

Міністерство освіти і науки України
Національна академія педагогічних наук України
Харківський національний педагогічний
університет імені Г. С. Сковороди



Освіта збереже Україну!

**Матеріали III Всеукраїнських Прокопенківських читань
(10 червня 2024 року)**

РОЛЬ І МІСЦЕ СКОВОРОДИНІВСЬКОГО УНІВЕРСИТЕТУ В РЕАЛІЗАЦІЇ ІНКЛЮЗИВНОЇ ОСВІТИ НА ХАРКІВЩИНІ	
Бойчук Юрій, Коваленко Вікторія.....	67
СУЧАСНІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ В ІНКЛЮЗИВНІЙ ОСВІТІ	
Бойчук Юрій, Омельченко Павло, Мірошніченко Ольга.....	72
ОСВІТНЄ ЛІДЕРСТВО – ТРАДИЦІЇ ТА ІННОВАЦІЇ ВИХОВНОЇ РОБОТИ В ПЕДАГОГІЧНОМУ УНІВЕРСИТЕТІ	
Борисенко Наталія.....	77
ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО МИСТЕЦТВА В МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ МУЗИКИ	
Бу Інхуа.....	81
ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ДІТЕЙ В УМОВАХ ВІЙНИ	
Буравель Сергій.....	85
РОЗРОБКА ДИДАКТИЧНИХ МАТЕРІАЛІВ ДЛЯ НАВЧАННЯ ПРОГРАМУВАННЯ В СЕРЕДОВИЩІ SCRATCH УЧНІВ БАЗОВОЇ СЕРЕДНЬОЇ ШКОЛИ	
Буркацька Даяна, Андрієвська Віра.....	89
УКРАЇНСЬКІ ПЕДАГОГИ ПРО ВЧЕННЯ КАРЛА ОРФА	
Ван Сюаньє.....	91
ФОРМУВАННЯ МАТЕМАТИЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ УЧНІВ У ВИВЧЕННІ ПОХІДНОЇ НА УРОКАХ МАТЕМАТИКИ В ПРОФІЛЬНІЙ ШКОЛІ	
Візіренко Олександр, Жерновникова Оксана.....	94
ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ШВИДКІСНО-СИЛОВОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ ДЗЮДОЇСТІВ	
Вострокнутов Леонід, Яровий Володимир.....	98
СТВОРЕННЯ СУЧАСНОГО ОСВІТНЬОГО ПРОСТОРУ В ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВИХ ЛІКАРІВ	
Галкіна Тетяна.....	103
СТАНДАРТНІ І НЕСТАНДАРТНІ МЕТОДИ РОЗВ'ЯЗУВАННЯ ІРРАЦІОНАЛЬНИХ РІВНЯНЬ І НЕРІВНОСТЕЙ	
Гела Таміла, Жерновникова Оксана.....	106

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ДІТЕЙ В УМОВАХ ВІЙНИ

Буравель Сергій

здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти

Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди

м. Харків, Україна, e-mail: klimova_luda@ukr.net

Війна – це одне з найбільш трагічних і руйнівних явищ, яке може трапитися із суспільством. Вона не лише знищує інфраструктуру та економіку, але й завдає значної шкоди психічному здоров'ю людей, особливо дітей. Діти особливо вразливі до негативних наслідків військових дій. Ті з них, котрі переживають ці трагічні події, часто страждають від різних психічних розладів, які можуть впливати на їхнє здоров'я та розвиток протягом усього життя. А тому, психологічний супровід дітей в умовах війни є важливим аспектом підтримки їхнього здоров'я й розвитку.

Ця стаття присвячена важливості психологічного супроводу дітей в умовах війни, методам і підходам, які можуть бути застосовані для допомоги цим дітям, а також ролі, яку відіграють батьки, учителі та суспільство в підтримці дітей під час та після воєнних дій.

Війна приносить із собою численні травматичні події: руйнування будинків, смерть близьких, евакуацію та розлуку з родиною і друзями, страх за власне життя. Ці події можуть залишити глибокі рани в дитячій психіці, впливаючи на їхнє емоційне і психологічне благополуччя. Діти, які стають свідками насильства, можуть страждати від посттравматичного стресового розладу (ПТСР), тривоги, депресії та інших психічних розладів.

