РІБЦУН Ю. В.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНА ПІДТРИМКА ДІТЕЙ ІЗ ЗАЇКАННЯМ В УМОВАХ ВІЙНИ

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Інститут спеціальної педагогіки і психології

імені Миколи Ярмаченка НАПН України

РІБЦУН Ю. В.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНА ПІДТРИМКА ДІТЕЙ ІЗ ЗАЇКАННЯМ В УМОВАХ ВІЙНИ

Київ

ФОП Цибульська В. О.

2023

УДК 159.922.761:616.89-008.434(075.8)

Р 49

Рекомендовано вченою радою
Інституту спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка НАПН України (протокол №7 від 31.08.2023 р.)

Рецензенти:

Горішна Надія Мирославівна – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри спеціальної та інклюзивної освіти Тернопільського національного педагогічного університету імені В. Гнатюка, м. Тернопіль;

Кононенко Ніна Андріївна – вихователь-методист «вищої категорії» «старший вихователь» Дошкільного навчального закладу (дитячий садок) компенсуючого типу спеціального № 611 Оболонського району м. Києва.

Р 49 Рібцун Ю. В. Психолого-педагогічна підтримка дітей із заїканням в умовах війни: навч.-метод. посіб. К. : ФОП Цибульська В. О., 2023. 132 с.

Свідоцтво про авторське право №117093 від 14.03.2023 р.

Як свідчать статистичні дані МОН України, чи не найпоширенішою категорією дітей, відсоток яких значно зріс в умовах війни, є діти із заїканням. Водночас на сьогодні практично відсутні навчальні матеріали для психолого-педагогічної роботи з такими дітьми в умовах кризових викликів сучасності. Саме тому, відповідаючи на актуальні запити держави, було створено посібник, у якому презентуються навчально-методичні матеріали з окресленої тематики.

У навчально-методичному посібнику запропоновані доступні для проведення в умовах воєнних дій, дієві у психолого-педагогічному плані ігри та вправи для дітей дошкільного та молодшого шкільного віку із заїканням, надані змістовні покрокові методичні рекомендації.

Посібник стане в нагоді батькам дітей з особливими мовленнєвими потребами та педагогам (вихователям, учителям початкових класів, практичним психологам, фахівцям інклюзивно-ресурсних центрів), які працюють із зазначеною категорією дітей.

ISBN 978-617-8324-07-0

© Рібцун Ю. В., 2023

Війна! Порожні вулиці, сирени, укриття,
Вдягає ляльку поспіхом розгублене дитя.
Вломились «визволителі» злодюгами у дім.
Поборемо, здолаємо! Дамо вогню усім!
Ніколи не пробачимо загарбницьку орду
За долі покалічені, за сльози і біду.
Війна. Летять над згарищем лелеки й журавлі,
І вперто лізе паросток зелений з-під землі.

(Наталія Карпенко)

ПЕРЕДНЄ СЛОВО

24 лютого 2022 р., у зв'язку з військовою агресією рф проти України, Указом №64/2022 Президента України Володимира Зеленського було введено воєнний стан. «Про введення воєнного стану в Україні» народні депутати затвердили 300 голосами. На жаль, воєнний стан в Україні триває і досі.

«Вічний мир може бути досягнутий, і потрібно, щоб завжди були люди, які б невпинно декларували цю величну мету. Але покликані проголошувати її тільки ті, хто справами довів, що готовий життя віддати за втілення цієї мети» – цю думку німецького письменника єврейського походження Ліона Фойхтванґера у повній мірі відображають дії Збройних Сил України, які постали на захист територіальної цілісності нашої держави, її незалежності, прав і свобод громадян України.

Укрінформ передає, що перша леді під час візиту у США в інтерв'ю NVC News зазначала: «З початком війни рф порушила невід'ємне право кожної дитини – право на життя, гарантоване Конвенцією ООН. Країна-терорист щодня відбирає у наших дітей це невід'ємне право, записане в Конституції України, коли атакує ракетами торгові центри, жилі квартали, лікарні й укриття. Росія відбирає у дітей право на свободу, коли депортує їх на свої території, розлучаючи з батьками, або ж коли змушує жити в підвалах; відбирає право на достатній життєвий рівень, коли розстрілює дітей у черзі за водою; відбирає право на освіту, коли бомбардує наші школи. Проте діти, що змалку знають свої права, стануть дорослими, які нікому не дозволять їх порушувати».

В умовах воєнного стану наявна постійна безпосередня загроза життю та здоров’ю людей, можлива втрата близьких, фізичні травми. Незважаючи на те, що стійкість і вміння долати труднощі закладені у наших генах, в умовах війни фактори стресу можуть призвести до непоправних втрат у психіці людини. Особливо це стосується тих українців різних вікових категорій, котрі мають вразливу центральну нервову систему, яка є характерною для дітей із порушеннями мовлення, зокрема заїканням. Щоденні, навіть незначні стреси, з якими стикаються діти зазначеної категорії, значно посилюються за рахунок хронічних травмуючих стресів війни.

Сподіваємось, що представлені в посібнику ігри та вправи, запропоновані детальні методичні рекомендації до них стануть в нагоді педагогам і батькам. Цікавий багатоплановий матеріал, який не потребує особливої наочності, а отже може бути використаний при будь-яких умовах, якнайефективніше допоможе дітям впоратись зі згубними наслідками психотравмуючих ситуацій, пережитих в умовах воєнних дій.

Мені є Кого захищати,
Бо Я – Україна-Мати,
Я маю Синів і Дочок,
Я маю квітучий Садочок,
Я маю високеє Небо,
І Сонце… чого іще треба?
Я маю Що захищати,
Бо Я – Україна-Мати,
Я маю козацький дух волі
І хочу Нащадкам щасливої Долі!
(В. Мірошник)

РОЗДІЛ 1
НЕПОПРАВНІ ВТРАТИ: ВІЙНА І ДІТИ

1.1. Травмовані діти України

З квітня 2014 р. почалась війна на сході України, а з лютого 2022 р. і дотепер триває жорстока безглузда загарбницька повномасштабна війна. Від неї страждає величезна кількість людей, як дорослих, так і дітей. На сьогодні в Україні налічується понад 7 млн. дітей війни. Як повідомляє Офіс Генерального прокурора, станом на 30 грудня 2023 р. внаслідок збройної агресії рф постраждало понад 2 тис. дітей. 520 загинули та понад 1191 отримали поранення внаслідок обстрілів рашистів; за даними Національної поліції України зникло безвісти 2267; за даними Національного інформаційного бюро депортовано 19546. Найбільше постраждалих дітей у таких областях: Донецькій – 504, Харківській – 313, Херсонській – 145, Київській – 130, Дніпропетровській – 111, Запорізькій – 100, Миколаївській – 97, Чернігівській – 72, Луганській – 67.

В інтерв'ю одному з найавторитетніших видань світу, щотижневому американському журналу «TIME» Олена Зеленська підкреслила, що «зараз Україна відстоює саме дитинство, право на нього. Через напад загарбника в нашій державі сотні дітей, з якими ми не маємо зв'язку, про долю яких ми просто нічого не знаємо. Вони зі своїми батьками в населених пунктах, які окупували росіяни, або за які точаться бої».

Радниця – уповноважена Президента з прав дитини та дитячої реабілітації Дар'я Герасимчук заявила, що станом на грудень 2023 р. рф цинічно визнає те, що на її території перебуває 19546 депортованих українських дітей, яких не збираються повертати в Україну. Заявлена цифра відповідає загальній кількості дітей на окупованих територіях. За даними заступника директора департаменту з питань захисту прав дітей та забезпечення стандартів рівності Національної соціальної сервісної служби Володимира Вовка від початку повномасштабного вторгнення росії в Україну 3182 дитини залишилися без батьківського піклування. Водночас 541 дитина втратила батьківське піклування безпосередньо через війну, а батьки 106 з них загинули. Також є 206 дітей-сиріт, батьки яких загинули, але документального підтвердження немає, тому ще наявний шанс їх знайти. На жаль майже щодня такі цифри зростають.

Засновник організації Save Ukraine, яка займається поверненням вивезених дітей, Микола Кулеба розповів, що упродовж 2023 року з росії та окупованих нею територій вдалося повернути 226 дітей, понад 60 з яких – це сироти. Правозахисник зазначив, що з 2014 року під владою росії опинилося понад 1 млн українських дітей.

Випадки переміщення дітей з українських територій до Білорусі відстежує білоруський опозиційний політик Павло Латушко. Він розповів, що з 20-ти населених пунктів окупованих регіонів вивезли 2150 дітей. Розміщують їх, зокрема, у таборах Мінської та Гомельської областей.

Бомбардування та обстріли з боку орків призвели до пошкодження 2337 та повної руйнації 326 заклади освіти. Така ситуація свідчить про неможливість безпечного перебування родин з дітьми в окремих областях України, проведення очного навчання дітей, про потребу у внутрішньому переміщенні, а досить часто в переїзді за кордон, відвідуванні іншомовних дошкільних і шкільних закладів.

Водночас небезпека чатує на дітей не лише через провину загарбників, а й навіть рідних, які відмовляються евакуюватись із зон бойових дій. Віцепрем'єр-міністр України зазначала з цього приводу: «Якщо батьки не

можуть подбати про безпеку дітей, це зробить держава!». Саме тому Мінреінтеграції запропонувало постанову, згідно з якою дітей, з метою збереження їх життя та здоров'я, можна буде примусово евакуювати з населених пунктів, де тривають активні бойові дії.

У новинах ООН у рубриці «Глобальний погляд на Людські долі» було розміщено інтерв'ю з екстреного засідання Ради безпеки. Американський дипломат, представниця США при ООН з 2021 р., посол Лінда Томас-Грінфілд, посилаючись на дані ЮНІСЕФ, повідомляла, що «українські діти були серйозно травмовані насиллям і руйнуваннями. Вони ставали свідками стількох подій, що переставали говорити. Фізичні та психологічні рани цієї війни залишаться надовго».

3 липня 2023 р. у Гаазі офіційно розпочав свою роботу Міжнародний центр з переслідування за злочини агресії проти України (ICPA). В урочистому відкритті взяли участь Генпрокурор Андрій Костін, Президент Євроюсту Ладіслав Хамран, комісар ЄС з питань юстиції Дідьє Рейндерс, Прокурор МКС Карім Хан, помічник Генпрокурора США Кеннет А. Політе та міністр юстиції Нідерландів Ділан Есільгоз-Зегеріус, а також генпрокурори країн-членів Спільної слідчої групи (JIT) – Латвії Юріс Стуканс, Литви Ніда Ґрунскене, Румунії Алекс Флорін Флорента.

ICPA має особливе значення для України – це чіткий сигнал, що світ об'єднаний і непохитний на шляху забезпечення відповідальності російського режиму за всі його злодіяння: злочини агресії, геноциду та воєнні злочини.

Комісар Європейського Союзу з питань правосуддя Дідьє Рейндерс зазначив: «Створюючи ICPA, Європейський Союз підтверджує, що докладатиме всіх зусиль для того, щоб Росія понесла повну відповідальність за міжнародні злочини, скоєні під час війни в Україні, зокрема за злочин агресії. Створення ICPA дає світові чітко зрозуміти, що заборона застосування сили залишається основою нашого міжнародного порядку, заснованого на правилах, і що ті, хто порушує його, будуть притягнуті до відповідальності».

1.2. Діти з особливими мовленнєвими потребами в умовах війни

Внаслідок воєнних дій діти різного віку зазнали психологічних травм, що навіть при попередній відсутності мовленнєвих порушень призвело як до повного зникнення мовлення – мутизму, так і до заїкання. Наявні у дитини мовленнєві і психоемоційні труднощі значно загострюються, коли вона стикається з різними психотравмуючими ситуаціями – наприклад, вимушена розлука з одним із батьків, надмірно прискорений ритм незвичного життя, зміна усталеного режиму дня, місця та умов проживання, втрата улюблених іграшок (речей) тощо − всі ці ситуації об'єднуються в єдиному страшному слові − «війна».

Стресогенні фактори мають набагато більший вплив на психіку таких дітей, у яких наявні особливі освітні потреби. Діти, які отримували корекційно-розвиткові послуги у вигляді логопедичних і психологічних занять, раптово втратили кваліфіковану допомогу фахівців. Такі обставини спричинили перенесення повної відповідальності за стан мовлення дітей на батьків. В умовах воєнного стану дорослі насамперед змушені думати про задоволення базових потреб своїх дітей, тому виходить так, що розвивальні заняття відсуваються на задній план, а це, своєю чергою, призводить до погіршення стану психо-мовленнєвої діяльності.

Для переважної більшості дітей із функціонально-мовленнєвими труднощами внаслідок переживання воєнних дій характерними є поява «сюсюскання» (психологічний регрес), забування навіть добре знайомого навчального матеріалу, не завершення розпочатих фраз, спілкування простими короткими реченнями, незважаючи на те, що, наприклад, лексико-граматична складова є достатньо сформованою. Таких дітей характеризує поява психосоматичної симптоматики у вигляді головного, загрудинного, епігастрального болю, розладів функцій кишківника, енурезу. Поведінка дітей з особливими мовленнєвими потребами набуває характеру агресивності або, навпаки, байдужості та сліпої покори.

При *мутизмі* дитина внаслідок психотравмуючих подій не може вимовити ані слова. У дитини з *труднощами лексико-граматичного оформлення мовлення* (алалією), навіть якщо вона і не була безмовленнєвою, з її словникового запасу зникли слова, які б могли описати те, що вона нині бачить, відчуває та переживає. Тому під час війни деякі діти перестають говорити зовсім. І тільки дорослі власним прикладом, описуючи свій психоемоційний стан, зможуть допомогти дитині заспокоїтись і усвідомити, що відбувається.

У дітей *із труднощами фонетико-фонематичної складової мовлення з особливостями м'язового тонусу* (дизартрія) саме зміна останнього значно впливає на якість звуковимови. Через стреси дитина може ніби закам'яніти, «одягнувши м'язовий корсет» (емоційне перенапруження → гіпертонус), або, навпаки, розслабитись настільки, що іноді не в змозі вимовити той чи ін. звук. Тоді з куточків дитячого рота випливає цівочка слини, все тіло стає ніби ватяним (емоційне перенапруження → гіпотонус).

У дітей *з труднощами фонетико-фонематичної складової мовлення без особливостей м'язового тонусу* (дислалія) внаслідок стресів поставлені звуки починають вимовлятись нечітко, набувають «усередненого» звучання між правильним звуком і його замінником. Частіше починають зустрічатись взаємозмішування, перестановки складів.

У дітей *з труднощами голосового оформлення мовлення та фонаційного дихання* (ринолалія) через перебування в умовах воєнних дій посилюється гугнявий відтінок голосу, дихання стає ще більш поверховим, значно страждає звуконаповнюваність слів. Діти ніби давляться мовленням.

У дітей *з особливостями навичок читання* (дислексія) та *письма* (дисграфія) внаслідок переживання стресових ситуацій значно зростає кількість помилок, погіршується почерк, через знервованість ручка ніби випадає з руки. Діти стають неуважними, пропускають букви, переставляють склади, не дочитують (не дописують) кінцівки слів, зупиняються на середині фрази, бачать (думають) одне, а читають (пишуть) зовсім інше.

