

А  
В  
Т  
О  
Р  
К  
И



**Андреа Діксіус**  
Andrea Dixius

Дипломований психолог  
Психологічний психотерапевт  
Терапевт з ДПТ,  
Тренер з ДПТ-А,  
Лікування психічних травм



**Професор Єва Мьолер**  
Eva Möhler

Спеціаліст з дитячої та підліткової психіатрії та психотерапії

[www.startyourway.de](http://www.startyourway.de)

[info@startyourway.de](mailto:info@startyourway.de)



[a.dixius@sb.shg-kliniken.de](mailto:a.dixius@sb.shg-kliniken.de)

[e.moehler@sb.shg-kliniken.de](mailto:e.moehler@sb.shg-kliniken.de)

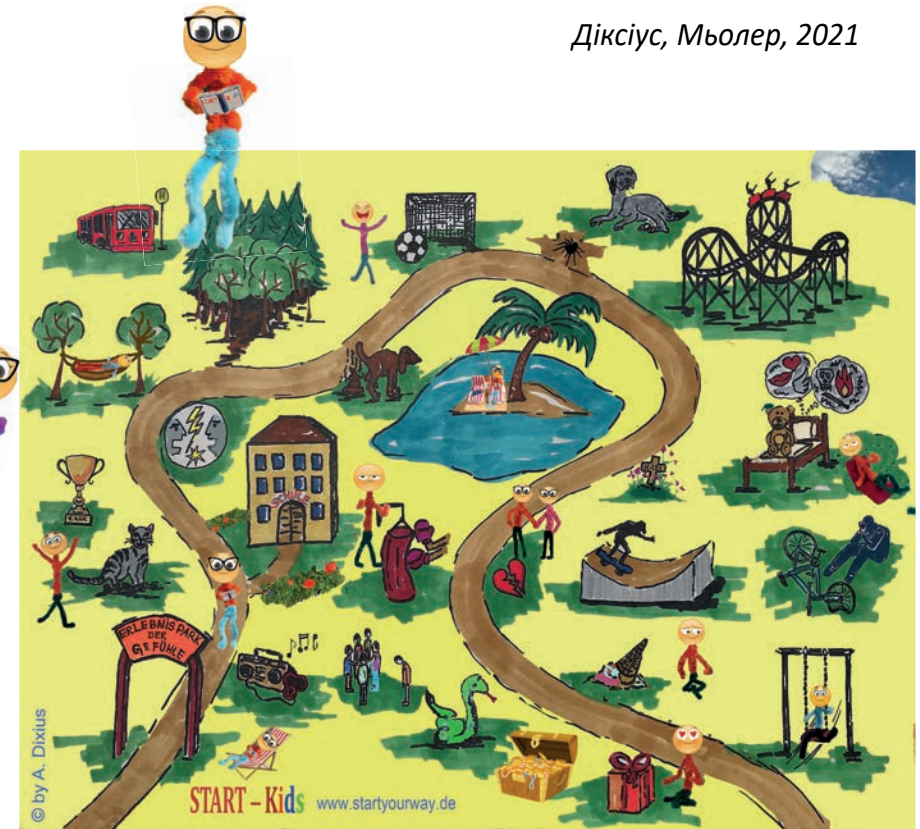
[www.startyourway.de](http://www.startyourway.de)



# START - Kids

Stress-Arousal-Regulation-Treatment for Kids

Діксіус, Мьолер, 2021



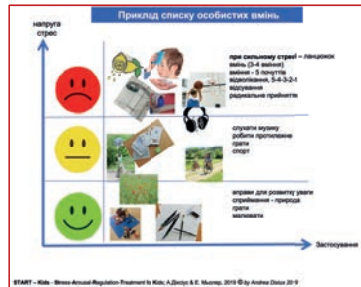
Програма, орієнтована на діалектичну поведінкову терапію (ДПТ) для стресостійкості та регуляції емоцій у дітей від 6 до 12 років

[www.startyourway.de](http://www.startyourway.de)





У школі, у вільний час і вдома дітям доводиться виконувати величезну кількість вимог. Сварки, суперечки, знування або травматизуючі переживання, використання засобів масової інформації, тяжкі думки та переживання можуть викликати стрес. Це часто призводить до порушень вразливості у розвитку та сприяє подальшій психічній напрузі. З іншого боку, раннє втручання та профілактика можуть позитивно вплинути на перебіг.

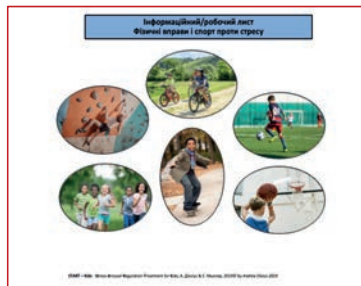


Мета START-Kids полягає в завчасному проведенні нескладних вправ та втручанні в найрізноманітніших випадках з метою зміцнення дітей в поведінці зі стресом та емоційною напругою для підвищення стійкості.

Після міжнародно визнаної програми START для молоді (Діксіус & Мьолер, 2016, www.startyourway.de), Андреа Діксіус разом з Євою Мьолер тепер також розробила програму та посібник для дітей із START-Kids (Діксіус & Мьолер, 2019) для стресостійкості та регуляції емоцій.

У 8 модулях START-Kids пропонуються стратегії регуляції стресу, сприйняття та регуляції емоцій дітей віком від 6 до 12 років відповідно до їх віку та методами гри.

START-Kids орієнтована на елементи діалектичної поведінкової терапії (ДПТ) і передбачає втручання з метою лікування наслідків травм та подолання стресу.



Програма складена в вигляді посібника, у якому близькі до практики наглядні матеріали з великою кількістю малюнків гарантують легке застосування. START-Kids відображає потреби дітей відповідно до їх віку. Концепція враховує культурно-інтеграційний аспект, пропонуючи переклад матеріалів для дітей багатьма мовами, а також у вигляді аудіофайлів. Посібник містить психологічні аспекти освіти та практичні рекомендації для батьків опікунів та вчителів.

### Коротко про START-Kids: 8 модулів і 3 модулі для близьких осіб

- **START модулі – Головні завдання**  
Головні завдання: уважність, регулювання стресу, самоефективність, сприйняття емоцій та регуляція емоцій
- Адаповані елементи з ДПТ та основані на доказах методи втручання в стані після стресу та травм
- Прості жартівливі наочні матеріали
- Стійкість
- Профілактика
- Використання: групи/індивідуальні заняття
- Особливості: культурно-інтеграційний аспект, багатомовність, аудіофайли
- Модуль для близьких осіб/батьків в вигляді доповнення
- Адапований для використання в закладах допомоги молоді та в школах

Для: психотерапевтів, лікарів, поліклінік, закладів допомоги дітям та молоді, соціальних працівників, психосоціальних установ, шкільних психологів, шкільних соціальних працівників, вчителів