



**Международный конкурс**

**«Святость материнства – 2023»**

**Государственное учреждение «Республиканский  
научно-практический центр «Мать и дитя»  
Министерства здравоохранения Республики Беларусь**

○ Центр образован для проведения научных исследований, подготовки научных и медицинских кадров, повышения их квалификации, разработки, внедрения и оказания высокотехнологичной медицинской помощи и сложных медицинских вмешательств, требующих больших финансовых затрат, проведения медицинских экспертиз в сложных экспертных случаях, организационно-методической работы и руководства специализированными медицинскими службами по акушерству, гинекологии, андрологии, неонатологии, педиатрии, медицинской генетике и репродуктивного здоровья.



○ Центр по характеру работы и объему оказываемой медицинской помощи является многопрофильным.

○ *На Центр возложена функция головной организации в области охраны здоровья матери и ребенка и в иных смежных областях медицины и биологии в системе Министерства здравоохранения Республики Беларусь.*



# ОСНОВНЫМИ ЦЕЛЯМИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЦЕНТРА ЯВЛЯЮТСЯ:

- медицинская, научная, научно-техническая, инновационная, фармацевтическая, образовательная деятельность в области охраны здоровья матери и ребенка и в иных смежных областях медицины и биологии;
- обеспечение оказания населению в Республике Беларусь (далее - пациенты) первичной, специализированной и высокотехнологичной медицинской помощи в области акушерства, гинекологии, андрологии, педиатрии, неонатологии и медицинской генетики, репродуктивного здоровья (далее медицинская помощь), проведение медицинских экспертиз;
- осуществление деятельности по совершенствованию организации оказания профильных специализированных видов медицинской помощи, анализу и контролю медико-демографических процессов, разработке и реализации государственных и ведомственных программ;
- подготовка и повышение квалификации научных и медицинских кадров.



# ЛУЧШИЙ ПРОЕКТ ПО ПОДГОТОВКЕ МУЖЧИН К ОТЦОВСТВУ

## ШКОЛА МОЛОДОГО ОТЦА «ЛУЧШИЙ ПАПА»

№	Наименование показателя	2022
1.	Количество групповых занятий по подготовке к родительству/ к отцовству Название лекционных занятий: «Семейное консультирование, кризисное консультирование»  «Обучение беременных женщин и их мужей, рожениц и их супругов, родителей малышей до 3-х лет и членов их семей навыкам создания условий безопасного проживания детей»  «Перинатальная психология: беременность и осознанное родительство как ситуация адаптации»	8 занятий  97 занятий  78 занятий
1.1	Количество участников групповых занятий по подготовке к отцовству Название лекционных занятий: «Семейное консультирование, кризисное консультирование»  «Обучение беременных женщин и их мужей, рожениц и их супругов, родителей малышей до 3-х лет и членов их семей навыкам создания условий безопасного проживания детей»  «Перинатальная психология: беременность и осознанное родительство как ситуация адаптации»	  96 человек  534 участника Из них: 112 отцов  424 участника Из них: 98 отцов
1.2	Количество специалистов привлечённых к ведению групповых занятий по подготовке к отцовству (перечислите специалистов)  4 специалиста	Симченко А.В. Кузьмина Т.Н. Толстуха Е.Ч. Герашенко Е.В.



# СЕМЬЯ – ПЕРВЫЙ ИНСТИТУТ СОЦИАЛИЗАЦИИ И САМОСОЗНАНИЯ ЧЕЛОВЕКА

Именно семья играет важную роль не только в развитии общества и государства, но и в жизни каждого человека.

Осознанное отцовство — это высокий уровень зрелости мужчины, означающий готовность к появлению на свет своего ребенка. Степень подготовленности мужчины к родительству оценивается несколькими факторами:

- материальным положением;
- психологическим состоянием;
- уровнем духовности.

Осознанное отцовство — это понимание и осмысление своей новой роли еще до момента зачатия.

**Отцовство** — это значительное событие в жизни каждого человека. От того, как в семье воспримут появление малыша, зависит его дальнейшая жизнь. Очень важным является подготовка родителей — мамы и папы — к появлению родного им человека.



# ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ:

- женщины и супружеские пары в ожидании ребенка;
- молодые семьи, планирующие появление ребенка;
- женщины и мужчины репродуктивного возраста, имеющие в анамнезе неблагоприятные детско-родительские отношения и желающие иметь ребенка.



- У мужчин и женщин есть существенная разница в восприятии появления нового человека в семье. Мать 9 месяцев носит ребенка и, буквально, всем телом рожается с ним. Отец начинает осознавать, что у него есть ребенок только тогда, когда начнет как-то общаться с ним, когда появится контакт, когда малыш начнет реагировать на отца. Поэтому папы воспринимают детей по-другому, им нужно привыкнуть. Не мысленно, а чувственно, почувствовать свою важность.