Але найбільш вразливою категорією є діти з труднощами *темпо-ритмічної сторони мовлення* (заїкання). Внаслідок порушеної нейропластичності у дітей із заїканням кожен новий вибух чи канонада, чергове місце перебування щоразу створює нову реальність, до якої діти не в змозі адаптуватись. Діти із заїканням можуть бути пасивними та мовчазними і водночас піддаватись сильним емоціям, вони мають значні проблеми зі сном, який досить часто супроводжується енурезом, втрачають орієнтацію в часі та просторі, регресують, навіть до втрати вже сформованих навичок, паралізуються страхом, що, своєю чергою, ще більше погіршують стан їх мовлення.

У травматичній пам'яті дітей із заїканням у 80-90% фіксуються картинки, у 10-20% − слова та звуки, у 5-10% − запахи та тактильні відчуття. При цьому щоразу діти лякаються незнайомих звуків, запахів чи зорових образів, що викликають негативні асоціації, знову і знову розповідають про пережиту травматичну подію, неусвідомлено багаторазово поступаються в дидактичних чи малорухливих іграх, таким чином демонструючи свою слабкість і неспроможність.

У дітей із заїканням спостерігаються тривожна поведінка, дратівливість, простежується поведінковий спектр від депресії до агресії. Таких дітей переслідують постійні передчуття розлуки з рідними, страх перед незнайомими людьми, фіксуються соматичні скарги, які не мають органічної природи; у геометричній прогресії збільшується проблема комунікації як з дорослими, так і з однолітками (М. Беро, Г. Олійник, І. Пінчук, Ю. Рібцун, І. Франкова, А. Щолокова, Р. Юрова, Arieh Y. Shalev, Kerry J. Ressler та ін.).

Дефіцит індивідуального соціального та емоційного досвіду стає особливо помітним при звуках сирен – через гучні незвичні звуки у дітей швидко наростає тривога, з'являється імпульсивне реагування при одночасному поверхневому сприйманні інформації від дорослих, її аналізі. Ті інформаційні образи нинішнього довкілля, які, з метою зняття психоемоційного напруження,

намагаються донести дітям із заїканням дорослі, через значне переважання збудження над гальмуванням, швидко стираються.

Перебування у бомбосховищі дітей із заїканням ускладнюється їх деякою спотвореністю сприймання при слабкому освітленні об'єктів приміщення, облич, окремих кольорів і форм, які здаються ворожими, породжують додаткові страхи.

Навіть коли небезпека минула, у дітей деякий час продовжує залишатись тривога у вигляді потреби в тілесному контакті, неспроможності без сліз відпустити від себе батьків навіть на короткий проміжок часу. Все вищезазначене вказує на необхідність проведення цілеспрямованої психолого-педагогічної роботи з подолання стресу та його пропедевтики в майбутньому.

Психологічно-соціальний аспект наведених чинників безперечно негативно впливає особливо на дітей із вже наявними біо-психо-соціальними проблемами, зокрема порушеннями мовлення, у т. ч. із заїканням (див. Додаток 1).

Все вищезазначене потребує від держави реалізації плану відновлення освітянської галузі, а від педагогів – адаптації до нових умов сьогодення, набуття компетенцій працювати з дітьми травмованими умовами війни:

Загадаю бажання, найдорожче у світі!
Щоб настав мир в країні, і не гинули діти,
Щоб під небом блакитним колосилися ниви,
Щоб всміхалися люди й жили дружно, щасливо,
Щоб не плакали мами у журбі над синами,
Перемога настала в боротьбі з ворогами.
Щоб старенькі в достатку свій вік доживали,
Щоб і пісня, і слово українські звучали.
Щоб країна розквітла, незалежна і вільна.
Хай здійсниться бажання це моє неодмінно!

(Тетяна Строкач)

1.3. Створення безбар'єрного освітнього середовища для дітей з особливими мовленнєвими потребами у воєнний час

Середовище, в якому живе та розвивається дитина, вельми впливає на результативність її навчальної діяльності. Під час війни зміна місця та умов проживання, навчання, недостатня або взагалі відсутня адекватна корекційно-розвивальна допомога, переривання контактів із друзями, близькими, втрата рідних значно погіршують психофізичний стан кожної дитини з особливими мовленнєвими потребами, зокрема заїканням. Постійний стрес через обстріли, можливі бомбардування, сигнали тривог викликають невпевненість у майбутньому, ускладнюють наявні мовленнєві розлади, породжують підвищену тривожність, посилюють безпорадність, призводять до труднощів комунікації, негативно впливають на освітній процес.

Стрес, який переживає дитина під час воєнних дій, поступово хроніфікується і проявляється у дестабілізації емоційного стану, фізичних симптомах, змінах поведінки, проблемах під час навчання, фізичному напруженні. Дистрес може виражатись у різному ступені (див. рис. 1), але в будь-якому випадку зачіпає і вестибулярну, і пропріоцептивну, і тактильну системи.

Рис. 1. Континуум психічного здоров'я

Порушення вестибулярної системи проявляється в тому, що дитина починає погано орієнтуватись у просторі, утримувати координацію. Про дисбаланс пропріоцептивної системи свідчить той факт, що дитина може перестати відчувати своє тіло. Це змушує її кусати губи, смоктати волосся чи верхню частину одягу, обстежувати своє тіло, обмацуючи окремі ділянки. У

дитини в умовах стресу може змінитись почерк і саме від стану пропріоцептивної системи залежить те, з якою силою дитина при письмі (малюванні) натискає на ручку чи олівець – сильно чи слабко.

З розгортанням воєнних дій на території нашої держави слово «травма» міцно увійшло в життя українців. На превеликий жаль, це стосується і дітей. Дослідження в галузі нейробіології (Elliot R., Fisher J., Goldman R., Greenberg L., Hostrup H., Kolk B., Levine P., Minton K., Ogden P., Pain C., Schwartz R., Sweeton J., Sweezy M., Watson J.) свідчать, що психотравма активує праву півкулю головного мозку, що відповідає за образи, емоції, досвід у «тут і тепер», а ліву, яка впорядковує світ у часовій послідовності, осмислює досвід за допомогою мови, деактивує. Саме тому психотравмовані діти, через деактивацію лобно-скроневих функцій, реагують так, ніби стресові події продовжують відбуватися прямо зараз.

До основних структур мозку, що залучені до реагування на травму, відносять таламус, мигдалеподібне тіло, дорсолатеральну префронтальну кору, гіпокамп.

Таламус – це своєрідний шлюз і ретранслятор усієї сенсорної інформації, що збирає сенсорні відомості від органів чуття та інтегрує до автобіографічного сприймання. Порушення функціонування таламусу під час психотравми пояснює, чому вона здебільшого запам’ятовується чуттєво, а не у вигляді розповіді.

Мигдалеподібне тіло задіяне в імпліцитній пам’яті, залучене до регулювання емоцій та кодування мнестичних процесів. Саме мигдалеподібне тіло організує лобні зони кори головного мозку на виявлення реальних загроз, відповідаючи реакцією «битись – тікати – заморожуватись».

Дорсолатеральна префронтальна кора відповідає за відчуття часу та місця, допомагає усвідомити те, що страждання мають своє завершення, простежуючи зв’язок у тріаді «досвід сьогодення – минуле – майбутнє».

Гіпокамп задіяний у навчанні та збереженні довготривалої пам’яті, він зберігає автобіографічну пам’ять водночас «фотографуючи» все, що стосується

травматичної події. Саме гіпокамп нагадуватиме про травматизацію під час його активації.

1.3.1. Проживання психотравмуючих ситуацій дітьми з особливими мовленнєвими потребами

Що ж відбувається з травмованими війною дітьми різного віку, зокрема з такими, котрі мають особливі мовленнєві потреби?

Дошкільники та молодші школярі відчувають безпорадність і нескінченну фонову тривогу. Вони не хочуть відпускати від себе батьків і прагнуть, щоб ті перебували з ними поряд під час режимних моментів, ігрової та навчальної діяльності. Постійне відчуття страху ніби пронизує все їх життя та відображається на мовленні, яке стає утрудненим, переривчастим, супроводжується дихальними спазмами. Особливі труднощі стосуються засинання, адже дітям важко заснути, складно переживати нічні кошмари.

Важливо знати, що у дітей до семи років якість всіх психічних процесів напряму пов’язані з руховою сферою – діти розмовляють, думають, виконують завдання на рівні різних модальностей набагато краще, якщо супроводжують все це рухами.

Діти *середнього шкільного віку*, окрім неспокою та стурбованості про безпеку, відчувають безпричинні провину та сором. Для цього віку на перший план виходить відчуття смутку. Діти можуть постійно переказувати травмуючі події, додаючи все нові й нові деталі. Вони здатні проявляти агресивну, часто неадекватну поведінку, відчувати психосоматичні болі у животі та голові, переживати стосовно виниклих труднощів у навчанні.

У *підлітковому віці* внаслідок травмуючих подій радикально змінюється картина світу, руйнуються вже соформовані уявлення, виникає почуття неповноцінності. Відчуття вразливості може викликати страх інакшості, сором і призводити до саморуйнівної поведінки.

Наведемо приклади виникаючих у психотравмованих дітей з особливими мовленнєвими потребами труднощів та надамо дієві рекомендації.

Виникаючі труднощі

Дитина неспокійна, крутиться на місці, вертить головою, робить хаотичні рухи руками, ніби відганяючи щось чи когось від себе.

Поради педагогам і батькам

Варто знати, що саме так можуть проявлятися тривожні нав'язливі «гучні» думки в голові у дитини. Доречно порекомендувати дитині перетворити свої важкі думки на легкі хмаринки, малюючи їх олівцем на аркуші паперу, одночасно слухаючи віршовані рядки:

Намалюю на папері біленькі хмаринки,
Хай летять у небо синє хутко, без зупинки.

(Марія Дем'янюк)

Намалювавши хмаринки блакитним олівцем, дитина вирізає їх, почергово кладе на долоньку і плавним цілеспрямованим видихуваним струменем повітря здуває.

Виникаючі труднощі

Дитина агресує, човгає ногами, обмальовує свої руки, обсмоктує волосся, верхню частину одягу, торкається всього, що в змозі дістати.

Поради педагогам і батькам

Дитині з наявною психотравмою потрібне повернення пропріоцептивних і тактильних відчуттів, власного тіла, його кордонів, відновлення опори. Обов'язковим для таких дітей є виконання ранкової гімнастики, постійне перебування у діяльності. Найкращим заняттям для них під час перерви є стрибки, адже вони, окрім повернення відчуття тіла та заземлення, сприяють концентрації уваги, знімають напругу в умовах війни.

Масаж, ігри з балансирами, робота з сенсорними коробками з різними наповнювачами, діяльність з природним матеріалом (шишки, жолуді, тирса, морська сіль), ігри зі снігом, водою та піском, маніпулювання звичайними чи розвивальними (наприклад з табличкою множення) браслетами (одягнути, зняти, відвести від зап'ястка, відпустити), дії з антистресами допоможуть якнайкраще звільнитись від наявних у дитини труднощів. На ніч таку дитину

краще накривати кількома ковдрами, адже обтяження дозволяє одночасно відчути всю поверхню тіла.

Виникаючі труднощі

Дитина дратівлива, постійно знервована, її все виводить з рівноваги, вона присікується до дорослих і ровесників, шукаючи привід для прояву агресії.

Поради педагогам і батькам

Доцільно надавати дитині можливість активно рухатись, грати антистресовими іграшками, скидати свою агресію кулачками б'ючи подушку. Варто запропонувати дитині зробити арт-практику «Дракон». Для цього дорослий бере стару газету, пропонує дитині рвучко, з силою, проявляючи деяку агресивність, порвати її на дрібні шматочки (орієнтовно 3-4 см).

Дорослий емоційно читає вірш:

Сів дракончик на балкончик, З неї аж вогонь пашить.
З'їв фіранку і вазончик. Ми дракона не злякались,
Відкрив пащу він на мить, Тільки дзвінко засміялись.

Пропонує дитині перетворитись на дракончика і намагатись здувати на одному видиху з одного краю столу на інший цілу купу газетних шматочків так, щоб вона рухалась рівномірно. Також можна пропонувати дитині, не використовуючи рук, а тільки цілеспрямоване дихання, перетворити купку на якусь геометричну фігуру. Потрібно слідкувати за тим, щоб у дитини не відбувалось гіпервентиляції, адже це може призвести до запаморочення.

Виникаючі труднощі

Дитина плаксива. При будь-яких, навіть мінімальних, нейтральних подразниках починає плакати.

Поради педагогам і батькам

Паралельно з роботою з практичним психологом і відвіданням невролога, доцільно частіше розмовляти з дитиною, підтримувати її. У жодному разі не можна соромити дитину, говорити їй, що вона вже велика або що «хлопчики / дівчатка не плачуть». Сльози – це природний вияв почуттів, особливо в умовах війни, який приносить вивільнення та полегшення.

Для заспокоєння стане в нагоді вправа «Краплинка». Дорослий пропонує дитині намалювати на аркуші паперу свої слізки-краплинки, читає вірш:

Небо блакитне
Волошками квітне,
Й сіє сльозинки,
Блакитні краплинки.

(Ольга Шуваєва)

Завдання полягає в тому, щоб заповнити краплинками увесь аркуш. Дитина може малювати стільки, скільки захоче, проте має чути та усвідомлювати слова дорослого: «Кожна твоя сльозинка має значення». Доцільно розповісти дитині, що дощик рано чи пізно закінчується, з-за хмари визирне сонце, саме завдяки дощику розцвітають квіти, а на небі з'являється веселка.

Виникаючі труднощі

Дитина невпевнена в собі, що проявляється у млявому нерозбірливому мовленні, небажанні контактувати з ровесниками, незграбності, прокрастинації, відмові від виконання певних задач.

Поради педагогам і батькам

Дорослим варто сумісно з дитиною складати план (розклад) на день і поетапно виконувати його, контролюючи кожен з етапів спочатку з допомогою, а потім самостійно. При цьому доцільно реагувати на потреби дитини, по можливості задовольняти їх, донести до дитячої свідомості, що її люблять («я люблю тебе»), цінують («ти найважливіша для мене»), піклуються про неї («я піклуюсь про тебе і про себе»), ніколи не залишать і захищатимуть її («я з тобою», «ми впораємось»). Доречно виражати власні емоції та спонукати до цього дитину («Що ти відчуваєш?», «Чи можна мені обійняти тебе?»).

Виникаючі труднощі

Дитина напружена. При цьому здається, що вона одягнена ніби в захисний панцир. Всі м'язи напружені, плечі підняті і дитина ніби хоче сховати в них свою голову, що в умовах воєнних дій є природнім.

Поради педагогам і батькам

Доцільно знати, що тіло реагує на стрес активацією нервової системи, виділенням гормонів стресу, порушеннями сну, погіршенням імунної функції, тому зайве напруження в тілі обов'язково слід прибирати. Окрім тілесних вправ, проведення релаксуючого масажу, варто використовувати вправи з позіханням, що особливо корисно для дітей із темпо-ритмічними порушеннями, зокрема заїканням.

