

Ожидаемые психологические сложности людей, которым пришлось стать беженцами

Беженец – это еще и психологический статус человека, у которого есть специфический негативный эмоциональный опыт, и психологи должны учитывать его в работе.

У взрослых:

- 1 Интенсивное чувство вины, тревоги, сомнения в своих решениях.
- 2 Избыточное напряжение, нарушения сна.
- 3 Истощение ресурсов: некогда сделать остановку, неоткуда и некогда пополнить силы.
- 4 Нарушение идентичности: кто я, откуда, кем я был и стал; неясная и противоречивая картина будущего.
- 5 Могут нарастать конфликты, агрессия.

У детей:

- 1 Устойчивая тревога.
- 2 Страхи, кошмарные сновидения.
- 3 Нарушения адаптации.
- 4 Вероятен регресс – возвращение на прежние стадии развития.
- 5 Возможны сходные с СДВГ симптомы: расторможенность, суетливость – проявления напряжения, запертых эмоций.
- 6 Горевание, в том числе об оставленных игрушках, питомцах, которых не смогли взять с собой. Дети могут переживать это как утрату.