# ЦЕЛЬ:

- оказание комплексной психолого-педагогической помощи мужчинам, женщинам и семьям в ожидании ребенка и на первом году его жизни в связи с периодом беременности, предстоящими родами и послеродовым периодом



# ЗАДАЧИ:

- Формирование рефлексивного принятия своего нового образа «Я в ожидании ребенка» и ответственной позиции материнства и отцовства;
- формирование позитивного образа ребенка и навыков взаимодействия с ребенком до рождения;
- ознакомление женщин и будущих отцов с основными закономерностями течения беременности;
- ознакомление с основами психологии раннего развития и воспитания ребенка;
- ознакомление с основами психофизиологических особенностей детей первого года жизни;
- активизация позитивных коммуникаций в супружеской паре и расширенной семье;
- нормализация психоэмоционального состояния женщины в период беременности, снижение предродовой тревожности и коррекция страхов, изменение представлений о неизбежности страданий в родах.
- профилактика послеродовой депрессии.



# ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ ШКОЛА МОЛОДОГО ОТЦА «ЛУЧШИЙ ПАПА»

- Реализация программы позволит повысить престиж института семьи путем пропаганды семейных ценностей и традиций, обеспечить поддержку семей с детьми, повысить доступность и качество социальных и психологических услуг.
- Социальный уровень: увеличение рождаемости.
- Психологический уровень: укрепление семьи в кризисный для нее период; увеличение доли семей, удовлетворенных беременностью, родами и первым годом родительства.
- Медицинский уровень: увеличение доли физиологических родов; увеличение доли младенцев на грудном вскармливании.



# РЕАЛИЗАЦИЯ ШКОЛЫ МОЛОДОГО ОТЦА «ЛУЧШИЙ ПАПА» ЭТО ВОЗМОЖНОСТЬ:

- семье в ожидании ребенка обратиться к специалистам (акушерам-гинекологам, педиатрам, психологам), которые помогут сформировать родительскую ответственность и компетентность.
- сопровождения семьи в период беременности, после рождения ребенка, и на этапе планирования семьи и ребенка.
- улучшить психологическое состояние женщины, психологический комфорт семьи в ожидании ребенка.
- Получить установки, знания и навыки, которые помогут им стать ответственными родителями.



# СПЕЦИАЛИСТЫ ШКОЛЫ МОЛОДОГО ОТЦА «ЛУЧШИЙ ПАПА» ПОМОГАЮТ:

- Принять на себя ответственности за семью, ребенка;
- Повысить родительскую компетентность;
- Принять и уважать ребенка до рождения;
- Усилить позитивные чувства: радости, уверенности, спокойствия, любви.



# ПРОГРАММА ШКОЛЫ МОЛОДОГО ОТЦА «ЛУЧШИЙ ПАПА»:

- Психологические аспекты: сведения о чувствах и способах их выражения; сведения о психоэмоциональной связи в диаде «мать-дитя», «отец-дитя»; значение формирования системы «мать-дитя», «отец-дитя»;
- Понятия о мышечной релаксации, аутотренинге, различных способах дыхания.
- Анализ проблемных ситуаций; навыки саморегуляции и контроля; приемы снятия психоэмоционального напряжения; приемы ауторелаксации (навыки в саморасслаблении); приемы аутотренинга для укрепления психоэмоционального состояния.
- Навыки поведения в родах,
- Навыки вскармливания и ухода за новорожденным, организации жизни семьи с младенцем, организация безопасной среды для ребенка дома, профилактика травматизма.



# ПРОЕКТ ПО ОКАЗАНИЮ (КРИЗИСНОЙ) ПОМОЩИ СЕМЬЕ В СТРЕССОВОЙ СИТУАЦИИ

○ В ГУ РНПЦ «Мать и дитя» организована работа по комплексному информационно-образовательному, психосоциальному сопровождению девушек-подростков, беременных женщин, родильниц и их семей. Работа организована по междисциплинарному принципу, в том числе с привлечением к сотрудничеству различных социальных и общественных организаций. Основной целью ее является сохранение репродуктивного здоровья женщин и девушек-подростков, здоровья новорожденных.