У вправі «Ведмежа» дорослий читає дитині вірш:

Скоро до нас прийде зима.
Ведмедям спати вже пора.
Позіхає мама, позіхає тато,
Позіхають з ними малі ведмежата.
Поки мама стане постіль готувати,
Буде вся родина дружно позіхати.

(Юлія Рібцун)

Пропонує перетворитись на ведмежа, якому дуже хочеться спати. Дитина імітує позіхання. Щоб їй допомогти, дорослий може провести пальцями від козелка вуха до щелепного суглоба.

Виникаючі труднощі

Дитина постійно відчуває себе у небезпеці. Вона злякано озирається навкруги, її очі тривожно бігають, руки хаотично рухаються, ніби шукаючи опори.

Поради педагогам і батькам

В умовах воєнних дій відразу порушуються базові відчуття довіри та безпеки. Одним із провідних завдань дорослих є повернення дитині відчуття безпеки, що можна зробити шляхом передбачуваності, постійного виконання рутинних дій, встановлення зрозумілих правил і чітких соціально-рольових, тілесних кордонів. Стануть в нагоді ритуали початку заняття (уроку), спільні родинні традиції тощо. Дитина може накреслити крейдою або викласти з паличок (олівців, клейких стікерів) свій безпечний простір у вигляді кола навколо стільця чи на самому столі (парті).

Доцільно виористати арт-вправу «Оберіг». Дорослий пропонує дитині разом виготовити оберіг задля набуття відчуття безпеки, впевненості, контролю

над тим, що відбувається, покращення комунікативних навичок, активізації джерела внутрішньої сили:

Оберіг завжди ношу,
В Бога захисту прошу.

Дитина вибирає пластилін такого кольору, який асоціюється у неї з відчуттям безпеки, та ліпить предмет, образ якого може стати для неї захисником (янгол, сонечко, зірочка, дзвіночок, собака тощо).

У всіх дітей, травмованих війною, спостерігається порушення емоційної сфери. Емоції будь-якої дитини, особливо з функціонально-мовленнєвими труднощами, зокрема заїканням, нестійкі та надзвичайно плинні. Така дитина не завжди може пояснити, що з нею і що вона відчуває.

Пам’ятайте: якщо дитина плаче, це може сигналізувати, що їй прикро, образливо, боляче чи вона хоче досягти свого і контролювати ситуацію. Якщо проявляє агресію, то таким чином прагне захистити себе і не знає іншого способу висловити свої почуття. Якщо дитина безпричинно кричить, то вона ніби хоче цим сказати, що її не слухають і не хочуть чути, не розуміють, що саме вона відчуває. Якщо самоізолюється, то вважає себе недостатньо хорошою, відчуває себе некомфортно з іншими і саме тому тримає дистанцію. Якщо дитина не слухається, то відчуває безсилля, при цьому намагається відновити контроль і перевірити відданість близьких. Якщо протестує, то відчуває, що в неї немає ані сил, ані права голосу. Якщо дитина намагається втекти з дому, вона не може дати ради своїм почуттям і мовби сповіщає, що їй потрібно, щоб її шукали та знайшли, довели її значущість.

Кращому розумінню та вивільненню емоцій сприятимуть вправи з мімічної гімнастики:

Є гімнастика незвична,
Називається мімічна.
Нам свій настрій покажи
Та про нього розкажи.

(Юлія Рібцун)

Дорослий пропонує дитині відобразити певну емоцію, зображену на фотографії (предметній картці зі схематичним зображенням емоційних станів), або за почутою назвою, розповісти про неї, пригадавши події зі свого власного життя, коли відчувала саме таку емоцію.

Основні емоційні стани:

– байдужість – розслабити брови, підняти вгору очі;

– злість – звести брови до перенісся, насупити їх, зробити оскал;

– подив – підняти брови;

– презирство – стиснути губи, примружити очі;

– радість – розслабити лоб, широко усміхнутися, підморгнути;

– страх – широко розплющити очі, відкрити рот.

Вивільненню емоцій, психофізичному заспокоєнню сприяють вправи на розвиток уяви, зокрема «У зоопарку». Дорослий читає дитині вірш, пропонує пригадати яких звірів вона бачила в зоопарку, під час прогулянки поспостерігати за хмарами, намагаючись впізнати в них якусь тваринку.

Мовленнєво-мотиваційний матеріал:

Хмарка в зоопарку

Скільки див у зоопарку,
А сюди ще треба – хмарку!
Ту веселу, білобоку,
Дуже схожу на сороку!
Ні, стривайте, вже вона
Стала схожа на слона…
О, вже знов якась химера!..
Не химера – то пантера!
А тепер – немов куниця
Чи лисиця?.. Так, лисиця!
Певно, за якусь хвилинку
Стане тигром, туром, лосем!..
Ми усі тебе, хмаринко,
В зоопарку жити просим.

(Микола Петренко)

Дихання – це не тільки пряме відображення зміни емоційного та фізичного стану, а й засіб заспокоєння, контролю тривоги та проявів стресу, зокрема в умовах війни. Вправа «Буря» допоможе дитині з розладами мовлення виробити цілеспрямований повітряний струмінь, позбавитись напруження, випустивши його у склянку з водою.

Дорослий пропонує дитині трохи відкрити рот. Зробити так, щоб широкий кінчик язика впирався у нижні зуби. Дитина кладе посередині язика соломинку для коктейлю, а її кінчик опускає у склянку з водою. Дитина має дути через соломинку так, щоб вода забулькала. Дорослий допомагає дитині слідкувати за тим, її щоб щоки не надувалися, губи були нерухомими:

В морі цар Нептун гуляє,
Круті хвилі піднімає.
Соломинку в рот візьму,
В склянці бурю підніму.

(Юлія Рібцун)

Заспокоєнню сприяють також різноманітні спостереження за тим, як, наприклад, з крану біжить вода, по віконному склу стікають дощові краплинки, пересипається пісок у пісочному годиннику, плавають рибки в акваріумі, фарба розчиняється у воді, розтікається акварель по аркушу тощо.

1.3.2. Своєрідність порушень уваги та пам'яті у дітей з особливими мовленнєвими потребами в умовах війни

Увага та пам'ять – це вищі психічні функції, які допомагають дитині отримувати, засвоювати та в подальшому використовувати нову інформацію, свідомо керувати своїми діями та контролювати їх.

Цікавим є той факт, що середня тривалість зосередження уваги на одному завданні відповідає формулі «вік помножений на два». Наприклад, для запам'ятовування запропонованого матеріалу дітям віком 5-7 років знадобиться 15 хв., 7-10 років – 20 хв., 10-12 – 25 хв., 12 років і більше – 30 хв. За вказану тривалість часу увага та пам'ять дитини виснажується, що потребує перерви чи зміни виду діяльності.

Після отримання психотравми, зокрема в умовах війни, у дитини з особливими мовленнєвими потребами часто виникають загострення емоційних реакцій, рухова розгальмованість у вигляді крутіння ручки, розгойдування на стільці, ускладнюється сприйняття абстрактних понять, погіршуються усне

мовлення, почерк, навички читання та орфографічно правильного письма, з'являється схильність до дисоціативних станів (нестійкість уваги призводить до відчуження думок та / або почуттів), порушення здатності до зосереджуваності та запам'ятовування, хоча це не викликає розладів інтелектуальних здібностей. Дитина може відчувати сором за свою неуважність чи нездатність щось запам'ятати, адже критично оцінює результати своєї навчальної діяльності, мимовільно порівнює їх з тими, які були раніше, і засмучується з цього приводу, відчуваючи деяку неспроможність до навчання.

Варто знати, що комплекс посттравматичних симптомів, пов'язаних з порушеннями уваги та пам'яті, можуть проявлятися не безпосередньо після стресу, а значно пізніше.

Як можна допомогти дитині з особливими мовленнєвими потребами, зокрема із заїканням, у відновленні стану її уваги та пам'яті?

Неприпустимо соромити дитину, говорити їй, що вона неуважна, безголова, розсіяна, недалека або тупа – це погіршить вже і без того низьку самооцінку. Навпаки, потрібно підтримувати прагнення дитини до навчальних досягнень, помічати навіть мінімальні її успіхи, схалювати їх, стимулювати до завершення роботи з отриманням будь-якого результату: «Виконай завдання так, як ти вважаєш правильним, а потім розберемося». Навіть коли дитина не зовсім впоралась із завданням, варто підтримувати її, відмічаючи позитивні риси в її особистості та поведінці, вселяти віру у власні сили, відкривати перспективи на майбутнє. Навіть якщо здатність до навчання знизилася, мріяти все одно можна.

Для повноцінного навчання дитини з функціонально-мовленнєвими труднощами, зокрема в умовах війни, потрібно створити зручний і безпечний освітній простір, що передбачає дотримання чітких і зрозумілих умов та правил, творче виконання окремих навчальних завдань. Слід виробляти у дитини навички само- та взаємооцінювання, самоконтролю під час різних видів діяльності з урахуванням часу виконання та обсягу завдань.

Має бути достатня кількість перерв, які можна перетворити на фізхвилинки. Якщо є вільний час, не слід забувати про рухову активність, особливо на свіжому повітрі. Обов'язково слід чергувати трудові та фізичні навантаження, адже саме через різні види праксису відбувається швидке формування нейронної мережі та відновлюється енерговитратність.

Варто враховувати, що під час переживання стресу, особливо в умовах воєнних дій, робота гіпокампа, який відповідає за довгострокову пам'ять, пригнічується. Отже, потрібно надавати дитині інформацію невеликими порціями, по можливості додаючи під час її засвоєння практичну діяльність та рухи. Обов'язково включати унаочнення викладу навчального матеріалу, кросворди, ребуси. Пам'ятати про те, що навчання психотравмованих дітей відбувається в більш уповільненому темпі.

Доцільно зважати на те, що спрага може негативно позначатися на здатності зосереджуватись, а тому слід вживати достатню кількість питва. Харчування має бути вітамінізованим, різноманітним, а сон – достатнім. Вечорами, особливо перед сном, потрібно обмежувати час користування різноманітними гаджетами, блакитне світло екранів яких розсіює і без того нестійку увагу дитини. Краще вільні вечірні години присвятити іграм у шахи, меморі, судоку, читанню.

Відновленню концентрації уваги та обсягу пам'яті допоможе вправа «Вертка мавпочка». Дорослий пропонує дитині спробувати виконати вправи, які любить показувати мавочка:

Вертка мавпа, наче шило,
Та весела і чудова.
Збоку глянути – так мило.
Миттю жести всі сприймає,
Це тварина загадкова,
На собі відображає.

(Вікторія Стасів)

Можливі варіанти рухів:

1) лівим ліктем доторкнутись до правого коліна, а потім навпаки;

2) лівою рукою потерти праве вухо і навпаки;

3) лівою рукою помасажувати пальці правої ноги та навпаки.

Вправа «Я можу» допомагатиме у виробленні концентрації уваги шляхом утримання предмета на голові.

Мовленнєво-мотиваційне завдання. Сьогодні мама сказала, що хоче віддати мене в спорт, щоб ріс я здоровим і сильним. Раніше вона говорила, що буду таким, якщо їстиму кашу. Та вже нехай, піду-таки в спорт. І ми пішли. Зустрів нас дядечко, якого називали тренер. Він загадував робити то те, то інше. Я все робив, старався. А він мені каже, що я не вмію ходити і спину тримати. А я вмію ходити. А ще бігати, стрибати. А навіщо ту спину тримати? Вона й так тримається. Пожалівся я на дядечка-тренера мамі, а мама мені пояснила і показала, як треба правильно і красиво ходити та спину тримати. Поклала книжку на голову та й ходить собі.

«Та що ж тут такого? – подумав я. – І я так зможу!». Поклав книжку на голову, а вона баах на підлогу. Я поклав її знову, а вона баах на підлогу раз і другий, і третій. Хотів кинути я все, а потім сказав собі: «Давай, Петрику, давай, у тебе все вийде». І вийшло. Ходжу тепер красиво, і спину тримаю рівно. А ти зможеш так пройти, як я? Нумо, спробуй!

(Юлія Рібцун)

Вправа «Весела пушинка», окрім розвитку концентрації уваги, сприятиме удосконаленню дихальної функції. Дорослий пропонує дитині утримати пір’ячко (пушинку) своїм диханням так, щоб воно (вона) не опускало(а)сь:

Біля вікна читає Оля.
А під вікном її – тополя.
В вікно пушинка залетіла,
На носик дівчинці присіла.
Стала носик лоскотати,
Хоче з Олею пограти.
Ось Оля вже тихенько видихає,
Пушинка легко підлітає.
І весело кмітливій Олі
Грати з пушинкою тополі.

(Юлія Рібцун)

Вправа «Неслухняні шнурочки» стане в нагоді для розвитку концентрації зорової та рухової уваги. Дорослий пропонує дитині розплутати вузлики на шнурочках (мотузочках, шнурівці).

Мовленнєво-мотиваційне завдання. Мама зібралася вивести на прогулянку маленького Максимка і попросила Катрусю одягти його, поки закінчить свої справи. Катруся почала одягати братика, взула йому черевички. Тільки почала шнурки зав'язувати, як її мама покликала. Відійшла на хвилинку Катруся, повертається, а там… Максимко сам шнурки зав'язав, та як! – стільки вузлів нав'язав, стільки наплутав, що дівчинка ледве порозв'язувала.

Вибігла Катруся у двір. «Чого ти так довго?» – запитала Наталочка Катрусю. Розповіла дівчинка чому затрималась. «Ой, та що там складного? Розв'язати якісь там вузли!» – «А ти спробуй!» – сказала Катруся. – «Обов'язково спробую», – засміялась Наталочка.

А чи вмієш ти самостійно зав'язувати, розв'язувати та розплутувати шнурки?

(Юлія Рібцун)

Вправа «Спробуй не розлити» спрямована на вироблення концентрації уваги та рівноваги. Дорослий пропонує дитині носити воду в ложці чи склянці так, щоб не розлити.

Мовленнєво-мотиваційне завдання. Бабуся захворіла. Вона лежала в своїй кімнаті і часто кашляла. Лікар виписав бабусі ліки та ще сказав, що їй потрібно багато пити. Мама зібралась піти в магазин і попросила Олега, поки вона повернеться, приглянути за бабусею. Олег тихенько зазирнув до бабусі. Вона усміхнулась онукові та попросила принести водички. Олег кинувся на кухню. Налив з чайника теплого відвару із трав і приніс бабусі. Зробив він це швидко і не розлив ані краплинки. Він приносив рідненькій питво, сам наливав мікстуру у ложку та обережно ніс бабусі. Завдяки старанням рідних бабуся швидко видужала.

А чи доводилось тобі носити воду у склянці чи ложці, не розливши її?

(Юлія Рібцун)

В умовах воєнних дій дітям з особливими мовленнєвими потребами, зокрема заїканням, з метою розвитку уваги та пам'яті доцільно багаторазово повторювати одне й те саме слово в такт ритму серця, на кожен крок, звук

бубна чи метронома (наприклад: щастя – пауза – щастя тощо), зосереджено перебирати намистинки на коралях, виконувати цілеспрямовані вправи на розвиток уваги та пам’яті (див. Додаток 2), а також вправи з нейрогімнастики (див. Додаток 3).

