

РУКОВОДСТВО ДЛЯ ЧЛЕНОВ СЕМЬИ И ДРУЗЕЙ



EASA Center for Excellence



OHSU



Portland
State
UNIVERSITY

SCHOOL OF
PUBLIC HEALTH



[Inside front cover – page intentionally left blank]



Содержание

Раздел 1. Введение и ознакомление с EASA

Информация о EASA для членов семьи и друзей: что необходимо знать.....	1
Этапы оказания медицинской помощи EASA.....	3
Подготовка к процессу: контрольный список для ознакомления с EASA.....	5
Номер круглосуточной линии помощи в кризисных ситуациях:	6
Рекомендации EASA для семей.....	8
EASA Center for Excellence	10
Понимание философии и подхода EASA	13

Раздел 2. Период предоставления услуг EASA

Кто состоит в команде специалистов EASA, оказывающих мне помощь?	19
Результаты работы EASA для членов семьи и друзей	23
Информация об оценке и диагностике	25
Синдром риска развития психоза и первый приступ психоза: в чем разница?	28
Дополнительная информация о синдроме риска развития психоза	29
Восстановление при синдроме риска развития психоза	30
Подробнее о первом приступе психоза или биполярном расстройстве с симптомами психоза.....	33
Другие состояния.....	35
Восстановление после первого приступа психоза или биполярного расстройства с симптомами психоза.....	38
Услуги, предоставляемые EASA в течение двухлетнего периода предоставления услуг.....	39
Обзор услуг и поддержки EASA.....	40
Ответы на часто задаваемые вопросы для членов семьи и друзей	42
Конфиденциальность, разглашение информации, информированное согласие, HIPAA и права.....	47
Вопросы и ответы для родителей и опекунов о конфиденциальности, согласии на лечение и правах	50
Система обратной связи в EASA	51
Влияние синдрома риска развития психоза или первого приступа психоза на членов семьи и друзей.....	52
Формирование и развитие личности подростков и юношей	54
Стигматизация.....	56
Разглашение информации	58
Подростки и юноши и романтические отношения.....	62
Связь с другими людьми.....	69
Руководящий совет EASA по работе с семьями и друзьями (FFLC).....	69
Руководящий совет по работе с юношами (YALC)	70

Раздел 3. Переходный период

Подготовка к завершению участия в программе EASA	73
Контрольный список переходного периода.....	74
Завершение участия в программе EASA.....	76
Дальнейшая жизнь после завершения участия в программе EASA.....	77
Дополнительные ресурсы.....	78



Приложение А. Оценка сильных сторон	80
Приложение В. Антикризисный план	82
Приложение С. Комплексная оценка рисков	84
Приложение D. План профилактики рецидивов	88
Приложение Е. Контрольный список переходного периода	89
Рекомендации	91



При цитировании необходимо указывать следующую информацию:
Sage, M.G. (редактор) (2019). *Руководство EASA для членов семьи и друзей*.
Portland, OR.

Разрешение на копирование предоставляется по запросу. Свяжитесь с
EASA Center for Excellence (easa@ohsu.edu) для получения
дополнительной информации.



Благодарственное слово

Настоящее руководство было создано при содействии большого количества людей, в том числе в него включены материалы проекта EASA Connections, опросы и отзывы членов семей участников EASA, участников EASA и сотрудников EASA в штате Орегон, сотрудников EASA Center for Excellence, и при поддержке Управления здравоохранения штата Орегон (Oregon Health Authority, ОНА).

Мы хотим выразить благодарность следующим лицам за их вклад в создание этого документа:

Редактор: Megan Sage, MSW, LCSW

Написание текста: команда специалистов по разработке и внедрению EASA: Dora Raymaker, PhD, Mariam Rija, Natalie Cohrs и Veronica Gould

Megan Sage, MSW LCSW

Tamara Sale, MA

Katie Hayden-Lewis, MA LPC PhD

Christina Wall, MS

Julie Magers, CFSS

Ryan Melton, PhD LPC ACS

Michelle Owens

Tania Kneuer, OT/L

Художественное оформление:

Colleen Coover

Shane Nelson

Craigian Usher, MD

Редактирование и печать:

Halley Knowles



Информация, приведенная в настоящем руководстве, предназначена только для использования в общеобразовательных и информационных целях. Настоящее руководство не заменяет собой профессиональную медицинскую консультацию, оценку, диагностику и лечение. EASA предоставляет услуги с учетом индивидуальных особенностей своих участников и конкретной ситуации каждого человека. Настоящее руководство не заменяет собой клинических решений, принимаемых персоналом местного центра психического здоровья, предоставляющего услуги от имени EASA. Все решения, касающиеся диагностики, лечения и (или) предоставления помощи любому участнику EASA, принимаются персоналом местного центра психического здоровья, предоставляющего услуги от имени EASA. По всем вопросам, связанным с состоянием здоровья, следует обращаться к квалифицированному медицинскому работнику.



РАЗДЕЛ 1
ПОДГОТОВКА К ПРОЦЕССУ:
ВВЕДЕНИЕ И ОЗНАКОМЛЕНИЕ С EASA



Информация о EASA для членов семьи и друзей: что необходимо знать

На следующих страницах представлена информация о EASA, которая может пригодиться вам на протяжении всего времени участия в программе. Вы найдете информацию по таким темам:

- Информация о философии и подходе EASA
- Понимание структуры команды специалистов EASA Center for Excellence
- Рекомендации EASA для членов семей
- Результаты работы EASA, включая вашу роль в процессе оценки и лечения
- Информация о конфиденциальности и охраняемой медицинской информации
- Советы по оптимальному общению с командой специалистов EASA и ответы на распространенные вопросы
- Дополнительные ресурсы для членов семьи и друзей



Данное руководство предназначено для вас: членов семьи, друзей и близких людей участников EASA. Используемые в данном руководстве термины «семья», «друзья» и (или) «близкие» означают людей, играющих важную роль в жизни вашего молодого человека, например, бабушек, дедушек, братьев, сестер, друзей, тетей, дядей, двоюродных братьев и сестер, священнослужителей, тренеров, учителей, врачей, партнеров, наставников или соседей по комнате.

Специалисты EASA считают, что семья, друзья и близкие наших молодых людей играют важную роль в их развитии и самопознании.

Сейчас вы можете испытывать самые разные чувства, в том числе усталость, надежду, страх и (или) перегруженность. Какие бы чувства вы ни испытывали, помните, что EASA рада вашему участию, поскольку ваше участие — важная часть успеха вашего молодого человека.

Вы должны знать, что специалисты EASA всегда готовы помочь вам. Цель EASA — предложить наилучшую поддержку и услуги для вас и вашей семьи в этот период. Данное руководство предназначено для вас. Мы надеемся, что оно будет для вас ценным ресурсом как на протяжении всего времени участия в программе EASA, так и после того, как ваш молодой человек завершит участие в программе EASA.



Альянс по ранней оценке и оказанию поддержки (Early Assessment and Support Alliance, EASA) — это действующая в масштабах всего штата сеть программ, обеспечивающих раннее вмешательство в проблемы подросток и юношей в возрасте 12-25 лет, подверженных риску развития психоза (который часто называют синдромом риска развития психоза) или испытывающих ранние симптомы психоза (которые часто называют первым приступом психоза). Термины «синдром риска развития психоза» и «первый приступ психоза» используются для описания ряда переживаний, которые молодые люди, получающие услуги EASA, возможно, уже испытывали или испытывают в настоящее время.

Программы EASA предоставляются местными центрами психического здоровья и соответствуют унифицированным практическим рекомендациям. С этими рекомендациями можно ознакомиться на веб-сайте EASA по адресу <http://www.easacommunity.org/PDF/EASA-practice-guidelines-2013.pdf> или попросив бумажную копию у любого специалиста EASA. Данные рекомендации основаны на международных стандартах практики лечения ранних проявлений психоза.



Дополнительные ресурсы и информацию, включая видеоматериалы и памятки для членов семьи и участников можно найти на веб-сайте EASA по адресу www.easacommunity.org.

EASA предлагает специализированную оценку, лечение и поддержку как для самого человека, так и для его семьи в течение двух лет. В дополнение к тому, что EASA уделяет особое внимание пониманию и лечению ситуации, в которой находится ваш молодой человек, EASA обеспечивает обучение и поддержку для вашей семьи, чтобы вы могли помочь своему молодому человеку вернуться к нормальной жизни и продолжать развиваться во взрослой жизни. Ежедневно в EASA участвуют около 400 орегонских семей и еще больше тех, кто получил услуги по программам EASA по всему штату. Вы не одиноки!

В данном руководстве приведена общая информация по теме, которая может быть только частично применима к вашему молодому человеку и его конкретной ситуации. Данная информация предназначена для использования с целью получения ресурсов и поддержки в течение всего периода участия в EASA, а также после того, как ваш молодой человек покинет программу.



Этапы оказания медицинской помощи EASA

Для каждого молодого человека и его семьи услуги EASA будут иметь различный характер, исходя из его потребностей, сильных сторон и целей. Тем не менее, приведенные ниже пять этапов оказания медицинской помощи позволяют сформировать общую картину того, что представляют собой услуги EASA в течение двухлетнего периода оказания услуг EASA и после окончания участия в программе EASA. Лечение в EASA носит индивидуальный характер. Количество времени, которое каждый молодой человек проведет на каждом из этапов лечения, может быть различным, хотя каждый этап (за исключением этапа после окончания участия в программе) обычно длится около 6 месяцев.

Действия команды специалистов EASA на этапе оценки и стабилизации:

- ✓ проведение информационно-разъяснительной работы с человеком и семьей/основными лицами, оказывающими поддержку;
- ✓ знакомство с человеком и семьей/основными лицами, оказывающими поддержку;
- ✓ проведение комплексной оценки;
- ✓ содействие в прохождении рекомендованных медицинских обследований (как можно скорее!);
- ✓ начало лечения выявленных заболеваний, включая синдром риска развития психоза, психоз и употребление алкоголя/наркотиков;
- ✓ определение сильных сторон, ресурсов, потребностей и целей;
- ✓ присоединение к занятиям в группе с несколькими семьями;
- ✓ стабилизация ситуации: симптомы, экономическое положение, жилье, отношения, учеба, работа и т.д.;
- ✓ оказание поддержки и проведение обучения для человека и семьи/основных лиц, оказывающих поддержку;
- ✓ предоставление возможностей для вовлечения сверстников, социальных связей, физической активности и т.д.;
- ✓ оценка потребности в постоянном предоставлении услуг со стороны EASA.

Действия команды специалистов EASA и молодого человека/семьи на этапе адаптации:

- ✓ проведение более углубленного обучения для человека и его семьи;
- ✓ продолжение лечения;
- ✓ решение проблем с адаптацией;
- ✓ доработка и тестирование плана профилактики рецидивов/оздоровления;
- ✓ при необходимости организация лечения молодого человека от алкогольной и (или) наркотической зависимости;
- ✓ продолжение занятий в группе с несколькими семьями или с одной семьей;
- ✓ активное продвижение вперед в достижении жизненных, образовательных и (или) профессиональных целей;
- ✓ выявление и создание необходимых условий на работе или в учебном заведении;
- ✓ выявление и развитие стабильной долгосрочной экономической и социальной поддержки;
- ✓ предоставление возможностей для вовлечения сверстников, социальных связей, физической активности и т.д.



Действия команды специалистов EASA и молодого человека/семьи на этапе консолидации:

- ✓ продолжение занятий в группе с несколькими семьями или с одной семьей, продолжение профессиональной и образовательной поддержки, а также индивидуального лечения;
- ✓ продолжение работы по поддержке молодого человека в достижении личных целей;
- ✓ тестирование и уточнение плана профилактики рецидивов/оздоровления.

Действия молодого человека и его семьи на этапе переходного периода:

- ✓ поддержание связи с командой специалистов EASA;
- ✓ продолжение занятий в группе с несколькими семьями или с одной семьей;
- ✓ Участие в мероприятиях по индивидуальному лечению, а также в групповых занятиях;
- ✓ Установление постоянных взаимоотношений с новыми поставщиками услуг и доработка плана восстановления.

Действия молодого человека и его семьи на этапе завершения участия в программе:

- ✓ продолжение занятий в группе с несколькими семьями (в определенных ситуациях — уточните этот вопрос в своей команде специалистов EASA);
- ✓ продолжение работы с текущими поставщиками услуг;
- ✓ приглашение к участию в мероприятиях EASA и наставничеству;
- ✓ приглашение к участию в мероприятиях EASA по планированию/развитию;
- ✓ по мере необходимости проведение периодических проверок и решение проблем с командой специалистов EASA.



Убедитесь, что у вас есть номер круглосуточной линии помощи в кризисных ситуациях и антикризисный план.

Номер круглосуточной линии помощи в кризисных ситуациях:



Мы рекомендуем с самого начала совместно с командой специалистов EASA проработать возможные кризисные ситуации и убедиться в том, что у вас есть конкретный письменно оформленный план, включающий как минимум один, а лучше два резервных плана. Прежде всего, необходимо создать безопасную и благоприятную для здоровья среду. Совместно с командой специалистов EASA определите конкретные ситуации, в которых вам может понадобиться позвонить на круглосуточную линию помощи в кризисных ситуациях, и уточните, что следует говорить при звонке. Копия антикризисного плана приведена в **Приложении В**.

В антикризисном плане могут быть рассмотрены:

- Действия в случае ухудшения симптомов.
- Действия в случае возникновения семейного конфликта.
- В зависимости от ситуации в вашем плане могут быть также рассмотрены действия в случае проявления агрессивного поведения, вызванного употреблением алкоголя/наркотиков, виктимизации со стороны окружающих или неспособности к опитанию.
- Как член семьи или человек, оказывающий поддержку, вы можете помочь своему молодому человеку контролировать прием лекарств (если он их принимает); следите за тем, чтобы заказ на пополнение запасов лекарств был сделан не менее чем за неделю до их окончания

Ознакомьтесь с рекомендациями для семей и расскажите о них членам своей семьи (см. также: рекомендации EASA для семей).

- ✓ Рекомендации для семей призваны помочь семьям, оказавшимся в подобной ситуации, справиться с кризисом и преодолеть путь от кризиса к выздоровлению. Они простые, важные и полезные.
- ✓ Многие семьи вешают эти рекомендации на холодильник или кладут их на видное место.

Завершите процесс регистрации в агентстве.

Ваша команда специалистов EASA окажет содействие в регистрации. Цель EASA заключается в том, чтобы обеспечить предоставление наилучшего обслуживания в кратчайшие сроки, независимо от платежеспособности или других препятствий. Мы хотим убедиться в том, что выставление счетов не станет для вас неожиданностью. Для этого вам необходимо узнать у команды специалистов EASA о стоимости услуг (если таковая имеется), и при необходимости убедиться, что у вашего молодого человека есть медицинская страховка или какая-либо другая субсидия. Для помощи в компенсации расходов EASA имеет государственную субсидию, но вам важно знать, каковы возможные расходы и варианты страхования.

Помогите своему молодому человеку получить доступ к наилучшему медицинскому страхованию.

Государственная субсидия EASA покрывает амбулаторную помощь, но не покрывает лекарства, услуги в кризисных ситуациях, услуги отделения неотложной помощи и госпитализации. План медицинского страхования штата Орегон (Oregon Health Plan) покрывает все эти расходы, но частное страхование часто имеет ограниченное покрытие. Ваш молодой человек может получить право на участие



в плане Oregon Health Plan, если вы не учитываете его как иждивенца в своих налогах, или же он может получить это право на основании дохода. Попросите вашу команду специалистов EASA помочь вашему молодому человеку подать заявку на участие в плане Oregon Health Plan, чтобы узнать, соответствует ли он требованиям.

Предоставьте команде специалистов информацию, которая поможет в проведении оценки.

Скачайте форму предоставления сведений о семье (https://easacommunity.org/PDF/EASA_family_input_form_Nov_2012.pdf) или попросите специалиста EASA дать вам копию для заполнения. В этой форме необходимо предоставить информацию, которая будет полезна команде специалистов для понимания потребностей вашего молодого человека, а также для взаимодействия и поддержки вашего молодого человека и его семьи.

Помогите своему молодому человеку соблюдать график и приходить на приемы.

Специалисты EASA могут помочь вашему молодому человеку решить проблемы, связанные с запоминанием назначенных приемов и выбором транспорта для их посещения и возвращения. Специалисты EASA также могут напоминать вам и вашему ребенку о назначенных приемах с помощью текстовых сообщений, электронной почты или по телефону, в зависимости от ваших предпочтений.

Помогите своему молодому человеку пройти медицинское обследование, назначенное психиатром или психиатрической медсестрой.

Специалисты EASA могут помочь вашему молодому человеку попасть на прием к врачу для проведения рекомендованных исследований.

Запланируйте время встречи с командой специалистов EASA.

Мы настоятельно рекомендуем встречаться со всеми специалистами команды, участвующими в лечении вашего молодого человека, чтобы предоставить информацию, обратиться за поддержкой, задать вопросы и высказать свое мнение.

Ознакомьтесь с основными сведениями: симптомы, общение, влияние на членов семьи, лечение и выздоровление. Чем больше информации вы получите, тем лучше вы сможете помочь своему молодому человеку. Оптимальным вариантом для этого является сайт EASA www.easacommunity.org. Попросите команду специалистов EASA предоставить вам письменную и устную информацию о синдроме риска развития психоза или психозе или порекомендовать вам книги и веб-сайты, на которых есть информация для ознакомления.

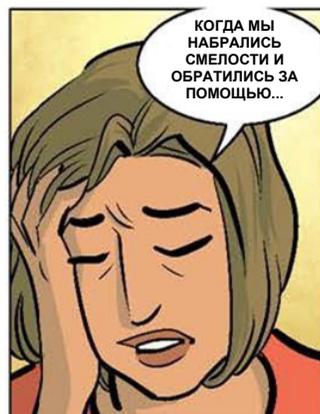
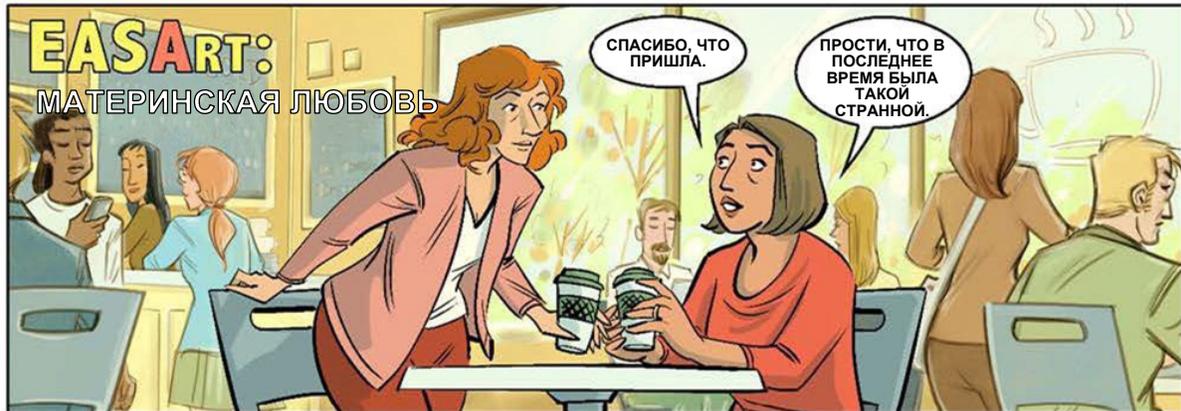
Ваша команда специалистов EASA готова помочь!



Рекомендации EASA для семей

1. Верьте в свои силы повлиять на результат: вы можете!
2. Выполняйте рекомендации последовательно — шаг за шагом.
3. Рассмотрите возможность использования медикаментов, которые позволят с уверенностью смотреть в будущее, если это рекомендует врач.
4. Снизьте на некоторое время уровень стресса и ответственности.
5. Используйте симптомы в качестве индикаторов.
6. Подготовьтесь к возможным стрессовым ситуациям.
7. Сохраняйте спокойствие.
8. Предоставьте друг другу больше свободы.
9. Установите несколько простых ограничений.
10. Научитесь распознавать и игнорировать то, что вы не можете изменить.
11. Не усложняйте ситуацию.
12. Продолжайте заниматься привычными делами.
13. Решайте проблемы по мере их возникновения.
14. Поддерживайте гармонию в жизни и сохраняйте объективность.
15. Избегайте употребления алкоголя и веществ, отпускаемых без рецепта.
16. Объясните свои обстоятельства самым близким друзьям и родственникам и попросите их помочь и поддержать вас.
17. Не делайте резких изменений до тех пор, пока не восстановится стабильность.
18. Посещайте занятия в группе с несколькими семьями.
19. Следуйте плану восстановления.
20. **СОХРАНЯЙТЕ НАДЕЖДУ!**





Автор диалога: Craigian Usher, MD • Художественное оформление: Colleen Coover

Для получения дополнительной информации, посетите сайт www.easacommunity.org



EASA Center for Excellence

EASA Center for Excellence (EASA C4E) предоставляет обучение, техническую помощь, консультации и поддержку в разработке программ и улучшении качества программ EASA в масштабах штата, а также национальных программ по раннему выявлению психоза. EASA Center for Excellence— это результат сотрудничества между университетами Portland State University и Oregon Health & Science University в рамках OHSU-PSU School of Public Health. Управление здравоохранения штата Орегон оказывает финансовую и иную поддержку в реализации всех программ EASA и EASA Center for Excellence. EASA Center for Excellence ведет веб-сайт, на котором размещена информация и ресурсы для молодых людей и членов их семей, а также информация по оказанию поддержки, по адресу www.easacommunity.org.

Сотрудники EASA Center for Excellence перемещаются по территории всего штата, посещая местные программы EASA с целью проведения тренингов и консультаций, а также для оценки эффективности. Кроме того, Julie Magers возглавляет руководящий совет по работе с семьями и друзьями (Family and Friends Leadership Council, FFLC), а Michelle Owens — руководящий совет по работе с молодыми людьми (Young Adult Leadership Council, YALC). Ваша команда специалистов EASA может направить вас или вашего молодого человека в FFLC или YALC (см. раздел [Связь с другими людьми](#)).

Наша миссия: Улучшить качество услуг для людей на ранней стадии психоза и их семей.

Наше видение: Мы стремимся к тому, чтобы общество — от крупнейших систем здравоохранения до уникальных систем поддержки отдельных людей — ценило жизненный опыт и взгляды каждого человека и было способно быстро и эффективно мобилизоваться для удовлетворения потребностей молодых людей, испытывающих проблемы с психическим здоровьем, особенно тех, у кого наблюдаются симптомы психоза или кто подвержен риску развития психоза.

Наши ценности:

- **Этнокультурное многообразие:** Мы поддерживаем этнокультурное многообразие и уважительно относимся к особым проблемам, с которыми сталкиваются люди, а также поощряем проявление ими сильных сторон и творческого подхода при решении этих проблем.
- **Опыт:** Мы с уважением относимся к жизненному опыту, принимаем его во внимание и действуем в соответствии с полученными на его основе знаниями.
- **Фактические данные:** Мы изучаем, распространяем и разрабатываем актуальные научно обоснованные данные, которые используются в процессе разработки политики и методик.
- **Сообщество:** Нас поддерживает, просвещает и вдохновляет сообщество молодых людей, семей, друзей, коллег и многих других людей.
- **Лидерство:** Мы рады быть частью местного, национального и международного сообщества, которое создает, изучает и распространяет лучшие методы поддержки молодежи из группы риска и лиц с первым приступом и ранним психозом.
- **Командная работа:** Мы осуществляем свою деятельность и взаимодействуем с участниками, используя междисциплинарный подход.