Посттравматичний стресовий розлад (далі – ПТСР) є одним із найбільш поширених розладів серед дітей, які пережили війну. Симптоми ПТСР можуть містити повторні спогади про травматичні події, нічні кошмари, сильний страх і тривогу, уникання ситуацій, які нагадують про травму, а також фізичні симптоми, як-от головні болі та проблеми зі шлунком.

Тривога й депресія також є поширеними розладами серед дітей, які пережили війну. Вони можуть відчувати постійний страх за своє життя та життя своїх близьких, втрату надії на майбутнє, а також глибокий сум і відчай через втрату рідних, друзів і звичного способу життя.

Діти, які пережили травматичні події, можуть демонструвати різні поведінкові проблеми – агресію, замкнутість, регресію в поведінці (наприклад, повернення до більш ранніх стадій розвитку, як-от сечовипускання в ліжку), проблеми з навчанням і соціальною взаємодією.

Психологічний супровід дітей в умовах війни базується на кількох основних принципах, які допомагають забезпечити ефективну підтримку та допомогу.

Перше і найважливіше завдання – створити безпечне та стабільне середовище для дітей. Це містить забезпечення фізичної безпеки, а також створення психологічної безпеки, де діти можуть відчувати себе захищеними і впевненими.

Емоційна підтримка є ключовою складовою психологічного супроводу. Важливо дати дітям можливість висловити свої почуття та страхи. Психологи, батьки й вихователі повинні бути чуйними, терплячими і готовими слухати дітей без критики та засудження.

Діти повинні навчитися контролювати свої емоції і стрес. Це можуть бути різні техніки саморегуляції, як-от дихальні вправи, медитація, йога, арт-терапія та інші методи, які допомагають дітям зняти напругу і знайти внутрішній спокій.

Соціальна підтримка є важливим елементом психологічного супроводу. Діти повинні мати можливість взаємодіяти з однолітками, брати участь у групових заняттях, іграх та інших формах соціальної активності. Це допомагає дітям відволіктися від травматичних переживань і зміцнити почуття спільності.

Забезпечення доступу до освіти є важливим аспектом підтримки дітей під час війни. Регулярні заняття та навчання допомагають зберегти стабільність у житті дитини, а також сприяють її інтелектуальному й особистісному розвитку.

Існує чимало методів психологічного супроводу, які можуть бути застосовані для допомоги дітям, котрі переживають війну. Нижче розглянемо деякі з них.

Арт-терапія є одним із найефективніших методів роботи з дітьми, які пережили травматичні події. Вона дає змогу їм висловлювати свої почуття й емоції через творчість, як-от малювання, ліплення, музика та інші форми мистецтва. Арт-терапія допомагає дітям зрозуміти й обробити свої почуття, а також знайти спосіб впоратися зі стресом і тривогою.

Ігрова терапія також є потужним інструментом для зцілення, коли діти можуть «програти» свої страхи та тривоги, отримати підтримку й розраду. Ігри дають змогу дітям виражати свої емоції в безпечному середовищі, а також розвивати навички вирішення проблем і взаємодії з іншими.

Когнітивно-поведінкова терапія (далі – КПТ) є одним із найбільш досліджених та ефективних методів психологічної підтримки. Вона допомагає дітям ідентифікувати і змінювати негативні думки та поведінкові шаблони, які можуть спричиняти стрес і тривогу. КПТ навчає дітей здорових стратегій подолання стресу й розвитку позитивного мислення.

Групова терапія дає змогу дітям поділитися своїми переживаннями з однолітками, отримати підтримку та відчуття спільності. Групові сеанси містять різні активності, як-от обговорення, рольові ігри, спільні творчі проєкти, які допомагають дітям виявляти свої почуття і зміцнювати соціальні навички.

Батьки та вчителі відіграють ключову роль у підтримці дітей під час війни. Вони повинні бути емоційно доступними, уважно слухати дитину, підтримувати її та надавати почуття стабільності. Також важливо, щоб вони безпосередньо дбали і про своє психологічне здоров'я, аби бути спроможними допомагати дітям.

Психологічний супровід дітей в умовах війни є критично важливим для їхнього здоров'я й розвитку. Забезпечення безпеки, емоційної підтримки та залучення до терапевтичних активностей допомагає дітям пережити травматичні події та зберегти своє психічне здоров'я.

Важливо, щоб усі дорослі, котрі оточують дитину, працювали разом для створення підтримуючого середовища, яке сприяє її зціленню та зростанню.