1.3.3. Дитяче горювання в часи війни

Зазвичай коли ми говоримо на тему смерті чи втрати, здається, що це стосується лише дорослих. Але, на жаль, особливо в умовах війни, зазначені питання безпосередньо зачіпають дітей чи опосередковано – через розмови дорослих.

Як саме можна зрозуміти, що дитина, зокрема з особливими мовленнєвими потребами, глибоко переживає втрату та потребує психологічної допомоги?

Поведінкові прояви – різкі зміни в поведінці, збудливість, реактивність;

Ігрова діяльність – відтворення травматичного сюжету в іграх.

Мовленнєві особливості – надмірна мовчазність.

Сон – сновидіння з травматичних тем.

В залежності від віку діти по-різному переживають втрату (горювання).

У віці *до двох років* малюк реагує на зміну емоційного стану близьких дорослих і переживає, якщо когось з них тривалий час немає поруч, проявляючи дратівливість, плаксивість. Зазначені переживання негативно впливають на процеси роботи травної та сечовивідної систем.

У період *від двох до трьох років* дитина починає усвідомлювати, що близький дорослий може бути тимчасово відсутнім, але починає тривожитись і кликати, шукати його, якщо відсутність надто тривала. При втраті значущого дорослого потрібно продовжувати дотримуватись звичного режиму сну та харчування, переключати дитину на різні види діяльності.

Дитина віком *від трьох до п’яти років* ще недостатньо усвідомлює факт смерті. В жодному разі не можна говорити дитині про те, що померла людина заснула. Потрібно обережно пояснити, що тато (дідусь...) помер (загинув) і ніколи не повернеться. Як наслідок глибинних переживань у дитини з

функціонально-мовленнєвими труднощами, зокрема заїканням, спостерігаються зміни настрою (гнів – сум – страх), значно погіршується мовлення, розвивається тривожність, почуття провини (відчуття, що смерть близької людини відбулась саме через неї), з'являються шкірні висипання, болі в животі, головні болі. Зазначені переживання негативно впливають на процеси роботи травної та сечовивідної систем. Потрібно переконати дитину, що до смерті рідної людини вона не має жодної причетності, що її люблять, завжди будуть поруч, про неї піклуватимуться. Важливо пригадувати все спільне позитивне, що відбувалось за життя померлого (ігри, праця, свята, подорожі тощо).

Віковий період *від 6 до 8 років* характеризується більшою усвідомленістю дітьми реальності смерті, особливо в умовах воєнних дій. На втрату, через почуття невизначеності та ненадійності, тотального відчуття страху, діти досить часто реагують агресивністю до оточуючих, грубістю, тому педагоги мають зважати на це і попередити однокласників про причини такої поведінки.

У віці від *9 до 12 років*, незважаючи на характерне для зазначеного періоду прагнення до незалежності, при переживанні втрати дитина з функціонально-мовленнєвими труднощами, зокрема заїканням, відчуває незахищеність, безпорадність, певний регрес, подавлення емоцій. Можуть виникати проблеми із самоідентифікацією, коли дитина намагається привласнити роль померлого. Надзвичайно важливим є донесення до дитини розуміння того, що вона – це тільки вона і такої іншої немає, і має право на щасливе життя, навіть якщо близька людина померла. Спільне якісне дозвілля з близькими (ігри, спорт, рукоділля тощо), зустрічі з друзями – те, що допоможе вийти з депресивного стану.

У *підлітковий період* відчуття ізоляції зумовлено тим, що однолітки, не знаючи як відреагувати на звістку щодо померлої близької людини, уникають підлітків у горюванні. Саме тому підлітки, вважаючи, що якщо їх не розуміють друзі, то тим паче не зрозуміють близькі, можуть тікати з дому, мати суїцидальні прояви, вживати алкоголь чи наркотики. Доцільно проводити

психоедукацію, розповідаючи, що їх переживання є нормальними і виражати, ділитись своїми почуттями важливо, так само як і усвідомлювати власні потреби, вірити в майбутнє, мріяти про здобуття професії.

Варто простежити стадії переживання втрати дітьми, зокрема в умовах війни (див. рис. 2).

Рис. 2. Стадії переживання втрати

Стадія шоку у дітей до трирічного віку проявляється лише у дискомфорті, а вже після трьох років це можуть бути вибухові реакції чи навпаки занурення у себе, мовчазність. Для цієї стадії притаманні порушення сну та апетиту, гіпер- або гіпорухливість, маскоподібність обличчя, розтягування промовлюваних слів, загальне уповільнення темпу мовлення. Варто пам'ятати, що не слід замовчувати факт смерті близької людини, про це потрібно говорити, розуміючи, що на прийняття цього факту потрібен час.

На *стадії заперечення*, незважаючи на розуміння факту смерті, наявності воєнних дій у країні, дитина не може повірити в те, що сталося, змиритися з цим, всі думки зосереджені на померлій людині (дисоціація свідомого та несвідомого). Дитина, особливо із заїканням, з метою захисту психіки, може поринути у фантазійний світ, наприклад, шукаючи очима померлого у натовпі, ніби чуючи його голос, може розмовляти з ним, продовжити будувати плани на майбутнє (сервірувати стіл для нього), не дозволяти віддавати (викидати) одяг, загалом торкатись його речей, сподіваючись, що вони ще знадобляться.

На *стадії гніву та образи*, на відміну від попередніх, у дитини з'являється багато запитань на кшталт: «Чому саме зараз він помер (загинув)? Чому саме він? Чому не я? Чому Бог дозволив йому померти? Чому лікарі не змогли його врятувати? Коли я помру?», зростає гострота переживань. Дитина починає сердитись на померлого, що її ніби залишив напризволяще. Це проявляється в істериках, псуванні одягу, ламанні іграшок, агресивності по відношенню до

однолiток, грубості у стосунках з педагогами, уникненні спілкування з рідними, мутизмі.

Стадія страждання та депресії є пролонгованою. Хвилеподібний нестерпний душевний біль втрати супроводжується плачем навіть при випадкових спогадах про якусь річ чи подію, асоційовану з померлим, або взагалі напряму не стосуватись втрати, а бути пов'язаним із раптовим усвідомленням гострого відчуття самотності. Для цієї стадії притаманна ізоляція, уникнення спілкування з друзями, пригніченість, сльозливість, втрата чи збільшення ваги, порушення апетиту та сну, зниження концентрації уваги та обсягу пам'яті.

Стадія прийняття та реорганізації – завершальний етап переживання втрати, коли дитина поступово емоційно та ментально дистанціюється від померлого (загиблого).

Як допомогти дитині з особливими мовленнєвими потребами, зокрема заїканням, яка переживає втрату (горювання)?

Дитині потрібно забезпечити тихе спокійне місце для усамітнення, відпочинку, заспокоєння.

Незважаючи на власні переживання щодо можливих емоційних реакцій дитини, дорослим не варто приховувати від неї факт смерті (загибелі) близької людини, адже відчуття «неприємної таємниці» у дитини породжує ще більші страхи, провокує виникнення необґрунтованого почуття провини, самонавіювання, що вона не варта довіри. У роздумах дитини може бути присутньою і інша логіка, котра підказує, що довіряти нікому не можна, адже навіть близька людина може зрадити та покинути її. Саме тому потрібно, зважаючи на вік та психо-фізичні особливості дитини, у доступній формі, без деталізацій розповісти що сталося. Це має зробити найдорожчий на цей момент дорослий, якому дитина довіряє повною мірою і з ким може розділити горе.

Потрібно уникати вживання фраз (слів), які були притаманні померлому, використання його речей, пригадування спільних ситуацій, які можуть мимовільно тригерити дитину.

Якщо у дитини виникає бажання поговорити про померлого, слід не зупиняти, не відштовхувати її, а відповісти на всі запитання, переглянути альбоми родинних фотографій, сімейне відео. Потрібно чесно сказати дитині, що кожна людина помирає, але вона (він) житиме ще довго, до глибокої старості.

Природно, що дитина з функціонально-мовленнєвими труднощами може почати плакати, сумувати або виражати агресію, мати бажання повернути час назад, відчувати власну покинутість. Недоцільно говорити дитині фрази на кшталт «Не кричи, бо на тебе він / вона зверху дивиться», «Заспокойся», «Не плач», «Він / вона не хотів (-ла) щоб ти плакала», адже це може бути своєрідною забороною на вираження почуттів. Навпаки можна ділитися власними емоціями, не обтяжуючи дитину, і пропонувати їй виразити свій емоційний стан на папері або в сюжетній грі. Якщо дитина мовчить, але по ній видно, що переживає, можна викликати її на відверту розмову («Я теж за ним / нею сумую», «Він / вона помер (-ла), але продовжує любити нас», «Я розумію, що на переживання суму потрібен час») або запропонувати спільно прочитати молитву, відвідати храм.

Варто обов'язково налагодити співпрацю в інтересах дитини у діадах «дитина – педагог», «педагог – батьки /хтось з батьків або рідних)», «дитина – діти». Обов'язково має простежуватись зв'язок між минулим дитини з темпо-ритмічними порушеннями та її майбутнім – дитина має вірити, що, незважаючи на смерть близької людини, у неї буде щасливе майбутнє. Не слід шкодувати часу, коли відбувається підготовка дитини до сну і сам процес засинання – дитина має почуватись у безпеці та спокійно заснути.

1.3.4. Подолання страхів у дітей з особливими мовленнєвими потребами в умовах воєнних дій

Окрім вікових страхів, в умовах війни дитина із заїканням з гіперактивною лімбічною системою може відчувати страх темряви, гучних звуків, світлових спалахів.

Варто пам’ятати, що не можна знецінювати почуття дитини, адже вони справжні. Приклади для дитини на кшталт: «Ну подивись, ну послухай, це зовсім не страшно» не спрацьовують, а можуть навпаки ще більше посилити фобічні прояви. Теж саме стосується святкування Хелловіну, відвідування вистав ляльового театру з лякаючими героями, читання про них книжок, особливо на ніч. Категорично заборонено використовути страшних для дитини персонажів або загроз покарання з метою «виховання», соромити дитину за її страхи. Буде доречним обмежити час користування дитиною мобільним телефоном, планшетом, комп’ютером.

Варто пам’ятати, що у стані страху у дитини, особливо із заїканням, збивається дихання, темп мовлення, вона може почати говорити надмірно швидко або ще більше запинаючись. Уважно ставлячись до того, що дитина розповідає, можна покласти руку дитини на свій зап’ясток, щоб вона відчувала спокійний пульс дорослого, бачила навмисно глибоке розмірене дихання і переконувалась, що не одна.

Подоланню стресу сприятимуть прослуховування музики, дитячих пісеньок чи аудіоказок у навушниках, смоктання льодяників, жування цукерок-тягнучок (ірисок, жувальної гумки, шматочків сухофруктів, цукатів).

Слід знати, що під час виникнення страху у корі головного мозку можуть блокуватись зони Брока, які відповідають за рухи та мовлення. Саме тому доречно виконувати активні проганяючі страх озвучені рухи. Наприклад: «Геть!», «Киш!», «Йди!», «Пішов!», «Щезни (зникни)!» тощо. Можна пропонувати дитині допомогти черепасі на ім’я Аха прогнати її страхи (див. https://www.youtube.com/watch?v=vQzItvUwkpQ, музика та слова Ганни Чубач).

Подоланню страхів, зумовлених воєнними діями, сприяють такі вправи.

Вправа «Вуха слоненяти» має на меті вплинути на біологічно активні точки на поверхні вушних раковин, зняти напругу та зменшити прояви прояви гіперакузії у дитини з особливими мовленнєвими потребами.

Дорослий пропонує погратися зі слоненям, масажуючи дитячі вуха та читаючи вірш:

Запитала в татуся
Донька-щебетуха:
– Чи слон хоботом скубе
Слоненя за вуха?

– А навіщо це слону?
Так робить негарно.
– Жаль, такі великі вуха
Пропадають марно!

(Грицько Бойко)

Нехай дитина обома долонями з розчепіреними пальцями покаже великі вуха слоненяти, порухає ними вперед-назад. Масаж може спочатку робити дорослий, а згодом обома руками самомасаж буде спроможною виконувати дитина.

Основні масажні рухи:

1. Великим і вказівним пальцями масажувати краї вух згори донизу. Дійшовши до мочки, злегка потягнути її.

2. Можна пом'яти краї вух рухами, які імітують ліплення вареників.

3. Вказівним пальцем промасажувати зони перед і за вухом.

4. Постукати пальцями по навколовушних ділянках спочатку спереду знизу вгору, а потім позаду згори донизу.

З метою позбавлення страху гучних звуків, зокрема сирен або вибухів, доцільно пропонувати вправу «Піймай комарика». Дорослий загадує дитині загадку:

Неведимка-вереда
Все дзижчить та набрида.
Як з'являється цей гість,
Скрізь лунає «лясь» та «трісь». *(Комар)*

(Леся Вознюк)

пропонує ловити комарів, сильно плескаючи над чи перед собою у долоні.

Загалом виконання спільної діяльності з дитиною (малювання, конструювання, виготовлення поробок, предметів ліплення тощо) чудовий спосіб позбавлення від страхів, адже зміцнюватиме відчуття опори. При спілкуванні можна запитувати у дитини з темпо-ритмічними порушеннями чи пам'ятає вона свої маленькі перемоги, коли щось вдавалось і вона досягала

успіху. Вечорами дитині доцільно тепліше одягатись, щоб почуватись розслабленішою на рівні тіла. Іноді страхи бувають настільки сильними, що дитина перестає відчувати власне тіло, і тоді стануть в нагоді тілесні ігри, коли, за попередньою домовленістю з дорослим, рука (нога, коліно, лікоть, плече, долоня тощо) «видає» певний звук (голосний чи приголосний) або звуконаслідування (нявчить, гавкає, мукає, рохкає і т. п.).

Перед сном варто робити дитині з заїканням розслаблюючий масаж, співати колискові. Буде доцільним, з метою «контролю Дня і Ночі», подарувати дитині «захисника від темряви» – невеличкий ліхтарик. Можна пропонувати дитині перед сном слухати віршик, який промовляється утаємничено, спокійним тихим лагідним голосом:

Спить метелик-біланець,
Спить зелений стрибунець,
Спить ромашка і кульбабка,
Під листком заснула жабка.

А маленький світлячок
Не лягає на бочок:
Він засвічує ліхтарик
І чита собі букварик.

(Анатолій Камінчук)

Після прослуховування дитина обходитиме з ліхтариком (спочатку з дорослим, а потім самостійно) свою кімнату, щоб переконатися, що в ній нічого страшного немає.

Поступово, в процесі навчально-виховної, корекційно-розвивальної, психотерапевтичної роботи, діти з особливими мовленнєвими потребами набувають ряд поведінкових ознак, зокрема: мотиваційних – на рівні «я хочу», інтелектуальних – «я можу», інструментальних – «я знаю як (як саме, яким чином)», емоційно-вольових – «я робитиму це!», знову стаючи щасливими:

Я намалюю на папері щасливу дитину,
Де у мирному небі літають птахи.
Я намалюю на папері рідну Україну
Без горя, без печалі, смерті та війни.