Альянс по ранней оценке и оказанию поддержки (EASA)

Ито такое EASA?

Альянс по ранней оценке и оказанию поддержки (Early Assessment and Support Alliance, EASA) в штате Орегон (EASA) — это первая в США программа по оказанию систематической помощи подросткам и молодым людям, страдающим ранними проявлениями психоза. В основе альянса EASA лежит работа группы по ранней оценке и оказанию поддержки, созданной организацией Mid-Valley Behavioral Care Network в 2001 году. Альянс EASA следует общему набору практик, основанных на международных и национальных исследованиях, а также итеративном процессе получения обратной связи и разработки программ. В рамках программы EASA ведется работа с подростками и молодыми людьми с ранними проявлениями симптомов, характерных для шизофрении и сопутствующих заболеваний. С 2001 года альянс EASA оказал помощь более чем 1,500 человек, а в настоящее время предоставляет услуги более чем 400 людям и семьям в год.

Чего стремится достичь альянс EASA?

Альянс EASA оказывает быструю и эффективную поддержку молодым людям, у которых развиваются симптомы психоза, чтобы они могли:

- завершить обучение в школе и начать успешную карьеру и взрослую жизнь; и
- получать социальную поддержку, следить за здоровьем и сохранять благополучие.

Где находится альянс EASA?

Существуют установленные программы EASA или программы, которые реализуются в лицензированных государственных центрах психического здоровья, обслуживающих каждый из 36 округов штата Орегон, охватывая почти 100% населения штата Орегон. Управление здравоохранения штата Орегон при поддержке законодательного органа штата Орегон работает над тем, чтобы услугами альянса EASA могли воспользоваться все жители штата.



Чем отличаются команды сотрудников альянса EASA?

- Одна местная команда обслуживает подростков и молодых людей, предоставляя им услуги психиатрии, сестринского ухода, консультирования или социальной работы, эрготерапии, трудоустройства людей с ограниченными возможностями и взаимопомощи
- Информирование общественности, раннее выявление заболевания и работа с молодежью, направленная на привлечение молодых людей, независимо от финансовых или иных препятствий
- Лечение с учетом мнения пациента и интеграция системы принятия решений с участием всех заинтересованных сторон на всех уровнях
- Научно обоснованное медицинское обслуживание
 - Комплексная оценка и планирование лечения с учетом сильных сторон
 - Сотрудничество с семьей и психологическое просвещение в группе из нескольких семей
 - Научно обоснованная поддержка в вопросах работы, учебы и карьерного роста
 - Услуги по лечению злоупотребления психоактивными веществами, включающие мотивационное собеседование и подход, направленный на снижение вреда
 - Интенсивная координация медицинской помощи в рамках группы специалистов с общественными партнерами
- Постепенный переход к услугам долгосрочной поддержки по истечении двухлетнего периода взаимодействия
- Участие в мероприятиях по изменению систем, направленных на создание более гибкой и эффективной структуры медицинского обслуживания

Обновлено в апреле 2019 г.

www.easacommunity.org



EASA Center for Excellence

Где находится EASA Center for Excellence?

EASA Center for Excellence является частью OHSU-PSU School of Public Health. При поддержке университета и управления здравоохранения штата Орегон, «EASA С4Е» является признанной на государственном уровне программой исследований и технической помощи для реализации программ раннего вмешательства при развитии психоза на всей территории США.

Что предлагаем EASA Center for Excellence?

- Объединение людей для формулирования и уточнения стратегии, приоритетов, целей и основных идей EASA
- Итеративные практические рекомендации и анализ эффективности на основе современных знаний
- Консультирование и предоставление технической помощи новым и развивающимся объектам
- Возможности развития трудовых ресурсов, включая профессиональное обучение, консультации и присвоение квалификации
- Коммуникационные возможности, включая методы социального маркетинга на уровне штата, использования веб-сайта и социальных сетей
- Сбор данных и составление отчетов с целью поддержки разработчиков политик, руководителей и совместных исследований
- Постоянное сотрудничество с международными исследователями и партнерами на уровне штата или государства
- Целенаправленная поддержка развития и обеспечения устойчивости услуг в штате Орегон и на уровне государства.
- Согласование совместного планирования действий.

Результаты работы EASA Center for Excellence

- **Сообщество:** повышение доступности услуг по лечению раннего развития психозов; повышение уровня распознавания психозов и связанных с ними состояний; быстрое оказание помощи подросткам и молодым людям, у которых начинают проявляться симптомы психоза.
- **Программа:** внедрение практических методов, обеспечивающих быстрый доступ, снижение барьеров для получения медицинской помощи и предоставление эффективных услуг.
- **Клиническая часть:** специалисты получают и демонстрируют знания и навыки, необходимые для эффективной оценки, лечения и поддержки подростков и молодых людей с ранними признаками психоза.
- **Действия отдельных лиц или семей:** люди и семьи испытывают меньше травм и с самого начала проявления симптомов получают больше поддержки и готовности к успешному прохождению этапов развития (например, окончание школы, карьера, переход ко взрослым отношениям) и действуют, ориентируясь на защиту собственных интересов. Участники успешно проходят путь от первоначального выявления состояния до обращения к ним наставников и получения инструкций по удовлетворению своих потребностей.



SCHOOL OF
PUBLIC HEALTH

**Где можно получить
больше информации?**

www.easacommunity.org
Tamara Sale, директор EASA
Center for Excellence
salet@ohsu.edu, 503-725-9620

Понимание философии и подхода EASA

EASA способствует укреплению и развитию уникальных сильных сторон, убеждений, взглядов, мировоззрения и культуры каждого человека и семьи. Для того чтобы в своей работе мы учитывали потребности, ценности и убеждения каждого отдельного человека, нам важно знать, как вы, ваш молодой человек и другие члены семьи, а также друзья воспринимают свой пережитый опыт. Иногда молодые люди могут иметь иной взгляд на пережитое, чем их родители, другие члены семьи или друзья. Команда специалистов EASA работает над тем, чтобы прийти к общему пониманию, уважающему и учитывающему все точки зрения.

По мнению EASA, каждый человек может добиться успеха, если ему будет оказана надлежащая поддержка и предоставлены соответствующие возможности.

Деятельность альянса EASA основана на общении и совместном принятии решений. (Смотрите также **Ответы на часто задаваемые вопросы: Что такое совместное принятие решений?**)

EASA стремится оказывать **всестороннюю** поддержку вам и вашему молодому человеку. Это означает, что команда специалистов EASA работает над достижением тех целей, которые наиболее важны для

вас и вашего молодого человека, включая медицинские потребности, обучение и трудовую деятельность, жизненную ситуацию, взаимоотношения и другие важные для вас и вашего молодого человека аспекты.

Члены семьи являются важными партнерами команды специалистов EASA. Ваши знания и точка зрения бесценны.

В одной команде EASA работают специалисты разных направлений, с разным опытом и разными взглядами. Команды специалистов EASA отличаются по численности, но обычно в них входят психиатр или практикующая психиатрическая медсестра, медсестры, консультанты, специалисты по

поддержке сверстников, специалисты по трудоустройству и обучению, а также эрготерапевты.

В некоторых командах EASA присутствуют представители не всех этих дисциплин. В таких случаях команды специалистов EASA опираются на знания и точку зрения этих специалистов, чтобы использовать их в процессе лечения.

Сотрудники альянса EASA заинтересованы в получении обратной связи и извлечении уроков из пережитого вами. Для специалистов альянса EASA необходимо, чтобы вы сообщали им свои пожелания. Таким образом они смогут оказывать вам и другим людям более эффективную поддержку.



EASA стремится сделать так, чтобы предоставление вам услуг проходило максимально удобно и комфортно. EASA делает все возможное, чтобы удовлетворить потребности каждого, помогая при этом молодому человеку сохранять чувство контроля и развивать навыки.

EASA ценит честность и открытость.

Это означает, что мы заинтересованы в том, чтобы люди говорили нам, что они на самом деле думают и что они на самом деле выбирают. Ваша команда специалистов EASA не будет лгать ни вам, ни вашим близким, и мы рекомендуем семьям поступать так же друг с другом и в отношении команды специалистов EASA.

EASA применяет практику снижения вреда.

Это означает, что команда специалистов EASA понимает, что иногда молодые люди делают выбор, который может иметь негативные последствия. В таком случае команда специалистов EASA может помочь молодым людям принять лучшее решение, не вынуждая их при этом прекращать лечение.



EASA может порекомендовать молодому человеку получить более интенсивную терапию в дополнение к услугам EASA в связи с употреблением психоактивных веществ или для решения других проблем. Если для удовлетворения индивидуальных потребностей молодого человека требуется другой вид или уровень медицинского обслуживания, команда специалистов EASA будет тесно сотрудничать с вами и вашим молодым человеком для координации услуг.

EASA не игнорирует вопросы безопасности.

Если ситуация, в которой оказался человек, или его поведение подвергают этого человека или других людей значительному риску, альянс EASA сделает все возможное, чтобы обеспечить безопасность людей.

EASA ценит различия между людьми и считает, что у каждого из нас может быть своя точка зрения.

EASA понимает, что конфликты могут возникать даже в семьях, где любят друг друга. EASA активно работает с семьями с целью достижения взаимопонимания.



EASA представляет собой большую сеть. Программы EASA действуют по всему штату Орегон, а аналогичные программы — по всем Соединенным Штатам и в других регионах мира. Если ваш молодой человек переезжает или вы живете в разных населенных пунктах, EASA позаботится о том, чтобы организовать общение со специалистами, которые находятся рядом с местом проживания.

EASA — это переходная программа, но она рассчитана на долгосрочную перспективу.

Как правило, EASA интенсивно работает с вами, вашим молодым человеком, членами вашей семьи и лицами, оказывающими вам поддержку, в течение 2 лет, а после завершения срока вашего участия в программе — постепенно переходит в режим оказания вам поддержки на постоянной основе. Программы и сеть лидерских организаций EASA стремятся создать сообщество, которое сможет поддерживать взаимодействие с вами на долгосрочной основе. Альянс EASA стремится поддерживать лиц, завершивших участие в нашей программе, путем отстаивания их интересов и предоставления им возможностей для долгосрочного взаимодействия с нами.



РАЗДЕЛ 2.

ПЕРИОД ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ УСЛУГ EASA





Мы наблюдаем значительное улучшение состояния нашего сына с тех пор, как он начал участвовать в программе EASA.

Родитель участника программы EASA

Нам требовалось много различных услуг для нашего сына начиная с его трехлетнего возраста. Всего этого нам приходилось добиваться самостоятельно. С EASA все совершенно иначе: нас есть своя команда специалистов!

Родитель участника программы EASA



Занятия в группе с несколькими семьями помогли решить проблемы внутри нашей семьи — ранее мы уделяли решению проблем слишком много времени.

Родитель участника программы EASA



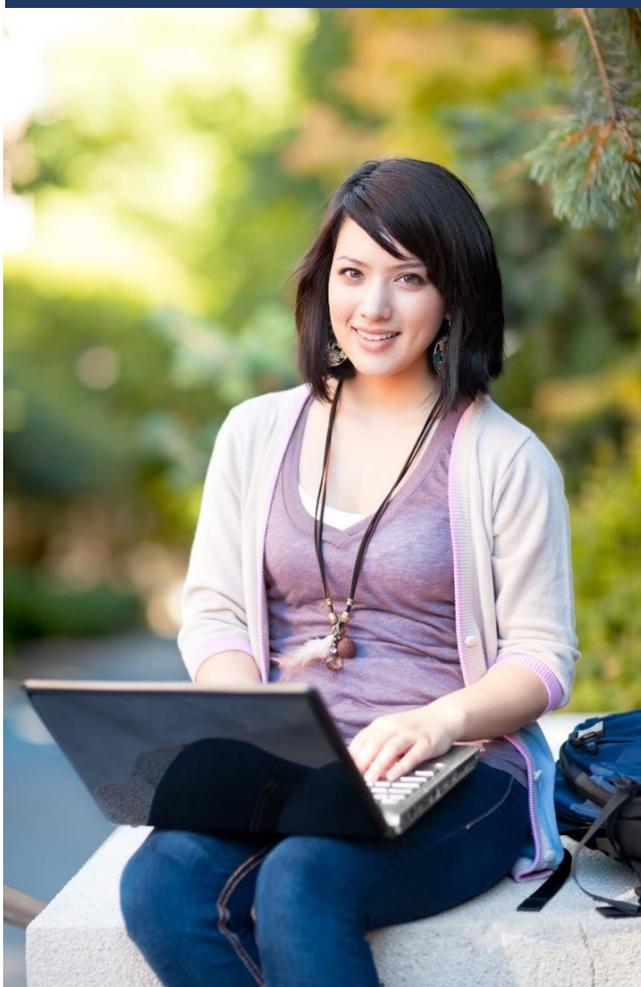
*У них есть кому
помочь вам
буквально в
каждом аспекте
вашей жизни.*

Участник EASA



*Они всегда найдут
время тому, чтобы
выслушать вас.*

Участник EASA



*Я почувствовала, что я не одинока в
своих переживаниях.*

Участник EASA





Кто входит в команду специалистов EASA, оказывающих помощь?

EASA использует командный подход. В основе деятельности альянса EASA лежит сотрудничество и работа в коллективе.

В команды специалистов EASA могут входить терапевты, врачи, медсестры, эрготерапевты, молодые специалисты по поддержке сверстников, специалисты по ведению пациентов, специалисты по трудоустройству и образованию, а также специалисты по жилищным вопросам. Вся команда специалистов EASA работает с вами и вашим молодым человеком над решением проблем, которые помогут вашему молодому человеку достичь своих целей. Например, если ваш молодой человек собирается сменить лекарство или переехать в отдельную квартиру, проводится совместное обсуждение, чтобы найти решение, которое будет приемлемым для всех сторон. Философия EASA заключается в том, что каждый человек обладает важными знаниями и навыками и что наилучшие решения принимаются тогда, когда все работают вместе, как одна команда. Специалисты EASA используют научно обоснованные подходы к лечению и предоставляют услуги и поддержку в интенсивном режиме. Все специалисты EASA взаимодействуют друг с другом с целью предоставления наиболее эффективных услуг для вас, вашей семьи и вашего ребенка.

В состав вашей команды специалистов EASA могут входить любые из следующих специалистов или групп. В небольших программах возможно совмещение различных должностей и дисциплин.



Консультант, специалист по ведению пациентов, терапевт, клиницист или консультант по вопросам психического здоровья

Работа консультанта заключается в том, чтобы помочь молодому человеку определить свои цели и достичь их. Он начинает работу со знакомства с сильными сторонами вашего молодого человека, а также с сильными сторонами вашей семьи и вашего сообщества. Консультант использует различные подходы и техники, основанные на сильных сторонах, включая когнитивно-поведенческую терапию (CBT), внимательность, мотивационное собеседование (MI) и психологическую просветительскую работу. Такие подходы могут применяться как индивидуально, так и в группе. Консультант поможет вашему молодому человеку достичь его индивидуальных и семейных целей путем:

- ✓ поиска ресурсов, таких как жилье, льготы, транспорт или группы поддержки;
- ✓ предоставления молодым людям других услуг как в рамках EASA, так и в местном сообществе;
- ✓ взаимодействия с молодым человеком и членами его семьи с целью преодоления трудностей и развития сильных сторон.



Психиатр, практикующая медсестра или лицензированный поставщик медицинских услуг

Психиатр или практикующая медсестра в составе вашей команды специалистов EASA — это лицензированный поставщик медицинских услуг (LMP), который встречается с вами, вашим молодым человеком и другими людьми, оказывающими помощь (с разрешения). От участников программы EASA не требуется принимать лекарственные препараты. Однако даже если ваш молодой человек не принимает лекарств, вам рекомендуется регулярно посещать



лицензированного поставщика медицинских услуг EASA (психиатра или практикующую медсестру) для обмена информацией и обсуждения любых потребностей или вопросов, которые могут возникнуть у вас в связи с оказанием медицинской помощи.

Задача вашего психиатра или практикующей медсестры — помочь вашему молодому человеку сосредоточиться на здоровье и выздоровлении. Они объяснят все медицинские диагнозы, имеющиеся у вашего молодого человека, и предоставят вам и вашему молодому человеку медицинскую информацию для принятия обоснованных решений. Психиатр или практикующая медсестра также окажут помощь вашему молодому человеку в принятии решения о приеме лекарств и проведении медикаментозного лечения. Они будут следить за общим состоянием здоровья вашего молодого человека и координировать его потребности с врачом первичного обслуживания. Лицензированный поставщик медицинских услуг ответит на вопросы и предоставит информацию вам и членам вашей семьи, а также лицам, оказывающим поддержку (с разрешения), в том числе:

- ✓ предоставит ознакомительную информацию о симптомах, лекарствах и побочных эффектах;
- ✓ предоставит рекомендации относительно лекарственных препаратов, которые могут принести пользу;
- ✓ составит вместе с вами план по достижению целей вашего молодого человека в части здоровья;
- ✓ предоставит медицинскую информацию другим поставщикам медицинских услуг.



Медсестра

Медсестры EASA работают с вашим молодым человеком, чтобы удовлетворить его потребности в психическом, физическом и общем медицинском обслуживании. Медсестра предоставляет исчерпывающую информацию о ресурсах здравоохранения и оказывает поддержку молодому человеку в формировании и поддержании здоровых привычек.

Медсестры EASA:

- ✓ предоставляют информацию об общем состоянии здоровья, например о питании и физических упражнениях;
- ✓ прививают молодому человеку привычки, способствующие улучшению сна;
- ✓ проводят просветительскую работу по вопросам сексуального здоровья;
- ✓ оказывают помощь в лечении других заболеваний, которые могут быть у вашего молодого человека;
- ✓ оказывают содействие в доступе к лекарствам и обращают внимание на побочные эффекты;
- ✓ предоставляют более подробную информацию о ресурсах здравоохранения, связанных с интересами и потребностями вашего молодого человека (например, если ваш молодой человек хочет бросить курить или стать более физически активным, медсестра окажет ему поддержку и предоставит информацию, чтобы помочь ему достичь этой цели).

Если в вашей команде специалистов EASA нет дипломированной медсестры, помощь в формировании здорового образа жизни и здоровых привычек оказывают лицензированный поставщик медицинских услуг EASA и другие специалисты команды.





Эрготерапевт

Эрготерапевты помогают молодым людям сформировать навыки и условия, необходимые для успешной работы, учебы и взаимоотношений.

Услуги эрготерапевтов:

- ✓ изучение особенностей среды, в которой ваш молодой человек чувствует себя хорошо, с помощью индивидуальной оценки того, как его организм реагирует на различные ощущения и чувства;
- ✓ обучение и оказание помощи молодому человеку в развитии более глубокого понимания того, как добиться устойчивых изменений в областях, где молодой человек может испытывать проблемы (например, помощь в установлении распорядка дня, поиск интересных занятий, изучение стратегий гибкости мышления при принятии решений, развитие привычек здорового сна);
- ✓ поиск решений, которые вы, ваша семья, система поддержки, учителя и работодатели могли бы использовать для того, чтобы среда, в которой проводит время ваш молодой человек, лучше соответствовала его потребностям;
- ✓ содействие молодому человеку в выявлении проблем на работе, в учебном заведении и во взаимоотношениях с целью выработки новых стратегий, моделей поведения и навыков для решения этих проблем.

Если в вашей команде специалистов EASA нет эрготерапевта, приобрести эти навыки помогут другие специалисты команды.



Специалист по развитию навыков

Специалисты по развитию навыков предоставляют молодому человеку ресурсы и дополнительную поддержку, а также помогают ему формировать и использовать навыки, которые позволят достичь поставленных целей.

Услуги специалистов по развитию навыков:

- ✓ обеспечение молодого человека различными ресурсами, включая жилье, пособия, и медицинское страхование;
- ✓ оказание помощи молодому человеку в приобретении и развитии навыков, соответствующих его сильным сторонам, потребностям и целям.

Если в вашей команде специалистов EASA нет специалиста по развитию навыков, приобрести эти навыки помогут другие специалисты команды.



Специалист по взаимопомощи

Специалист по взаимопомощи — это человек, переживший обстоятельства, схожие с теми, которые переживают участники программы EASA. Такие специалисты используют этот жизненный опыт, чтобы помочь вашему молодому человеку и предоставить ему возможности получить дополнительную информацию с точки зрения человека, пережившего подобное. Как правило, специалиста по взаимопомощи подбирает консультант.

Услуги специалистов по взаимопомощи:

- ✓ использование собственного жизненного опыта с целью оказания поддержки молодому человеку, чтобы он чувствовал себя менее одиноким и ощущал связь с другими людьми;



- ✓ своими рассказами о пережитом опыте они вселяют надежду и ободряют вас, вашего молодого человека, других членов семьи и лиц, оказывающих вам поддержку;
- ✓ поощрение молодого человека к тому, чтобы он отстаивал свои потребности обоснованным для него способом;
- ✓ оказание поддержки молодому человеку в вовлечении его в общественную деятельность, которая ему нравится.



Специалист по обучению или профессиональной деятельности

Специалист по обучению или профессиональной деятельности поможет вашему молодому человеку предпринять непосредственные меры для достижения целей, связанных с обучением или профессиональной деятельностью. Ниже перечислены способы, с помощью которых специалист по обучению или профессиональной деятельности может оказать поддержку вашему молодому человеку:

- ✓ оказание помощи молодому человеку в достижении целей, связанных с обучением в школе, профессиональном училище или колледже, а также с профессиональной деятельностью и карьерой;
- ✓ оказание помощи молодому человеку в преодолении трудностей в учебном заведении и на работе, с которыми он может столкнуться на пути к достижению этих целей;
- ✓ оказание помощи молодому человеку в поиске и закреплении на подходящей для него работе, включая установление контактов с работодателями, которые ищут людей с такими навыками и способностями;
- ✓ оказание помощи молодому человеку в возвращении в учебное заведение или в продолжении учебы;
- ✓ оказание помощи молодому человеку в поиске работы и возможностей для учебы после окончания школы или колледжа.



Занятия в группе с несколькими семьями или с одной семьей

Занятия в группе с несколькими семьями или с одной семьей — еще одна очень важная часть услуг EASA¹⁶. Во время занятий с несколькими семьями команда специалистов EASA совместно с вами, вашим молодым человеком и другими членами вашей семьи, а также с другими участниками EASA и их семьями проводит работу по решению проблем.

Групповые занятия с несколькими семьями представляют собой структурированные группы по решению проблем, в которых каждый участник рассказывает о том, что в последнее время у него получалось, а что вызывало затруднения. Затем группа выбирает проблему одного человека и проводит обсуждение возможных путей ее решения в течение следующих двух недель. Попросите вашу команду специалистов EASA организовать для вас и вашей семьи групповые занятия, чтобы вы могли присоединиться к занятиям в группе из нескольких семей.