# НАПРАВЛЕННАЯ РАБОТА НА КАЖДОМ ЭТАПЕ ОКАЗАНИЯ ПОМОЩИ ЖЕНЩИНАМ И ИХ СЕМЬЯМ ОПРЕДЕЛЕНА СЛЕДУЮЩИМИ ЗАДАЧАМИ:

- – формирование и расширение практики психологического консультирования девушек-подростков, женщин в период беременности и ранний послеродовой период, в том числе находящихся в трудной жизненной ситуации;
- – повышение эффективности сотрудничества медицинских специалистов, психологов и специалистов по социальной работе со службами социальной защиты и общественными организациями в целях поддержки беременных женщин и матерей, находящихся в трудной жизненной ситуации, профилактики прерывания беременности и отказа от новорожденных;
- – разработка и использование современных подходов в просветительской работе организаций здравоохранения по сохранению репродуктивного здоровья молодежи, формированию культуры семейных ценностей, ценности материнства;
- – внедрение и совершенствование новых форм работы по медико-социальной помощи девушкам-подросткам, беременным женщинам, матерям и их семьям, находящимся в трудной жизненной ситуации.



# ПРОЕКТ ПО ОКАЗАНИЮ (КРИЗИСНОЙ) ПОМОЩИ СЕМЬЕ В СТРЕССОВОЙ СИТУАЦИИ (РОЖДЕНИЕ НЕДОНОШЕННОГО РЕБЕНКА)

№	Наименование показателя	2022
1.	Количество обращений по вопросу преодоления стрессовой ситуации <ul style="list-style-type: none"><li>- мужчин</li><li>- женщин</li><li>- беременных женщин</li><li>- подростки (10-18 лет)</li><li>- от семьи/группы</li></ul>	249
2.	Количество групповых занятий	31
3.	Количество индивидуальных консультаций	496
4.	Количество специалистов привлечённых к ведению групповых занятий по преодолению стрессовой ситуации	



# ОПИСАНИЕ ПРОЕКТА

- Рождение ребенка – счастливое и значительное событие в жизни семьи, но рождение недоношенного ребенка становится серьезным испытанием. Семья оказывается в ситуации кризиса: в результате неожиданного события резко меняются представления о себе и, об окружающем мире на фоне отсутствия опыта переживания и адаптации. Кризис несет угрозу стабильности и ставит перед семьей новые задачи, требующие существенных усилий по адаптации, перестройке взаимоотношений и необходимости принятия случившегося.

- Работа психолога с семьей должна начинаться как можно раньше, чтобы родители смогли адаптироваться к новой ситуации и преодолеть семейный кризис.

- Ситуация кризиса характеризуется:

- неожиданностью;
- резким изменением ситуации;
- отсутствием опыта проживания подобных ситуаций и опыта адаптации к ним;
- необходимость прикладывать существенные усилия по принятию случившегося.

- В основе кризиса рождения недоношенного ребенка лежит переживание потери. Родители утрачивают ожидания того, каким будет ребенок, какие чувства они будут испытывать. Вместо цветов, шариков и улыбок близких, вместо радости и гордости они видят ребенка в кювезе на аппарате искусственного дыхания и переживают сложные чувства, далекие от радости и гордости.



- Первая реакция - реакция шока. Состояние растерянности, беспомощности, собственной неполноценности. В состоянии шока родителям трудно воспринимать информацию от врачей и принимать решения, рассказывать родственникам о случившемся. Шок сопровождается отрицанием случившегося, отрицанием диагнозов, поиском альтернативных специалистов или – в других случаях – бездействием. Отрицание – защитный механизм: смягчающий удар, но важно, чтобы не произошло застревание родителей с драматическими последствиями.
- Выходя из шока, родители переживают агрессию. Чаще агрессия направлена на того: с кем были связаны большие ожидания – на врачей, на близких, на себя.
- Чувство вины, возврат к прошлому, поиск ошибок – частое и изнуряющее переживание. Важно иметь возможность разделить тяжесть вины с близкими и/или специалистом и перейти от вопроса «чего я НЕ сделала» к вопросу «что я сделала возможного в данной ситуации».
- Когда происходит осознание факта случившегося, понимание глубины проблемы и длительной дальнейшей неопределенности, возникает чувство глубокой печали, бессилия и апатии – развивается депрессивная реакция. Часто депрессия сопровождается тревогой, страхом перед исходом осложнений и отдаленными последствиями, контролирующим стилем поведения.



- Родителям важно понимать, что все психологические реакции являются нормальными для кризисной ситуации и нужно разрешать себе их проживание. Даже спустя много лет после рождения недоношенного ребенка воспоминания об этом сложном периоде вызывают у родителей сильные эмоции, что говорит о значении и длительном влиянии таких переживаний.