(Дмитро Волканов)

РОЗДІЛ 2
ВИКОРИСТАННЯ БІО-ПСИХО-СОЦІАЛЬНОЇ МОДЕЛІ РОЗВИТКУ У РОБОТІ З ДІТЬМИ ІЗ ЗАЇКАННЯМ

2.1. Діти із заїканням у колективі ровесників

Заїкання – один із найскладніших мовленнєвих розладів, що важко долається, травмує психіку дитини, гальмує правильний хід її навчання та виховання, заважає мовленнєвому спілкуванню, утруднює стосунки з оточуючими, особливо в дитячому колективі. Зовні заїкання проявляється у мимовільних зупинках у момент висловлювання та запинаннях за рахунок судом і перенапруження м'язів губ, язика, м'якого піднебіння, гортані, грудних м'язів і діафрагми.

В сучасній логопедичній науці заїкання визначається як порушення темпо-ритмічної організації мовлення, обумовлене судомним станом м'язів мовленнєво-рухового апарату. Виокремлюють еволюційне заїкання (заїкання розвитку), що виникає в період формування мовлення, реактивне заїкання, яке виникає психогенно, на фоні сформованого мовлення, і симптоматичне (вторинне) заїкання, обумовлене органічними захворюваннями мозку у зрілому віці.

Еволюційне заїкання може проявлятись у двох формах – невротичній і неврозоподібній. Виникнення *невротичного заїкання* найчастіше спричинене гострою невротичною реакцією на травматичну подію (психотравму) різної інтенсивності та може розгортатись від періодичних запинань до повної відсутності мовлення (мутизму). Є зрозумілим, що цей вид заїкання доповнюється яскраво вираженою психологічною симптоматикою, посилюючись у підлітковому віці та нівелюючись у дорослому.

Неврозоподібне заїкання з'являється при затриманому розвитку мовлення та залишається стабільним у будь-якому віці. Для 80% дітей із цією формою заїкання притаманні ітерації, які постійно наявні в мовленні.

При будь-якій формі заїкання стане в нагоді вправа «Мовчуни». Дорослий читає дитині вірш:

Ховрах у полі працював,
Зерна чимало назбирав.
Свого мішка ховрах не має.
У рот, за щоки зерно ховає.
Він рот не буде відкривати,
Поки не донесе зерно до хати.
Вас ховрашок запрошує пограти,
Щоб не сказала я –
Потрібно вам мовчати.

(Юлія Рібцун)

Пропонує перетворитись на ховрашка, який несе в роті зерно. Дитина надуває щоки і не має говорити ані слова до того часу, поки дорослий не дозволить це зробити (поки не дійде до комори).

Центральна нервова система дітей із заїканням є надзвичайно чутливою та не витримує сильних перевантажень. Тому конче необхідно створювати спокійну атмосферу та оберігати дітей від фізичних і психологічних травм, бурхливих проявів емоцій, від перебування у колективі гіперактивних, перезбуджених, агресивних дітей. Розглянемо, які технології будуть ефективними в умовах воєнних дій.

2.1.1. Хібукі-терапія як засіб подолання стресів у дітей дошкільного та молодшого шкільного віку із заїканням

Психолого-педагогічна підтримка дітей, які постраждали внаслідок збройного конфлікту в Україні, є важливим завданням сучасної освіти, зокрема й спеціальної, адже розвиток дитини відбувається не лише під впливом лінійних або асинхронних психофізичних змін, а й трансформації соціального середовища, що обумовлює становлення дитячої особистості.

Військові дії здійснюють безпосередній негативний вплив на психічне здоров’я як нормотипових дітей, так і з особливими освітніми, зокрема мовленнєвими, потребами, реалізують надсильну руйнівну дію на психіку, викликають травматичний, часто хронічний, стрес (К. Довгопола, І. Карауш, Т. Костенко, Н. Макарчук, І. Марціновська, Н. Михайлова, О. Орлов, О. Прокопенко, Л. Прохоренко, Ю. Рібцун, І. Сухіна, J. Matson, W. Helsel, T. Ollendick, R. Spritz та ін.).

Хроніфікація стресів в умовах війни особливо несприятливо впливає на дітей із заїканням, які мають і без того ослаблену нервову систему, своєрідні патогенетичні механізми та феноменологію. Вплив психічних травм порушує природню здатність дітей, особливо дошкільного та молодшого шкільного віку, до самовідновлення, послаблює їх адаптивні можливості, внаслідок чого соціальне функціонування відбувається дещо дезадаптивно, зі зниженою активністю, фіксується сенсибілізація дитячої психіки до наступних травмівних чинників, зниження порогу чутливості до можливих несприятливих життєвих факторів, що, своєю чергою, створює підґрунтя до подальшого травмування.

Дошкільний вік є періодом початкового фактичного утворення особистості. За умов типового розвитку у дітей дошкільного віку пізнавальні процеси, в т. ч. й мовлення, інтелектуалізуються та набувають довільного характеру. Моделюючий характер основних видів діяльності дошкільника (ігрової – як провідної, мовленнєвої, образотворчої, конструкторської тощо) реалізується у взаємозумовленій тріаді «дитина – предмет (явище) – дорослий». При цьому основними особистісними новоутвореннями є супідрядність мотивів, диференційована самооцінка, моральні інстанції (етичні норми), нова внутрішня позиція та усвідомлення свого місця в системі суспільних відносин (вимоги дорослих до перебування у закладі дошкільної освіти), прагнення до суспільно значущої діяльності (готовність до подальшого навчання). Спілкування є найважливішим фактором психічного та особистісного розвитку дошкільника, причому у 3-4 роки – це позаситуативно-пізнавальна, у 5-6 років – позаситуативно-особистісна форма (І. Бех, І. Булах, Л. Долинська, Т. Зелінська, Т. Лисянська, С. Максименко, З. Огороднійчук, О. Скрипченко, Н. Співак, С. Ставицька та ін.).

У дітей дошкільного віку із заїканням наявні мовленнєві та соціо-адаптаційні труднощі ускладнюються стресами воєнних дій, а ще недостатньо конструктивним спілкуванням між дитиною та батьками, які, внаслідок підвищеної стривоженості щодо стану дитини, недостатньою обізнаністю про психо-мовленнєві особливості у популяції, поляризовано ставляться до

дошкільника, то надмірно опікуючись, то висуваючи неправомірно високі вимоги.

У молодшому шкільному віці за умов онтогенезу провідною є навчальна, суспільно значуща діяльність, тому соціальною ситуацією розвитку стає вступ до школи і нерозривно взаємопов'язані з ним зростаючі вимоги дорослих, розширення кола спілкування. Психічні процеси продовжують набувати своєї довільності та урегульованості, зокрема процеси вербально-логічної пам'яті, уяви, вольових дій, удосконалюється теоретичне мислення, з'являється внутрішній план дій, розгортається рефлексія, розширюється коло пізнавальних інтересів, стабілізуються норми взаємовідносин. Подальшого розвитку набувають як говоріння та слухання, так і внутрішнє, монологічне, писемне мовлення.

Діти молодшого шкільного віку із заїканням потребують підтримання та підвищення самооцінки, розвитку мисленнєвої, стабілізації емоційної сфер (перепади пригніченого та життєрадісного настрою), зміцнення вольових якостей («я зможу»), вищих інтелектуальних, моральних та естетичних почуттів. Особливо у дітей із темпо-ритмічними порушеннями помітні комунікативні труднощі на рівні спілкування як з дорослими (педагогами та батьками), так і з ровесниками.

Травмуючі події війни у вигляді вимушеного переїзду, втрати особистих речей, близьких людей, тривожні нав'язливі спогади (вибухи, сирени, пожежі, неспокійний переривчастий сон в укритті, кошмари тощо), зниження уваги та мнестично-когнітивних процесів, відчуття відсутності контролю за власним життям, гіперпильність за навколишнім світом, дисоціативні реакції, нестабільність емоційних проявів у гамі «страх – злість – безпорадність – сум», підвищена лякливість і гіперчутливість з паралельним заморожуванням позитивних емоцій та тілесних відчуттів одночасно значно погіршують як загальний психічний стан, так і безпосередньо стан мовлення дітей із функціонально-мовленнєвими труднощами, зокрема темпо-ритмічної складової.

За таких умов виникає гостра потреба у проведенні діагностико-превентивних, психокорекційних, психотерапевтичних, корекційно-розвивальних, навчально-виховних заходів з урахуванням біо-психо-соціальної моделі розвитку дитячого організму (G. Engel). Однією з сучасних психокорекційних технологій є хібукі-терапія (Шай Хен-Галь, Дафна Шарон-Максимов, Ізраїль), заснована на взаємодії дитини, яка має травмівний досвід, з іграшковим песиком Хібукі, котрий виступає перехідним об'єктом у діадах «травма – дитина», «дитина – дорослий», «дитина – ровесник», «дитина – діти».

Курс хібукі-терапії триває 8-10 зустрічей та ефективно діє як на дітей дошкільного (від 4 років), так і шкільного та підліткового (до 17 років) віку. При цьому обов'язковим є психологічний супровід не лише дитини, але і її батьків (близьких).

Песик на ім'я Хібукі, розміром з немовля, стає для дитини, яка пережила стрес або психотравмуючу подію внаслідок воєнних дій, справжнім другом. Хібукі являє собою таку терапевтичну модель, у якій всі деталі ретельно продумані. Сумні очі песика виражають тугу і допомагають травмованій дитині переживати емпатичні відчуття. Вуха Хібукі широкі та довгі, що гарно вміють слухати та чути, можуть послугувати серветкою для сліз, ними можна обняти свої щічки.

Незвичні «долоньки» песика зроблені у формі сердець, на їх поверхні є липучки, що дозволяють тримати Хібукі як позаду себе, захищаючи спину, так і попереду, утворюючи захист для грудної клітки. Його лапи довгі, адже Хібукі створений саме для обіймів.

Обійми – це те, що життєво необхідне для кожної людини, тим паче для дитини, особливо такої, яка, крім психотравмованості, має особливі мовленнєві потреби. Регулярні обійми допомагають відновлювати пошкоджені (втрачені) нейронні зв'язки, збільшувати їх кількість, що забезпечує в подальшому покращення комунікації та психо-емоційної стабільності (Р. Дюссінг, М. Квірін, Ю. Куль, М. Петерссон, К. Увнас-Моберг, А. Шор та ін.). Недарма існує навіть окреме свято – Міжнародний день обіймів, що відзначають 21 січня, адже обійми дарують відчуття тепла, умиротворення, емоційної

близькості, впевненості та захищеності, виступають профілактикою виникнення депресивних станів, емоційних зривів.

Психологічними дослідженнями доведено, що обійми стимулюють ріст (збільшують інсуліноподібний фактор росту IGF-1) і допомагають повноцінно розвиватись, а їх кількість у ранньому та дошкільному віці прямо пропорційно пов'язана з виробленням окситоцину, що відповідає за відчуття радості, любові та прив'язаності (Е. Адріель, Дж. Боулбі, К. Бріш, Р. Геллер, У. Девід, М. Ейсворт, К. Лайт, А. Левін, Л. Петрановська, К. Ранкін, В. Сатір, Е. Чен та ін.). Малюки раннього віку потребують різноманітних сенсорних стимулів, зокрема турботливих ніжних обіймів, для повноцінного розумового та соматичного розвитку, регуляції температури тіла, нормалізації тиску та зміцнення нервової системи.

У дошкільному віці обійми (мінімум 4 рази на день, 8 разів – для підтримки, не менше 12 – для особистісного зростання та повноцінного розвитку) сприяють формуванню емоційної врівноваженості та психорегуляції, стресостійкості, забезпечують позитивний настрій, підвищують самооцінку.

Під час стресу в організмі виробляється значна кількість кортизолу, що становить загрозу для імунної системи, погіршує вербальні, мнестичні функції, може викликати депресивні стани. Саме окситоцин під час обіймів знижує рівень стресу, тривоги та попереджує розгортання подальших травмівних шкідливих впливів.

Проаналізуємо особливості роботи з Хібукі згідно з біо-психо-соціальною моделлю розвитку дитячого організму.

На *біологічному рівні* роботи з приємною на дотик, м'якою іграшкою – це обійми, коли дитина і в кабінеті психолога, і забравши іграшку додому, може тактильно обстежувати песика, торкатися щічкою, цілувати, пригортати, гладити, пестити, брати за лапу, виконувати з ним руханки, гімнастичні вправи, заколисувати, класти з собою в ліжечко тощо, таким чином вивільняючи емоції, задовольняючи сенсорну депривацію.

На *психологічному рівні* дитина після пережитого стресу може не повною мірою психологічно відкриватися та довіряти навіть близьким дорослим через

втрату чи недостатню віру в те, що ті мають вдосталь сил і ресурсів для її захисту. Саме з метою відновлення відчуття довіри та безпеки організується «спілкування» з Хібукі, який може пошепки обговорити з нею її таємниці, поспівпереживати, відволікти увагу від неприємних спогадів і реальних подій, при потребі посумувати разом, таким чином допомагаючи урегулювати свій психо-емоційний стан і мовленнєву функцію. «Синхронізація» з Хібукі дозволяє стабілізувати психо-емоційний та фізичний стан дитини, перенести на песика свої страхи і травмівний досвід, вербалізувати її переживання та привласнити почуття.

На *соціальному рівні* турбота про Хібукі повертає дитині відчуття психофізичних сил, здатність елементарного контролю за тим, що відбувається в її житті, що опосередковано допомагає впоратись із переживаннями. Песик виступає ніби перехідним об'єктом (молодший братик, друг), через який відбувається і процес спілкування, і ігрова діяльність, і психотерапевтичний вплив. Дитина через Хібукі навчається краще усвідомлювати не тільки власні емоції, а й розуміти емоційні стани інших; у неї виховується бажання подбати про них, посильно допомогти з активно-діяльнісної позиції.

Наведемо фрагмент ознайомлювального корекційного заняття з дитиною старшого дошкільного віку з функціонально-мовленнєвими труднощами, використовуючи Хібукі.

Психолог, показуючи дитині іграшку, може пропонувати погратися з песиком, промовляючи слова заклички:

Візьми песика на руки.
Його назвали ми Хібукі.
Зазирни йому у очі.
В тобі він друга знайти хоче.
Його довгі гнучкі лапи
Якраз такі, щоб тебе обнімати.
Ці два великі м'які вушка
Обом вам стануть за подушки.
В Хібукі є кишенька-таємниця,
Якою він готовий поділиться.
Тепер ти можеш нам сказати,
Чи радий (-а) ти такого друга мати?

(Юлія Рібцун)

Доцільно запитати у дитини що саме, на її думку, відчуває Хібукі; який у нього настрій і чому саме такий; чого б він хотів і що вона сама чи разом із

дорослим могла (-и) б зробити для песика. Хібукі може «відповідати», що він буде з дитиною і ніколи не залишить, допоможе забрати її душевний біль, уважно вислухати, і тоді їй стане набагато краще.

На сьогодні міжнародний експерт, психолог по роботі з травмою та посттравмою у дітей та підлітків, директор благодійних реабілітаційних центрів Kinder Velt Дафна Шарон-Максимів проводить навчальні програми з хібукі-терапії для практичних психологів і педагогів України. Кожен, хто пройшов навчання, отримує свого Хібукі, виготовленого на фабриці «Масік» (м. Дніпро). На животику песика є кишенька, а в ній – дві книжечки про історію цуценяти зі Святої Землі (компанія «Така-Мака», м. Львів). Технології хібукі-терапії розширюються і вже наявні Хібукі-стікери для Вайбера, розроблений електронний Хібукі-додаток для смартфонів.

