114
	Trójkąt poznawczy – praca z rodzicami	116
	Zwiększanie poczucia bezpieczeństwa u rodzica pozostałego przy życiu	117
	Przezwyciężanie możliwych trudności	118
Moduł 6.	Narracja na temat traumy	121
	Tworzenie narracji na temat traumy przez dzieci przeżywające traumatyczną żałobę	129
	Dzielenie się narracją na temat traumy z rodzicem	131
	Przezwyciężanie możliwych trudności	134
Moduł 7.	Radzenie sobie i przetwarzanie poznawcze II – przetwarzanie traumatycznego doświadczenia.....	138
	Analizowanie i korygowanie nieadekwatnych lub niekonstruktywnych myśli i przekonań	139
	Poznawcze przetwarzanie traumatycznej śmierci.....	144
	Przetwarzanie traumy dziecka w pracy z rodzicami	145
	Przezwyciężanie możliwych trudności	147
Moduł 8.	Ekspozycja na bodźce przypominające o traumatycznym zdarzeniu <i>in vivo</i>	149
	Przezwyciężanie możliwych trudności	152
Moduł 9.	Wspólne sesje dziecka i rodzica	154
	Przezwyciężanie możliwych trudności	157
Moduł 10.	Zwiększanie bezpieczeństwa w przyszłości i wspomaganie dalszego rozwoju	159

Część III

MODUŁY UKIERUNKOWANE NA ŻAŁOBĘ

	Wprowadzenie do modułów ukierunkowanych na żałobę.....	171
Moduł 1.	Psychoedukacja na temat żałoby	173
	Psychoedukacja na temat żałoby – praca z dziećmi	173
	Psychoedukacja na temat żałoby – praca z rodzicami	174
	Przezwyciężanie możliwych trudności	176
Moduł 2.	Przeżywanie żalu po stracie i przezwyciężanie ambiwalentnych uczuć do osoby zmarłej – „Czego mi brak, a za czym nie tęsknię”	179
	Przeżywanie żalu po stracie – „Czego mi brak”	179

	Przewycięzanie ambiwalentnych uczuć do osoby zmarłej – „Za czym nie tęsknię”	181
	Przeżywanie żalu po stracie i odniesienie się do ambiwalentnych uczuć do osoby zmarłej – praca z rodzicami	184
	Przewycięzanie możliwych trudności	187
Moduł 3.	Zachowanie pozytywnych wspomnień o osobie zmarłej	189
	Zachowanie pozytywnych wspomnień – praca z dziećmi	189
	Zachowanie pozytywnych wspomnień – praca z rodzicami	191
	Przewycięzanie możliwych trudności	192
Moduł 4.	Przededefiniowanie relacji z osobą zmarłą i zaangażowanie się w aktualne relacje	194
	Przededefiniowanie relacji – praca z dziećmi	194
	Przededefiniowanie relacji – praca z rodzicami	196
	Obawy o zdolność poradzenia sobie z samotnym wychowaniem dzieci	198
	Przewycięzanie możliwych trudności	199
	Przegląd i zakończenie terapii	201
	Przewycięzanie możliwych trudności	205
Dodatek 1.	Ulotki	207
	Informacje na temat przemocy domowej dla rodziców	209
	Informacje na temat przemocy domowej dla dzieci	213
	Informacje na temat molestowania seksualnego dziecka dla rodziców	215
	Informacje na temat molestowania seksualnego dziecka dla dzieci	222
	Relaksacja – jak stres i PTSD wpływają na nasz organizm	225
	Regulacja emocji – sposoby natychmiastowej poprawy samopoczucia	227
	Ćwiczenia z trójkątem poznawczym	228
	Krąg życia	230
Dodatek 2.	Źródła	231
Dodatek 3.	Dodatkowe szkolenie	243
	Bibliografia	247
	Indeks	257

Terapia traumy i traumatycznej żałoby u dzieci i młodzieży przedstawia wszechstronną koncepcję rozpoznawania zespołu stresu pourazowego (PTSD), depresji, lęku i innych objawów związanych z urazem psychicznym oraz wskazówki do opracowania elastycznego planu terapii przystosowanego do indywidualnych potrzeb. Chociaż prezentowany model jest oparty głównie na teorii poznawczo-behawioralnej, autorzy kładą także duży nacisk na czynniki rozwojowe, znaczenie systemu rodzinnego i wartości humanistyczne. Przykładowe instrukcje, przypadki kliniczne oraz wskazówki dotyczące przezwyciężania możliwych trudności pomagają terapeutom w zachęceniu dzieci, nastolatków i ich rodziców do wspólnej pracy nad kształtowaniem i utrwalaniem zasadniczych umiejętności w takich sferach, jak regulacja emocji i bezpieczeństwo.

Praktyczny przewodnik, stanowiący niezbędną pozycję wśród lektur psychologów i psychiatrów klinicznych, pracowników socjalnych oraz specjalistów w dziedzinach pokrewnych. Jest to także nieocenione źródło wiedzy dla badaczy i studentów zainteresowanych terapią dzieci oraz PTSD.

„[...] W Polsce coraz większa liczba pacjentów oddziałów oraz poradni psychiatrycznych dla dzieci i młodzieży pochodzi z niepełnych rodzin i potwierdza doświadczenie wykorzystywania seksualnego, przemocy fizycznej i psychicznej, a także zaniedbania. Część z nich doznała utraty rodzica w dramatycznych okolicznościach. [...] Książka ta będzie ważnym uzupełnieniem piśmiennictwa dla studentów i profesjonalistów (lekarzy, psychologów, socjologów, pielęgniarek, pracowników socjalnych, terapeutów zajęciowych i pedagogów) szkolących się w zakresie postępowania terapeutycznego z dzieckiem, które doznało traumy, z objawami zespołu stresu pourazowego, lęku oraz żałoby [...]”.

Z recenzji dr hab. n. med. Agnieszki Gmitrowicz, prof. Uniwersytetu Medycznego w Łodzi

Judith A. Cohen, MD, jest certyfikowanym psychiatrą dziecięcym, dyrektorem medycznym Center for Traumatic Stress in Children and Adolescents przy Allegheny General Hospital w Pittsburghu.

Anthony P. Mannarino, PhD, licencjonowany psycholog kliniczny, jest dyrektorem Center for Traumatic Stress in Children and Adolescents przy Allegheny General Hospital w Pittsburghu.

Esther Deblinger, PhD, jest zastępcą dyrektora Instytutu CARES (Child Abuse Research Education and Service) oraz wykładowcą psychiatrii na wydziale medycyny osteopatycznej University of Medicine and Dentistry of New Jersey (UMDNJ).