# РАБОТА ПСИХОЛОГА НАПРАВЛЕНА НА:

- Поддержку уверенности в родительских функциях. Психолог делает заметными усилия родителей и отмечает даже небольшие их успехи и положительную динамику в состоянии ребенка, способствуя присвоению достижений, а также помогает родителям включить ребенка в семейную систему и укрепить чувство принадлежности.
- Работу с тревогой и страхами родителей. С помощью специалиста родителям легче делиться своими переживаниями, разделять сферу своих возможностей и возможностей врачей, принимать и переживать свои ограничения, а иногда и бессилие. Важно поддерживать способность родителей доверять себе, друг другу, специалистам и сохранять интерес к процессу развития ребенка.
- Восполнение эмоциональных и физических ресурсов родителей. Поглощенные уходом за ребенком и переживаниями, родители не всегда могут вовремя заметить собственное истощение. Демонстрируемая стойкость или стыд не позволяют признать нуждаемость, а раздражительность: подавленность, замкнутость, усталость часто игнорируются и не считаются поводом для обращения за помощью. Психолог может заметить признаки истощения и с принятием легализовать их, а также помочь родителям вспомнить, какой вид совместной деятельности или отдыха раньше приносил радость. Родители часто опасаются привлекать к уходу близких или других людей из-за преувеличенного риска инфицировать ребенка, но истощение и депрессивное состояние могут иметь более драматические последствия.



- Обращение к опыту родителей, переживших похожую ситуацию, также может стать ресурсом и укрепить надежду, и это возможно в группах психологической взаимопомощи.
- Выходом из семейного кризиса могут стать либо установление новых отношений, принятие новых ролей, новый уровень близости и взаимопонимания, либо нарастание эмоционального отчуждения и нарушение внутрисемейных отношений.
- При благоприятной психологической обстановке последствия недоношенности смягчаются, а состояние здоровья матери оказывает влияние не только на качество ухода, но и на дальнейшее развитие и благополучие ребенка. Именно поэтому психологическая помощь должна оказываться параллельно медикаментозной и быть направленной на семью в целом. Даже если невозможно избавить родителей от той боли, которую они испытывают, уважительное присутствие, психологическое сопровождение могут сделать ее более терпимой.



# АЛГОРИТМ РАБОТЫ

- Психологическая помощь в педиатрическом отделении для недоношенных новорожденных детей включает в себя цикл из двух этапов: индивидуальная и групповая работа.
- На первом этапе проводятся индивидуальные консультации (беседы) с мамой. Индивидуальная консультация психолога длится около 1 часа, предполагается цикл индивидуальных сессий с психологом, состоящий из 3-5 консультаций во время пребывания мамы в отделении.
- *Структура и темы индивидуальных сессий с психологом*
- Первая консультация – знакомство, налаживание контакта, прояснение индивидуальной ситуации. Методы, применяемые на первой консультации – активное и эмпатическое слушание, позволяющее мамам проявить, проговорить и осознать собственные эмоции.
- 2. Задача второго этапа индивидуальных сессий (вторая и третья консультация) состоит в снижении тревоги и страхов. Методы, применяемые на данном этапе:
  - - обучение релаксации – осознанное расслабляющее дыхание, нервно-мышечная релаксация. Именно в релаксационном состоянии происходит восстановление сил, снятие эмоционального возбуждения, возможность управлять процессами организма и психики;
  - - приемы и техники когнитивно-поведенческой психотерапии.
- 3. Задача третьего этапа – поиск внешних и внутренних ресурсов для преодоления стрессовой ситуации. На данном этапе могут применяться техники арттерапии, например, техники «Человек под дождем», «Цветок», «Безопасное место», колода метафорических ассоциативных карт «Древо жизни»,



# *КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ ГРУППОВОГО ТРЕНИНГОВОГО ЗАНЯТИЯ «СИЛА ПОДДЕРЖКИ»*

**Цель:** развить внешние и внутренние ресурсы преодоления кризиса путем формирования положительной социальной поддержки в группе.

## **Задачи:**

1. эмоциональная и безоценочная поддержка;
2. повышение сензитивности женщин к своим чувствам и переживаниям;
3. обучение навыкам конструктивного взаимодействия на основе развития навыков эмпатии и «активного слушания» во время общения в группе;
4. обучение методам рефлексии и саморефлексии как эффективным способам анализа детско-родительских отношений.

○ Тренинг строится в соответствии с общими принципами групповой психотерапевтической работы, опирается на терапевтический потенциал группы. Групповая форма работы создает оптимальные условия для конструктивной переработки, переосмысления личностных проблем, а также стимулирует эмоциональное проживание проблем и конфликтов на более глубоком уровне, создает условия для появления новых, более адекватных форм поведения, вырабатывает ряд специальных навыков, прежде всего в сфере межличностного общения.



## План группового тренингового занятия

- Приветствие. Вступительное слово.
- Выработка правил взаимодействия в группе.