Если не удастся организовать группу с несколькими семьями, соответствующую вашим потребностям или расписанию, команда специалистов EASA все равно организует совместные занятия, а также занятия по решению проблем для одной семьи с вами и вашей семьей у вас дома или в другом месте по вашему выбору. Узнайте у специалистов EASA о возможностях проведения занятий для одной семьи, если вы и члены вашей семьи не можете посещать занятия в группе с несколькими семьями.



Результаты работы EASA для членов семьи и друзей

- ✓ Партнерство. Эффективность программы EASA заключается в том, что все объединяют свои усилия и направляют их на поддержку вашего молодого человека.
- ✓ Общение. Команда специалистов EASA работает над привлечением членов семьи и друзей с того момента, как ваш молодой человек был направлен на лечение. Это означает, что вашей команде специалистов EASA необходимо знать, кто входит в вашу семью/сеть поддержки, и установить с ними контакт как можно скорее после начала лечения, чтобы обеспечить поддержку, информирование и возможность участия.
- ✓ Активные усилия по вовлечению вас и вашего молодого человека. Ваша команда специалистов EASA понимает, что вы очень заняты и вам бывает трудно совмещать все обязанности. Команда специалистов EASA постарается максимально облегчить и упростить процесс, применяя гибкий подход к выбору времени и места встречи и стремясь удовлетворить индивидуальные потребности вашей семьи. Иногда молодые люди не сразу готовы к активному участию и взаимодействию с EASA. Понимая это, мы будем стараться поддержать вас и понять сильные стороны, мотивы и потребности вашего молодого человека. Одной из оценок, которую команды специалистов EASA проводят с молодыми людьми и членами их семей на ранних этапах, является **комплексная оценка сильных сторон**. Команда специалистов EASA будет стремиться завоевать доверие молодого человека, чтобы помочь ему чувствовать себя комфортно. Для установления доверия может потребоваться время, иногда до года и более, поэтому специалисты EASA стараются проявлять адаптивность, гибкость и настойчивость в работе с молодыми людьми и лицами, оказывающими им поддержку.
- ✓ Оказание помощи. Семьям нужен человек, который выслушает, посочувствует, объяснит и решит проблему. Важно, чтобы вы знали, что вы не одиноки. Обращайтесь к вашей команде специалистов EASA, когда вам это необходимо, и не сомневайтесь в том, что мы свяжемся с вами. Если у вас есть вопросы или если команда специалистов EASA может что-то сделать, чтобы лучше удовлетворить ваши потребности, сообщите нам об этом. Для EASA очень важно знать, как наилучшим образом поддержать вас и вашего молодого человека.
- ✓ Обмен информацией и ресурсами. Ваша команда специалистов EASA будет предоставлять вам информацию поэтапно в течение определенного времени, исходя из ваших потребностей и имеющихся у нас данных. В случае необходимости ваша команда специалистов EASA будет повторно предоставлять информацию повторно. В состоянии стресса бывает трудно что-то запомнить. Более того, может пройти некоторое время, прежде чем вы начнете осмысливать всю поступающую к вам информацию. Если вы хотите узнать больше об EASA, вы всегда можете посетить веб-сайт www.easacommunity.org. Он содержит дополнительную информацию, включая раздел «Friends and Families», специально предназначенный для вас, друзей и членов семьи. Команда специалистов EASA предоставит вам информацию о следующем:
 - процесс оценки и лечения, а также порядок принятия решений
 - что, по нашему мнению, происходит с вашим молодым человеком с медицинской точки зрения и какие симптомы он испытывает
 - конкретная информация о симптомах и о том, что нам известно о причинах их возникновения
 - информация о вариантах лечения, включая вовлечение вас в принятие решений о лечении (с разрешения)
 - информация о правах и ресурсах



- процесс выздоровления и то, как вы можете помочь своему молодому человеку в его выздоровлении (см. также разделы «**Средства для лечения и восстановления**» и «**Забота о себе**» в руководстве для участников).
- ✓ Участие в планировании
 - Команда специалистов EASA совместно с вами и вашим молодым человеком разработает план, который будет определять лечение вашего молодого человека и его участие в программе EASA. Этот план основан на целях и потребностях вашего молодого человека и вашей семьи. Этот план иногда называют **планом обслуживания**. Он является обязательным для лиц, получающих услуги. Некоторые специалисты команды называют такие планы «планами лечения», «планами восстановления» или используют другой термин. Узнайте у своей команды специалистов EASA об этом плане и о том, как вы можете принять активное участие в его дополнении или изменении с течением времени.
 - С самого начала ваша команда специалистов будет работать с вами и вашим молодым человеком над созданием **антикризисного плана**. Этот план содержит пошаговые инструкции о необходимых действиях, если вы оказались в кризисной ситуации.
 - Команда специалистов также совместно с вами разработает **план профилактики рецидивов**. Данный план содержит информацию о том, что вы и ваш молодой человек можете сделать, чтобы предотвратить ухудшение симптомов и быстро получить помощь в случае необходимости.
 - Во время и после первичной оценки, а затем, по крайней мере, раз в три месяца, мы будем встречаться с вашим молодым человеком и всеми участвующими в программе членами семьи и лицами, предоставляющими поддержку, чтобы пересмотреть план обслуживания или лечения, достигнутый прогресс и планы на будущее.
- ✓ Постепенный переход. Программа EASA обычно длится два года. В течение первых шести месяцев команда специалистов EASA знакомится с вами, вашим молодым человеком, его сильными сторонами и целями, а также целями вашей семьи, и совместными усилиями помогает вам преодолеть все основные трудности, с которыми вы сталкиваетесь. Все остальное время участие в программе EASA основывается на результатах работы, проделанной в первые шесть месяцев. Во время участия в программе EASA у вас, вашего молодого человека и других членов семьи будет возможность получить информацию и пообщаться с другими людьми, имеющими схожий опыт, а также приобрести навыки, которые помогут вам двигаться в будущее, которое вы хотите. Примерно за шесть месяцев до завершения участия в программе EASA команда специалистов совместно с вами уточнит и реализует долгосрочный план оказания поддержки.



Информация об оценке и диагностике

Многие молодые люди, обращающиеся в EASA, сталкиваются с изменениями, пользу которых в краткосрочной перспективе может быть трудно осознать. Ваша команда специалистов EASA будет работать с вами, вашим молодым человеком и, возможно, с другими поставщиками медицинских услуг, например, с врачом первичного обслуживания, чтобы провести тщательное медицинское обследование. В подростковом и юношеском возрасте мозг претерпевает значительные изменения, и симптомы синдрома риска развития психоза или собственно психоза могут быть вызваны самыми разными состояниями и проявлениями уязвимости. Частью процесса взаимодействия с EASA является определение наиболее точного диагноза у вашего молодого человека, что может занять определенное время.

Существует ряд переживаний, которые считаются «типичными» для подростков и юношей в зависимости от их культуры, убеждений, взглядов, мировоззрения и окружения. Существует множество различных идей и представлений о том, почему у некоторых людей возникает то, что принято называть синдромом риска развития психоза или психозом. С каждым днем мы приближаемся к пониманию того, что происходит в мозге во время синдрома риска развития психоза или собственно психоза. Однако «единого правильного ответа» до сих пор нет. Симптомы синдрома риска развития психоза или собственно психоза могут проявляться у людей любой расы, гендерной принадлежности, пола, национальности, религии, образования, культурной идентичности, возраста, социально-экономического статуса и способностей. Несмотря на то, что эти переживания схожи у самых разных людей, они также очень индивидуальны. Опыт вашего молодого человека может иметь некоторые общие черты с опытом других молодых людей, участвующих в программе EASA. Однако у каждого человека есть свой индивидуальный опыт, сильные стороны, проблемы и причины их возникновения, которые присущи только ему.

Ваша команда специалистов EASA осознает важность того, чтобы каждый человек оценивал свой опыт через призму собственных ценностей, убеждений и точек зрения, а также через призму ценностей, убеждений и точек зрения своего молодого человека, членов его семьи, друзей и (или) лиц, оказывающих поддержку. Вы и (или) ваш молодой человек, а также другие члены семьи, друзья или лица, оказывающие поддержку, могут сталкиваться с проявлениями различий по расовому признаку, гендерной идентичности, сексуальной идентичности, способностям, религии, культуре, роду занятий или другим признакам. То, что отличает вас от других людей, является важной, ценной и удивительной частью вашей сущности и может быть вашим большим преимуществом. Желательно, чтобы вы рассказали о своих ценностях, убеждениях и взглядах команде специалистов EASA, чтобы они могли оказать поддержку вам, вашему молодому человеку, а также другим членам семьи, друзьям и лицам, оказывающим помощь, наиболее эффективным способом.

Не исключено, что причины развития синдрома риска психоза или собственно психоза зависят от конкретного человека. Возможно также, что существует несколько причин, вызывающих эти симптомы. Кроме того, существует вероятность того, что происходящее еще не осознано. Тем не менее, существуют некоторые идеи, которые удалось выяснить исследователям.

Одна из идей заключается в том, что структурные изменения или различия в мозге приводят к тому, что человек воспринимает мир или себя не так, как раньше. Синдром риска развития психоза и собственно психоз могут влиять на способность мозга обрабатывать информацию. Они могут также влиять на сенсорное восприятие, способность к упорядочиванию информации и способность к ее выражению.



Существуют и другие, менее «медицинские» способы, которые некоторые люди используют для объяснения или понимания этих ощущений. «Правильной» или «неправильной» точки зрения не существует. Вполне нормально придерживаться более чем одного способа понимания одновременно. Члены вашей семьи и (или) друзья могут понимать ваши переживания иначе, чем вы сами, или придерживаться иных взглядов на них. Важно иметь способы понимания или объяснения, которые подходят именно вам.

Другой взгляд на синдром риска развития психоза и психоз называется «нейроразнообразие». Нейроразнообразие означает, что синдром риска развития психозов, психозы и другие подобные им психические различия являются естественной, нормальной и необходимой частью человеческого разнообразия, такой же, как цвет глаз или пол. И, подобно цвету глаз и полу, способ мышления и восприятия — это часть уникальной и ценной личности человека, которая заслуживает уважения. С точки зрения нейроразнообразия, люди, мыслящие иначе, сыграли важную роль в развитии инноваций в мире.

Духовность может придать смысл переживаниям, создать ощущение связи или способствовать развитию отношений с высшей силой или силами. Духовность — это один из способов организации и осмысления человеком своей жизни. Некоторые люди воспринимают трудности как возможность духовного роста. Духовная интерпретация своих переживаний может помочь человеку найти смысл происходящих событий и создать ощущение связи и надежды после бедствия, отсутствия связи и изоляции. Для некоторых людей следование по духовному пути или принадлежность к духовному сообществу дает возможности для работы по преодолению психоза или управлению им.

Существует множество различных культурных представлений о психическом здоровье. Не во всех культурах синдром риска развития психоза или психоз рассматриваются как проблема психического здоровья. Некоторые рассматривают симптомы синдрома риска развития психоза или собственно психоза как этап на духовном пути или часть духовного процесса. Там, где связь с предками или миром духов является частью общепринятой культуры, подобные переживания часто рассматриваются как связь с этими предками или миром духов. Представители вашей собственной культуры могут предложить уникальные взгляды и поддержку. Если подобные взгляды не являются частью вашей культуры, возможно, вы захотите узнать о них больше.

Некоторые люди сами формируют интерпретацию своего опыта. Подобные личные интерпретации находят применение как самостоятельно, так и в дополнение к другим точкам зрения. Это является нормальной составляющей понимания того, что означает переживание синдрома риска развития психоза или собственно психоза для каждого конкретного человека. Обсуждение с командой специалистов EASA и другими людьми различных идей, мировоззрений и точек зрения поможет вам, вашему молодому человеку, членам вашей семьи и друзьям прийти к собственному пониманию происходящего.

До сих пор никто точно не может сказать, что может вызвать у человека синдром риска развития психоза или психоз. Считается, что это связано с различными «биопсихосоциальными» факторами. Эти факторы могут быть разными у разных людей.

«Биопсихосоциальный» означает сочетание биологии человека (био), его психологии (психо) и его социального окружения (социальный). Идея состоит в том, что синдром риска психоза или психоз может быть вызван любой комбинацией:



- ✓ генетики, развития мозга или других физических особенностей человека (**биологические факторы**)
- ✓ того, как человек психически и эмоционально справляется со стрессом и проблемами (**психологические факторы**)
- ✓ других аспектов жизни человека, таких как употребление психоактивных веществ, отношение к нему со стороны окружающих, стресс в учебном заведении и (или) на работе (**социальные факторы**).

Исследования показывают, что каждый человек может пережить подобное. Некоторые люди, склонные к развитию синдрома риска развития психоза или собственно психоза, нуждаются в постоянном контроле.

Факторы риска:

Биологические факторы риска:

- ✓ наличие родственников, страдающих психозом, особенно одного или обоих родителей
- ✓ наличие других заболеваний головного мозга или неврологических расстройств, включая психические расстройства, такие как депрессия или тревожность
- ✓ нарушение режима сна и питания, а также болезни.

Психологические факторы риска:

- ✓ травмы или травмирующие переживания
- ✓ трудности с поиском эффективных способов борьбы со стрессом
- ✓ трудности в стремлении понять свое место в мире, ответить на вопросы «Для чего я здесь?» и «Что мне делать со своей жизнью?»
- ✓ ощущение безнадежности или уныния по отношению к миру или самому себе.

Социальные факторы риска:

- ✓ употребление психоактивных веществ, в том числе марихуаны, или спиртных напитков
- ✓ неприятие или плохое отношение со стороны других людей, стрессовые отношения
- ✓ стресс в учебном заведении или на работе
- ✓ отсутствие сети связей, обеспечивающую хорошую поддержку, или отсутствие в жизни людей, с которыми приятно общаться
- ✓ важные жизненные события, такие как начало учебы в новом учебном заведении, новая работа или новые отношения.

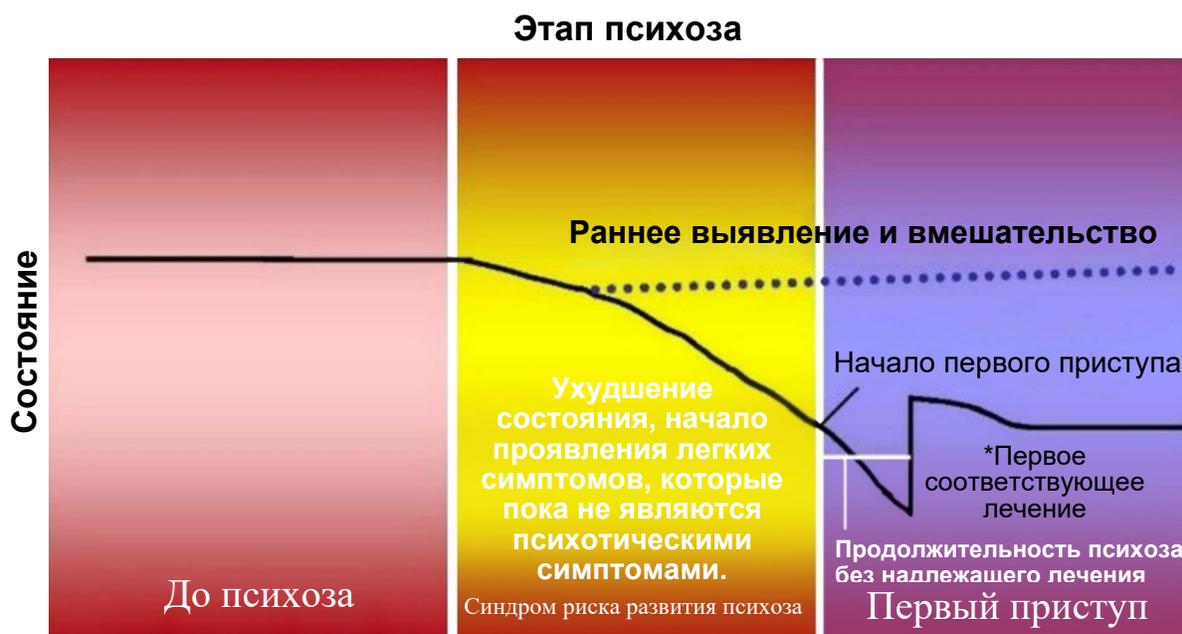
Ни один из этих факторов сам по себе не является единственной причиной синдрома риска развития психоза или собственно психоза. Если эти факторы присутствуют в жизни человека, это не означает, что у него возникнет синдром риска развития психоза или психоз. Эти факторы также не могут быть причиной возникновения симптомов, которые может испытывать ваш молодой человек. Однако человек, имеющий в своей жизни много таких факторов, подвержен более высокому риску развития симптомов синдрома риска психоза или собственно психоза. Некоторые из этих факторов риска — например, употребление психоактивных веществ или важные жизненные события — могут спровоцировать появление симптомов синдрома риска развития психоза или собственно психоза.



Генетику изменить невозможно, однако можно повлиять на многие потенциальные факторы риска. Такие факторы называются защитными. Например, помочь молодому человеку научиться справляться со стрессом и правильно общаться, отказываться от употребления алкоголя или психоактивных веществ, снижать стресс на работе или в учебном заведении, укреплять сеть социальной поддержки — все это может помочь защититься от синдрома риска развития психоза или собственно психоза. Причем это актуально даже после того, как человек впервые ощутил симптомы синдрома.

Синдром риска развития психоза и первый приступ психоза. В чем разница?

Специалисты EASA занимаются работой с молодыми людьми, имеющими диагноз «синдром риска развития психоза» или «первый приступ психоза». Синдром риска развития психоза — это совокупность симптомов, содержащих возможные факторы риска развития первого приступа психоза. Специалисты EASA взаимодействуют с молодыми людьми с синдромом риска развития психоза с целью возможного предотвращения первого приступа психоза или, по крайней мере, некоторых проблем, которые могут возникнуть при первом приступе психоза. На этапе риска развития психоза с появлением слабовыраженных симптомов снижается уровень функционирования, и есть основания полагать, что вмешательство на этом этапе может снизить интенсивность проявления симптомов и (или) улучшить исход терапии.



McGlashan, 2001.

SAMHSA
Substance Abuse and Mental Health
Services Administration



Дополнительная информация о синдроме риска развития психоза

Для определения наличия у члена вашей семьи или друга синдрома риска развития психоза специалисты EASA используют очень специфический детализированный инструмент — структурированное собеседование по синдрому риска развития психоза¹² (SIPS). Важно отметить, что даже если специалист, проводящий собеседование в соответствии с SIPS, диагностирует синдром риска развития психоза, это не означает, что у молодого человека разовьется первый приступ психоза. Это только означает, что он может быть подвержен риску развития одного из этих состояний. Если в результате проведенного с вашим молодым человеком собеседования в соответствии с SIPS выяснилось, что он подвержен риску развития одного из этих состояний, не волнуйтесь — такие программы, как EASA, показали очень хорошие результаты в поддержке людей, у которых был диагностирован синдром риска развития психоза.

Симптомы синдрома риска развития психоза могут быть различными — от едва заметных до явных. Они могут продолжаться несколько дней, месяцев или даже лет. В отличие от первого эпизода психоза, молодой человек по-прежнему осознает, что его переживания отличаются от его обычных переживаний и вызывают определенный душевный дискомфорт. Он также более склонен обратиться за помощью в связи с этими переживаниями, чем лица, у которых диагностирован первый приступ психоза.

Некоторые распространенные симптомы синдрома риска развития психоза:

- ✓ чувствительность к свету, прикосновениям и звукам
- ✓ проблемы с концентрацией, вниманием и памятью
- ✓ трудности с пониманием других людей и с тем, чтобы быть понятым при разговоре
- ✓ повышенная подозрительность и чувство страха без определенной причины
- ✓ мимолетные мысли о том, что человек видит или слышит то, чего нет на самом деле
- ✓ необычные идеи или поведение, которые являются для человека новыми и нестандартными
- ✓ проблемы в учебном заведении, на работе или в семье (с друзьями)
- ✓ отказ от общения с людьми, занимающими важное место в жизни
- ✓ депрессия
- ✓ отсутствие мотивации и (или) энергии
- ✓ проблемы со сном
- ✓ изменение аппетита

Важно понимать, что о наличии синдрома риска развития психоза обычно свидетельствует не один какой-то симптом, а сочетание этих симптомов. Подобные симптомы могут также быть обусловлены другими психическими заболеваниями, важными жизненными переменами, стрессовыми факторами, а также являться типичными переживаниями молодого человека.

Оценка в соответствии с SIPS, проведенная квалифицированным специалистом, позволит установить возможные причины этих симптомов. В большинстве ситуаций симптомы синдрома риска развития психоза начинаются постепенно, но при этом являются **новыми и нехарактерными** для переживаний, индивидуальности и поведения молодого человека.



СИНДРОМ РИСКА РАЗВИТИЯ ПСИХОЗА СИМПТОМЫ



ЭТО ИЗМЕНЕНИЕ ПО СРАВНЕНИЮ С ПРЕДЫДУЩИМ ПОВЕДЕНИЕМ...





Подробнее о первом приступе психоза или биполярном расстройстве с симптомами психоза

Программа EASA предназначена для работы с молодежью и молодыми людьми, находящимися в группе риска по развитию симптомов психоза (синдром риска развития психоза), а также с людьми, недавно пережившими первый приступ психоза. На ранних этапах, в фазе синдрома риска развития психоза, симптомы могут быть прерывистыми, и человек часто осознает, что с ним что-то не так.

По мере прогрессирования симптомов психоза человек теряет способность отличать проявления симптомов от реальности, и ему становится все труднее вести беседу. Например, человек, страдающий слуховыми галлюцинациями, будет слышать не только человека, стоящего рядом с ним, но и голоса, которые кажутся ему громкими и реальными, хотя другие этих голосов не слышат. Человек с прогрессирующим психозом может не верить в то, что другие люди не слышат те же голоса, и не способен интегрировать в свое мышление новую информацию, полученную от других людей.

Психоз — это состояние, которое влияет на способность мозга обрабатывать информацию. Психоз может оказывать влияние на сенсорное восприятие, способность к упорядочиванию информации и способность к ее выражению. Этому есть множество причин. Потенциальная возможность развития психоза существует у каждого человека, например, при недосыпании в течение нескольких дней подряд, при приеме определенных веществ или развитии определенного стресса. Возникновение психоза обусловлено генетическим компонентом, поэтому люди, члены семьи которых страдали психозом, подвержены большему риску его развития. Некоторые люди, особенно подверженные риску развития психоза, нуждаются в постоянном контроле. Психоз также может быть следствием или сопутствующим симптомом аффективного расстройства, такого как глубокая депрессия или биполярное расстройство (при котором наблюдаются резкие колебания уровня энергии, режима сна, настроения и поведения).