Програма підвищення кваліфікації психологів і педагогів спрямована на популяризацію використання терапевтичної іграшки Хібукі в закладах освіти у воєнні та післявоєнні часи, узгоджена з програмою соціально-емоційного та етичного навчання (СЕЕН), розробленої ГО «ЕдКемп Україна» за підтримки Save the Children in Ukraine, Education Cannot Wait спільно з Hibuki Therapy, Amal (Ізраїль) та апробованої в ряді країн Америки, Європи та Індії. Програма СЕЕН (https://www.edcamp.ua/seelukraine) є результатом проведеного на території нашої держави експерименту всеукраїнського рівня, в якому взяли участь Державна наукова установа «Інститут модернізації змісту освіти» та Інститут проблем виховання НАПН України.

Матриця СЕЕН працює на трьох рівнях – системному, соціальному, особистісному, у трьох вимірах – усвідомленості, співпереживання, залученості. На перетині рівнів і вимірів функціонує ряд компетенцій, як-от: увага і самоусвідомленість, співпереживання собі, саморегуляція, міжособистісна усвідомленість, співпереживання іншим, навички побудови взаємин, поціновування взаємозалежності, визнання спільності з людством, залученість до локальної й світової спільнот. Допоміжним засобом у формуванні зазначених компетенцій у дітей виступає хібукі-терапія.

Отже, однією з передумов створення фізично та психологічно безпечного освітнього середовища в закладах дошкільної та загальної середньої освіти, зокрема в умовах збройного конфлікту, є включення хібукі-терапії, що відповідає усім «індикаторам безпеки», адже травматичний досвід, набутий дітьми, – це психологічно незавершене явище, що зберігає свою актуальність упродовж тривалого часу та потребує корекційних впливів.

Хібукі-терапія – перспективний напрям у психо- та логокорекції дітей з особливими мовленнєвими потребами, зокрема заїканням, особливо в умовах війни. Завдяки проведенню корекційно-розвивальних занять з використанням Хібукі у дітей: 1) поступово нормалізуються:

а) *соматичний* (покращення загального самопочуття, якості сну, нівелювання соматичних симптомів у вигляді головного болю, болю в животі тощо);

б) *емоційно-вольовий* (розширення емоційного функціонування, підвищення самооцінки, збільшення резильєнтності, зниження рівня тривожності, подолання пасивності, байдужості, депресивних станів, відновлення відчуття безпеки);

в) *поведінковий* (нівелювання агресивних тенденцій у міжособистісній взаємодії, підвищення соціального статусу в колективі ровесників, полегшення адаптації, повернення здатності прогнозувати своє майбутнє);

г) *мовленнєвий* (послаблення судом, відновлення дихальної та голосової функцій, повернення інтересу до спілкування) рівні; 2) розкривається творчий потенціал (стимулювання усіх каналів сприйняття, АРТ-терапія, підтримуюча взаємодія, брейстормінг), фіксується тривалий ефект при роботі з дитячою травмою.

2.1.2. Подолання тривожності у підлітків із заїканням в умовах війни

Перехідний етап між дитинством і дорослістю називають підлітковим. Його хронологічні межі тривають від 11-12 до 14-15 років. Саме в цьому віці відбувається удосконалення нейронів кори головного мозку, розширюються

асоціативні зв’язки між різними мозковими ділянками, посилюються процеси гальмування. Якісно характеризує підлітковий вік зростання соціальної активності дітей, глибока перебудова взаємин підлітка з оточуючими, що зумовлює відповідну кризу.

Підлітки з особливими мовленнєвими потребами, зокрема із заїканням, незважаючи на своєрідність усного та писемного мовлення, у повній мірі оволодівають здатністю оперувати гіпотезами при розв’язуванні інтелектуальних задач. Підлітки здатні аналізувати абстрактні ідеї, шукати помилки та логічні протиріччя в умоглядних судженнях. Відбувається інтелектуалізація пізнавальних процесів, зростає їх керованість та урегульованість, перехід зовнішніх дій у внутрішній, мисленнєвий план.

У підлітковому віці мислення визначає особливості функціонування пам’яті. Крім розвитку довільної та опосередкованої, у підлітків починається активний розвиток логічної пам’яті, яка поступово займає домінуюче місце в процесі запам’ятовування навчального матеріалу, уповільнюється розвиток механічної пам’яті. У підлітковому віці спостерігається зниження успішності, інтересу до учіння, воно для підлітка набуває особистісного змісту, перетворюючись на самоосвіту.

Підлітки з темпо-ритмічними порушеннями соромляться своїх мовленнєвих особливостей, воліють залишатися наодинці, хоча й прагнуть бути в колективі ровесників. Часто бажання самоствердитись і неспроможність це зробити поглиблюють підліткову кризу, підсилюють тривожність.

Якщо за умов типового розвитку основною особливістю удосконалення читацьких навичок у підлітків є розвиток здатності декламувати напам’ять, у монологічному мовленні з’являється вміння самостійно готувати усний виступ, розкривати міркування, висловлювати думки та аргументувати їх, у писемному мовленні відточується майстерність письмового викладу змісту самостійного твору на задану чи довільну тему, то в осіб з особливими мовленнєвими потребами все відбувається значно складніше. Знаючи відповідь на поставлене питання, підліток іноді не може відповісти взагалі через сором’язливість,

надмірне знічення та невпевненість у власних силах, або відповідь є випадковою, часто неправильною. Вербально обґрунтувати хід своїх думок підлітки з порушеннями мовлення нерідко не в змозі. В писемному мовленні підлітки часто використовують однотипні, короткі речення. Декламуючи вірші не користуються інтонаційними засобами виразності. Загалом їх мовлення тихе, маловиразне, дещо монотонне, з необґрунтованими паузами в середині речення. Підліток з порушеннями мовлення знає, як слід вимовити той чи ін. звук, побудувати речення, оформити текст. Заважає цьому відсутність практики використання наявних знань, упевненості у спроможності виконати поставлене завдання, зависокий рівень тривожності.

Підліток починає усвідомлювати себе як особистість – члена суспільства та учасника міжособистісних взаємин. Центральним новоутворенням у самосвідомості підлітка є почуття дорослості, що виявляється у прагненні бути й вважатись дорослим. Інтимно-особистісне спілкування виходить для підлітка з порушеннями мовлення на перший план. Пошук друзів, у т. ч. й серед дорослих, які б не висміювали його наявні труднощі, а поважали, підтримували гідність, допомогли самовдосконалитися – найважливіша потреба підліткового віку.

Задоволення прагнення підлітка з особливими мовленнєвими потребами до спільної діяльності з ровесниками й бажання бути визнаним, подолання невпевненості та тривожності можуть стати основою як логокорекційної, так і психо-корекційної роботи. Особливо зазначені завдання є важливими під час воєнних дій, коли у всіх категоріях і верствах населення значно зростає рівень тривожності у вигляді частого і тривалого відчуття неспокою чи нервозності через реальні чи передбачувані наслідки щоденних ситуацій.

Наведемо приклади міні-тренінгів з подолання тривожності у підлітків з порушеннями мовлення.

Підлітки з постійною тривожністю, особливо із заїканням, можуть відчувати себе ізольованими і такими, що застрягли в нав’язливих думках та імпульсивній поведінці. Невміння розповісти, що відбувається з ними, ще

більше погіршує стан підлітків з порушеннями мовлення. Тому як фахівці, так і батьки, ще до початку проведення міні-тренінгу (вправи) мають заздалегідь ознайомлюватись із його (її) змістом, кількаразово пояснювати суть завдання, залучати в групу учасників як з типовим, так і порушеним мовленням, створюючи відчуття підтримки, взаємодопомоги та довіри.

Пропоновані вправи (за Кевіном Грузевські) допоможуть знизити рівень тривожності і навчитись її контролювати. Вправи поділені на три рівні:

1) розуміння тривожності (рівень І),

2) вплив тривожності на мене та моє життя (рівень ІІ) і

3) способи подолання тривожності (рівень ІІІ).

Рівень І

Портрет тривожності

Мета: знайомство з власною тривожністю.

Обладнання: папір, кольорові олівці, фломастери, клей, старі журнали чи роздруковані зображення, які ілюструють тривожність.

Покрокові інструкції:

1. Попросіть підлітків дати визначення тривожності як вони її розуміють. Обговоріть, наскільки по-різному можна відчувати тривогу.

2. Запропонуйте учням кілька хвилин на роздуми про те, що для них означає тривожність і як вона на них впливає.

3. Виділіть підліткам 15 хв на створення портрету тривожності, використовуючи наявні матеріали.

4. Поки учасники групи створюють портрети, задавайте питання, які допоможуть їм поглянути на тривогу по-різному. Як тривожність виглядає для вас?

5. Запропонуйте учням познайомити учасників групи зі своїми створеними портретами тривожності та розповісти про них.

6. Обговоріть відкриття, зроблені групою.

Питання для обговорення:

1. Як творчість допомагає дати особисте визначення тривожності?

2. Які інсайти були у вас під час створення портрету?

3. Яке розуміння своєї тривожності допоможе знизити її рівень у майбутньому?

Професійні поради:

1. Заохочуйте підлітків втілювати будь-які ідеї, які спадуть їм на думку. Немає правильних і неправильних портретів.

2. Якщо учні не хочуть показувати створені портрети, дозвольте їм обмежитись описом у вигляді кількох фраз.

3. Забезпечте учнів якомога більшою кількістю різних зображень, старих журналів, ін. матеріалів для творчості, щоб стимулювати нові ідеї.

5 основних тривог

Мета: уважне вивчення та аналіз власних тривог.

Обладнання: папір та олівці.

Покрокові інструкції:

1. Обговоріть наскільки тривожність може заважати нормальному життю.

2. Попросіть підлітків пригадати, як тривожність впливає на їхнє життя.

3. Обговоріть, як розуміння конкретних причин для неспокою допомагає виявити підґрунтя початку виникнення тривожності.

4. Виділіть 2 хв, за які підліткам потрібно написати якомога більше приводів для неспокою.

5. Тепер попросіть кожного проглянути складений список, вибрати з нього 5 основних причин для неспокою, записати їх на окремому аркуші паперу.

6. Попросіть написати поруч будь-які думки, які асоціюються з цими приводами для неспокою.

7. Запропонуйте підліткам зачитати 5 виділених ними основних тривог і обговоріть їх.

Питання для обговорення:

1. Що турбує вас найбільше?

2. Якими тривогами ви хочете поділитись з іншими учасниками групи?

3. Як оцінка власної тривожності може стати першим кроком до її подолання?

Професійні поради:

1. Допомагайте учням під час мозкового штурму, щоб їм було легше пропонувати ідеї з проблем, які найсильніше турбують вас у школі.

2. Якщо у вас є маркерна дошка, сміливо напишіть на ній список причин для неспокою.

3. Зверніть увагу на те, що кожен привід для неспокою правомірний.

Дорожня карта тривог

Мета: визначення та обговорення тригерів тривог.

Обладнання: папір, кольорові олівці чи фломастери.

Покрокові інструкції:

1. Обговоріть як певні люди, місця чи ситуації можуть провокувати тривожні думки чи посилювати їх.

2. Зверніться до підлітків із проханням навести приклади тригерів тривожності, наприклад: школа, батьки, хулігани, військові дії.

3. Попросіть дітей скласти «дорожню карту» власних тривог. Запропонуйте їм почати з дому – поставити мітку «ви тут» і провести маршрути до ін. аспектів життя, які викликають тривогу.

4. Заохочуйте учасників відмічати різними кольорами різні рівні тривоги.

5. Запропонуйте учням описати, чому саме тут вони відчувають тривогу.

6. Попросіть підлітків на карті створити альтернативний маршрут, який би дозволив уникнути певних тригерів.

7. Запропонуйте дітям познайомити ровесників зі своїми дорожніми картами та обговорити відкриття.

Питання для обговорення:

1. Які місця на карті викликають найбільшу тривогу? Чому саме?

2. Чи помітили ви які-небудь повторювані мотиви на своїй дорожній карті?

3. Як визначення власних тригерів тривоги допомагає знизити рівень тривожності?

Професійні поради:

1. Поясніть учням, що карта скоріше символічна, ніж реалістична, і заохочуйте до творчості при її створенні. Нехай вона буде схожою на карту пошуку скарбів чи лабіринт.

2. Обговоріть, чому альтернативні маршрути не завжди можливі – наприклад, неможливо уникнути навчання в школі, але виявлення тригерів допомагає краще зрозуміти свої тривоги.

3. Продемонструйте приклади дорожніх карт тривожності, щоб учні зрозуміли, чого від них очікують.

Тривожність – не лише думки

Мета: дослідження тілесних відчуттів тривожності.

Обладнання: папір, олівці, маркерна дошка, маркери різних кольорів для кожного з учасників.

Покрокові інструкції:

1. Поясніть, що тривожність – це не тільки думки, у неї є реальні фізичні прояви.

2. Попросіть учнів навести приклади того, як вони відчувають тривогу в тілі.

3. Дайте підліткам кілька хвилин, щоб пригадати ситуацію, яка викликає у них тривогу.

Попередьте про необхідність звертати увагу на фізичні симптоми та записувати їх (див. рис. 3).

4. Поки учні пригадують, намалюйте велике контурне зображення людини на маркерній дошці.

5. Коли закінчиться час для спогадів, роздайте кожному аркуш із контурним зображенням людини. Попросіть кожну дитину відмітити на зображенні людини 5 фізичних проявів тривожності, які вони відчувають найчастіше. Вони можуть зафарбовувати зони різними кольорами, обводити їх чи навіть підписувати.

6. Обговоріть отримані зображення людини на малюнку.

