

4. Шпак М. М. Стресостійкість особистості в дискурсі сучасних психологічних досліджень. *Габітус* : науковий журнал. 2022. Вип. 39. С. 199–203. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2022/39-2022/36.pdf> (дата звернення: 13.01.2024).

ПСИХОСОЦІАЛЬНА ПІДТРИМКА ДІТЕЙ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВОЇ АГРЕСІЇ

Тамара Яновська

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка
yanovska71@gmail.com*

Постановка проблеми. Особливого значення набуває діяльність практичних психологів в умовах військової агресії. Зокрема, щодо психосоціальної підтримки дітей дошкільного та шкільного віку у травматичних ситуаціях сьогодення. Змінюється їх місце проживання й навчання, образ життя, поведінка та мислення, емоційне реагування на будь-які внутрішні й зовнішні чинники середовища взагалі. У певний спосіб діти, що є вимушеними переселенцями, зазнають розладів емоційно стресових реакцій, переживають травматичну подію, фрустрацію, постійно перебувають у стані травматичної кризи або вже набули психічної травми, депривації. Тому, унаслідок складної соціально-політичної ситуації в країні серед дітей, підлітків, студентів та інших учасників освітнього процесу спостерігаються такі психологічні проблеми, як гострі емоційні розлади, реактивні стани, переживання втрати близьких, дезорієнтація, панічні напади.

Діти є особливо вразливою категорією населення. У них ще спостерігається обмежений життєвий досвід, вразлива й незріла дитяча психіка. Для дитини непросто зрозуміти, що відбулося в сім'ї, місті, країні, що поступово призводить до переживання безпорадності, тривоги, виникнення стресових розладів. Зважаючи на те, що й надалі відбуваються бойові дії, не зменшується потік переселенців, актуальності та значущості набуває професійна діяльність працівників соціально-психологічної служби.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз наукових джерел та практичний досвід роботи фахівців соціально-психологічної сфери підкреслив, що надання соціально-психологічної підтримки постраждалим, переселеним, членам сімей і родичам загиблих у ході війни є новим напрямком професійної діяльності. Зазначається, що робота повинна бути системною, постійною та проводитися на високому науково-методичному рівні. Завдання психологічної реабілітації дітей та підлітків, які пережили важку психічну травму, принципово різні безпосередньо після неї й через декілька місяців. Спочатку реабілітаційна робота в цілому може характеризуватися як медично-психологічна, а потім – як соціально-психологічна [4, с. 67].

За умов сьогодення психологічну травму переживають і батьки, і діти, проте темпи відновлення їх психічного стану істотно відрізняються. Практичні психологи вважають, що новий травматичний досвід, отриманий дитиною,

руйнує внутрішні адаптаційні структури, спричинюючи, тим самим, особистісний регрес, підсилюючи потребу в більшій підтримці близьких дорослих. Проте ситуація ускладнюється тим, що вимушено переміщеним батькам вкрай важко бути надійними, підтримуючими, такими, що забезпечують психологічну безпеку, дорослими. Дослідники зазначають, що чим швидше допомогти дитині упоратися зі стресами війни, тим краще вона почуватиметься і зменшиться ризик виникнення проблем у майбутньому [3, с. 33].

Мета статті полягає в тому, що соціально-психологічним службам відводиться важлива роль у подоланні наслідків впливу таких екстремальних умов як зниження агресивності та нормалізація емоційного стану дітей.

Виклад основного матеріалу. Соціально-психологічна робота з дітьми, які пережили травмуючі події, носить захисний та профілактичний характер, спрямована на вирішення питань, що пов'язані із забезпеченням дотриманням прав дитини, на попередження й протидію негативним факторам, які спричинюють або можуть спричинити поглиблення кризового стану.

Соціально-психологічний супровід – особлива форма пролонгованої психологічної і соціальної допомоги – патронажу, що являє собою цілісну й комплексну систему соціальної підтримки і психолого-педагогічної допомоги, що надається в межах діяльності соціально-психологічних служб. На противагу корекції патронаж припускає не «виправлення недоліків і переробку», а пошук ресурсів особистості чи сім'ї, опору на власні можливості та формування на цій основі психологічних, соціальних і педагогічних умов для відновлення продуктивних зв'язків з оточуючими людьми.