Для определения наиболее точного диагноза при первом приступе психоза ваша команда специалистов EASA будет использовать различные методы обследования. Для классификации диагнозов первого приступа психоза программы EASA, как и другие лечебные учреждения, используют DSM-5 (Диагностическое и статистическое руководство по психическим расстройствам, 5-е издание¹³) Американской психиатрической ассоциации (American Psychiatric Association). Лечение психотических расстройств включает терапию, медикаментозное лечение и другие научно обоснованные методы лечения, на которых может специализироваться ваша команда специалистов EASA.

Каждому участнику, принимающему участие в программе EASA, будет поставлен диагноз в рамках лечения по программе EASA. Этот диагноз может меняться с течением времени. От него зависит лечение, а также предоставляемая информация и разъяснение переживаний. Команды специалистов EASA рекомендуют участникам, членам их семей и друзьям задавать команде специалистов EASA вопросы относительно диагностики и лечения. Команды специалистов EASA учитывают, что люди имеют различные взгляды, точки зрения и убеждения на то, что они испытывают, и что другие люди в их семье и сети поддержки также могут придерживаться различных взглядов и убеждений. Команды специалистов EASA с уважением относятся к тому, как участники, члены их семей и друзья осознают свои переживания, и знают, что с течением времени они могут меняться.

Ниже приведены примеры возможных первичных диагнозов, которые могут быть поставлены вашему молодому человеку до получения услуг EASA, во время или после завершения участия в программе EASA.



Кратковременное психотическое расстройство

Кратковременное психотическое расстройство диагностируется, когда симптомы психоза длятся менее месяца, после чего большинство людей полностью восстанавливаются. Обычно это происходит только один раз и часто связано со стрессовым событием.

Шизофрения

Это состояние диагностируется, когда у человека наблюдаются изменения в поведении и другие симптомы, которые могут включать галлюцинации (видение, слышание, пробование на вкус, ощущение или запах того, чего не видят другие), бред (наличие ложных убеждений, которые не исчезают), потерю интереса к деятельности, спутанность мышления и (или) дезорганизованную речь. Для того чтобы соответствовать критериям шизофрении, подобные симптомы должны наблюдаться более 6 месяцев и оказывать влияние на работу и (или) учебу, а также влиять на взаимоотношения с окружающими.

Шизофреноподобное расстройство

Это заболевание диагностируется в случае, если симптомы шизофрении наблюдаются в течение 1-6 месяцев.

Биполярное расстройство с психотическими чертами

Это состояние диагностируется, когда у человека наблюдаются резкие изменения настроения наряду с симптомами психоза, такими как галлюцинации или бред.

Шизоаффективное расстройство

Это состояние диагностируется при наличии у человека симптомов как аффективного расстройства, например биполярного расстройства или депрессии, так и шизофрении.

Бредовое расстройство

Это состояние диагностируется при наличии у человека бреда (бредовых идей), или ложных убеждений, которые не исчезают в течение как минимум одного месяца. Эти убеждения могут быть искренними, но они не являются правдивыми (например, человек верит, что за ним следят или что его пища отравлена).

Психотическое расстройство, вызванное употреблением психоактивных веществ

Это состояние диагностируется, когда употребление психоактивных веществ или отказ от них (например, метамфетаминов, кокаина или галлюциногенов) приводит к возникновению галлюцинаций, бреда или дезорганизованной речи.

Другие специфические расстройства шизофренического спектра и другие психотические расстройства или неуточненные расстройства шизофренического спектра и другие психотические расстройства

Это состояние диагностируется, когда человек испытывает галлюцинации, бред или другие симптомы психоза по неизвестной причине, что указывает на необходимость сбора дополнительной информации для постановки точного диагноза. Специалист может включить синдром риска развития психоза в эту категорию, но это не является формальным диагнозом по DSM-5.

Все перечисленные состояния лечатся с помощью терапии, а иногда и медикаментозно, в зависимости от конкретных потребностей конкретного человека.



Другие состояния

Иногда в дополнение к симптомам синдрома риска развития психоза или симптомам психоза у молодых людей наблюдаются другие изменения в мышлении или ощущениях, например, состояние депрессии или тревоги. Эти состояния встречаются и у людей, не имеющих синдрома риска развития психоза или симптомов психоза. Иногда эти состояния, называемые «сопутствующими состояниями», могут усугублять синдром риска развития психоза или психоз.

Ниже приведены описания некоторых распространенных сопутствующих состояний.

Депрессия

Депрессия — это не просто ощущение грусти или трудности бытия, что бывает у многих людей. Люди, столкнувшиеся с депрессией, испытывают пять или более следующих переживаний на протяжении двух или более недель подряд, без перерыва:

- ✓ чувство подавленности или грусти, или уныния
- ✓ отсутствие интереса к вещам, которые раньше доставляли удовольствие или были интересны
- ✓ набор или потеря веса
- ✓ выполнение множества движений в состоянии возбуждения, таких как ходьба или размахивание руками
- ✓ более медленные движения или речь, чем обычно
- ✓ чувство усталости без причины
- ✓ чувство вины без причины
- ✓ постоянные размышления о смерти
- ✓ проблемы с концентрацией внимания.

Депрессия обычно лечится с помощью терапии и (или) лекарственных препаратов.

Тревожность

Люди, страдающие тревожностью, испытывают сильное беспокойство по поводу повседневных вещей. Эти переживания настолько сильны, что мешают им жить. Тревожность может проявляться в следующих формах:

- ✓ Фобии, например, страх перед змеями, настолько сильный, что он не позволяет человеку выйти из дома, или социальная фобия, связанная с взаимодействием с людьми.
- ✓ Навязчивая идея — мысль, чувство или ощущение, которые постоянно возникают, даже если их возникновение не имеет смысла. Например, тревожный образ, который всплывает в голове человека сотни раз в день.
- ✓ Компульсия — потребность в совершении многократных действий даже в том случае, если они не имеют смысла. Например, многократно проверять, заперта ли дверь, даже если человек только что проверил, заперта ли она.

Тревожность обычно лечится с помощью лекарств и (или) терапии. Терапия часто направлена на постепенное воздействие на предмет или нечто подобное тому, что вызывает тревогу, или на предотвращение нежелательных компульсий.



Мания

Люди, страдающие манией, испытывают необычно приподнятое, неуправляемое или раздражительное настроение, повышенную активность и энергию. Повышенная активность и энергия — обязательные условия для постановки диагноза мании. Это не просто приподнятое настроение или крайняя раздражительность. Другие переживания, связанные с манией:

- ✓ преувеличенное чувство собственной значимости
- ✓ бессонница
- ✓ беспорядочные мысли (мысли, идущие быстрой чередой, которые невозможно замедлить или остановить)
- ✓ быстрая речь
- ✓ быстрое переключение с одной темы на другую
- ✓ совершение поступков, которые на первый взгляд кажутся забавными или хорошими, но на самом деле являются рискованными или могут иметь плохие последствия, например, тратить много денег при их отсутствии.

Если повышенная активность и энергичность сопровождаются еще и другими переживаниями, у вашего молодого человека может быть диагностировано биполярное расстройство. Биполярное расстройство обычно лечится терапией и (или) лекарствами.

Проблемы со сном

Сон так же важен для нашего разума и тела, как пища и воздух. Молодым людям необходимо 9-11 часов крепкого сна в сутки. Недосыпание или плохой сон могут быть причиной проблем с психическим и физическим здоровьем. Недостаточно хороший сон может также значительно осложнить другие проблемы, с которыми борется человек, например, синдром риска развития психоза или психоз. Среди распространенных проблем со сном:

- ✓ бессонница — неспособность заснуть
- ✓ нарколепсия — ощущение сильной сонливости во время бодрствования
- ✓ синдром беспокойных ног — проблемы с засыпанием из-за неприятных ощущений в ногах, вынуждающих постоянно шевелить ногами
- ✓ апноэ во сне — затрудненное дыхание во время сна (храп)

Для различных проблем со сном существуют разные методы лечения.

Расстройства, связанные с употреблением психоактивных веществ

Расстройства, связанные с употреблением психоактивных веществ, возникают, когда употребление психоактивных веществ причиняет вред и мешает достижению целей. Под «веществами» могут подразумеваться нелегальные наркотики, рецептурные препараты, марихуана, табак и алкоголь. У некоторых людей употребление психоактивных веществ может привести к зависимости, которая влияет на мышление, чувства и поведение человека и затрудняет решение других проблем. Возможные симптомы зависимости:

- ✓ сильное желание употребить вещество
- ✓ трудно или невозможно контролировать употребление вещества
- ✓ продолжение употребления вещества, даже если это приводит к плохим последствиям



Восстановление после первого приступа психоза или биполярного расстройства с симптомами психоза

Восстановление после приступа психоза часто происходит постепенно и зависит от конкретного человека. Процесс восстановления не носит линейного, поэтапного характера и протекает по-разному в зависимости от конкретного человека. Тем не менее, есть некоторые типичные проявления на ранних и поздних стадиях восстановления.

Как правило, на ранних этапах восстановления, которые могут длиться до 9 месяцев после первого приступа психоза, происходит следующее:

- ✓ человек пытается справиться с ситуацией и разобраться в себе возможно, ему захочется чаще оставаться наедине с собой
- ✓ человек признает свои ограничения; ему может быть трудно поддерживать групповую и социальную активность
- ✓ человек сосредоточен на общении с другими людьми и наблюдении за их реакцией
- ✓ зачастую человек положительно относится к планированию профилактики рецидивов

Как правило, на последующих этапах восстановления происходит следующее:

- ✓ человек демонстрирует возросшую уверенность в себе;
- ✓ некоторые люди по-прежнему сталкиваются с социальной тревожностью;
- ✓ большое значение имеют повседневная дисциплина и установка на будущее с учетом поставленных целей;
- ✓ люди часто стремятся передать другим то, чему они научились на собственном опыте

Очень важно, чтобы молодые люди и члены их семей сообщали своей команде специалистов EASA о любых изменениях, которые они наблюдают или испытывают в отношении симптомов синдрома риска развития психоза или первого приступа психоза. Эта информация позволяет команде специалистов EASA убедиться в том, что она предоставляет наилучшие услуги по устранению симптомов и проблем и оказанию помощи вашему молодому человеку в достижении его целей.

Если молодой человек начинает испытывать симптомы психоза после периода времени, в течение которого он их не испытывал, или если симптомы ухудшаются, команда специалистов EASA будет работать с вами и вашим молодым человеком над устранением симптомов, чтобы ваш молодой человек мог продолжать работать над достижением своих целей без каких-либо перерывов. Усиление симптомов психоза не подразумевает, что ваш молодой человек должен лечь в больницу, начать прием лекарств или сменить их, если он уже принимает лекарства. Чем раньше вы и ваш молодой человек сообщите команде специалистов EASA об изменении симптомов, тем лучше они смогут скорректировать лечение, чтобы предотвратить ухудшение симптомов. **План профилактики рецидивов** — это важная часть процесса, позволяющая обратить внимание на усиление или ухудшение симптомов (**см: Результаты работы EASA для членов семьи и друзей**).

Psychosis: A Wellness Approach, автор: Mary Moller. Очень полезный и содержательный материал. Можно заказать на сайте <http://www.psychiatricwellness.com>.



Услуги, предоставляемые EASA в течение двухлетнего периода

Команда специалистов EASA будет работать с вашим молодым человеком, чтобы установить наиболее точный диагноз и предоставить наиболее подходящее, основанное на фактических данных лечение, даже если для этого потребуется немало времени. Терапия вашего молодого человека по программе EASA будет включать в себя различные терапевтические вмешательства, которые наилучшим образом соответствуют потребностям и сильным сторонам вашего молодого человека, в том числе:

- ✓ Оценка и лечение с опорой на сильные стороны. Сосредоточение внимания на положительных качествах молодого человека для поддержания здоровья и восстановления организма.
- ✓ Когнитивно-поведенческая терапия (CBT). Предоставление молодому человеку возможности понять, как его мысли и чувства влияют на его поведение. CBT может помочь вашему молодому человеку справиться со стрессом, преодолеть горе и научиться новым способам решения типичных жизненных проблем.
- ✓ Мотивационное собеседование (MI). Содействие в определении целей молодого человека, того, что может ему мешать, и мотивации к достижению целей.
- ✓ Изучение техник релаксации. Содействие вашему молодому человеку в снижении рискованного поведения, такого как употребление психоактивных веществ, которое может негативно сказаться на его выздоровлении.
- ✓ Индивидуальный тренинг устойчивости (IRT). Оказание помощи молодому человеку в достижении его целей путем концентрации внимания на сильных сторонах и приобретении новых навыков.
- ✓ Стратегии осознанности. Оказание помощи молодому человеку в осознании своих мыслей, чувств, физических ощущений и окружающей обстановки с целью самоутверждения.
- ✓ Лекарства и (или) добавки
 - Среди лекарств, которые могут быть назначены молодым людям с диагнозом «психоз» Abilify, Zyprexa, Risperdal, Seroquel, Latuda, Invega, Rexulti, Clozaril, Trilafon, Haldol. Попросите вашего поставщика медицинских услуг, имеющего лицензию EASA, предоставить вам информацию об этих лекарствах и их возможных побочных эффектах.
- ✓ Ваша команда специалистов EASA может специализироваться на других научно обоснованных методах лечения.



Лечение в рамках программы EASA будет специально подобрано с учетом диагноза вашего молодого человека (синдром риска развития психоза или первый приступ психоза), а также его сильных сторон и потребностей.

Если ваш молодой человек вступает в программу EASA с диагнозом «синдром риска развития психоза» и за время участия в программе EASA у него развивается первый приступ психоза, услуги EASA могут быть продлены по истечении двухлетнего периода. Обратитесь в команду специалистов EASA, чтобы узнать, каким образом данная программа будет применяться в отношении вашего молодого человека, если у него диагностирован синдром риска развития психоза.



Обзор услуг и поддержки EASA

EASA предоставляет услуги и поддержку молодым людям и их семьям в течение двух лет. Вовлечение членов семьи и друзей в процесс оказания услуг является ключом к тому, чтобы помочь молодому человеку выздороветь и достичь своих целей. Принцип предоставления услуг EASA основан на трансдисциплинарном командном подходе, что означает, что все специалисты команды взаимодействуют вместе с вами и вашим молодым человеком, чтобы сосредоточиться на выздоровлении и достижении индивидуальных и семейных целей. Специалисты EASA, представляющие различные дисциплины, могут прийти на встречу с вашим молодым человеком в обществе или посетить вместе с вами и вашим молодым человеком прием у психиатра или практикующей медсестры EASA. Все специалисты вашей команды встречаются каждую неделю, чтобы координировать услуги для каждого участника программы EASA, уделяя особое внимание сильным сторонам, успехам и целям молодого человека. Каждые три месяца проводится встреча с участием вас, вашего молодого человека и команды специалистов EASA для обсуждения целей и прогресса в лечении.

Услуги, предлагаемые командой специалистов EASA, оказываются специалистами, прошедшими подготовку по синдрому риска развития психоза и вмешательству при первом приступе психоза. Узнайте у специалистов команды EASA о следующих услугах EASA:

- работа с клиентами и взаимодействие
- индивидуальная оценка, диагностика и планирование лечения
- оценка сильных сторон
- индивидуальные и групповые консультации
- занятия в группе с несколькими семьями и с одной семьей
- информирование и поддержка отдельных лиц/семей/основных лиц, оказывающих поддержку
- антикризисное планирование и планирование предотвращения рецидивов
- информация о правах и преимуществах
- помощь в приобретении навыков самостоятельной жизни для выполнения повседневных обязанностей и работы
- информация о ресурсах и содействие в получении доступа к ним
- оказание помощи в учебе и на работе с помощью услуг по поддержке в области трудоустройства и образования
- возможности для наставничества и знакомства с людьми, имеющими аналогичный опыт
- медикаментозная поддержка и информирование
- услуги сестринского ухода / услуги для поддержания физического здоровья, направленные на поддержание хорошего самочувствия.

Помимо специализированных услуг, отвечающих потребностям и целям вашего молодого человека и вашей семьи, EASA предоставляет членам семей и друзьям участников множество возможностей для общения с другими людьми. Ваша программа EASA предлагает **образовательные семинары, занятия в группе с несколькими семьями**, а также может предложить другие группы по интересам для молодежи и молодых людей и другие группы для членов семьи и друзей. Кроме того, есть возможность общаться с участниками EASA, членами их семей и друзьями после завершения участия в программе (**см. также: Связь с другими молодыми людьми, членами их семей и друзьями, участвовавшими в программе EASA**).



Образовательные семинары

Вскоре после того, как ваш молодой человек присоединится к программе EASA, ваша команда специалистов пригласит вас принять участие в образовательном семинаре. На этом образовательном семинаре вы узнаете о синдроме риска развития психоза, психозе, лечении (в том числе медикаментозном), восстановлении, а также получите информацию о типичном развитии подростка и юноши и о том, чем оно отличается от симптомов синдрома риска развития психоза или собственно психоза. Вы также узнаете о навыках преодоления трудностей и общения, познакомитесь с рекомендациями EASA для семей и поговорите о типичных реакциях, которые возникают у членов семьи, когда у их молодого человека появляются симптомы синдрома риска развития психоза или собственно психоза. Вы познакомитесь со всеми специалистами EASA, которые поделятся конкретной информацией об услугах, предоставляемых EASA, в том числе о занятиях в группе с несколькими семьями или одной семьей (**см. Занятия в группе с несколькими семьями или одной семьей**).

Образовательный семинар проходит в непринужденной обстановке, где можно задать вопросы, познакомиться с другими участниками программы и узнать, как наилучшим образом поддержать своего молодого человека в его восстановлении. Каждая программа EASA обычно проводит образовательные семинары несколько раз в год, однако некоторые небольшие программы EASA предлагают информацию, обычно предоставляемую на образовательных семинарах, вам, членам вашей семьи и друзьям на индивидуальной основе. Ваша программа EASA может предоставить вам информацию в другом формате, соответствующем вашим потребностям. Узнайте у своих специалистов EASA об образовательных семинарах.

Ваш следующий запланированный образовательный семинар:



Контактное лицо вашей команды специалистов EASA для семинара:



Занятия в группе с несколькими семьями или с одной семьей

После посещения образовательного семинара (или получения информации с семинара в индивидуальном порядке) вы начнете посещать занятия в группе с несколькими семьями (MFG) или в группе с одной семьей, которые представляют собой постоянные занятия в группах по решению проблем, основанные на передовом опыте поддержки восстановления молодых людей, столкнувшихся с симптомами синдрома риска развития психоза или собственно психоза¹⁶. Занятия в группе с несколькими семьями или с одной семьей — очень важная часть услуг EASA и отличный способ освоить новые навыки. Занятия в группе с несколькими семьями предоставят вам возможность общаться с другими людьми, участвующими в программе EASA. Ваша команда специалистов EASA ознакомит вас с процессом проведения занятия в группе с несколькими семьями или с одной семьей и ответит на все интересующие вас вопросы. Узнайте у своей команды специалистов EASA о возможностях проведения занятий для одной семьи, если вы не можете посещать занятия в группе с несколькими семьями.

Ваше следующее запланированное занятие в группе с несколькими семьями или с одной семьей:



Контактное лицо(-а) вашей команды специалистов EASA по MFG/занятиям с одной семьей:





Ответы на часто задаваемые вопросы для членов семьи и друзей

Как мне лучше всего общаться с моей командой специалистов EASA?

Вы являетесь важным партнером в заботе о своем молодом человеке. Ваши наблюдения о сильных сторонах вашего молодого человека, сильных сторонах вашей семьи, изменениях, которые вы можете наблюдать у вашего молодого человека, а также медицинская история и история развития вашего молодого человека до начала участия в EASA представляют невероятную ценность. Специалисты EASA будут работать с вами, чтобы помочь вам понять, что могло измениться, что может быть полезно для поддержки вашего молодого человека, и вместе составить план дальнейших действий.

Если ваш молодой человек даст разрешение, вы можете встречаться со специалистами EASA отдельно или вместе со своим молодым человеком на некоторых или всех консультациях. Смело запрашивайте проведение таких консультаций или обращайтесь к любому сотруднику EASA для передачи информации и получения поддержки и (или) ресурсов.

В каких случаях команда специалистов не сможет поговорить со мной или предоставить мне информацию о моем молодом человеке? (См. также: Результаты работы EASA для членов семьи и друзей; Конфиденциальность, разглашение информации, информированное согласие, HIPAA и права пациентов)

По закону штата Орегон для общения с членами семьи в отношении лиц старше 18 лет требуется письменное разрешение на предоставление информации, иногда называемое ROI, которое предоставляет EASA полномочия на общение с вами по поводу лечения вашего молодого человека в рамках EASA. Из этого закона есть несколько исключений, о которых может рассказать ваша команда специалистов EASA. Иногда человек не хочет подписывать разрешение или готов подписать его только для того, чтобы разрешить общение по очень ограниченному кругу вопросов. Даже без подписанного разрешения семья может предоставлять информацию клинической группе и получать от нее информацию, не относящуюся конкретно к вашему члену семьи, например, о том, как работает программа, а также информацию о синдроме риска развития психоза или собственно психоза, и о способах, которыми семья может помочь. Команда специалистов EASA также может связаться с вами в случае возникновения чрезвычайной ситуации, которая может привести к угрозе жизни.

Для команды специалистов EASA важно установить доверительные отношения с вашим молодым человеком с целью вовлечения его в лечение. В некоторых случаях возникает ситуация, когда молодой человек отказывается сообщать всю информацию своей семье. В таких случаях команда специалистов EASA будет уважать этот выбор, поскольку это необходимо для построения доверительных отношений. Команда специалистов EASA будет работать с молодым человеком, поощряя вовлечение семьи и общение с ней, если это поможет достичь целей лечения.



Как быть, если моего молодого человека приняли в EASA, а он решил, что не хочет получать услуги?

Молодым людям иногда трудно признать или принять необходимость психиатрического или иного медицинского лечения. При угрозе причинения вреда себе или окружающим необходимо принудительное лечение. Однако если нет непосредственного риска причинения вреда себе или окружающим, то наилучшим подходом для команды специалистов EASA является установление доверия и поддержка человека в принятии решений, касающихся его собственного медицинского обслуживания. Таким образом повышается вероятность того, что он поймет причины своего участия в лечении и продолжит выбирать лечение в будущем. Для содействия этому процессу команда специалистов EASA будет привлекать молодого человека, а также его родителей, опекунов и (или) других членов семьи, если это необходимо, к совместному принятию решений.

Что такое оценка сильных сторон?

Оценка сильных сторон — это способ для команды специалистов EASA получить информацию о молодом человеке и членах его семьи, а также узнать, в чем они преуспевают и какие ресурсы и поддержку они имеют. Иногда для выявления талантов и способностей молодых людей и лиц, оказывающих им помощь, команда специалистов EASA может также применять метод сортировки карточек с ценностями. Оценка сильных сторон следует проводить вместе с вами, вашим молодым человеком и командой специалистов EASA в самом начале участия вашего молодого человека в программе EASA. Оценка сильных сторон — это документ, с которым будут работать и который будет пересматриваться на протяжении всего времени участия молодого человека в программе EASA. Экземпляр формы оценки сильных сторон см. в **Приложении А**. Обязательно попросите команду специалистов EASA провести оценку сильных сторон вашего молодого человека.

Что такое оценка риска?

