



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">- мужчин- женщин- беременных женщин- подростки (10-18 лет)- от семьи/группы	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 делать 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, обратившимся 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

№	Наименование показателя	2022
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

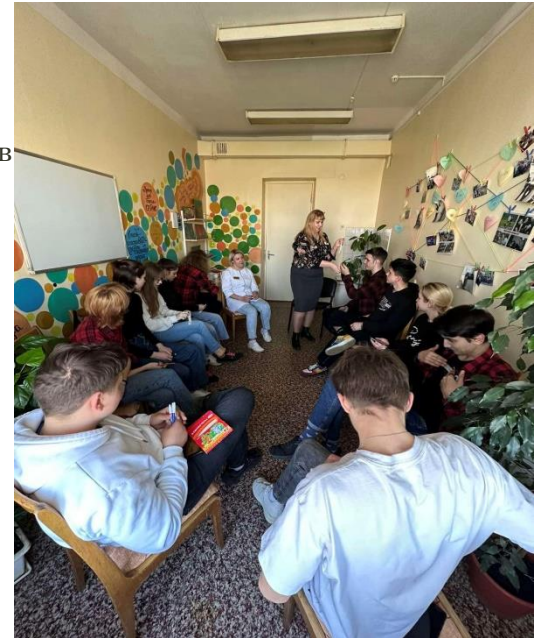
- Значение здоровых отношений и партнерства в сексуальной сфере
- Репродуктивные факты и взаимоотношения
- Предотвращение подростковой беременности

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