### Правила группы:

- - доверительный стиль отношений;
- - общение по принципу «здесь и теперь»;
- - персонификация высказывания;
- - искренность общения;
- - конфиденциальность всего происходящего в группе;
- - опора на позитивные качества личности;
- - оценивание поступка, а не личности;
- - интенсификация общения;
- - активное участие в происходящем;
- - уважение друг к другу.

### Группа обсуждает предложенные правила и дополняет их.

- Упражнение-знакомство с использованием техники ассоциативных метафорических карт, колода «Источники женской силы». Участницы кратко представляются, в открытую выбирают одну карту с женским образом, и продолжают рассказ свой рассказ «я такая же, как она, потому что...». Следует акцентировать внимание на своих ресурсах, которые заложены в данном архетипическом образе. Остальные участники безоценочно и эмоционально поддерживают рассказчицу. Тренеру важно следить за экологичностью формулировок участников, с уважением и принятием давать комментарии.

### Мини-лекция для мам «Стадии проживания кризиса».

#### Упражнение «Хаос неопределенности».

- Цель упражнения: актуализация уверенности в ситуации неопределенности. Содержание: 1 этап: Участникам предлагается с закрытыми глазами нарисовать на листке бумаги хаос и представить свой рисунок. 2 этап: Найти в своем рисунке какую-то фигуру, предмет или дорисовать по своему желанию. 3 этап: Представление доработанного рисунка, обратная эмоциональная связь участников группы и тренера.

Упражнение «Мое солнышко». Цель: содействие получению матерью положительных эмоций от взаимодействия с ребенком. Участницам предлагается нарисовать «солнышко», далее в группе происходит обсуждение «Солнышко бывает каким?». Затем мамам предлагается дополнить свое изображение позитивными прилагательными, характеризующими их ребенка.

- Обобщение материала, обратная связь. Участники, сидя в общем кругу, рассказывают, что нового и полезного они узнали в процессе тренинга, что они могут использовать в своей жизни.



# *ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ СЕМЬЯМ С НАРУШЕНИЕМ РЕПРОДУКТИВНОЙ ФУНКЦИИ И РЕПРОДУКТИВНЫМИ ПОТЕРЯМИ*

№	Наименование показателя	2022
1.	Количество обращений по вопросу преодоления стрессовой ситуации - женщин (стационар) - 408  (амбулаторно) - мужчин 97 - женщин 311 - семейных пар 167	408
2.	Количество групповых занятий	1281
3.	Количество индивидуальных консультаций	496
4.	Количество специалистов привлечённых к ведению групповых занятий по преодолению стрессовой ситуации  Преимущества индивидуального психологического консультирования над другими воздействиями заключаются в: - доступности; - краткосрочности; - личностной и семейной направленности.	1



# ОПИСАНИЕ ПРОЕКТА

- Одной из актуальных проблем современности является нарушение репродуктивной функции, в частности бесплодие и репродуктивные потери, обусловленное сочетанием физического нездоровья, социального и психологического неблагополучия. В настоящее время разработаны различные подходы к психологической помощи парам с нарушением репродуктивной функции: психотерапия, психологическое консультирование, психокоррекция.
- В отделении планирования семьи ГУ РНПЦ «Мать и дитя» работает кабинет психологической помощи семьям, проходящим обследование и лечение по вопросам репродуктивного здоровья (планирование беременности, бесплодие, невынашивание беременности и репродуктивные потери). Сотрудничество психолога с врачами гинекологами и репродуктологами построено на создании критериев по определению пациентов, нуждающихся в психологической помощи, поддержке и сопровождении, что дает возможность параллельно заниматься решением медицинских и психологических вопросов.



- Эффективность психологического консультирования во многом зависит от того, какие методы будут использоваться для решения поставленной задачи. Для коррекции негативных эмоциональных переживаний в ходе психологического консультирования наиболее эффективными являются техники анализа эмоциональных переживаний, КПТ (когнитивно-поведенческой терапии) и рационально-эмотивной терапии. При этом анализ эмоциональных переживаний представляет собой технологию анализа человеком себя и своих эмоциональных переживаний. Данный подход включает в себя техники:
  - «акцентирование эмоциональных переживаний»,
  - «альтернативные формулировки ответа»,
  - «использование парадоксальных вопросов»,
  - «уточняющие и углубляющие формулировки»,
  - «использование интерпретаций»,
  - «переформулирование».
- Обращение за психологической помощью происходит по инициативе самого пациента (клиента) или по рекомендации врача гинеколога (репродуктолога). Клиенты, самостоятельно пришедшие психологу, демонстрируют большую мотивированность и готовность к психологической работе. В то время, как у клиентов обратившиеся по рекомендации лечащего врача, наблюдается большая растерянность и пассивность.
- Это связано с тем, что к психологу женщина обращается, не осознавая психологической части проблемы, имея опыт неудачного решения своих психологических проблем и/или имеет большой временной стаж безуспешного лечения. Часто женщины ожидают комплексного обследования с применением различных объективных технологий, традиционно применяемых в медицине. В психологическом консультировании личность и позиция клиента являются главенствующими на протяжении всей работы. Для преодоления пассивной позиции и мотивации женщины на потребность работы с собой.