Відповідно до кожного конкретного випадку завдання супроводу визначаються особливостями особистості, якій надається допомога, та ситуації, в якій здійснюється супровід. Його результатом повинна стати нова життєва якість – адаптивність, здатність особистості самостійно досягати відносної рівноваги із собою та оточуючими у сприятливих та екстремальних життєвих ситуаціях. До категорії учнів, що потребують соціально-психологічного супроводу, належать діти із сімей: члени яких поранені чи зниклі безвісти; внутрішньо переміщених осіб; які зазнають насильства та переслідувань за свої переконання; в яких зруйновані родинні зв'язки; які знаходяться в зоні ризику проведення бойових дій [5, с. 59]. В залежності від життєвих обставин, а саме: ступеню загрози життю, здоров'ю, психіці дитини; можливості отримати об'єктивну інформацію про події, що відбуваються, вплинути на ситуацію та передбачити подальший розвиток подій; рівня інтелекту та особистісних рис постраждалого; соціальних факторів, зокрема від наявності підтримки з боку дорослих, суспільства й близьких; у дітей відбуваються індивідуальні реакції на психотравму та варіюються в залежності від того, в яких саме обставинах перебувала дитина. Основні прояви психологічної травми схожі, незалежно від того, викликана вона локальними подіями чи масовими катастрофами. У випадках масової травматизації відбувається взаємне зараження негативними переживаннями, утворюючи вторинний процес. Джерелом вторинної

травматизації може стати телебачення, інтернет, а також сутички між дітьми при будь яких обставинах.

Кризова ситуація виникає для дитини тоді, коли вона не може самотійно, без сторонньої допомоги та підтримки впоратися з труднощами. Дитину, що опинилася в кризовій ситуації, характеризують такі ознаки: невпевненість та безпорадність; підвищена тривожність і страхи; підвищена емоційність; відчуття зовнішнього тиску та напруги; гостра потреба в допомозі та втручанні ззовні [2, с. 42].

Психологічний супровід учнів, які постраждали під час проведення військових дій, передусім має включати в себе такі основні напрями роботи:

- ❖ своєчасне виявлення дітей вище зазначеної категорії та дітей чи сімей, що потребують цільового соціально-педагогічного супроводу з питань захисту прав дитини та її законних інтересів, забезпечення життєво-важливих потреб дитини; відвідання дитини вдома чи за місцем проживання і вивчення умов її життя, виховання й розвитку;

- ❖ створення сприятливого соціально-психологічного клімату, атмосфери уваги, співчуття і співпраці в класних колективах, зокрема, й у навчальних закладах у цілому;

- ❖ формування в учасників навчально-виховного процесу навичок безпечної поведінки у ситуаціях ризику;

- ❖ виявлення та активізація особистісних ресурсів дитини, сприяння формуванню більш гнучких соціально-адаптивних форм поведінки;

- ❖ проведення індивідуальної та групової просвітницької й профілактичної роботи як з дітьми, так і з батьками і педагогічними працівниками, впровадження факультативних та спецкурсів, профілактичних програм, спрямованих на протидію булінгу, попередження та профілактику жорстокої поведінки й насильства в освітньому середовищі; формування вмінь пережити втрату, моделей безпечної поведінки в ситуації ризику, формування й розвиток важливих життєвих компетенцій, критичного мислення у дітей та дорослих;

- ❖ сприяння адаптації дітей в нових умовах;

- ❖ оптимізація змісту і форм соціально-педагогічної та правової просвіти педагогічних працівників та батьків, соціального оточення, яке опікується дітьми;

- ❖ надання консультацій та рекомендацій класним керівникам та педагогічним працівникам, організація професійної супервізії, методичної підтримки у вигляді методичних розробок, проведення навчальних семінарів і семінарів з обміну досвідом;

- ❖ здійснення посередництва між закладом освіти, сім'ями та територіальними місцевими громадами, застосування міжсекторальної взаємодії і мультидисциплінарного підходу до вирішення актуальних питань соціально-психологічної роботи з дітьми, які пережили втрату батьків внаслідок військових дій.