Оценка риска — это способ, с помощью которого специалисты EASA узнают о потенциальных рисках, которые могут причинить вред молодому человеку, членам его семьи или лицам, оказывающим поддержку, а также о способах минимизации этих рисков и обеспечения безопасности и здоровья каждого (в **Приложении С** приводится форма комплексной оценки рисков). Оценка рисков следует проводить вместе с вами, вашим молодым человеком и командой специалистов EASA в самом начале участия вашего молодого человека в программе EASA. Оценка риска — это документ, с которым будут работать и который будет пересматриваться на протяжении всего времени участия молодого человека в программе EASA. Узнайте у своих специалистов EASA об оценке риска для вашего молодого человека.

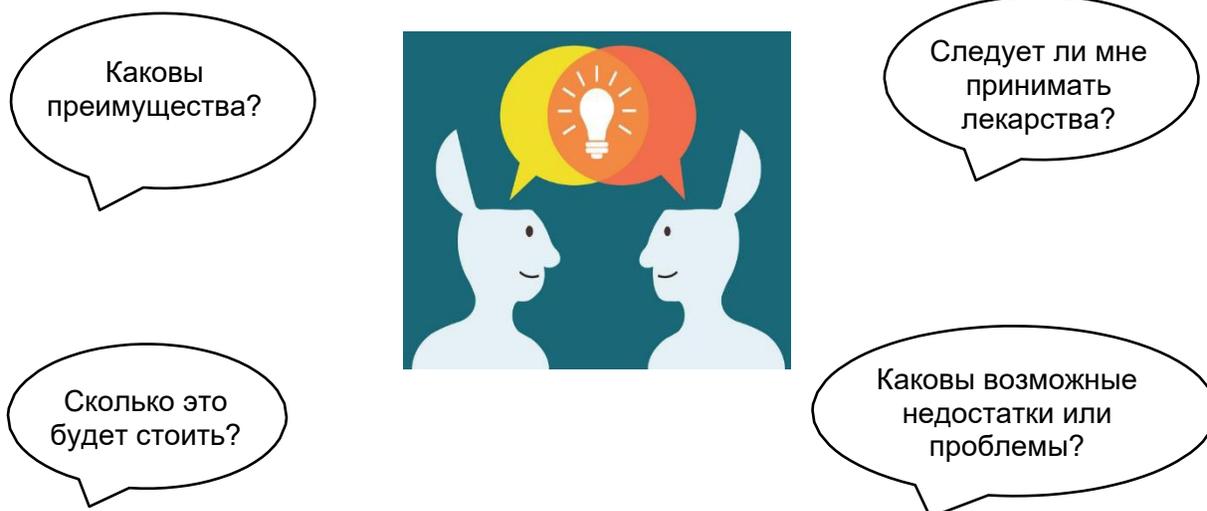
Какова философия EASA в отношении порядка принятия решений?

EASA считает, что решения о лечении, а также другие решения, возникающие в процессе лечения, должны приниматься совместно с молодыми людьми, членами их семей (с разрешения) и специалистами EASA. Это означает, что молодой человек и члены его семьи получают от специалистов EASA информацию и возможные варианты по различным темам, им предоставляется возможность изучить эти варианты, они сообщают о своих сомнениях и предпочтениях, а затем все вместе разрабатывают план на основе этой информации.

Это открытый и понятный процесс, в ходе которого молодые люди и члены их семей разбираются в преимуществах и рисках различных вариантов и совместно принимают решение. Команды специалистов EASA используют данный метод для принятия решений на протяжении всего времени участия человека в программе



EASA. Этот метод используется для принятия обоснованных решений в области лекарственных средств и лечения, а также для содействия принятию решений в других областях, специфичных для молодежи и молодых людей. К ним относятся решения о том, сообщать или нет о своем состоянии здоровья на работе, жить одному или с кем-то из соседей, как продолжать заниматься учебой или работой после обострения симптомов и т.д. Такой тип принятия решений называется совместным принятием решений или SDM¹⁵.



Что такое план профилактики рецидивов?

Планирование профилактики рецидивов — это способ предотвратить появление синдрома риска психоза или собственно психоза на пути к достижению целей молодого человека. Он включает в себя определение факторов, которые могут вызвать рецидив симптомов, выявление ранних признаков возможного рецидива и составление плана действий на случай рецидива. Эти три компонента — факторы, признаки и план — в совокупности составляют **план профилактики рецидивов**.

Наличие плана рецидива не означает, что существует проблема, требующая решения, или что произошло что-то плохое. План — это:

1. инструмент, который поможет вашему молодому человеку осуществить свои мечты и цели;
2. перечень действий, которые ваш молодой человек может выполнять на регулярной основе с целью предотвращения рецидива;
3. инструмент, который ваш молодой человек может использовать для общения с другими людьми о своих потребностях и о том, как другие могут ему помочь.

Вы, ваш молодой человек и ваша команда специалистов EASA вместе разработаете план профилактики рецидивов, чтобы определить факторы, которые могут вызвать рецидив, ранние признаки, характерные только для вашего молодого человека, и план действий на случай рецидива. Этот план следует пересматривать в течение всего времени участия в программе EASA и обновлять по мере необходимости. Рекомендуется проверить свой план профилактики рецидивов, чтобы убедиться, что в нем предусмотрены все аспекты. Форма плана профилактики рецидивов приведена в **Приложении D**.



Как поступить, если мой молодой человек отказывается от услуг EASA?

Если ваш молодой человек отказывается участвовать в программе EASA, команда специалистов EASA может продолжать решать с вами проблемы и предоставлять вам ресурсы. Иногда молодые люди не совсем готовы к получению услуг в момент их первого обращения, но принимают решение об участии со временем или в другое время.

Что означает «снижение вреда»?

Обычно подростки и юноши принимают решения, которые не поддерживают их родители или опекуны, например, употребляют алкоголь, марихуану или демонстрируют рискованное сексуальное поведение. Некоторые виды рискованного поведения являются характерной частью процесса развития, в частности, употребление психоактивных веществ. Родители и опекуны вправе устанавливать свои правила поведения в семье. Однако в процессе лечения важно, чтобы молодой человек мог свободно рассказать о поведении, о котором он, возможно, не говорит своим родителям, чтобы иметь возможность осознать последствия этих решений. Команды специалистов EASA используют в лечении подход «снижения вреда». Это означает, что для участия в программе мы не требуем от молодых людей прекращения такого поведения, например, употребления психоактивных веществ. Тем не менее, специалисты EASA активно работают с молодыми людьми, чтобы выяснить, как употребление психоактивных веществ или другие виды поведения могут препятствовать достижению их целей, и побудить их к отказу от такого поведения, чтобы предотвратить развитие серьезных вредных последствий.



«Медикаментозное лечение может быть очень эффективным, если решение принимает сам человек. При этом давление должно быть незаметным. Информацию нужно подавать так, чтобы создать впечатление, что это единственный возможный вариант. Если один из вариантов не работает, важно изучить другие, которые могут помочь. Мы принимаем решения, с которыми могут быть не согласны другие. Важно, чтобы нам была предоставлена возможность быть честными и обсуждать свои решения, не испытывая стыда, упреков или угроз».

Участник EASA

(Из статьи координатора руководящего совета по работе с молодыми людьми EASA)



Конфиденциальность, разглашение информации, информированное согласие, HIPAA и права

Конфиденциальность

Конфиденциальность и участие семьи в медицинском обслуживании молодого человека представляют собой сложную тему для молодых людей, членов их семей, а иногда и для самих поставщиков медицинских услуг. Многие медицинские работники, оказывающие помощь молодым людям, оказываются на распутье между выполнением просьбы молодого человека о сохранении информации в тайне от его родителей и выполнением желания родителей быть информированными о лечении своего молодого человека. Будучи родителем или членом семьи, важно знать нормы закона и уметь отстаивать соблюдение правовых границ. Важно также знать юридические права своего молодого человека, учитывать его желание сохранять конфиденциальность в вопросах, касающихся его здоровья, и содействовать процессу развития ребенка или молодого человека, позволяющему ему стать самостоятельным, независимым и ответственным за принятие собственных решений в области охраны здоровья по мере вступления во взрослую жизнь.

Информированное согласие

Конфиденциальность часто путают с информированным согласием, или согласием на получение медицинской помощи. Информированное согласие — это соглашение молодого человека или его законного опекуна, которое подписывается при обращении за услугами. В информированном согласии на лечение указано, что они:

- ✓ понимают, какое лечение они получат;
- ✓ дают разрешение на лечение и разрешают его проведение и
- ✓ понимают, как будет передаваться конфиденциальная информация.

Информированное согласие на получение услуг должно включать:

- ✓ описание лечения, предоставляемого данному лицу;
- ✓ описание других процедур;
- ✓ описание рисков и преимуществ каждого лечения.

Разглашение информации (ROI)

В большинстве случаев для передачи вам командой специалистов EASA информации о том, какую информацию предоставил ваш молодой человек, или о его конкретном лечении требуется, чтобы ваш молодой человек в возрасте 18 лет и старше подписал документ о разглашении информации (ROI). В случае возникновения кризисной ситуации, угрожающей жизни, ваша команда специалистов EASA и (или) другие поставщики медицинских услуг могут общаться без подписанного разрешения, но это исключение. Несмотря на то, что EASA поощряет участие семьи, ваш молодой человек может отказаться подписывать разрешение на разглашение информации, позволяющее команде специалистов EASA общаться со всеми членами семьи. Команда специалистов EASA уделит время беседе с молодым человеком, в ходе которой обсудит с ним волнующие его вопросы и убедится, что он чувствует себя комфортно в связи с обсуждаемой информацией.

За исключением кризисных ситуаций, для обсуждения медицинской информации с кем-либо, кроме самого молодого человека или его законного опекуна, необходима подписанная форма о разглашении информации, например, если специалисту EASA необходимо поговорить со школьным консультантом или врачом первичного обслуживания вашего молодого человека. Подписанная форма разрешения на



разглашение информации также позволяет передать медицинскую информацию вашего молодого человека другому медицинскому или психиатрическому учреждению. Подписать форму ROI в штате Орегон может молодой человек в возрасте 14 лет и старше. Для молодых людей в возрасте до 14 лет в большинстве случаев согласие на медицинское обслуживание и разглашение информации дают родители или опекуны. В возрасте 14 лет молодой человек может получить доступ к медицинскому обслуживанию и дать согласие на него без разрешения родителей. Однако, если молодой человек является несовершеннолетним, родитель или опекун должен быть включен в систему медицинского ухода за молодым человеком до окончания лечения.

В зависимости от возраста несовершеннолетние лица могут требовать определенного уровня конфиденциальности и согласия на решение некоторых вопросов, связанных с медицинским обслуживанием. Обратите внимание, что медицинские работники могут или даже обязаны раскрывать определенную медицинскую информацию о несовершеннолетних пациентах государственным органам (например, при инфекционных заболеваниях или подозрении на жестокое обращение или отсутствие ухода).

Если ваш молодой человек отказывается подписывать полное разрешение на разглашение информации, он вправе подписать ограниченное разрешение, касающееся конкретной информации (например, даты и времени приема, цели лечения, конкретная информация о принимаемых лекарствах и т.д.). Возможно, будет полезно уделить некоторое время беседе с вашим молодым человеком и специалистами EASA о разглашении информации и помочь вашему молодому человеку решить, какая информация может быть предоставлена, кому и на какой срок.

Если ваш молодой человек не согласен с тем, чтобы вам как члену семьи была предоставлена какая-либо информация, то следующие меры могут быть приняты, даже несмотря на отсутствие согласия:

- ✓ Вы можете сообщать любую информацию, которую считаете важной, специалистам EASA.
- ✓ Вы можете участвовать в образовательных семинарах EASA и получать информацию от EASA, не затрагивая подробностей ситуации вашего молодого человека.
- ✓ Вы можете решать проблемы со специалистами EASA, не сообщая им информацию, на которую распространяется действие законов о конфиденциальности.
- ✓ Двусторонняя связь без подписанного разрешения на разглашение информации возможна в случае угрозы чьей-либо безопасности.
- ✓ После того, когда ваш молодой человек согласится подписать разрешение на разглашение информации, вы сможете общаться более открыто. Команды специалистов EASA стремятся к открытому общению, за исключением тех случаев, когда речь идет о нарушениях или проблемах безопасности.
- ✓ Для получения дополнительной информации обратитесь к специалисту EASA, выполните поиск «Права несовершеннолетних: доступ и согласие на медицинское обслуживание» (Minor Rights: Access and Consent to Health Care) в Интернете или на этом сайте:

www.oregon.gov/oha/ph/HealthyPeopleFamilies/Youth/Documents/minor-rights.pdf



Понимание принципов HIPAA

HIPAA расшифровывается как Закон о мобильности и подотчетности медицинского страхования (Health Insurance Portability and Accountability Act). Этот федеральный нормативный акт установил государственные стандарты защиты идентифицирующей личность информации в медицинских документах. HIPAA также позволяет человеку иметь более широкий доступ к своим собственным документам. HIPAA может вызвать путаницу и может использоваться не по назначению. Понимание информации, касающейся HIPAA, поможет вам при оформлении важных документов и принятии решений.

Какая информация включена в HIPAA?

Защищенная медицинская информация (PHI) — это любая информация, которая может идентифицировать человека, например, имя, адрес, день рождения, номер социального страхования и номер телефона. Кроме того, к ней относится любая информация о состоянии здоровья, диагнозе и (или) лечении. Человек может уполномочить поставщика услуг обсуждать потребности в медицинском обслуживании, не раскрывая подробностей того, что обсуждалось в ходе сеанса лечения или терапии.

Конфиденциальность в отношении программ лечения наркомании (42CFR Часть II) — это федеральный нормативный акт, подобный HIPAA. Он действует только в том случае, если вы являетесь действующим или бывшим пациентом программы лечения наркомании, финансируемой за счет федеральных средств. Программа и ее сотрудники не имеют права разглашать информацию о том, что человек является или являлся пациентом, а также о том, есть ли у него в настоящее время или были ли у него в прошлом проблемы с употреблением психоактивных веществ или злоупотреблением ими.

Координация с другими поставщиками услуг (см. также Конфиденциальность, разглашение информации, информированное согласие, HIPAA и права человека; Права несовершеннолетних: доступ и согласие на медицинское обслуживание)

При наличии разрешения команды специалистов EASA также сотрудничают с другими поставщиками услуг, участвующими в лечении вашего молодого человека. Это может быть персонал больницы, врачи первичного обслуживания, школьные консультанты, защитники интересов семьи и т.д. Команды специалистов EASA не будут передавать информацию о вас или вашем молодом человеке кому-либо еще без разрешения, за исключением кризисных ситуаций, когда информация, касающаяся его здоровья и безопасности, может быть передана в целях обеспечения безопасности.

Если во время обследования для целей участия в программе EASA или в процессе участия в программе EASA вашему молодому человеку потребуется госпитализация или лечение в стационаре для получения более интенсивной помощи, команда специалистов EASA будет продолжать участвовать в лечении вашего молодого человека с его разрешения. Если ваш молодой человек госпитализирован в другую часть штата Орегон (например, если в больницах Портленда нет свободных мест, его могут перевести в больницу в Бенде, или наоборот), ваша команда специалистов EASA свяжется с местной командой специалистов EASA, где находится ваш молодой человек, чтобы оказать ему поддержку и предоставить информацию (с разрешения). Вам рекомендуется продолжать сотрудничество с командой специалистов EASA, пока ваш молодой человек находится в больнице, и участвовать в планировании совместно с командой специалистов EASA и персоналом больницы до момента выписки вашего молодого человека из стационара.



Вопросы и ответы для родителей и опекунов о конфиденциальности, согласии на медицинское обслуживание и правах

Какую информацию можно предоставить поставщику услуг, если мой молодой человек старше 18 лет не подписал разрешение на разглашение информации?

HIPAA и все другие нормативные акты, касающиеся конфиденциальности, НЕ контролируют то, что именно можно рассказать о своем молодом человеке поставщику услуг. Они контролируют только информацию, предоставленную вам поставщиком услуг. Расскажите поставщику услуг о том, что вам известно о поведении вашего молодого человека, о том, что происходит в учебном заведении, в кругу друзей и семьи, а также о том, что вас беспокоит в связи с прошлыми или будущими событиями или поведением. Поставщик услуг может получить эту информацию, не нарушая права вашего молодого человека на конфиденциальность.

Какую информацию может предоставить мне поставщик услуг, если мой молодой человек старше 18 лет не подписал разрешение на разглашение информации?

Программы по борьбе с употреблением психоактивных веществ и домашним насилием не вправе сообщить вам, участвует ли ваш молодой человек в их программе. Однако они могут побеседовать с вами, если это будет полезно для лечения вашего молодого человека. Поставщик услуг может подсказать вам, как обсудить с молодым человеком разработку плана медицинского обслуживания, плана обеспечения безопасности или плана профилактики рецидивов. Он также может помочь вам обсудить с вашим молодым человеком преимущества подписания разрешения на разглашение информации, которое отвечает потребностям конфиденциальности вашего молодого человека и вашим собственным потребностям в понимании того, когда и как можно помочь. Поставщики услуг должны привлекать вас в случае угрозы самоубийства или убийства, а также при необходимости оказания неотложной медицинской помощи.

Что следует сказать своему молодому человеку о подписании разрешения на разглашение информации?

Целесообразно обсудить с молодым человеком, какую информацию вы хотите получить и что вы будете делать с этой информацией. Один из способов провести это обсуждение — сосредоточиться на том, как вы и ваш молодой человек будете взаимодействовать, чтобы обеспечить безопасность, и что вам может понадобиться сделать в случае кризиса. Вам не обязательно знать, что происходит в процессе терапии, важно лишь то, что вы можете сделать, чтобы помочь вашему ребенку в его развитии.

Какова цель подписания разрешения на разглашение информации?

Цель для родителей и молодого человека — поговорить о разделении ответственности за обеспечение безопасности и планировании оздоровления, снижения вреда и профилактики рецидивов. Таким образом, предоставляется возможность выразить обеспокоенность, получить заверения и вместе разработать план действий по разделению ответственности.

Как поступить, если я считаю, что поставщик услуг нарушил права HIPAA или не желает выполнять запрос на предоставление информации?

Свяжитесь с лицами, занимающимися рассмотрением нарушений требований HIPAA и (или) информационных запросов в агентстве, где работает поставщик услуг. Ваша команда специалистов EASA всегда готова помочь вам найти ресурсы и информацию, если у них самих нет ответа на этот вопрос. Если есть подозрения, что специалист EASA нарушает требования HIPAA или не выполняет запрос на предоставление информации, обратитесь к руководителю EASA или уполномоченному сотруднику по вопросам соблюдения HIPAA в данном агентстве.



Система обратной связи в EASA

EASA приветствует любые неформальные или официальные отзывы об услугах. Вам предоставляется возможность задавать вопросы, выражать свои опасения, высказывать идеи и отзывы об услугах, которые вы получаете в течение всего времени участия в программе EASA, а также после того, как ваш молодой человек завершит свое участие в программе EASA. Вы можете высказать свое мнение о программе EASA, обратившись непосредственно к специалисту EASA или руководителю, или приняв участие в целевых группах и (или) опросах. Участники команды EASA также могут использовать инструменты структурированной обратной связи на протяжении всего курса лечения для сбора информации о ходе лечения и о возможностях его улучшения.

Участникам, членам их семей и завершившим участие в программах EASA рекомендуется принимать участие в работе специальных комитетов по найму персонала, а также комитетов и советов по принятию решений в агентствах. Вам также предлагается оставлять отзывы о печатных материалах, группах и физическом помещении, в котором проводятся занятия. Мы очень ценим ваше мнение и благодарны за информацию о вашем опыте, что поможет нам и дальше совершенствовать наши услуги.

Процесс подачи жалобы/претензии

Если вас не устраивает какой-либо аспект услуг, которые вы получаете от команды специалистов EASA или любого другого поставщика услуг, важно напрямую поговорить с соответствующими людьми, будь то ваш консультант, врач или любой другой специалист. Вы также можете позвонить руководителю или координатору программы EASA. Постарайтесь конкретно сформулировать свои требования или пожелания. Вы всегда имеете право сменить специалиста по ведению пациентов или врача. Однако в агентствах могут быть ограничения относительно их доступности. Порой трудно понять, как выразить свое несогласие или недовольство. Когда вы говорите что-то вроде «У меня есть проблема, которую я хочу бы обсудить с вами в связи с медицинским обслуживанием моего молодого человека, и я хочу, чтобы мы нашли время, чтобы обсудить некоторые вопросы», это звучит скорее как приглашение к разговору, чем как попытка вступить в конфликт. Это также позволяет практиковать аналогичные стратегии общения, помогающие в других сферах жизни.

В каждом агентстве существует собственная процедура рассмотрения жалоб и претензий, позволяющая решать возникающие проблемы. В отношении плана Oregon Health Plan и других услуг, финансируемых штатом, вы имеете право подать апелляцию на рассмотрение жалобы на уровне штата. Вполне понятно, что вы можете быть обеспокоены по поводу высказывания претензий. Ни для кого не секрет, что в сфере психического здоровья нередко возникает опасение, что поданная жалоба может негативно отразиться на лечении. Специалисты EASA понимают это, но также не забывают о том, что почти все, чего удалось достичь в системе охраны психического здоровья, — результат отстаивания своих интересов людьми, которых это коснулось. Лицам, принимающим решения на всех уровнях, важно слышать истории людей, для которых создана «система», ведь только так можно добиться ее оперативности и эффективности.



Влияние синдрома риска развития психоза или первого приступа психоза на членов семьи и друзей

Горевание. Наличие у молодого человека синдрома риска развития психоза или первого приступа психоза может оказать огромное влияние на всех членов семьи и друзей. Эти состояния могут сопровождаться процессом горевания, который затрагивает каждого. Стадии процесса горевания включают в себя шок/отрицание, освоение ситуации и принятие.

Стадия горевания определяет то, какие средства помощи следует использовать.

Семейный конфликт. Члены одной семьи часто находятся на разных этапах процесса горевания, что может привести к конфликту. По мере того как семья борется с синдромом риска развития психоза или первым приступом психоза, она может неоднократно проходить через процесс горевания. Это вполне нормально. Однако важно также обращать внимание на то, как члены семьи переживают стресс и горе, и не стесняться обращаться за дополнительной консультацией. Синдром риска развития психоза или первый приступ психоза может стать причиной проблем в браке и семейных отношениях, поскольку люди могут прийти к разным выводам о том, как справиться с ситуацией. В таких обстоятельствах критически важными навыками становятся терпение и коммуникабельность.

Влияние на развитие. Синдром риска развития психоза и симптомы первого приступа психоза могут оказывать непосредственное влияние на развитие. Одна из целей раннего вмешательства при психозе — минимизировать это влияние, чтобы человек мог продолжать двигаться по жизни в позитивном ключе. Поскольку синдром риска развития психоза и первый приступ психоза обычно возникают у людей в возрасте от 12 до 25 лет, может оказываться влияние на некоторые основные направления развития:

- ✓ экспериментирование и формирование личности
- ✓ обособление и сепарация от родителей
- ✓ обучение навыкам самостоятельной жизни
- ✓ самостоятельная жизнь
- ✓ окончание учебы
- ✓ начало трудовой деятельности и определение карьерного пути
- ✓ установление отношений со взрослыми сверстниками
- ✓ установление романтических и сексуальных отношений
- ✓ создание семьи.