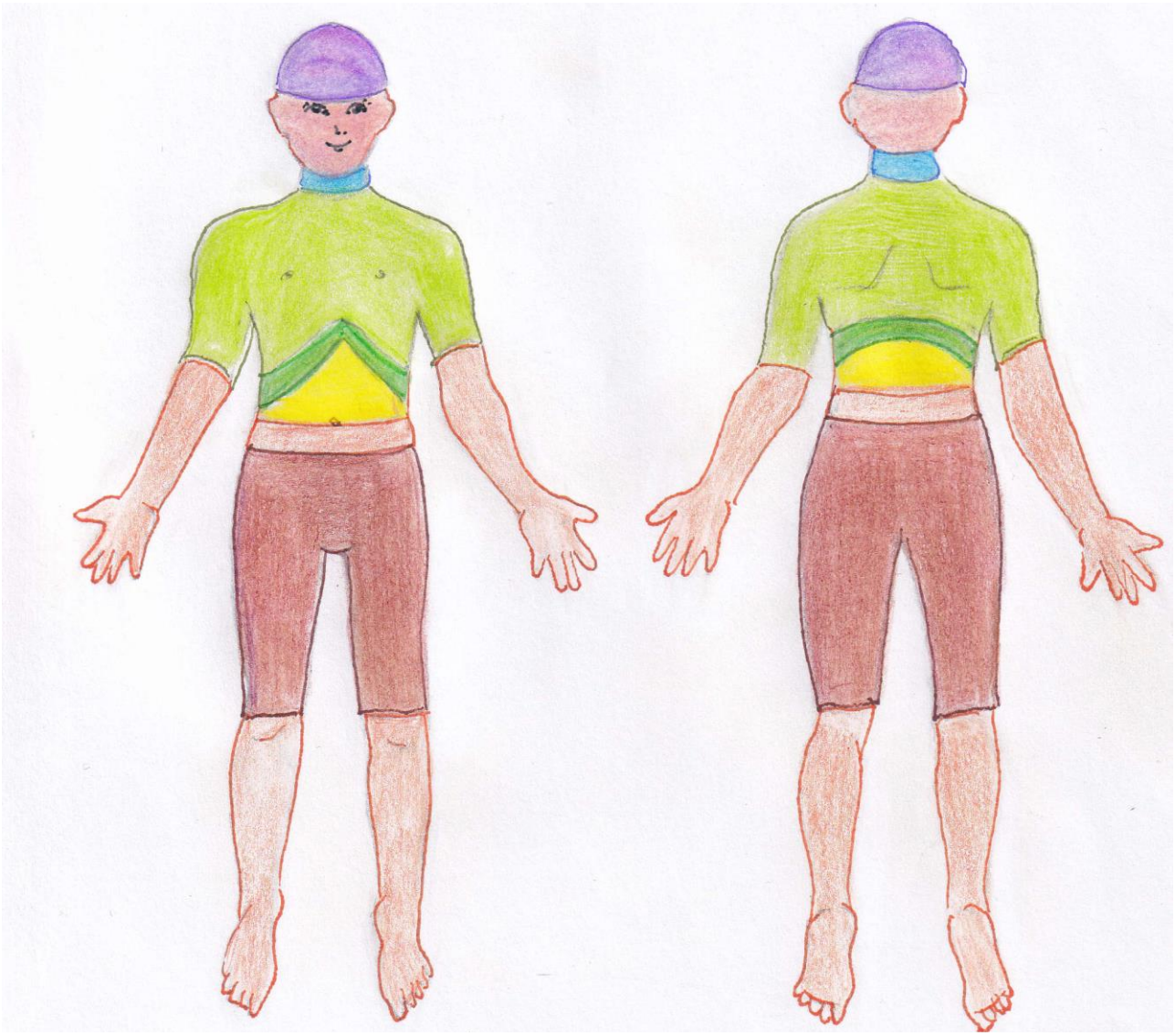


Рис. 3. Психосоматичні блоки

Питання для обговорення:

1. В яких частинах тіла тривога відчувається найсильніше?

2. Що ви помітили спільного в зображеннях ін. учасників групи?

3. Які переваги дає розуміння фізичних проявів тривоги?

Професійні поради:

1. Переконайте учнів у тому, що немає правильних і неправильних відповідей – кожен відчуває тривогу по-своєму.

2. Подумайте про те, які б зауваги можна було б додати до кожної відміченої частини тіла. Наприклад, якщо хтось обвів рот, то поряд треба написати – стиснуті щелепи.

Тривожні заголовки

Мета: з'ясувати, як реальні події і заголовки новин можуть провокувати тривожність.

Обладнання: папір, олівці, маркерна дошка, маркери.

Покрокові інструкції:

1. Обговоріть, який вплив місцеві та глобальні події здійснюють на рівень тривожності.

2. Попросіть учнів розповісти, як вони дізнаються про новини. Наприклад, дивляться по телевізору, читають у соцмережах, на сайтах новин. Обговоріть надійність цих джерел інформації.

3. Заохочуйте учнів до записування на аркуші паперу прикладів заголовків, які провокують тривогу (реальних чи вигаданих).

4. Запропонуйте підліткам вибрати один заголовок для обговорення з учасниками групи.

5. Нехай діти по черзі запишуть свої заголовки на дошці.

6. Обговоріть кожен заголовок: чому він викликає тривогу і що можна зробити, щоб знизити тривогу чи уникнути її при читанні заголовків такого типу в майбутньому.

Питання для обговорення:

1. Які види заголовків викликають у вас найсильнішу тривогу?

2. Як розуміння надійності джерела інформації допомагає впоратись з тривогою?

3. Що ви можете зробити, коли вам важко зрозуміти смисл місцевих і глобальних подій?

Професійні поради:

1. Попросіть учнів коротко пояснити їх вибір заголовків.

2. Зверніть увагу підлітків на те, що будь-який заголовок, великий чи маленький, є потенційною причиною для тривоги.

3. Складіть разом з підлітками список подій, що відбуваються навколо них, і які вони можуть чи не можуть контролювати.

Рівень 2

Неспокій чи тривога

Мета: виявлення та оцінка щоденних приводів для неспокою, щоб уникнути підтримання тривожності.

Обладнання: папір, олівці.

Покрокові інструкції:

1. Попросіть учня дати визначення неспокою та тривоги.

2. Попросіть підлітка навести приклади неспокою. Обговоріть те, що тривожитись це досить нормально, але неспокій може призвести до тривожності.

3. Виділіть кілька хвилин на роздуми про щоденні причини для неспокою і попросіть скласти список із 10 пунктів.

4. Тепер попросіть дитину оцінити за шкалою від 1 до 10, де 10 – дуже сильна тривога і ступінь неспокою.

5. Прогляньте рейтинг приводів для неспокою і тривоги. Обговоріть, що, можливо, це тривоги нормальні чи все-таки вони заважають насолоджуватись життям.

6. Обговоріть, як можна впоратись із сильними тривогами та почувати себе спокійніше.

7. Біля кожного пункту попросіть дитину записати конкретний спосіб подолання неспокою і тривоги з допомогою позитивного внутрішнього діалогу чи стратегій подолання.

Питання для обговорення:

1. Що турбує вас найчастіше? Як ви вважаєте, чому?

2. Чи не хочете ви змінити деякі з оцінок після їх обговорення?

3. Як визначення і оцінка особистих причин для неспокою допомагають знизити тривожність?

Професійні поради:

1. Зверніть увагу на те, що всі приводи для тривоги правомірні.

2. Спитайте чому учень оцінив свої різні прояви неспокою і тривог саме так?

3. Якщо дозволяє час, попросіть дитину визначити, які прояви неспокою чи тривоги пов’язані з тим, що підліток не може їх контролювати.

Рефлекси тривоги

Мета: вивчення негативного впливу тривожних думок і можливості їх переростання в компульсивну (нав’язливу) поведінку.

Обладнання: папір, олівці.

Покрокові інструкції:

1. Познайомте з варіантами компульсивної поведінки як повторюваними діями у відповідь на певні думки чи емоції.

2. Попросіть учнів навести приклади того, як думки, так само як і рефлекси, можуть обумовлювати певну поведінку.

3. Обговоріть, як тривожні думки викликають компульсивну поведінку. Поясніть учасникам, що розуміння шаблонності дій може допомогти зупинити замкнене коло негативних думок і вчинків.

4. Надайте кожному підлітку можливість проілюструвати ментальні рефлекси. Попросіть підлітків записати тривожну думку на аркуші паперу. Коли учні читатимуть свої думки, попросіть їх торкнутись аркуша паперу так,

ніби він розжарений. Коли учасник забере руку, запропонуйте навести приклад компульсивної поведінки, пов’язаної з даною думкою.

5. Обговоріть вправу з групою та закріпіть досвід.

Питання для обговорення:

1. Обговоріть ситуації, коли тривога виникла дуже швидко – так само як відсмикуєш руку від гарячої сковорідки.

2. Як розуміння того, що певні тривожні думки провокують відповідну поведінку, допомагають ефективніше впоратись з тривогою.

Професійні поради

1. Якщо у вас є дошка, запишіть на ній приклади тривожних думок і компульсивних станів, які пропонують учні. Візуальна допомога може бути дуже цінною.

2. Щоб зробити вправу цікавішою, попросіть одну дитину називати тривожну думку, а ін. − компульсивну поведінку, яка може бути з нею пов’язана.

Як тривожність впливає на мене

Мета: розуміння реакцій, які викликає тривога.

Обладнання: кубик, маркерна дошка, маркери.

Покрокові інструкції:

1. Обговоріть, як тривога впливає на різні сфери життя.

2. На маркерній дошці напишіть наступне:

1) думки; 2) емоції; 3) тіло; 4) поведінка; 5) стосунки; 6) соціальні взаємодії.

3. Попросіть школярів своїми словами описати, що означає кожна з цих категорій.

4. Поясніть, що тепер учасники по черзі будуть кидати кубик і розповідати, який вплив здійснює тривога на ту сферу життя, яка відповідає зазначеній цифрі. Наприклад, якщо на кубику випала трійка, то потрібно буде розповісти про фізіологічні реакції на тривогу – напруження в грудях, поверхове дихання тощо.

5. Нехай кожен підліток кілька разів кине кубик і розкаже про вплив тривоги.

6. Підведіть підсумки та обговоріть відкриття, зроблені групою.

Питання для обговорення:

1. Які реакції на тривогу згадувались найчастіше?

2. Які відповіді здивували вас? Які знайшли відгук у вашій душі?

3. Як розуміння реакції на тривогу допоможе вам краще долати її у майбутньому?

Професійні поради:

1. Якщо немає кубика, напишіть категорії на аркушах паперу, попросіть витягувати їх навздогад.

2. Якщо якась категорія викликає труднощі, дозвольте ін. учням прийти на допомогу.

3. Замість категорій напишіть назви сценаріїв. Наприклад, неспокій про оцінки. Хай підлітки кидають кубик, щоб визначити, який саме сценарій із них розігрувати.

Коли неспокій стає на шляху

Мета: вивчення негативного впливу неспокою на заняття улюбленими справами.

Обладнання: папір, картонні основи туалетного паперу, олівці, скотч.

Покрокові інструкції:

1. Обговоріть, як безпричинний неспокій посилює тривожність і може завадити у досягненні цілей, зокрема рухові вперед.

2. Попросіть учнів навести приклад прояву легкого неспокою, який може перерости в тривогу.

3. Розподіліть підлітків на пари і поясніть, що кожна пара будуватиме паперову башту, яка символізуватиме неспокій, що стоїть на заваді досягненню особистих цілей.

4. Розподіліть для кожної пари по одному з джерел неспокою, записаних на дошці. Проінструктуйте учнів:

А) Зробити основу башти за допомогою 5-7 циліндричних форм (картонна основа з туалетного паперу).

Б) На кожному циліндрі написати незначний неспокій, який може викликати тривогу.

В) Покласти аркуш паперу на основу і поставити зверху 3 циліндри, написати на цих циліндрах симптоми чи варіанти поведінки, викликані варіантами неспокою, які знаходяться нижче.

В) Покласти ще один аркуш паперу на 2 рівень, поставити зверху один циліндр, що являє собою рішення, яке необхідно прийняти, щоб ліквідувати тривогу.

5. Попросіть кожну пару пояснити логіку побудови своєї башти і поділитись відкриттями, які вони зробили.

Питання для обговорення:

1. Які з ваших проявів незначного неспокою досить часто з часом розростаються?

2. Які труднощі виникли під час будівництва башти?

3. Розв'язання яких питань, що викликають неспокій, по мірі їх виникнення, дозволяє легше досягти особистої мети?

Професійна порада:

Щоб ускладнити вправу, додайте башті поверхів.

Настільна гра тривог

Мета: створення настільної гри, яка допомагає поговорити про тривоги.

Обладнання: цупкий папір, маркери, олівці, кубики, маленькі предмети в якості фішок.

Покрокові інструкції:

1. Поділіть підлітків на підгрупи. Попросіть їх створити настільну гру, яка б підкреслювала позитивні та негативні способи подолання тривоги.

Поясніть учасникам наступне:

А) довжина дороги повинна складати 15-20 «камінців» від старту до фінішу.

Б) половина «камінців» має бути відмічена числами від +1 до +3 і містити в собі приклади позитивного внутрішнього діалогу чи стратегії подолання тривоги.

В) друга половина має бути відмічена числами від −1 до −3 і містити в собі приклади неефективної стратегії подолання тривоги.

2. Попросіть дітей обмінятись іграми і зіграти в них за наступними правилами:

А) Кожен гравець вибирає фішку, кидає кубик, пересуває фішку на відповідний «камінчик».

Б) Гравець висловлює свою думку про те, що написано на «камінчику» і як це може прискорити чи загальмувати процес подолання тривоги.

В) Виграє той, хто перший досягне фінішу.

Питання для обговорення:

1. Опиши свої відчуття від усвідомлення ефективності власної настільної гри. Як це змінило ваше ставлення до тривожності?

2. Які «камінці» здались вам незвичними у настільній грі ваших товаришів?

Професійні поради:

1. Щоб зробити гру цікавішою, додайте ін. типи «камінців»: пропустити хід, кинути кубик ще раз.

2. Можна розділити вправу на 2 заняття: створення настільної забави, гра в настільну гру ін. команди.

Рівень 3

Медитація гір

Мета: використання цілеспрямованої медитації з метою усвідомлення тривожних думок у минулому.

Покрокові інструкції:

1. Обговоріть як тривожні думки вільно проходять крізь нас, точно так, як і будь-які думки чи емоції.

2. Попросіть підлітків зручно сісти (стати), заплющивши очі, і «проведіть» їх по наступній медитації.

А) Ви – гора: висока, міцна, непохитна.

Б) Зараз весна. Весна приносить шторми. Шторми сильні, але вони минають, так само як і ваші тривожні думки.

В) Тепер настало літо. Ви відчуваєте нестерпну спеку, але всередині залишаєтесь холодними і зібраними.

Г) Осінь приносить свої зміни. Листя на ваших деревах зафарбовуються у різні кольори. Вас можуть турбувати ці зміни, але ви так само непорушні.

Д) Зима приносить холод і морок. Але навіть найхолодніші ночі не можуть вас похитнути, ви залишаєтесь такими ж сильними. Адже ви точно знаєте, що і це мине.

Є) Змінюються пори року і все змінюється навколо нас, але наша сила залишається непорушеною, здатною впоратись з усім, що відбудеться. Ви – гора. Ви – сильні.

3. Надайте учням можливість зробити кілька глибоких вдихів і видихів і повернутись до дійсності.

Питання для обговорення:

1. Чи допомогла вам ця вправа змінити ваше ставлення до тривоги? Яким чином?

2. Як розуміння тимчасовості тривог допоможе вам бути сильними у складній ситуації?

Професійні поради:

1. Намагайтесь ліквідувати будь-які відволікаючі фактори на час виконання вправи.

2. Робіть довгі осмислені паузи, щоб учні змогли поміркувати про кожен крок.

Розмова зі своїми страхами

Мета: пошук варіантів позитивної розмови зі своїми страхами.

Середовище для проведення: простір (спортивна зала, спортивний майданчик)

Покрокові інструкції:

1. Попросіть учнів запропонувати ідеї тривожних думок і ситуацій.

2. Обговоріть як стратегії подолання допомагають знизити тривожність.

3. Запропонуйте учням стати в шеренгу, а одній дитині – обличчям до них на відстані 2-3 м і поділитись думками чи ситуацією, яка може спровокувати тривогу.