# АЛГОРИТМ РАБОТЫ С ЖЕНЩИНОЙ/ПАРОЙ, ОБРАТИВШЕЙСЯ ЗА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩЬЮ

Эмоциональные переживания, связанные с нарушением репродуктивной функции и как результат, психосоматические нарушения выступают объектом психологического воздействия, в котором консультирование может являться одним из основных его направлений.

На основе опыта работы можно сказать, что для женщин с нарушением репродуктивной функции характерны следующие эмоциональные переживания:

- -высокий уровень личностной и ситуативной тревожности;
- -склонность к депрессии и социальной изоляции;
- -высокий уровень фрустрированности;
- -тревожный и амбивалентный стиль переживания возможной беременности и будущего материнства.

В некоторых случаях для снижения тревожности женщин на начальных этапах работы сохраняется четкий, понятный и привычный «медицинский» алгоритм:

- - знакомство;
- - сбор анамнеза;
- -включение диагностических методик.



На первом этапе консультирования клиническая беседа строится в форме полуструктурированного интервью с использованием традиционных техник «слушание», «психологическая поддержка клиента», «техника постановки вопросов».

Полуструктурированное интервью состоит из тематических блоков и содержит несколько аспектов, относительно которых должна быть получена информация. В беседу включаются темы:

- - обсуждение проблем, с которыми женщина обратилась к психологу;
- -диагностика эмоционального состояния женщины;
- -диагностика содержания материнской сферы и ее онтогенеза;
- -выявление содержания ценности деторождения;

Обсуждаются вопросы взаимоотношений в семье и наличия поддержки в близком кругу женщины.

В случае кризисного консультирования по проблеме репродуктивных потерь, может потребоваться несколько психологических сессий для установления раппорта и коррекции эмоционального состояния женщины.

По итогам первой встречи женщине предоставляются ответы на вопросы о её состоянии, его причинах и возможных путях его нормализации, а также приблизительно обозначает требуемое время работы и прогнозы на результат.

Последующие встречи проводятся, как правило, с периодичностью 1 раз в неделю, за исключением ситуаций, где проявляется депрессивная симптоматика. В этом случае проводится предварительная оценка наличия депрессии и ее степени. Решается вопрос о необходимости консультации психотерапевта/психиатра, для возможной медикаментозной коррекции. Количество сессий увеличивается до 2 в неделю.

В большинстве случаев клиентами, обратившимися за психологической помощью, являются женщины, т.к. они чаще начинают репродуктивное обследование первыми.

Так как репродуктивный процесс парный, обсуждается вопрос о включении супруга (при его добровольном согласии) в терапию.



# КРИТЕРИЯМИ ДЛЯ ОЦЕНКИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ЯВЛЯЮТСЯ:

- ослабление напряженности на первоначальной стадии интервью,
- расширение репертуара когнитивных схем,
- изменение поведения клиента за счет нового эмоционального опыта, полученного на сессии,
- убеждение и внушение, явное или скрытое,
- усвоенное или осознанное отношение клиента к новым формам поведения.

Главные определяющие динамику процесса и действенность психологической помощи:

- легкость поддержания консультативного контакта и консультативных отношений,
- результативность и завершенность диалога,
- личностные качества консультанта,
- использование эффективных для решения проблемы методов и методик.



# *ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ СЕМЬЯМ В СВЯЗИ С РОЖДЕНИЕМ РЕБЕНКА С НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ*

<b>№</b>	<b>Наименование показателя</b>	<b>2022</b>
1.	Количество обращений по вопросу преодоления стрессовой ситуации - женщин (стационар) - 408	1736
2.	Количество занятий групповой психотерапией (до 7 чел)	20
3.	Количество сеансов индивидуальной психокоррекции, психологической консультации	1719
4.	Количество специалистов привлечённых к ведению групповых занятий по преодолению стрессовой ситуации  Количество занятий психолого-профилактической и методической работы-25	1



# ОПИСАНИЕ ПРОЕКТА

- Беременность, роды, послеродовой период – время, когда женщина особенно уязвима и зависима. Эти периоды иногда осложняются аномальными событиями: сложное течение беременности, врожденные нарушения развития или другие состояния, опасные для жизни ребенка. В своей работе сталкиваюсь с последствиями этих событий.
- Нарушения обнаруживаются внезапно, и мама к этому неподготовлена ни морально, ни физически. Такие экстремальные ситуации существенно нарушают базовое чувство безопасности человека, и могут приводить к развитию болезненных состояний – травматического и посттравматического стресса и других невротических и психических расстройств. От этого не застрахован никто, и для семьи это может стать настоящим испытанием. Очень часто женщины остаются наедине со своей бедой и важно вовремя оказать поддержку и психологическую помощь.