Если какое-то из этих направлений развития прерывается, к нему придется вернуться позже — только так человек сможет продвинуться в своем развитии. Кроме того, каждый член семьи, на которого непосредственно воздействуют симптомы синдрома риска развития психоза или первого приступа психоза, вероятно, пострадает в плане развития. Родители, готовящиеся выпустить молодого человека в самостоятельную жизнь, могут столкнуться с тем, что их молодому человеку требуется быть более зависимым, а также могут столкнуться с необходимостью больше руководить им, что может привести к конфликту и вызвать стресс у всех членов семьи.



У братьев и сестер может развиваться страх перед развитием синдрома риска психоза или первого приступа психоза, они могут делать иной выбор в отношениях, поскольку им необходимо справиться с растерянностью, горем и утратой. Дополнительные ресурсы для членов семьи, включая специальную информацию для братьев и сестер, см. на сайте EASA в разделе **Для членов семьи, единомышленников и молодежи (For Families, Allies, and Young Adults)**: <http://www.easacommunity.org/impact-of-psychosis-on-family-members.php>.



Формирование и развитие личности подростков и юношей

Что такое идентичность?

Наличие чувства идентичности — одно из основных составляющих человеческого бытия. Слово «идентичность» относится к самоощущению человека. Самоощущение человека формируется под действие различного жизненного опыта. К этому жизненному опыту можно отнести место проживания человека, культуру, к которой он принадлежит, виды отношений, которые он поддерживает с другими людьми и миром, и многие другие жизненные события. Мысли, чувства, мировоззрение, ценности и убеждения человека также влияют на его чувство идентичности. Чувство идентичности человека меняется на протяжении всей его жизни¹¹.



Значение, которое молодой человек придает своему жизненному опыту, играет важную роль в том, как развивается и крепнет его чувство идентичности^{3,5,6}. Значения — это «реакции людей, когда они размышляют о себе в ролевом, социальном и личностном плане¹¹». В целом, чувство идентичности молодого человека — это то, как он видит себя, мир и свое место в нем⁵.

Идентичность определяется тем, какую роль человек играет в обществе (ребенок, студент, родитель, учитель), в каких группах состоит (например, в спортивной команде, игровом клубе, религиозной общине, группе для лесбиянок, геев, бисексуалов, трансгендеров или гомосексуалистов), а также уникальными характеристиками каждого человека. Люди могут иметь несколько идентичностей одновременно (например, родитель, который работает в школьной системе и является волонтером на местной кухне, может идентифицировать себя как: родитель, учитель и общественный волонтер).

Когда люди проходят через изменения в жизни, это влияет на их чувство идентичности^{5,11}.

Как меняется идентичность в подростковом и юношеском возрасте?

На этом этапе жизни чувство идентичности претерпевает наиболее концентрированный и быстрый рост. Большинство жизненных испытаний, которые человек получает в этот период, влияют на его восприятие и формирование представлений о себе как о личности. Было установлено, что чувство идентичности подростка и то значение, которое он придает своей идентичности (например, «я симпатичный человек»), оказывает позитивное влияние на развитие чувства благополучия. Наличие ценностного и позитивного чувства идентичности в трудные периоды подросткового возраста может помочь защитить молодого человека от возможных негативных последствий трудных переживаний. Так происходит, когда



молодой человек переживает трудный период, развивает целеустремленность, осознает, кто он есть как личность, и развивается благодаря этому опыту⁴.

Как правило, подростковый возраст (14-18 лет) — это время, когда человек исследует свою идентичность и то, как эта идентичность влияет на его жизненный выбор (например, дружба, хобби, выбор знакомств, духовные и религиозные предпочтения и т. д.). В юношеском возрасте (18-25 лет) то, что человек открывает для себя о том, кем он был в более раннем возрасте, начинает становиться еще более ясным и четким.

Развитие чувства идентичности включает в себя немало размышлений и действий по смыслообразованию. Взаимодействие человека с более широким социальным, физическим и экономическим окружением формирует и влияет на понимание человеком того, кем он становится как личность^{3,4}.

Чем отличаются молодые люди, формирующие чувство идентичности и переживающие психоз?

У молодых людей с синдромом риска развития психоза или первым приступом психоза, как и у их ровесников, не испытывающих этих состояний, формируется чувство идентичности. Это означает, что они испытывают те же переживания, размышления и процессы смыслообразования. Отличительной особенностью молодых людей, испытывающих эти состояния и формирующих свою идентичность, является то, что они сталкиваются с новыми и неожиданными жизненными ситуациями, которые необходимо осмыслить и включить в свое становление, одновременно решая вопросы, проблемы и переживания, свойственные их сверстникам.

Молодые люди, у которых формируется чувство идентичности и которые сталкиваются с синдромом риска развития психоза или первым приступом психоза, вероятно, более уязвимы к тому, что на это чувство идентичности может повлиять переживаемая ими стигматизация и социальное осуждение. Развитие синдрома риска развития психоза или первого приступа психоза может привести к значительным изменениям в жизни молодого человека и повлиять на его самоощущение и представления о своей идентичности¹.

Эти молодые люди наиболее уязвимы с точки зрения развития чувства идентичности, которое «застревает» или не позволяет им размышлять, наполнять жизнь смыслом и становиться теми, кем они могут стать. Для устранения этой уязвимости людям, окружающим молодого человека, необходимо найти способы помочь ему осмыслить свой опыт в приемлемом для него темпе и подходящим для него способом, а также защитить его от негативных последствий, которые общество и чужие суждения могут оказать на его формирующееся самоощущение. Принятие личностно значимого опыта в



идентичность может значительным образом содействовать интеграции опыта, как способствующего развитию, так и ограничивающего рост (в т. ч. симптомы, негативный опыт общения с другими людьми и социальными институтами), в формирующееся чувство «я», что позволяет молодому человеку стать тем, кем он является на самом деле^{3,4}.



Что могут сделать члены семьи и оказывающие поддержку лица для содействия развитию здорового чувства идентичности у молодого человека?

- ✓ Помните, что вы не одни. Ваши опасения знакомы многим другим семьям, у которых есть молодой человек, страдающий подобными заболеваниями.
- ✓ Ознакомьтесь с характерными особенностями развития идентичности в подростковом и юношеском возрасте, а также с тем, что помогает молодым людям учиться и развиваться, чтобы обрести здоровое чувство идентичности.
- ✓ Спрашивайте молодого человека о его жизни, например, о его надеждах и мечтах на будущее, друзьях, интимных отношениях, духовных и религиозных убеждениях, мировоззрении и ценностях.
- ✓ Подробнее узнайте о стигматизации и причинах ее существования.
 - Дайте понять поддерживаемому вами молодому человеку, что вы будете стараться принимать его таким, какой он есть, и помогать ему чувствовать себя комфортно, выслушивая без осуждения его опыт, мысли, убеждения и мировоззрение.
 - Сообщите своей команде специалистов EASA, когда у вас и вашего молодого человека есть ощущение, что его принимают таким, какой он есть, а когда нет. Это позволит команде специалистов скорректировать и исправить то, что послужило неверным сигналом. Вы можете практиковать подобное и в личных отношениях!

Что можно сделать, чтобы защитить молодых людей, участвующих в программе EASA, от стигматизации?

Понимание стигматизации

Прежде чем перейти к рассмотрению вопроса о том, как сделать переживания, связанные со стигматизацией, менее стрессовыми, необходимо дать определение понятию «стигматизация».

Стигматизация — это термин, используемый для описания социальных взаимодействий, которые приводят к исключению человека из типичных для него социальных групп. Когда человек и (или) группа людей воспринимаются или идентифицируются как отличные от наиболее принятых групп людей и (или) социальных институтов (например, кино, СМИ, учебные заведения и т. д.), они подвержены риску столкнуться со стигматизацией.

Например, подросток идентифицирует себя как атеист и живет в обществе, где все остальные идентифицируют себя как представители определенной религии. Или группа подростков идентифицирует себя как «готы» или «эмо» и при этом учатся в учебном заведении, где их сверстники идентифицируют всех как представителей мейнстрима.

Постепенно, без посторонней помощи, люди начинают интернализировать стигматизацию. Интернализация стигматизации не всегда очевидна ни для самого человека, переживающего эту ситуацию, ни для других людей. Она может проявляться в мыслях, убеждениях, поведении и эмоциях человека. Пример: «Моя сексуальная ориентация — бисексуальная. «Наверное, в детстве я подвергался насилию. Мне не следует устраиваться на эту работу в местную торговую палату. Мне грустно от того, что я моя бисексуальность испортила мне мою жизнь».



- При интернализации стигматизации человек испытывает негативные последствия для своей личности.
- Люди, столкнувшиеся со стигматизацией, могут потерять важные социальные связи, лишиться жилья, работы, досуга, образования, социальных и романтических возможностей.
- Возникающие у человека сложные мысли и чувства (такие как страх, самозащита, тревога, убежденность в том, что он сделал что-то не так, что привело к появлению симптомов, чувство вины) и опасения, связанные со стигматизацией, могут привести к тому, что человек и (или) его семья не обратятся за психиатрической помощью, в которой они могут нуждаться.

Стигматизация проявляется в социальных отношениях

- Стигматизирующие сигналы могут передаваться как в вербальном общении, так и посредством невербальных сигналов, таких как язык тела, выражение лица и тон голоса.
- Часто бывает, что человек или группа людей непреднамеренно посылают отличающимся от них людям стигматизирующие послания.
- Поставщики услуг в области психического здоровья — от консультантов до психиатров — могут непреднамеренно передавать своим клиентам стигматизирующие послания.

Проблемы, которые может создать стигматизация для молодых людей с синдромом риска развития психоза или психозом:

- Центральной задачей развития или основной «работой» молодых людей в подростковом и юношеском возрасте является формирование чувства идентичности.
- Для того чтобы у молодых людей сформировалось чувство идентичности, им необходимо участвовать в жизненных мероприятиях, которые помогают им лучше понять, кем они являются в этом мире.
- Важно, чтобы молодые люди имели возможность исследовать свои сходства и различия в социальных отношениях и с социальными институтами, которые вряд ли будут осуждать или вовсе не будут осуждать их из-за отличающегося опыта.
- Стигматизация представляет собой серьезную опасность для целостного процесса формирования идентичности этих молодых людей.
- Молодые люди с такими состояниями подвержены тому, что пережитая стигматизация может привести к формированию у них неверных представлений об идентичности.
- Друзья, члены семьи, единомышленники, поставщики услуг в области психического здоровья и социальные институты в силах положительно повлиять на формирование идентичности этих молодых людей.



Разглашение информации

Что такое разглашение информации?

Разглашение информации включает в себя описание навыков, способов принятия решений, мыслей и опыта, на основе которых человек принимает решение о предоставлении личной информации о себе, что может привести к принятию или осуждению.

Когда происходит разглашение информации в моей жизни?

Наверняка, вы часто раскрываете личную информацию. Это может происходить при общении с друзьями, членами семьи, людьми, которых вы встречаете в своем окружении, в социальных сетях, в учебном заведении или на работе.

Молодые люди нередко задумываются о том, стоит ли сообщать родителям личную информацию о своей жизни. Многие молодые люди принимают такие решения, исходя из внутреннего ощущения и опыта того, какую поддержку или осуждение они чувствовали после того, как поделились личной информацией с членами своей семьи. Подобный выбор является распространенным и типичным для молодых людей в этот период жизни.

В большинстве случаев молодые люди оценивают свои отношения, чтобы определить, примут ли их друзья, сверстники и другие социальные, рабочие или школьные группы или осудят их на основании сообщаемой ими личной информации.

Когда происходит разглашение информации в EASA?

Во время первой встречи специалисты команды EASA наверняка задали вам и вашему молодому человеку вопросы о ваших интересах, ожиданиях, планах и целях. Специалист EASA, вероятно, также задал вам вопрос о проблемах, с которыми, по вашему мнению, сталкивается ваш молодой человек в учебном заведении, дома, в связи с симптомами психического здоровья или необычными переживаниями, и о том, как эти проблемы возникли или начались.

Чем больше кто-либо, включая специалиста EASA, узнает о личной информации, которая может создать у вас ощущение, что вас принимают или осуждают, тем больше вы или ваш близкий человек можете оценить, можете ли вы доверять этому человеку в том, что он примет вас без осуждения.

К счастью, специалисты EASA знают, что предоставление личной информации требует от них оказания поддержки, чтобы вы и ваша семья чувствовали себя уверенными и услышанными в том, что для вас важно в жизни, и в том, что беспокоит или волнует вас и вашу семью. Для установления доверия требуется время. То есть вы и члены вашей семьи вправе предоставлять личную информацию в комфортном для вас темпе. Таким образом, каждый из вас сможет самостоятельно оценить, какой объем информации следует передать вашей команде специалистов EASA на той или иной встрече. Также следует помнить, что иметь разный уровень доверия к разным людям — это вполне нормально. Возможно, уровень доверия останется неизменным для всех специалистов вашей команды EASA, а возможно, со временем изменится. Все это является частью процесса принятия решений о предоставлении личной информации людям, которым, по вашему мнению, можно доверять, и защиты себя от осуждения.

Специалисты EASA стремятся узнать вас как личность, а также понять опыт, проблемы и симптомы психического здоровья вашего молодого человека, которые привели вас в EASA в первую очередь. Команда специалистов EASA постарается получить информацию от вас и членов вашей семьи в уважительной манере и часто



будет спрашивать разрешения на то, чтобы узнать, есть ли другая информация, собранная медицинскими работниками или представителями учебного заведения, которая может оказаться полезной, чтобы не просить вас и членов вашей семьи повторяться и подвергать вас стрессу.

Специалисты EASA предполагают, что разглашение информации будет происходить в течение всего времени участия вас и вашей семьи в программе EASA, а также после завершения участия в программе EASA.

В чем уникальность процесса разглашения информации для участников программы EASA?

Отличный вопрос. Разглашение информации о психических переживаниях, включая симптомы риска развития психоза или первого психоза, обычно происходит, когда молодой человек нашел того, кому он может доверять как «правильному» человеку, с которым можно поговорить, не опасаясь, что его или члена его семьи осудят.

В отношении молодого человека в целом:

Решение молодого человека рассказать о своем опыте, связанном с синдромом риска развития психоза или психозом, предполагает «чтение» языка тела других людей, а также восприятие слов, которые они используют, и того, как они их используют (например, тон голоса и изменение позы тела при разговоре), чтобы решить, стоит ли предоставлять этим людям более личную информацию. Молодые люди тщательно изучают каждые отношения, чтобы понять, насколько открытым и готовым к взаимодействию кажется им другой человек.

Доверие к другому человеку при разглашении личной информации может произойти быстро или занять некоторое время — этот темп индивидуален. Опять же, многие молодые люди стараются понять риски и преимущества того, что они поделятся конфиденциальной информацией. Молодые люди, которые обладают некоторой уверенностью в своей способности грамотно выражать свои мысли словами, вероятно, будут готовы предоставить личную информацию намного раньше.

Несколько выводов:

- ✓ Разглашение информации опирается на доверие, которое зависит от конкретных отношений (это могут быть отношения с одним человеком или группой людей, включая членов семьи или друзей).
- ✓ Формирование доверительных отношений требует времени, даже при самых благоприятных обстоятельствах. В случае необходимости рассказать о личном опыте, который может вызвать чувство осуждения, на установление доверия с другим человеком может уйти еще больше времени.
- ✓ Работа EASA напрямую зависит от разглашения людьми личной информации. У команд специалистов EASA есть время, чтобы узнать вас и заслужить расположение, чтобы вы и ваша семья доверяли как отдельным специалистам, так и команде специалистов в целом.
- ✓ Молодые люди оценивают других людей, в том числе своих родителей, на предмет открытости и непредвзятости при принятии решения о предоставлении личной информации.
- ✓ Уверенность в своих силах и навыках личного общения в сочетании с ощущением того, что другой человек открыт и восприимчив к раскрываемой информации, может повысить уверенность молодых людей в том, что разглашение личной информации принесет им пользу.
- ✓ Возможно, будет полезно помочь молодому человеку определить, какие конкретные вербальные и невербальные сигналы, которые он получает от



других людей, позволяют ему понять, что он может доверять этому человеку более личную информацию. В числе таких людей — друзья, учителя, члены семьи и медицинские работники, включая вашу команду специалистов EASA.

- ✓ Как член семьи, вы можете попрактиковаться в оказании поддержки своему молодому человеку, когда он делится личной информацией.
 - Многие молодые люди сознательно пытаются найти признаки того, что их будут критиковать, стыдить или наказывать за предоставление личной информации, которая может быть осуждена, чтобы принять решение о предоставлении информации или отказе от предоставления.
 - Ваш молодой человек и доверенный специалист EASA могут помочь вам определить конкретные стратегии, которые вы можете использовать для того, чтобы ваш молодой человек чувствовал уверенность в том, что его поддержат и не осудят при предоставлении личной информации.
 - Некоторые из этих навыков могут даваться вам легко, а некоторые — с трудом. Не торопитесь. При соответствующей поддержке вы научитесь делать это вместе со своим молодым человеком.
- ✓ Поддержка со стороны людей, которым вы доверяете, может помочь снизить стресс, связанный с передачей личной информации, и снизить стресс в целом. Многие члены семьи находят такие отношения в существующих социальных сетях, группах, состоящих из членов семьи, имеющих общий или схожий опыт с проблемами психического здоровья, а также с другими членами семьи, участвующими в программе EASA.
- ✓ Существуют «правильные» люди, которые могут поделиться личным опытом воспитания молодого человека, страдающего психозом или подверженного риску развития психоза.



Почему важно знать о разглашении информации?

Специалисты EASA обратятся к вам, вашему молодому человеку и членам вашей семьи с просьбой сообщить личную информацию. Мы говорим о симптомах психического здоровья, диагнозах и личном опыте, связанном с тем и другим. Важно помнить о том, что неспешное предоставление этой информации, как и разный уровень доверия к разным людям, — это нормально. Вы и ваш молодой человек имеете право сообщать информацию, которую вам удобно предоставить, в удобном для вас темпе.

Имейте в виду, что у вас могут возникнуть разногласия по поводу разглашения информации разным членам семьи. Получение поддержки в принятии решения о том, сообщать или не сообщать определенную личную информацию, позволит снизить уровень стресса для всех.

Это поможет вам и вашему молодому человеку развить навыки и получить поддержку, которые позволят вам принимать решения о разглашении информации, подходящие именно вам, как во время участия в программе EASA, так и после завершения участия в ней.



Как называется осуждение синдрома риска развития психоза или собственно психоза?

Такое осуждение и отчуждение называется стигматизацией, и, как уже говорилось выше, стигматизация может наносить эмоциональный и психологический вред. Причиной этого является недостаток знаний и необоснованный страх других людей, приводящий к предрассудкам и оскорбительному поведению⁹.

Опыт стигматизации и боязнь стигматизации часто приводят к тому, что молодые люди не раскрывают личную информацию о ранних признаках психоза, и влияют на их решение обратиться за помощью на ранних стадиях. Для человека, который испытывает стигматизацию или боится ее испытать, разглашение личной информации в первый раз представляет невероятную трудность. Если первый опыт разглашения информации прошел успешно, это может позитивно повлиять на мнение человека о том, как будут проходить последующие разглашения информации на протяжении всей его жизни.

Получение поддержки от других людей, которым вы можете доверять в том, что они не осудят вас (или внесут коррективы в свои реакции и поведение, если они все же осудят вас), может помочь уменьшить негативные переживания, связанные со стигматизацией.

Какие опасения возникают у молодых людей, столкнувшихся с синдромом риска развития психоза или психозом?

Исследования выявили, что молодые люди, страдающие психозом или подверженные риску развития психоза, имеют особые опасения, когда речь идет о стигматизации и разглашении информации.

- Особенное отношение в связи с трудностями
- Отношение к эмоциональным и поведенческим проблемам отличается от отношения к физическим проблемам
- Ожидание негативных суждений со стороны других людей
- Личное ощущение слабости или неполноценности по сравнению с другими
- Озабоченность изменением социальной репутации
- Нежелание признать, что их опыт отличается от опыта других людей, и они могут испытывать потребность в более формальной поддержке
- Чувство неловкости, ощущение дискомфорта/беспокойства/боязни, что другие люди узнают об этом
- Благонамеренные действия принимают облик снисходительности, заставляя человека чувствовать себя не таким, как все, ненормальным
- Дискриминационные действия
- Негативное влияние разглашения информации на взаимоотношения со сверстниками
- Тщательное продумывание того, что является «нормальным», когда речь идет о предоставлении личной информации²



Подростки и юноши и романтические отношения

В данном разделе представлен краткий обзор современных научных исследований, посвященных романтическим отношениям молодых людей в целом, а также молодых людей, у которых развивается синдром риска развития психоза или симптомы психоза. Информация, содержащаяся в этой памятке, может помочь вам составить представление о том, что является типичным в романтических отношениях для молодых людей того же возраста, что и ваш ребенок или молодой человек, которого вы поддерживаете и который принимает участие в программе EASA. В этой памятке также содержится информация об особых и неожиданных проблемах и возможностях, которые могут появиться у молодого человека, страдающего психозом. В этой памятке также приведены некоторые стратегии, которые вы и ваша семья можете использовать для помощи в установлении и развитии здоровых романтических отношений в жизни вашего молодого человека.

**На данный момент нет опубликованных исследований, посвященных нецисгендерным или негетеросексуальным людям, также страдающим психозом, и тому, как эти люди устанавливают и строят романтические отношения: сходным или отличным от их цисгендерных и (или) гетеросексуальных сверстников образом.*

Какие основные переживания подростков и юношей по поводу романтических отношений?

Развитие, любопытство и переживание интимных и романтических отношений в подростковом и юношеском возрасте является обычным явлением. Романтические отношения имеют ряд личных и социальных преимуществ для молодых людей⁹. Эти преимущества включают в себя придание смысла жизни человека и содействие укреплению его чувства независимости и развития¹⁰. Здоровые интимные и романтические отношения дают молодым людям возможность обрести ценное чувство связи с человеком или людьми, не входящими в их семейный круг. Романтические отношения также влияют на формирование у молодого человека чувства идентичности^{9,10}. Чувство страха быть отвергнутым потенциальным сексуальным партнером и отсутствие необходимой уверенности в себе, чтобы подойти к интересующему человеку с целью флирта и назначения свидания, — это распространенные опасения молодых людей по поводу интимных и романтических отношений⁹.

Что способствует повышению вероятности того, что молодые люди будут испытывать положительные эмоции от своих романтических отношений?

Для начала приведем перечень тех видов отношений и взаимодействий, с которыми молодые люди сталкиваются в своей социальной жизни и которые могут положительно повлиять на их романтические отношения:

- ✓ ощущение близости и поддержки в отношениях с родителями, братьями и сестрами, а также лицами, осуществляющими уход;
- ✓ возможность наблюдать и участвовать в здоровых (не агрессивных) конфликтах и их разрешении;
- ✓ формирование и поддержание доверительных отношений с друзьями;
- ✓ развитие и отработка навыков взаимоотношений, позволяющих извлекать выгоду из различий в доверительных отношениях;
- ✓ нормы в группе сверстников, которые устанавливают и поддерживают виды взаимоотношений, перечисленные в этом перечне.