Надаючи соціально-психологічну допомогу дітям, що зазнали впливу стресових чинників, потрібно дотримуватися такої етапності: відновлення

відчуття безпечності; відновлення та зміцнення психологічних ресурсів дитини; відреагування негативних переживань, пов'язаних зі стресовими чинниками; активізація природних механізмів самоцілення, адаптація до нових обставин [1, с. 99].

Психологічний супровід учнів з посттравматичним стресовим розладом має включати в себе такі напрями роботи:

1. Психодіагностика посттравматичного стресового розладу з використанням невербального спостереження за реакцією дитини під час спілкування з психологом, тілесними сигналами несвідомих процесів (приховані емоції, витіснені, але актуальні переживання); аналіз висловлювань дитини; проективних методик дозволяють зрозуміти, наскільки травма спотворила сприйняття себе та навколишнього світу, виявити особливості реакції на подію [3, с. 89].

2. Психологічне консультування учнів з посттравматичним стресовим розладом передбачає індивідуальну та групову психоконсультаційну допомогу.

3. Психолого-педагогічне консультування батьків учнів з посттравматичним стресовим розладом.

Психокорекція посттравматичного стресового розладу спрямованого на допомогу дитині стати над ситуацією, навчити її пристосовуватися до дійсності й долати психотравмуючі впливи. Також рекомендовано до використання такі методи психокорекції: індивідуальну особистісно зорієнтовану (конфліктність – ворожість); групова особистісно зорієнтована (самоствердження, зворотній зв'язок, співробітництво); поведінкові (специфічні відхилення поведінки); проблемно зорієнтований тренінг (когнітивні процеси та здібності до вирішення проблем); батьківський тренінг (взаємодія, поведінкові відхилення у дитини в родині); тренінг конструктивної взаємодії [2, с. 101].

Усім дітям, які постраждали в ході проведення військових операцій, необхідна психосоціальна підтримка, організована на рівні навчального закладу, але є і ті, які потребують перенаправлення для надання цільових видів допомоги. Важливо включати в роботу і батьків, тому що їх оцінка поведінки дитини є ключовою в сприйманні життєвих обставин дитиною.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Отже, соціально-психологічний супровід внутрішньо-переміщених осіб потребує міжсекторальної взаємодії, спільної роботи психологічної служби системи освіти та всіх організацій, фондів, установ, що здійснюють соціальний супровід.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Групові форми роботи в системі психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій (досвід упровадження) / авт. кол. : В. В. Байдик, Ю. С. Бондарук, Ю. П. Гопкало, Т. Б. Гніда, І. О. Корнієнко, Н. В. Лунченко, Ю. А. Луценко, Р. А. Мороз, І. І. Ткачук ; заг. ред. В. Г. Панка, І. І. Ткачук. Київ : Ніка-Центр, 2020. 122 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/723324/1/posibnyk-grupovi-formy.pdf>

2. Діти та війна. Навчання технік зцілення : посібник для дітей віком 8+ / П. Сміт, А. Дирегров, В. Юле ; пер. з англ. О. Антонишин ; наук. ред. К. Явної. Львів : Галицька Видавнича Спілка, 2022. 108 с.
3. Психологічна допомога дитині у психотравмуючій ситуації : метод. посіб. / уклад. Г. Б. Растроста. Суми : НВВ КЗ СОІППО, 2018. 64 с. URL: <http://surl.li/ujpxe>
4. Психологічна підтримка та супровід дорослих і дітей у кризових ситуаціях : практикум / упоряд. Т. Р. Браніцька, Л. О. Матохнюк, О. М. Шпортун. Вінниця : Вид-во КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти», 2022. 131 с.
5. Технології психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій (з досвіду роботи) / авт. кол. : В. В. Байдик, Ю. С. Бондарук, Ю. П. Гопкало, Т. Б. Гніда, І. О. Корнієнко, Н. В. Лунченко, Ю. А. Луценко, Р. А. Мороз, І. І. Ткачук; за наук. ред. В. Г. Панка, І. І. Ткачук. Київ : Ніка-Центр, 2021. 118 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/729191/1/tehnologii3.pdf>