- Процесс принятия особенностей ребенка всегда нелегкий. Как правило, когда родители узнают о том, что у их ребенка определенный диагноз, внутриутробно или в период до 3х лет начинается естественная работа психики на принятие того, что произошло, и человек проходит определенные стадии.
- На каждой стадии мать испытывает целую гамму крайне болезненных чувств, которые зависят от личного опыта и особенностей личности.
- Важно, помочь женщине принять и освоить роль своего непростого материнства, избежав психических и физических травм, избежать влияния негативных эмоций и состояний матери на ребенка, которые оказывают неблагоприятное влияние на будущее ребенка, а также избежать разводов связанных со сложной ситуацией в семье.



## МАТЬ, ПЕРЕЖИВАЮЩАЯ КРИЗИС, ЗАХВАЧЕНА СИЛЬНЫМИ ЭМОЦИЯМИ, ОНА МОЖЕТ ИСПЫТЫВАТЬ СТРАХ, ОТЧАЯНИЕ, РАСТЕРЯННОСТЬ

- Важно вовремя заметить такое состояние и оказать помощь. Одной из целей прояснения событий и действий является уменьшение эмоционального напряжения пациента и помощь в восстановлении способности к рациональному мышлению.
- Работа по психологической поддержке организована в специально оборудованном кабинете (кризисной комнате), где пациент может чувствовать себя в безопасности, сможет расслабиться и делиться своими переживаниями.
- С помощью различных методов музыкотерапии, песочной терапии, телесно-ориентированной терапии происходит восстановление эмоционального состояния.



- Если негативные изменения, с которыми сталкиваются мамы, приобретают длительный характер и оказываются вне зоны самостоятельного контроля, то возникает необходимость в профессиональной психологической и психотерапевтической помощи. И тогда требуется длительная помощь по выходу из кризисного состояния.

В задачи психолога также входит:

- оценка психоэмоционального состояния женщины;
- дальнейшая помощь и сопровождение в переходе от экстремальной формы в фазу эмоционального реагирования, после которого психика сможет мобилизоваться и адаптироваться к сложившейся ситуации, т.е. выйти из кризиса;
- поиск ресурсов в ситуации пролонгированного стресса, адаптация в условиях стационара, помощи в налаживании контакта с врачами.



# ОСОБЕННО ОПАСНЫ СТРЕССОВЫЕ СОСТОЯНИЯ, СВЯЗАННЫЕ С ТЯЖЕЛЫМ СОСТОЯНИЕМ РЕБЕНКА: ДОЛГИЕ РЕАБИЛИТАЦИИ, ОБСЛЕДОВАНИЯ, ОЖИДАНИЕ ПОСТАНОВКИ ДИАГНОЗА, ПЕРИНАТАЛЬНЫЕ ПОТЕРИ

Основная направленность психокоррекционных мероприятий в зависимости от вида стресса: в случае острого стресса предметом психокоррекции являются симптоматическая тревожность и особенности отношения личности к стрессорам (если была психотравмирующая потеря, то работа с горем).

Применяемые методы психокоррекции:

- техники релаксации;
- дыхательные техники - «осознанное дыхание», «дыхание по квадрату», «дыхание при стрессе»;
- эмпатическое слушание;
- аутогенная тренировка И.Г. Шульца;
- техника заземление - “Пять-четыре-три-два-один”, «пять цветов», «наблюдение вокруг», фиксация на стопах, коленях, центре тяжести;
- «безопасное место».

При хроническом стрессе предметом психокоррекции являются личностная тревожность, психическая ригидность и структура личности.

Применяемые методы психокоррекции:

в рамках телесно-ориентированной терапии релаксационные техники, дыхательная гимнастика «Центрирование», «маска релаксации», НМР по Джейкопсону, медитация «концентрация на счете», АРТ-терапия «Рисуем страх» (проговариваем); «здесь и сейчас», Кризисные интервенции, Гештальт-терапия.



