

## Втручання обіймів плюшевого

Sadeh A. et al., Kushnir J.: Huggy-Puppy Intervention (2007, 2012)

### Вступ

Це втручання має на меті полегшити дітям, у яких стрес і травма викликають тривогу, страхи, кошмари, пов'язані з ними тілесні труднощі і т. д. Призначено для дітей віком від 2 до 7 років - дітей, які можуть будувати стосунки з плюшевою іграшкою.

Ця проста ігрова техніка ще більше допоможе дітям відчувати себе сильнішими і в безпеці. Це збільшить шанси, що їм вдасться краще впоратися зі стресом і страхами і оговтатися від пережитого. Це може допомогти і вам почувати себе більш спокійно з тим, як дитина справляється.

Ось опис зустрічі, в якій буде запропоновано втручання.

Ви можете взяти в ній участь разом з дитиною або навіть запропонувати її дитині.



### Втручання I

Під час зустрічі дитина отримує м'яку іграшку, яка підходить для обіймів. До зустрічі з іграшкою ми розповімо йому невелику історію приблизно в такій редакції: «Це мій друг Хаггі<sup>1</sup> (будь-яке відповідне ім'я). Хаггі зазвичай дуже щасливий. Але тепер він здається трохи сумним і наляканим. Можеш здогадатися, чому він може бути сумним? "Після того, як дитина відповідає, історія продовжується: "Він сумний, тому що він дуже далеко від свого будинку і не має хороших друзів. Він дуже любить, коли його обіймають, але зараз йому немає кого доглядати. Ти думаєш, що можеш бути його хорошим другом, піклуватися про нього, багато обіймати і брати його з собою, коли ляжеш спати?" - Як тільки дитина погодиться, ми дамо йому м'яку іграшку і покажемо, як її обійняти. Потім ми просто заохочуємо дитину доглядати за плюшевим ведмедиком і не забувати про нього.

Ви також можете попросити інших дорослих навколо дитини підтримати його та заохотити доглядати за плюшевим ведмедиком.

Ваше завдання як батька або доглядача полягає в тому, щоб під час цього втручання заохочувати дитину використовувати іграшку і не забувати про неї. Ваш інтерес до іграшки сприяє тому, щоб дитина максимально витягнула себе через гру.

### Як можна підтримувати гру дитини з іграшкою:

- Запитайте дитину, як поживає плюшевий ведмедик (в ідеалі, якщо ви використовуєте ім'я, яке дитина сама назвала).
- Оцініть емоції плюшевого від 1 до 10 (1 – найщасливіший, 10 – абсолютно нещасливий), наприклад, Хаггі, як ви почуваетесь сьогодні від 1 до 10? Масштабувати емоції можете і Ви, і Ваша дитина.
- Залучіть плюшевого до сімейної діяльності, наприклад: читайте і йому книгу ...
- Розмовляйте з плюшевим, напр.: «Хаггі, сьогодні вам це личить» Або Хаггі, ви знаєте, яка моя улюблена пісня (танці, казка)? Я можу вас її навчити».

<sup>1</sup> Хуг в перекладі з англійської означає обійняти/обійняти (обійняти), затиснути в руках, взяти на руки ; Хуггі - це приблизно Обійми.

## **Висновок**

Жодних негативних реакцій дітей на це втручання не відомо. Якщо випадково виникли будь-які труднощі або несподівані реакції, будь ласка, зверніться до фахівця. Навіть у разі позитивного ефекту може бути корисно дати відгук фахівця. Дякуємо за співпрацю.

Для дітей важливо, щоб вони могли покластися на вас – близьких дорослих навколо себе. Ваш спокій і люб'язні запевнення і заспокоєння дитини - найцінніші втручання. Якщо ви відчуваєте, що не можете підтримати дитину, тому що стрес занадто долинає до вас, будь ласка, зверніться за допомогою і до себе. Ви є найважливішим лікувальним фактором для дитини. Дитині потрібно, щоб у вас все було добре.