Какие стили воспитания и подходы я/мы можем рассмотреть для поддержки здоровых романтических отношений у нашего молодого человека?

Для воспитания вашего молодого человека вы можете выбрать любой из множества уникальных стилей и подходов, отражающих ценности, убеждения, мировоззрение и культуру вас и вашей семьи. Чтобы более эффективно поддерживать вашего молодого человека, принимающего участие в программе EASA, вы можете привнести в свой текущий подход к воспитанию наработки исследований, посвященных общим принципам и методам воспитания.

ВОСПИТАНИЕ для поддержания здоровых отношений

Подходы к рассмотрению:

Авторитарный стиль воспитания — установление четких границ в отношениях с молодым человеком по поводу его знакомств, не контролируя при этом его отношений, т.е. контролировать ребенка и одновременно уважать его границы.

- ✓ Такой подход, применяемый в раннем подростковом возрасте, может снизить вероятность виктимизации ребенка в дальнейшем в подростковом и юношеском возрасте.

Обеспечить такое же отношение к молодому человеку, который интересуется или выбирает романтических партнеров одного пола, как и к молодым людям, которые интересуются или выбирают партнеров другого пола, отличного от их собственного.

- ✓ Оказание помощи в определении безопасных мест, где они могут встречаться и вступать в интимные отношения, не опасаясь стать объектом нападения или жертвой.

Источник: www.actforyouth.net

О чем следует задуматься в вопросах романтических отношений, когда мы оказываем поддержку нашему молодому человеку, участвующему в программе EASA?

Следите за развитием ситуации!

Что означает «с учетом особенностей развития»?

«С учетом особенностей развития» означает принятие во внимание того, что чаще всего происходит с людьми того же возраста, что и ваш молодой человек/ребенок, а также учет особых и неожиданных ситуаций и потребностей, возникающих при развитии психоза.

А как насчет романтических отношений, в частности?

Вероятно, у молодых людей, участвующих в программе EASA, есть опыт, схожий или такой же, как у их сверстников, не испытывающих подобных состояний и, вероятно, есть особые потребности, которые необходимо оценить, и навыки, которые необходимо развить. Молодые люди, страдающие синдромом риска развития психоза или психозом, скорее всего, разделяют те же желания и надежды, что и их сверстники без этих недугов, а также развивают интимные и романтические отношения. Ваш молодой человек, вероятно, сталкивается с новыми и неожиданными вызовами в процессе изучения, поиска и установления романтических отношений.



Разговор о том, что является типичным и что может быть присуще синдрому риска развития психоза или психозу, скорее всего, будет способствовать тому, что ваш молодой человек начнет выбирать желаемые виды отношений, испытывая при этом меньшее чувство стресса и большую уверенность в себе.^{7,8,10}

Что может быть особенным для моего молодого человека?

Вероятно, романтические отношения могут способствовать процессу восстановления и развития, на котором сосредоточены молодые люди, участвующие в программе EASA. Есть также некоторые проблемы, которые следует учитывать при оценке и планировании работы с молодым человеком^{8,10}.

Возможные преимущества романтических отношений для молодых людей, страдающих синдромом риска развития психоза или психозом:



- ✓ Усиление чувства принадлежности к сообществу
- ✓ Усиление социальной поддержки и чувства взаимности между человеком и другими людьми и/партнером
- ✓ Содействие развитию и поддержанию жизненно важных социальных навыков
- ✓ Защита от возникновения рецидива благодаря увеличению социальной поддержки
- ✓ Продолжение развития чувства самостоятельности (что является типичным направлением развития для этой возрастной группы)
- ✓ Усиление чувства причастности

Потенциальные проблемы в романтических отношениях у молодых людей, у которых развивается синдром риска развития психоза или психоз:



- ✓ Невозможность найти подходящего для себя человека
- ✓ Отсутствие уверенности в себе, необходимой для романтических отношений
- ✓ Ограничение доступа к деньгам для оплаты расходов, связанных с романтическими отношениями (например: свидания, транспорт, подарки и т. д.)
- ✓ Воспоминания и опыт предыдущих отношений, которые были травмирующими или стрессовыми

Потенциальные опасения в романтических отношениях для молодых людей, у которых развивается синдром риска развития психоза или психоз:



- ✓ Мысли и чувства, связанные с боязнью отказа
- ✓ Потребность в большей уверенности, чем до появления симптомов
- ✓ Беспокойство по поводу того, что партнер может оказывать на него чрезмерное влияние, или боязнь потерять себя в отношениях
- ✓ Страх стать чрезмерно зависимым от другого человека
- ✓ Беспокойство по поводу того, что в отношениях что-то идет не так
- ✓ Социальные установки, которые прямо или косвенно указывают молодому человеку на то, что люди с такими заболеваниями не могут развивать или поддерживать романтические отношения^{8,10}



Какие шаги мы можем предпринять, чтобы попытаться уменьшить беспокойство и проблемы, с которыми может столкнуться наш молодой человек в связи с его романтическими интересами?

Результаты исследований предоставляют некоторые данные, позволяющие ответить на этот вопрос. Следует помнить, что для понимания проблем молодого человека и разработки эффективных стратегий может потребоваться некоторое время и решение проблем, характерных для каждого конкретного человека. Специалисты EASA помогут вам и вашей семье решить эти вопросы наиболее удобным для вас способом.

Ниже перечислены конкретные области, в которых, по мнению исследователей, молодые люди, пережившие психоз, нуждаются в дополнительной помощи для того, чтобы строить романтические отношения с наименьшим стрессом*:

- ✓ развитие и отработка навыков *произведения положительного впечатления* на интересующего человека;
- ✓ развитие и отработка навыков *и социального поведения для привлечения* интересующего человека;
- ✓ развитие и отработка навыков *поддержания романтических отношений*;
- ✓ приобретение навыков распознавать признаки повышения уровня комфорта и замечать признаки углубления чувства связи с потенциальным партнером.

*Эти потребности были такими же, как и у молодых людей, участвовавших в исследовании и не страдавших психозом.⁸

Какие конкретные стратегии необходимо рассмотреть, чтобы поддержать надежды, потребности и опасения моего молодого человека?

Обменивайтесь и обсуждайте информационные сведения о том, что молодые люди часто испытывают, на что надеются и что их беспокоит в романтических отношениях в целом. Используйте информационные сведения, чтобы вовлечь молодого человека в беседу и планирование того, что ему подходит, и какие надежды, потребности и проблемы характерны только для него.

Эти стратегии можно представить следующим образом:

- ✓ Совместно или помогая своему молодому человеку найти другого человека, которому можно доверять, обсудите романтические отношения, их трудности и преимущества для многих молодых людей на этом жизненном этапе. Этим человеком может быть кто-то из команды специалистов EASA и (или) круга лиц, оказывающих вашей семье поддержку.
- ✓ Определите, каким образом действия и взаимосвязь, возникающие в романтических отношениях, могут дать вашему молодому человеку ощущение движения вперед в жизни и обеспечить поддерживаемое чувство связи с другими людьми. Например, поход в кино или за мороженым с группой сверстников/друзей, в которую входит объект интереса вашего молодого человека.
- ✓ Предоставьте молодым людям возможность самостоятельно наделять эти отношения личным смыслом и определить их преимущества. Поощряйте



разглашение информации, применяя авторитарный, но не карательный подход к воспитанию. Пусть ваш молодой человек знает, какие ограничения существуют в его личной жизни! Например, назначение свиданий только в группах с другими людьми, в определенных местах, соблюдение комендантского часа.

- ✓ Поддерживайте самоанализ и оценку молодым человеком своих романтических отношений и желаний.
- ✓ Признание беспокойства молодого человека по поводу его романтических отношений и того, что он является человеком, страдающим психозом¹⁰.

Как я/мы можем узнать, представляют ли романтические отношения риск, который может вызывать у меня/нас беспокойство?

Существуют определенные исследованиями специфические риски, связанные со знакомствами, романтическими отношениями для вашего молодого человека с синдромом риска развития психоза или психозом, с которыми вам следует ознакомиться. Ниже приведен перечень, который вы можете просмотреть и использовать, когда вы и ваш молодой человек, или ваш молодой человек и специалист EASA, или кто-то из вашей сети поддержки, работаете над удовлетворением его надежд, потребностей и беспокойств, касающихся вступления в романтические отношения.

- Отсутствие у вашего молодого человека чувства, что он может доверять себе или другому человеку.
- Ваш молодой человек говорит о том, что он испытывает значительные трудности с чувством собственной идентичности.
- Между вашим молодым человеком и интересующим его лицом (лицами) наблюдаются травмирующие и (или) сложные взаимодействия.
- Ваш молодой человек испытывает угрозы своему самоощущению или физическому «я».
- Ваш молодой человек описывает ощущение, что другой человек (лица) «использует» его в негативном или вредном ключе.
- Наблюдайте за реакцией других людей на романтический интерес (интересы) вашего молодого человека и оценивайте ее. Оцените, разработайте стратегию и план по снижению влияния этих реакций на вашего молодого человека.

О чем следует помнить, поддерживая развитие романтической жизни молодого человека:

Возможно, у вашего молодого человека наблюдаются симптомы синдрома риска развития психоза или собственно психоза, которые влияют на навыки, необходимые ему в социальных и романтических отношениях. Команда специалистов EASA поможет вам и вашему молодому человеку определить и спланировать, какие виды адаптации или дополнительные навыки ему необходимо развить, чтобы обрести уверенность в себе и успешно участвовать в романтических отношениях на своих собственных условиях.



Ниже приведены некоторые аспекты, которые следует рассмотреть:

- При этих состояниях обычно страдают навыки, связанные с распознаванием вербальных и невербальных сигналов других людей, что может затруднять понимание сигналов окружающих. Такое умение распознавать сигналы — неотъемлемая часть многих социальных взаимодействий. В случае если распознавание сигналов затруднено, то для развития романтических отношений может потребоваться больше времени, чем ожидалось. Ваша команда специалистов EASA может помочь оценить потребности в развитии социальных навыков, чтобы отработать и сформировать навыки, которые подходят именно вашему молодому человеку.
 - ✓ Любая из этих проблем может повлиять на восприятие молодым человеком своих навыков, способностей и чувства уверенности в том, что он может строить романтические взаимоотношения эффективным для себя и другого человека образом.
- Поддержите своего молодого человека, налаживающего или вступающего в отношения с доверенным и информированным человеком, чтобы он мог развивать навыки и стремиться к романтическим отношениям сейчас и в будущем. Формирование навыков может занять определенное время. Старайтесь замечать как маленькие, так и большие успехи. Делайте все возможное, чтобы романтическая жизнь вашего молодого человека строилась с учетом особенностей его развития.
- Разработайте стратегии по снижению потенциальных рисков, связанных со стигматизацией.

Рассмотрите возможность познакомиться с мировоззрением вашего молодого человека, используя нижеследующие вопросы в качестве руководства:

- ✓ С какими людьми вашему молодому человеку нравится проводить время?
- ✓ Что ваш молодой человек ищет в романтическом партнере?
- ✓ Каковы ожидания вашего молодого человека относительно отношений и последствия этих ожиданий?

АНАЛИЗ работы родителей

- ✓ Говорили ли вы в последнее время со своим молодым человеком о романтических отношениях? Если да, то что вы узнали? С чем согласились? С чем вы не согласились?
- ✓ Каковы ценности, ожидания и убеждения вашей семьи касательно роли романтических отношений в жизни вашего молодого человека?
- ✓ Каковы ценности, ожидания и убеждения вашего молодого человека касательно романтических отношений?
- ✓ Если вас не устраивает выбор или предпочтения вашего молодого человека, к кому из взрослых, которым он доверяет, он может обратиться для обсуждения этих важных вопросов?



Сотрудничество с другими лицами

Руководящий совет EASA по работе с семьями и друзьями (FFLC)

Руководящий совет EASA по работе с семьями и друзьями (Family & Friends Leadership Council, FFLC) — это группа, состоящая из членов семей, друзей и единомышленников участников EASA, которые обмениваются идеями и предложениями по улучшению процесса участия в программе EASA. Целью FFLC является оказание помощи семьям в освоении передового опыта EASA.

Опираясь на свой опыт взаимодействия с EASA, FFLC проводит регулярные собрания, чтобы:

- ✓ рекомендовать улучшения для EASA;
- ✓ продвигать инициативы с целью оказания помощи семьям и поддерживающим их лицам во время участия в программе EASA;
- ✓ отстаивать интересы альянса EASA в штате Орегон.

Реализуемые проекты помогают:

- ✓ повысить осведомленность общества о EASA, чтобы те, кто нуждается в лечении и поддержке при психозе, могли быстро связаться с ними;
- ✓ расширить оказание поддержки семьям и друзьям во время их участия в программе EASA;
- ✓ оптимизировать процесс выхода из участия в программе EASA;
- ✓ поощрять поддержку в сообществе для отдельных лиц и их семей.

Все взрослые члены семьи, друзья и другие оказывающие поддержку лица, участвующие в программе EASA, приглашаются к сотрудничеству с FFLC.

Существует два способа сотрудничества:

1. Получайте информацию через **электронную группу по сотрудничеству FFLC** — мы будем сообщать о проектах и инициативах, над которыми мы работаем, и приглашать вас к участию.
2. Присоединяйтесь к руководящему совету и посещайте собрания.

Чтобы получить дополнительную информацию, подать заявку на участие в совете и подписаться на электронную группу по сотрудничеству, посетите www.easacommunity.org/fflc.php или обратитесь к специалисту EASA. За получением дополнительной помощи можно также обратиться по электронной почте easa@ohsu.edu.



Руководящий совет по работе с молодыми людьми (YALC)

Руководящий совет по работе с молодыми людьми (Young Adult Leadership Council, YALC) — это группа, состоящая из молодых людей с соответствующим жизненным опытом и их единомышленников. Он помогает формировать направление деятельности EASA, делая упор на совместное принятие решений и коллегиальную поддержку.

Мы объединяем мнения и возможности молодежи и ее единомышленников, чтобы создать процветающее сообщество и совершить революцию надежды!

Совет стремится определять направление развития программ EASA путем:

- ✓ предоставления опыта восстановления и развития;
- ✓ создания возможностей для самовыражения;
- ✓ информирования и оказания поддержки как участникам программы EASA, так и завершившим участие в ней;
- ✓ реагирования, сбора и использования обратной связи;
- ✓ отстаивания необходимости перемен.

Участие в руководящем совете по работе с молодыми людьми — это прекрасная возможность для вашего молодого человека работать со сверстниками над творческими проектами. Это позволяет ему завязать контакты с другими консультативными группами и заняться тем, что ему интересно. Участники YALC получают почасовую стипендию и компенсацию проезда на собрания и мероприятия. Став членом совета, ваш молодой человек может получить большой опыт волонтерской работы и включить сведения о ней в свое резюме. Кроме того, такой опыт может стать началом трудовой деятельности: в совете уже было представлено несколько вакансий. Совет всегда ищет новых людей, идеи и проекты. Пригласите своего молодого человека присоединиться к нам и рассказать о том, что он может предложить!

Чтобы получить дополнительную информацию или подать заявку на вступление в совет, предложите своему молодому человеку, завершившему участие в программе EASA, посетить сайт www.easacommunity.org/the-young-adult-leadership-council.php.

Дополнительные способы принять участие

Национальный альянс по борьбе с психическими заболеваниями (National Alliance on Mental Illness, NAMI) проводит конференции и обучение, а также выступает в защиту интересов членов семьи на местном, государственном и национальном уровнях. Многие местные группы NAMI регулярно встречаются в «официальном» качестве с местными представителями, принимающими важные решения. Зачастую статус «официального представителя» или наличие официальной позиции группы NAMI может быть очень убедительным для местных руководителей. В местных программах охраны психического здоровья и других общественных организациях существуют руководящие и консультативные советы, в которых можно принять участие.

Помимо NAMI, существует множество способов принять участие в мероприятиях по информированию и защите психического здоровья в своем сообществе. Обратитесь к специалистам EASA за информацией о том, как связаться с NAMI и другими группами. Программа EASA — это один из способов узнать больше и познакомиться с теми, кто заинтересован в создании проактивного, позитивного и отзывчивого сообщества поддержки. Существует множество возможностей для отстаивания своих интересов.



РАЗДЕЛ 3. ПЕРЕХОДНЫЙ ПЕРИОД



Подготовка к завершению участия в программе EASA

EASA — это переходная программа, ориентированная на раннее вмешательство. Это означает, что молодой человек может принимать участие в программе EASA примерно в течение 2 лет. По окончании двухлетнего периода можно воспользоваться множеством возможностей для дальнейшего участия в работе программы EASA. В некоторых программах EASA молодые люди и члены их семей/друзья, после завершения участия в программе EASA, могут продолжать участвовать в программах поддержки (таких как занятия в группах с несколькими семьями). Узнайте у своих специалистов EASA, как вы можете продолжить участие в программе после того, как ваш молодой человек завершит участие в программе EASA. С вашего разрешения программы EASA по всему штату могут связываться с вами и вашим молодым человеком и просить вас рассказать о своем опыте участия в EASA другим семьям, молодым людям или представителям общественности.

Часто задаваемые вопросы о завершении участия в программе EASA

Почему моего молодого человека исключают из программы EASA до истечения двух лет?

Бывают ситуации, когда молодой человек не остается в программе EASA на полные 2 года. Это может быть связано с тем, что вы, ваш молодой человек и команда специалистов EASA решили, что другая программа больше подходит для удовлетворения его потребностей. Причиной может быть переезд, однако, если ваш молодой человек переезжает за пределы округа, но остается в Орегоне, он все равно может продолжить участие в программе, поскольку программы EASA действуют по всему штату.

Обратитесь к своим специалистам EASA как можно раньше, чтобы они помогли вам и вашему молодому человеку связаться с другой командой специалистов EASA в округе, куда вы и (или) ваш молодой человек переезжаете, а также получить доступ к другим ресурсам. Во многих штатах за пределами штата Орегон в настоящее время действуют программы, аналогичные EASA. Ваша команда специалистов EASA может помочь вам связаться с другой программой или другими ресурсами и поддержкой, если ваш молодой человек переедет за пределы штата Орегон.

Когда мы начнем составлять план выхода моего молодого человека из программы EASA?

Услуги EASA направлены на поддержку обоснованного, реалистичного позитивного взгляда на будущее. Команда специалистов EASA в партнерстве с молодым человеком, семьей и другими лицами, оказывающими поддержку, прогнозирует, как будет выглядеть период времени при завершении участия в программе EASA и после него. Специалисты EASA часто используют истории успеха и приглашают завершивших участие в программе/проходящих реабилитацию лиц к участию во взаимодействии с молодыми людьми и членами семьи/системами поддержки. Узнайте у своих специалистов EASA о том, как продолжить сотрудничество с EASA после того, как ваш молодой человек завершит участие в программе.

EASA — это программа, ограниченная по времени. Планирование выхода из программы начинается с момента начала предоставления услуг. Формальный **план выхода из программы** должен быть составлен не менее чем за 6 месяцев до выхода человека из программы EASA. Вы являетесь важной частью этого плана выхода из программы. Узнайте у команды специалистов EASA о плане выхода из программы для вашего молодого человека.



Контрольный список переходного периода

Специалисты EASA используют контрольный список переходного периода, чтобы убедиться в том, что все необходимые вопросы будут решены до того, как ваш молодой человек завершит участие в программе EASA. Вы, другие члены семьи и друзья будете принимать участие в обсуждении переходного периода на протяжении всего времени участия вашего молодого человека в программе EASA. Узнайте у своих специалистов EASA об оптимальных путях взаимодействия с ними, чтобы поддержать выход молодых людей из программы и быть вовлеченными в этот процесс.

Контрольный список переходного периода:

- ✓ **План оздоровления/план профилактики рецидивов:**
 - Информация о сильных сторонах молодого человека.
 - Информация о ранних признаках рецидива симптомов, конкретные действия, которые необходимо предпринять при появлении этих признаков, и реалистичный план, прошедший проверку на практике.
 - Имя одного или нескольких основных лиц, которые будут выступать в качестве помощников в случае возобновления симптомов.
- ✓ **Антикризисный план/план по обеспечению безопасности:**
 - Список антикризисных ресурсов как для молодого человека, так и для его семьи/системы поддержки.
 - История успешных и неэффективных вмешательств.
 - Конкретные предпочтения в отношении лекарств/других стратегий лечения.
- ✓ **Медицинские услуги:**
 - Определен квалифицированный врач/медсестра для обеспечения постоянного ухода (при необходимости/желании).
 - Документ, подтверждающий разглашение информации о состоянии здоровья, заполнен и отправлен на хранение.
 - Молодой человек встретился с медицинским работником и согласился взаимодействовать с ним.
 - Копия последних записей EASA направлена новому поставщику услуг.
 - Для молодого человека разработан план по обеспечению доступа к транспорту для поездок на прием.
- ✓ **Консультирование/терапия:**
 - Молодой человек заявил о своем желании продолжать получать консультационные услуги и, если это так, определил нового консультанта и встретился с ним.
 - Документ, подтверждающий разглашение информации, подписан для нового консультанта.
 - Семья/оказывающие поддержку лица заявили, что хотели бы продолжать получать консультационные услуги, и, если это так, получили от команды специалистов EASA не менее 3 направлений к возможным семейным консультантам.



✓ **Лекарства:**

- Если молодому человеку в настоящее время назначены лекарства, то имеется план доступа к лекарствам, с указанием имени врача, выписавшего лекарства, к которому молодой человек будет обращаться.
- Разработан план доступа и оплаты лекарств на ближайшие 3 месяца.

✓ **Цели лечения:**

- Молодой человек достиг целей лечения или имеет четкий план их достижения (включая жилищные, образовательные и (или) профессиональные цели).
- Все цели были рассмотрены с участием молодого человека, команды специалистов EASA и членов семьи/оказывающих поддержку лиц.
- Установлено взаимное согласие в том, что цели были достигнуты в достаточной степени или существует план по их достижению в будущем.

✓ **Система поддержки переходного периода:**

- С членами семьи/оказывающими поддержку лицами проведены консультации, и они согласны с тем, что молодой человек готов к выходу из программы.
- Была проведена встреча с участием молодого человека, членов его семьи/оказывающих поддержку лиц и специалистов EASA, на которой были рассмотрены все планы выхода из программы.

✓ **Выбор поставщика услуг:**

- Выбор поставщика услуг имеет большое значение, поскольку важна совместимость, широкий спектр навыков, а также необходимость высокого уровня доверия и общения.
- С самого начала предоставления услуг отдельные лица и семьи/оказывающие поддержку лица должны быть проинформированы о том, что у них есть возможность выбора поставщика услуг, с которым они будут работать, в пределах имеющихся возможностей.
- Необходимо приложить все усилия, чтобы учесть предпочтения человека и семьи/оказывающих поддержку лиц в выборе поставщиков услуг.