# ЛУЧШАЯ КОМАНДНАЯ РАБОТА ПО ПРОСВЕТИТЕЛЬСКОЙ РАБОТЕ С МОЛОДЕЖЬЮ ПО ПОДГОТОВКЕ К РОДИТЕЛЬСТВУ

## Описание проекта

- Проведение просветительных мероприятий по сохранению репродуктивного здоровья молодежи является одной из основных задач современного общества. Молодёжь является важной социально демографической группой населения. Формирование здорового образа жизни должно выражаться в закреплении в молодежной среде комплекса оптимальных навыков, умений и жизненных стереотипов, исключающих пагубные привычки.
- В рамках пропаганды семейных ценностей, ценности материнства, сохранении репродуктивного здоровья и других, ведется направленная деятельность совместно со специалистами центров, дружественных подросткам по организации и проведению просветительских мероприятий, в том числе выездных, среди подростков и учащейся молодежи.



# КОМПЛЕКСНАЯ ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ РАБОТА ВКЛЮЧАЕТ НОВЫЕ СОВРЕМЕННЫЕ ФОРМЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ :

- – использование виртуальных и интерактивных платформ для обучения и коммуникации, проводятся онлайн-курсы и вебинары, семинары и тренинги;
- – использование информационно-образовательных ресурсов – сайты, социальные сети, видеоролики, размещенные на канале YouTube;
- – проведение специальных мероприятий, посвященных поддержке семейных ценностей, такие как дни семьи и матери, благотворительные и рекламные акции, в которых могут принимать участие и сами подростки и молодежь;
- – распространение учебных материалов в электронном виде с использованием QR-кода;
- – привлечение общественных организаций, центров, дружественных подросткам, учреждений образования – центров досуга детей и молодежи, волонтеров к работе с молодежью на тему важности сохранения репродуктивного здоровья и семейных ценностей.
- – привлечение средств массовой информации для распространения информации;



## ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ИНФОРМАЦИОННО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ:

- -сохранение и укрепление репродуктивного здоровья подростков и молодёжи;
- -профилактика вредных привычек: алкоголизма, табакокурения и наркомании;
- -укрепление психосексуального здоровья подростков.



# «СЕМЕЙНЫЕ ЦЕННОСТИ И ЦЕННОСТИ МАТЕРИНСТВА»

В ходе занятий с подростками по поддержанию семейных ценностей и ценностей материнства освещаются следующие темы:

- 1. Что такое семейные ценности, какую роль они играют в жизни человека и общества и почему они важны в создании сильных и здоровых семей. Как семейные ценности могут меняться в зависимости от культуры и времени. При этом обращается внимание молодых людей на то, что в любой трудной ситуации семья может стать убежищем и опорой для ее членов, а также фактором, формирующим здоровую личность и общество.
- 2. Рассмотрение материнства как одной из важнейших семейных ценностей. В рамках этой темы обсуждается роль матери в формировании личности ребенка, воздействие разных факторов на здоровье матери и ребенка, а также психологические состояния женщины в период беременности и после родов.
- 3. Обсуждение последствий отсутствия семейных ценностей и недостатка ценности материнства - таких, как разрушение семьи, социальные проблемы в обществе, проблемы взаимоотношений между людьми и психологические проблемы у детей.
- 4. Рекомендации по поддержанию, развитию и укреплению семейных ценностей и ценности материнства, которые позволяют укреплять семейные отношения. Практические советы, о том, как правильно общаться с близкими и родными, как сохранять и укреплять свои отношения. Освещение методов развития уважения к семье и ее ценностям, об организации досуга, семейных и культурных мероприятий в рамках формирования приверженности к народным традициям.



# КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЯ С ПОДРОСТКАМИ ПО ТЕМЕ: «РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ»

## 1. Введение

- Общие сведения о теме занятия
- Почему важно говорить о сохранении репродуктивного здоровья для подростков

Обращается внимание на то, что репродуктивное здоровье является одним из важнейших аспектов, влияющих на качество жизни.

## 2. Анатомия и физиология человеческого тела

- Основные знания об анатомии мужского и женского тела
- Как работает репродуктивная система
- Какие изменения происходят в теле во время подросткового периода

## 3. Сексуальное здоровье

- Значение здоровых отношений и партнерства в сексуальной сфере
- Репродуктивные факты и взаимоотношения
- Предотвращение подростковой беременности

## 4. Основные знания о заболеваниях и лечении репродуктивной системы

- Основы гигиенического ухода и профилактики инфекций
- Основные заболевания репродуктивной системы и их лечение
- Как сохранять репродуктивное здоровье

## 5. Вопросы и обсуждение

- Ответы на вопросы подростков
- Обсуждение тем, необходимых подросткам



ГУ «РЕСПУБЛИКАНСКИЙ НАУЧНО-  
ПРАКТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР «МАТЬ И ДИТЯ»  
РЕСПУБЛИКА БЕЛАРУСЬ, МИНСК