Завершение участия в программе EASA

Кульминацией участия вашего молодого человека в программе EASA является церемония завершения обучения и (или) праздник для участников программы EASA, их родных и близких. Церемония завершения и (или) празднования будет индивидуальной в зависимости от вашей программы EASA. При этом завершившие участие в программе молодые люди часто делятся своим опытом, проблемами и успехами индивидуально или в группе. В течение года каждая программа планирует проведение церемоний и праздников, посвященных завершению участия в программе. Задайте вопрос о завершении участия в программе специалистам EASA, и они вместе с вашим молодым человеком, членами его семьи и друзьями постараются достойно отметить это важное событие.

Дата завершения участия моего молодого человека в программе:  _____

По истечении двух лет некоторые программы EASA позволяют включить участников, членов их семей и друзей в занятия в группе с несколькими семьями или в других постоянно действующих группах. Узнайте у своих специалистов EASA, возможно ли это. В противном случае, попросите помочь вам получить доступ к другим ресурсам и поддержке.

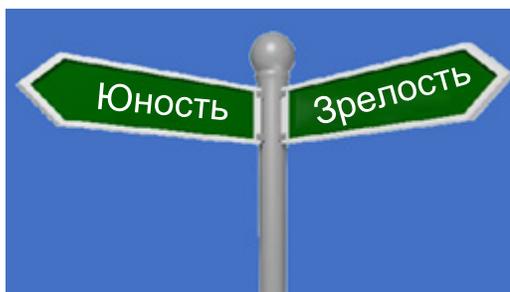
Кроме того, специалисты EASA призывают молодых людей, членов их семей и единомышленников знакомить со своими историями свои сообщества и (или) отдельных людей, членов их семей и друзей, которые впервые участвуют в программе EASA. Если вы хотите узнать больше, обсудите с командой специалистов EASA возможность участия в информационных семинарах или презентациях для населения.

Выход вашего молодого человека из программы EASA может вызывать у людей множество смешанных эмоций. Обсудите со специалистами EASA свои опасения и вопросы. Также помните о том, что команда специа Влистов EASA всегда готова к блиц-решению проблем и контрольным встречам после того, как ваш молодой человек завершит участие в программе.



Дальнейшая жизнь после завершения участия в программе EASA

Хотя EASA является переходной программой, мы заинтересованы в долгосрочном благополучии людей и их семей/оказывающих поддержку лиц, которые завершают получение услуг EASA. Для достижения максимального успеха в долгосрочной перспективе EASA реализует следующие стратегии, направленные на обеспечение людей и членов их семей/основных лиц, оказывающих поддержку, информацией, необходимой им для эффективной самостоятельной работы на индивидуальном уровне, а также на уровнях агентства и системы:



- ✓ предоставление завершившим участие в программе EASA постоянной возможности вновь вернуться для участия в информационных семинарах, группах поддержки и комитетах по принятию решений;
- ✓ при необходимости оказание кратковременной помощи в решении проблем;
- ✓ получение комментариев для улучшения качества/развития системы;
- ✓ предоставление консультаций и обучение специалистов и частных лиц, участвующих в постоянном обслуживании и поддержке лиц, завершивших участие в программе EASA;
- ✓ интеграция лиц, завершивших участие в программе EASA, в деятельность по просвещению сообщества и в работу с участниками.

После окончания участия в программе ваш молодой человек продолжит работу с новыми поставщиками услуг, а также получит приглашение вернуться для участия в мероприятиях, планировании и развитии EASA.

Поддержание связи с EASA после выхода из программы

Есть много способов поддерживать связь с EASA по истечении двух лет. В дополнение к повторному приглашению поделиться своим опытом или принять участие в мероприятиях, взрослые члены семьи и (или) друзья могут присоединиться к Лидерскому совету семьи и друзей, а молодые люди могут присоединиться к Лидерскому совету молодежи (**см также: Связь с другими молодыми людьми, семьями и друзьями, участвующими в EASA**). Обсудите со специалистами EASA, каким образом вы можете поддерживать связь с местной программой EASA или с программой EASA в масштабах всего штата.

Как получить дополнительные ресурсы и поддержку от EASA после выхода из программы

Даже если вы и ваш молодой человек больше не получаете услуги EASA, специалисты EASA готовы помочь вам в проведении периодических проверок и блиц-решении проблем после завершения участия в программе. После завершения участия в программе обращайтесь к любому из специалистов EASA, если у вас есть вопросы, вы хотите уточнить информацию или нуждаетесь в дополнительных ресурсах. В случае возникновения кризисной или экстренной ситуации, а также если вам необходима поддержка в нерабочее время, обращайтесь в местную службу помощи в кризисных ситуациях или по телефону горячей линии помощи в кризисных ситуациях.

Имена/номера специалистов EASA, с которыми можно связаться после выхода из программы:



Номер местной службы помощи в кризисных ситуациях:  _____



Дополнительные ресурсы

Узнайте у своих специалистов EASA о дополнительных ресурсах и информации. Помимо печатных информационных материалов, видеороликов и других ресурсов, размещенных на сайте EASA (www.easacommunity.org), существует множество других мест, где можно найти дополнительные ресурсы и информацию. Если у вас нет доступа к компьютеру или Интернету, специалисты EASA помогут решить проблему и найти другие способы получения информации. Сообщите специалистам EASA, если вам, вашему молодому человеку, другим членам семьи или другим лицам, оказывающим поддержку, нужны какие-либо материалы или ресурсы на других языках, отличном от английского, или в другом формате.

Вот некоторые дополнительные ресурсы, которые можно изучить вместе со специалистами EASA, вашим молодым человеком, другими членами семьи или самостоятельно:

Amador, Xavier. (2011). *I'm Not Sick, I Don't Need Help!* Peconic, NY: Vida Press. Flynn, L., & Shern, D. (2018) *Family Tip Sheet: Helping Understand Services for Persons with Early Serious Mental Illness*. Alexandria, VA: Национальная ассоциация директоров программ штатов по охране психического здоровья (National Association of State Mental Health Program Directors).

Проект *Here to Help*, который реализуется в Британской Колумбии, предлагает бесплатные онлайн-инструменты, которые можно загрузить по адресу:

<https://www.heretohelp.bc.ca/workbook/dealing-with-psychosis-a-toolkit-for-moving-forward-with-your-life>

На сайте Pat Deegan (<https://patdeegan.myshopify.com/>) содержится информация, которую вы можете получить и использовать самостоятельно, вместе со своим молодым человеком, со специалистами EASA и (или) поделиться ею с членами семьи и другими единомышленниками.

Psychosis: A Wellness Approach. Автор: Mary Moller. Очень полезный и содержательный материал. <http://www.psychiatricwellness.com>. Mary Moller также создала видео о стадиях постпсихотической адаптации: <https://www.youtube.com/watch?v=96yimdWwdo4>

Канадское общество шизофрении (Schizophrenia Society of Canada). (2003) *Learning About Schizophrenia: Rays of Hope: A Reference Manual for Families and Caregivers*. http://www.easacommunity.org/PDF/Rays_of_Hope.pdf.



Приложение А. Оценка сильных сторон EASA

Оценка сильных сторон EASA

Участник		Специалист EASA
Текущий статус: Что происходит сегодня? Что доступно сейчас?	Желания, стремления участника: Чего я хочу?	Ресурсы, личные/социальные: Что я использовал(-а) в прошлом?
Повседневная жизненная ситуация		
Финансы/Страхование		
Профессиональная/Образовательная сфера		
Социальная поддержка		
Здоровье		



Досуг/Отдых		
Духовность		

Каковы мои приоритеты?

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

<i>Комментарии участника:</i>	<i>Комментарии специалиста:</i>
<hr/> <i>Подпись участника</i> <i>Дата</i>	<hr/> <i>Подпись специалиста</i> <i>Дата</i>



Приложение В. Антикризисный план

[Insert Early Psychosis Program Name]

Отправить по факсу _____ в _____

Дата вступления в силу _____

АНТИКРИЗИСНЫЙ ПЛАН

ИНФОРМАЦИЯ О КЛИЕНТЕ

Имя и фамилия _____

Дата рождения _____

Округ проживания _____

Телефон _____

Контактная информация на случай экстренной ситуации _____

Телефон _____

МЕДИЦИНСКАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Консультант/специалист по _____ Телефон _____

ведению пациентов _____ Телефон _____

Агентство поставщика услуг _____ Телефон _____

Назначающий специалист МН _____ Телефон _____

Врач первичного обслуживания _____ Телефон _____

Человек, у которого есть список текущих лекарств _____

Лекарства, которые помогли в экстренных случаях _____

Аллергия/серьезные проблемы с приемом лекарств _____

Состояние психического здоровья _____

Проблемы с употреблением психоактивных веществ _____

Другие медицинские состояния _____

Недавняя психиатрическая госпитализация: Где?: _____

Дата _____ Причина _____



АНТИКРИЗИСНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Когда я в порядке, я _____

Когда у меня кризис, я _____

В прошлом я пытался (-ась) (укажите дату и результаты действий) _____

Когда у меня кризис, мне помогает _____

Мне не помогает _____

Согласования и рекомендации:

- Мне необходимо получить помощь волонтера-ровесника, оказывающего помощь людям, пережившим травму.

Эта информация может быть передана следующим лицам и агентствам для оказания мне помощи в чрезвычайных ситуациях

Подписано

Дата

Подписано

Дата

Закон штата Орегон разрешает поставщикам медицинских услуг передавать вашу конфиденциальную информацию в объеме, необходимом для оказания вам помощи во время чрезвычайной ситуации.
Пересмотренные законодательные акты штата Орегон 179.505 (4)(a)



Приложение С. Комплексная оценка рисков

Комплексная оценка рисков EASA

Заполняется во время скрининга и первоначального зачисления в программу, 90-дневного обзора участия в программе EASA и по мере необходимости.

Индивидуальное антикризисное планирование показано при наличии текущих или ранее собранных данных по любой из категорий потенциального риска, наблюдаемого или сообщаемого человеком, семьей/оказывающими поддержку лицами или командой специалистов EASA.

Суицидальное поведение	Физическое лицо	Семья / система поддержки	Команда специалистов EASA
<ul style="list-style-type: none"> • В анамнезе попытки самоубийства, в том числе <i>пробные попытки</i> (поведение, связанное с практикой самоубийства) 			
<ul style="list-style-type: none"> • Воспринимаемое чувство бремени для других • Низкое чувство причастности • Отсутствие доступа к определенным людям, оказывающим поддержку • Мысли и чувства, указывающие на безнадежность 			
<ul style="list-style-type: none"> • Случаи нахождения под влиянием суицидальных попыток членов семьи, друзей, сверстников, близких людей, известных личностей или других общественных деятелей 			
<ul style="list-style-type: none"> • Суицидальные мысли (частота и продолжительность; ежедневно, еженедельно, ежемесячно) • Намерение (желание умереть) • Планы (когда, где, как) • Средства (разумный или непосредственный доступ к таким методам, как огнестрельное и другое оружие, медикаменты, несчастные случаи, включая вождение автомобиля, доступность мостов) 			



Самоповреждающее поведение	Физическое лицо	Семья / система поддержки	Команда специалистов EASA
<ul style="list-style-type: none"> • Случаи самоповреждения (целенаправленное причинение себе вреда, например, порезы и ожоги): 			
<p>Пренебрежение к себе:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничительное питание • Ограничительное употребление алкоголя • Отсутствие внимания и заботы о физическом здоровье 			
<ul style="list-style-type: none"> • Уязвимость к виктимизации и эксплуатации: • Сексуальная (ситуации, повышающие вероятность того, что человек может быть использован в сексуальных целях) • Финансовая (например: предоставление денег в долг незнакомым людям, компьютерное мошенничество, фабрики дипломов, финансовые пирамиды) • Социальная (например: дискриминация в жилищной сфере, бездомность, трудоустройство, общественная и школьная деятельность, излишняя доверчивость, недавняя потеря или смерть, в том числе дружеская, члена семьи и т.д.) 			

Агрессивное поведение	Физическое лицо	Семья / система поддержки	Команда специалистов EASA
<ul style="list-style-type: none"> • Случаи агрессивного поведения или нападения на члена семьи, друга, сверстника или другого значимого человека • Мысли о причинении вреда другим людям, животным или имуществу (частота и продолжительность; ежедневно, еженедельно, ежемесячно) 			



<ul style="list-style-type: none"> • Намерение (желание причинить вред другим или уничтожить имущество) • Планы (когда, где, как) • Средства (разумный или непосредственный доступ к таким методам, как огнестрельное и другое оружие, несчастные случаи, включая вождение автомобиля) 			
---	--	--	--

Прочие категории риска	Физическое лицо	Семья / система поддержки	Команда специалистов EASA
<ul style="list-style-type: none"> • Содержание симптомов, связанных с умиранием и особыми возможностями (например, способность летать, гиперсексуальность, голоса самоповреждения) • Бредовые идеи (например, отказ от еды из-за страха или паранойи перед отравлением) • Мания • Командные галлюцинации • Инсайт (осознание человеком того, что у него появляются новые симптомы психоза или клинический высокий риск) • Недавняя выписка из больницы или длительная госпитализация (тюрьма, стационар и т.д.) 			
<p>Прочие аспекты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Культура (индивидуальная и семейная) • Сексуальная ориентация • Гендерная идентичность • Вера/Духовность/Религия 			
<p>Проблемы, связанные с симптомами:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Проблемы взаимодействия • Поведенческие проблемы • Готовность участвовать (неготовность или нежелание подписывать согласие на лечение или встречаться со специалистом EASA) 			



<ul style="list-style-type: none"> Семейный конфликт (например, комментарии, выражающие критику, осуждение, значительную тревогу или озабоченность) Степень риска симптомов (командные слуховые галлюцинации, мании, опасный бред, например, преследования) 			
<ul style="list-style-type: none"> Оставление основного места жительства без плана, уведомления кого-либо или ресурсов для удовлетворения основных потребностей 			
<ul style="list-style-type: none"> Употребление психоактивных веществ (расстройство или злоупотребление) 			
<ul style="list-style-type: none"> Судимость и участие в судебных процессах 			
<ul style="list-style-type: none"> Импульсивное поведение (на основе симптомов, на основе употребления психоактивных веществ, агрессивное поведение [по отношению к другим людям, имуществу, животным], безуспешные попытки покончить жизнь самоубийством) 			
<p>Лекарства:</p> <ul style="list-style-type: none"> Побочные эффекты лекарств (прибавка в весе, спутанность сознания, лактация, утомляемость) Побочные реакции на лекарства (например, акатизия) Результат применения лекарств: Принесли пользу? Не принесли пользу? <p>Проблемы со здоровьем:</p> <ul style="list-style-type: none"> Заболевания (например: волчанка, диабет, анемия) <p>Здоровье:</p> <ul style="list-style-type: none"> Питание Уровень физической нагрузки Доступ к еде Репродуктивное здоровье Сон Прочее 			

Оцените выявленные элементы риска и соответствующим образом разработайте антикризисный план.



Приложение D. План профилактики рецидивов

<i>План профилактики рецидивов</i>
Напоминание о событиях или ситуациях, вызвавших рецидивы в прошлом: 1. 2. 3. 4.
Напоминание о ранних тревожных признаках, которые я наблюдал(-а) в прошлом: 1. 2. 3. 4.
Что, по моему мнению, могло бы мне помочь, если я столкнусь с ранним тревожным признаком: 1. 2. 3. 4.
Кого я хочу видеть в качестве помощников и что я хочу, чтобы они сделали: 1. 2. 3. 4.
С кем я хочу связаться в случае чрезвычайной ситуации? 1. 2. 3. 4.



Приложение Е. Контрольный список переходного периода EASA

КОНТРОЛЬНЫЙ СПИСОК ПЕРЕХОДНОГО ПЕРИОДА EASA

Имя и фамилия: _____

Намеченный срок переходного периода (не менее 3-6 месяцев): _____

Лицо (лица), заполняющее контрольный список: _____

1. План оздоровления/план профилактики рецидивов:

- a. Есть актуальный план: ___ Да ___ Нет
 - i. Если нет, укажите, кто будет его составлять/обновлять? _____
- b. План определяет сильные стороны: ___ Да ___ Нет
- c. План определяет ранние тревожные признаки: ___ Да ___ Нет
- d. План определяет действия, которые должны быть предприняты человеком и другими людьми при появлении этих признаков: ___ Да ___ Нет
- e. План реалистичен и проверен: ___ Да ___ Нет
 - i. Если нет, укажите, кто будет проверять его вместе с участником _____
- f. Участник определил одного или нескольких ключевых лиц, которые будут отстаивать интересы в случае рецидива, и это(-и) лицо(-а) имеет(-ют) копию плана или ему была предложена копия: ___ Да ___ Нет

2. Антикризисный план/план по обеспечению безопасности:

- a. Есть актуальный план: ___ Да ___ Нет
 - i. Если нет, укажите, кто будет его составлять/обновлять? _____
- b. План содержит актуальные демографические данные: ___ Да ___ Нет
- c. План включает антикризисные ресурсы для участника и лиц, оказывающих ему поддержку: ___ Да ___ Нет
- d. План включает историю эффективных и неэффективных вмешательств и предпочтения в отношении лекарств/стратегий: ___ Да ___ Нет

3. Медицинский персонал:

- a. Определен действующий врач или медсестра с соответствующей квалификацией: ___ Да ___ Нет
 - i. Если да, укажите, есть ли в файле актуальная форма по разглашению информации: ___ Да ___ Нет
 - ii. Участник встретился с медицинским работником и согласился взаимодействовать с ним: ___ Да ___ Нет
 - iii. Укажите тип страховки участника: _____
- b. Копия последней оценки пациента, история приема лекарств и план рецидива направлены лечащему врачу, выписывающему рецепты ___ Да ___ Нет
 - i. Если нет, укажите, кто отправит эту информацию: _____
- c. Укажите, как участник собирается получать доступ к транспорту, чтобы приходить на приемы: _____

- i. Если это неизвестно, укажите, кто поможет разработать этот план: _____



4. Консультирование/терапия:

- a. Хочет ли человек продолжить консультирование? ___ Да ___ Нет
- i. Если да, укажите, определен ли будущий консультант: ___ Да ___ Нет
 - ii. Участник встретился с консультантом и согласился взаимодействовать с ним: ___ Да ___ Нет
 - iii. Подписан документ о разглашении информации для нового консультанта: ___ Да ___ Нет
- b. Нуждаются ли лица, оказывающие поддержку, или семья в продолжении консультирования? ___ Да ___ Нет
- i. Сообщили ли лицам, оказывающим поддержку, имена трех возможных поручителей? ___ Да ___ Нет

5. Лекарства:

- a. Прописаны ли участнику лекарства? ___ Да ___ Нет
- i. Где участник в настоящее время получает доступ к лекарствам? _____
 - ii. Как участник собирается продолжать получать доступ к лекарствам? _____
 - iii. Кто будет выписывать лекарства? _____
- b. Доступ к лекарствам предоставлен на ближайшие 3 месяца ___ Да ___ Нет
- c. Участник знает, как обеспечить себя лекарствами в будущем ___ Да ___ Нет

6. Цели лечения:

- a. Человек достиг цели лечения или имеет четкий план для их достижения ___ Да ___ Нет
- b. Цели были пересмотрены и по взаимному согласию было установлено, что они достигнуты в достаточной степени ___ Да ___ Нет

7. План системы поддержки переходного периода:

- a. Члены системы естественной поддержки были проконсультированы и согласны с тем, что участник готов к переходному периоду ___ Да ___ Нет
- b. Проведено совещание по переходному плану оздоровления и (или) антикризисному плану ___ Да ___ Нет

 Подпись участника

 Дата

 Подпись специалиста EASA

 Дата


Ссылки

1. Gergel, T., & Iacoponi, E. (2017). Psychosis and identity: Alteration or loss? *Journal of Evaluation in Clinical Practice*, 23(5), 1029-1037. DOI: 10.1111/jep.12768.
2. Gronholm, P. C., Thornicroft, G., Laurens, K. R., Evans-Lacko, S. (2017). Conditional disclosure on pathways to care: Coping preferences of young people at risk of psychosis. *Qualitative Health Research*, 27(12), 1842-1855. DOI: 10.1177/1049732316680337.
3. Hayden-Lewis, K.A. (2015). A Theoretical and Research Exploration of Identity Development in Young Adults Who Have Experienced Psychosis or Schizophrenia (Неопубликованная докторская диссертация). Oregon State University, Орегон, США.
4. Jordan, G., Pope, M., Lambrou, A., Ashok, M., & Iyer, S. (2017). Post-traumatic growth following a first episode of psychosis: A scoping review. *Early Intervention in Psychiatry*, 11, 187- 199. DOI:10.1111/eip.12349.
5. Noble-Carr, D. & Woodman, E. (2018). Considering identity and meaning constructions for vulnerable young people. *Journal of Adolescent Research*, 33(6), 672-698. DOI: 10.1177/0743558416684952.
6. Scharf, M. & Maysless, O. (2010). Finding the authentic self in a communal culture: Developmental goals in emerging adulthood. *New Directions for Child & Adolescent Development*, 2010(130), 83-95. DOI: 10.1002/cd.283.
7. O'Brien, J. (2011). Spoiled group identities and backstage work: A theory of stigma management rehearsals. *Social Psychology Quarterly* 74(3) 291–309. DOI: 10.1177/0190272511415389.
8. Pillay, R., LeComte, T., & Abdel-Baki, A. (2018). Factors limiting romantic relationship formation for individuals with early psychosis. *Early Intervention in Psychiatry*, 12(4), 64-651. <https://doi.org/10.1111/eip.12353>.
9. Reavley, N. J., Morgan, A. J., & Jorm, A. F. (2017). Predictors of experiences of discrimination and positive treatment in people with mental health problems: Findings from an Australian national survey. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 52(3), 269-277. DOI: 1007/s00127-016-1301-9.
10. Redmond, C., Larkin, M., & Harrop, C. (2010). The personal meaning of romantic relationships for young people with psychosis. *Clinical Child Psychology & Psychiatry*, 15(2), 151-170. DOI: 10.1177/1359104509341447.
11. Stets, J. E. & Serpe, R. T. (2013). *Identity Theory* in J. DeLamater and A. Ward (редактор) *Handbook of Social Psychology, Handbooks of Social Psychology Research*, doi10.1007/978-94-007-6772-0_2.
12. McGlashan TH, Walsh BC, Woods SW. *The Psychosis risk Syndrome: Handbook for Diagnosis and Follow-up*. New York: Oxford University Press; 2010
13. STRUCTURED CLINICAL INTERVIEW FOR DSM-5, CLINICIAN VERSION First MB, Williams JBW, Karg RS, Spitzer RL: *Structured Clinical Interview for DSM-5 Disorders, Clinician Version (SCID-5-CV)*. Arlington, VA, American Psychiatric Association, 2016.
14. EASA Connections Material (edited)
15. Barry MJ & Edgman-Levitan S. Shared decision making-pinnacle of patient-centered care. *New England Journal of Medicine*. 2012; 366(9):780-1. DOI: 10.1056/NEJMp1009283.
16. McFarlane, W. R. (2002). *Multifamily groups in the treatment of severe psychiatric disorders* (6-е издание). New York: Guilford Press.