4. Попросіть кожного учня із шеренги представити свій варіант позитивного внутрішнього діалогу чи стратегії подолання, а підлітка навпроти – вибрати 2 варіанти, які сподобались йому найбільше.

5. Підліток, який запропонував перший варіант, робить 2 кроки вперед. Учень, який запропонував 2 варіант, що сподобався, робить один крок уперед.

6. Той, хто стоїть перед шеренгою, продовжує ділитись своїми тривожними думками та ситуаціями, поки хтось із дітей не порівняється з ним.

7. Тепер переможець стає навпроти шеренги і вправа повторюється.

8. Обговоріть ідеї та відкриття, зроблені під час заняття.

Питання для обговорення:

1. Які ключові відкриття, зроблені під час вправи, ви зможете використовувати в повсякденному житті?

2. Як навичка заперечення своїм страхам допомагає впоратись із тривожністю?

Професійні поради:

1. Запропонуйте список думок і ситуацій, які викликають тривогу, якщо учням складно скласти свій.

2. Нагадайте дітям, що вибір кращої відповіді суб’єктивний і повністю залежить від ведучого.

3. Обговоріть, чому саме ця відповідь виявилась найкращою.

Відповідайте, але не реагуйте

Мета: формулювання відповіді замість реакції на тривогу.

Середовище для проведення: простір (спортивна зала, спортивний майданчик).

Обладнання: конуси чи ін. предмети для розмітки

Покрокові інструкції:

1. Обговоріть, як тривога примушує подумки метушитись і заважає ясно мислити. Поясніть, як незначна пауза допомагає відповідати на тривогу замість того, щоб реагувати на неї.

2. Звільніть простір від зайвих предметів, на які можна наштовхнутись, поставте 2 конуси на відстані 1-2 м (2-3 м) один від одного. Попросіть учнів стати на відстані 1 м (1,5 м) від конусів.

3. Попросіть бажаючого довільно вибрати тривожну думку чи ситуацію.

4. Запропонуйте підлітку бігати від одного конусу до іншого, проговорюючи вголос тривожну думку чи ситуацію. Одночасно залучіть інших учнів до придумування варіанту, як «спринтер» може конструктивно відреагувати на цю думку чи ситуацію.

5. Коли у когось з учасників відповідь буде готова, він повинен гучно промовити: «Стоп…Вдих…Видих...» − щоб «спринтер» зупинився і зробив кілька глибоких вдихів і видихів.

6. Хай учень, який запропонував рішення, озвучить свою пропозицію і попросить «спринтера» висловити власну думку.

7. Якщо «спринтеру» подобається рішення, то учень, котрий запропонував його, починає бігати. Якщо ні, то біг буде продовжувати той самий підліток, поки йому не сподобається чиясь пропозиція.

Питання для обговорення:

1. Як часто тривожність заважає вам раціонально міркувати?

2. Як можливість зробити паузу, подумати і тільки після цього відповісти допомагає впоратись із тривожністю?

Професійні поради:

1. Якщо чиясь пропозиція не сподобається «спринтеру», попросіть його обґрунтувати своє рішення перед тим, як продовжити біг.

2. Щоб учням було цікавіше, розгляньте ін. варіанти фізичної активності – відбивання м'яча від підлоги, жонглювання повітряною кулькою на ходу.

Моє безпечне місце

Мета: об'єднання варіантів спокійного роздумування із веденням щоденника в якості безпечного місця.

Обладнання: папір, олівці.

Покрокові інструкції:

1. Обговоріть як тривога примушує нас відчувати себе незахищеними.

2. Поясніть, що на занятті учасники створять для себе місце, де вони морально та фізично будуть відчувати себе в безпеці.

3. Виділіть кілька хвилин на те, щоб учні уявили ідеальне безпечне місце.

4. Поки учні фантазують, допомагайте їм уявити це місце максимально яскраво, наприклад, задавайте питання: «Що ви бачите навколо? Ви чуєте музику чи звуки природи?».

5. Попросіть підлітків якомога детальніше записати те, що вони уявляли.

6. Запропонуйте учасникам скласти список із 3 варіантів того, що вони можуть зробити, щоб створити таке безпечне місце, наприклад, завантажити спокійну музику.

7. Пропонуйте дітям поділитись деталями свого безпечного місця, якщо воно не викликає у них знічення.

8. Обговоріть, як можливість уявити власний безпечний простір під час тривожної ситуації допомагає заспокоїтись.

Питання для обговорення:

1. Що саме вам подобається найбільше у вашому безпечному просторі?

2. Як ви можете створити реальний безпечний простір?

3. Як ви вважаєте, чи допоможе повернення подумки в ваше безпечне місце знизити тривожність, яким чином?

Професійні поради:

1. Заохочуйте дітей робити уявне зображення безпечного простору якомога більше детальним.

2. Якщо підлітки не хочуть писати про своє безпечне місце, вони можуть його намалювати.

3. Дозвольте учням самим вирішувати чи будуть вони ділитись з учасниками своїм безпечним простором.

План подолання тривоги

Мета: здійснення мозкового штурму конкретних способів подолання тривоги.

Обладнання: папір, олівці.

Покрокові інструкції:

1. Обговоріть наскільки простіше зробити правильний вибір у тривожній ситуації, якщо є план конкретних дій.

2. Поясніть, що ефективний план подолання включає реалістичні способи впоратись з тривогою.

3. Попросіть записати вгорі аркуша паперу мінімум 5 людей, місць чи ситуацій, які провокують у них тривогу.

4. Внизу під цими тригерами запропонуйте скласти список мінімум із 3 стратегій подолання, які можуть допомогти їм справитись із тривогою.

5. На протилежній стороні аркуша учасники складають приблизний план подолання із 5 пунктів у вигляді «я-повідомлень», які б виражали їх тривогу та намір впоратись із нею. Наприклад: «Коли мені буде самотньо і тривожно, я зателефоную кращому другу та розповім йому як пройшов мій день».

6. Обговоріть прогрес і відкриття, зроблені під час виконання вправи.

Питання для обговорення:

1. Опишіть ситуацію, коли ви відчували тривогу і не знали що робити.

2. Чому важливо володіти такими стратегіями подолання, які б підходили саме для ваших тривожних ситуацій? Як складання плану подолання допомогло по-іншому поглянути на власну тривожність?

Професійні поради:

1. Це дуже індивідуальна вправа, тому краще проводити її в маленьких групах. Результати вправ будуть кращими, якщо підлітки вже виконували ін. завдання на управління власною тривожністю.

2. Переконайтесь, що підлітки вибирають конкретні, саме для даної ситуації «я-повідомлення».

3. Надайте нагороду в кінці за те, що підліток виконає поставлене завдання. Наприклад: «Коли я використовую стратегію подолання зі списку, я можу побалувати себе чимось смачненьким».

У взаєминах з дорослими у підлітків загострюються почуття власної гідності, прагнення до рівноправних стосунків, присутність завищених уявлень про міру власної дорослості, що може загострюватись умовами війни. Чи не найважливіша потреба підлітка – це бажання бути визнаним і прийнятим ровесниками, незважаючи на стан власного психо-мовленнєвого розвитку, тому задоволення дорослими його прагнення до спільної діяльності, додаткове створення безпечних і толерантних умов – важлива складова навчально-виховної та корекційно-розвивальної роботи.

2.2. Поствійна: відновлення усвідомлення дітьми своїх базових потреб

Сучасні реалії кризових викликів, зокрема умови війни, значно інтенсифікують вже існуючі у дітей з особливими мовленнєвими потребами різні типи труднощів (фізичні, функціональні, навчальні, соціоадаптаційні), що потребує значної уваги як з боку батьків, так і педагогів.

Психологічно-соціальні аспекти воєнних дій надзвичайно негативно впливають саме на дітей із заїканням, які мають не лише мовленнєві, а й психоневрологічні порушення (М. Беро, Г. Олійник, І. Пінчук, Ю. Рібцун, І. Франкова, А. Щолокова, Р. Юрова, Arieh Y. Shalev, Kerry J. Ressler та ін.).

Військові дії прямо чи опосередковано руйнують звичну картину дійсності будь-якої дитини, призводять до хронічного стресу, спотворюють уявлення про реальність і майбутнє. Саме це зумовлює гостру потребу здійснювати

цілеспрямовану організовану дорослими різнорівневу підтримку, особливо дітей із заїканням.

У світлі біопсихосоціальної моделі розвитку дитячого організму (G. Engel) розглянемо можливі форми та прийоми допомоги дітям із заїканням в умовах воєнних дій, використовуючи основні природні стихії (вода, вогонь, земля, повітря).

2.2.1. Підтримка функціонування біологічного рівня дитячого організму

Підтримку повноцінного функціонування біологічного рівня дитини із заїканням варто розпочинати із задоволення її основних фізіологічних потреб – це їжа, питво, сон, безпечне місце для перебування.

Для заспокоєння дитини найкраще використовувати воду − доречно давати пити її маленькими ковтками. Доцільними також будуть ігри та вправи з водою.

Жива вода

Обладнання: питво (чай, компот, звичайна вода).

Мотиваційно-мовленнєвий матеріал:

Жива вода дає життя
Всьому живому в світі.
Якщо живе жива вода,
Тоді земля у цвіті.

Не треба вибухів війни,
Живи, жива водице,
Для праці хай ростуть сини,
І жито колоситься.

(Любов Забашта)

***

А вода − це справжнє диво!
Як прожити без води?
З нею ми завжди щасливі,
З нею в нас нема біди.
Є вода − ростуть рослини:
Ліс, сади, рясні поля.
Це чудово для людини

І радіє вся Земля.
Плавають в водичці діти,
Риби у воді живуть.
Розцвітають в лузі квіти.
І рясні дощі ідуть.
Кругообіг повсякчасно
На Землі вода веде.

Тож з водою всім прекрасно І біди нема ніде!

(Надія Красоткіна)

Рекомендації до виконання:

1. Прочитати вірш, розібрати змістові акценти.

2. Запитати про значення води для рослин. Розповісти, що організм людини на 70% складається з води, причому найбільша її кількість у мозку (83% із 100) та м'язах (75%).

3. Поміркувати, чому воду називають живою, адже вона не вміє бігати чи стрибати, як істоти.

4. Запитати про смак і запах чаю, компоту, звичайної води.

Якщо дозволяють умови, перед сном занурити ноги дитини до колін у теплу воду з розчином звичайної чи ароматизованої морської солі. Це забезпечить зняття психоемоційного напруження та сприятиме кращому засинанню.

Прудкі ніжки

Мотиваційно-мовленнєвий матеріал. Петрик – хлопчик-непосида. Ні хвилинки не всидить на місці. Весь час кудись біжить, поспішає. І ноги у нього такі ж прудкі. Хлопчик вийде у двір і нумо м'яч ганяти. Друзі у футбол грають і він там. Зразу гол у ворота забиває. Дівчатка у класики грають. І він з ними стрибає. Ноги Петрика проворні, слухняні, міцні, прудкі, як і їх господар. У всьому вони слухаються Петрика.

Якось кілька днів йшли дощі. Нарешті визирнуло сонечко. Петрик вибіг на вулицю. Кругом калюжі. А найбільша – серед двору. Петрик зразу кинувся до цієї калюжі і сказав: «Я таку калюжу перестрибну!» Розігнався, стрибнув – і приземлився серед калюжі. Бризки брудної води розлетілись навколо. Петрикові стало незручно перед хлопцями, які спостерігали за його стрибком, і він почав танцювати, підстрибувати в калюжі. Петриковим ногам було неприємно від бруду, холодна вода хлюпала у черевичках. Ногам хотілося

вискочити на сухе місце, але вони звикли слухатись Петрика і робити так, як він хотів. Нарешті Петрик вгамувався. Задоволений тим, як себе показав, побіг додому. Мама насварила сина, бо була дуже незадоволена його поведінкою.

Вночі Петрик погано спав, він відчув себе зле. В нього був закладений ніс, боліло горло, ломило ноги. Вранці Петрик прокинувся зовсім хворим. Ноги погано його слухались, були напруженими. Мама налила в миску теплої води, насипала морської солі. Потримав хлопчик у воді ноги, відчув розслаблення та полегшення.

Давай і ти потримаєш свої ноги у солоній воді, щоб допомогти їм розслабитись.

(Юлія Рібцун)

Рекомендації до виконання:

1. Найбільший розслаблюючий ефект дають соляні ванночки з ароматизованою морською сіллю − лаванда, хвоя.

2. Найкраще робити соляні ванночки для ніг увечері перед сном.

3. Тримати ноги у соляній воді потрібно не більше 10 хв – поки вода тепла та залишаються приємні відчуття.

Значно відрізняється від сили води енергія стихії вогню, вона зовсім інша. По можливості слід якомога частіше перебувати з дітьми на свіжому повітрі під впливом сонячних променів, які не лише наповнять дитячий організм вітаміном Д, але й сприятимуть розслабленню під впливом тепла «лагідного вогню».

Прогулянка

Прогулянка-гулянка
Ой, хороша пора!
Піде погуляти
Дітвора, дітвора.
Дощику, дощику,
Не іди, не іди,
Не змочи нам стежечки
У зелені сади!
Хмаронько-буренько,
Не лякай, не грими!
Вітрику-братику,
Не пустуй, не шуми!
Сонечко, сонечко,
Засвіти, засвіти,

Рожею-квіткою
Зацвіти, зацвіти.
Річка хлюпоче,
Зеленіє гора –
Дзвінко співає
Дітвора, дітвора!

(Роман Завадович)

Ясне сонечко

Мовленнєвий матеріал:

Світанковий сон

Наснилось, що я сонечко,
Ясне вогонь-вогонечко,
Встаю з-за небокраю
Над горами, над нивами,
Усіх роблю щасливими,
Всіх грію-зігріваю.
Та чую голос лагідний
Такий солодко-ягідний
У сутінках кімнати.
То мама каже: «Донечко,
Раз ти у мене сонечко,
То вже пора вставати».

(Анастасія Бортник)

Мотиваційне завдання. Софійка і Гафійка сестрички. Дівчатка – ранні пташки. Зазирне ранкове сонечко у вікно, проведе промінцем по сонних оченятах. Дівчатка відразу схоплюються з ліжечок і гайда на зелений весняний луг. На ньому ростуть кульбабки. Зараз кульбабки ще сплять. Але Софійка і Гафійка добре знають, що незабаром почнеться справжнє диво. Сонце своїми промінцями, мов чарівними паличками, торкнеться до сонних зелених пуп'янків кульбаби і вони розкриються – свіжі, яскраві, пухнасті та жовті, ніби справжні сонечка, і весь луг відразу стане ясно-золотим.

Дівчата бігають по чарівному золотавому килимі, вдихають на повні груди повітря з ароматом свіжої зелені, квітучих кульбабок, ясного сонця, легкого вітру. Софійка та Гафійка прислухаються до гудіння бджілок і джмелів, розмаїття пташиного співу, шелестіння листочків, цюркотіння коників у траві.

Набігавшись досхочу, дівчатка сідають на горбочку та плетуть із запашних кульбабок віночки. Дивляться одна на одну, милуються. Обидві такі рум'яні, веселі, ясноокі, золотаві від пилку кульбабок. Сонечко уважно придивляється

до них: чи то дівчатка, чи то ще дві чарівні квіточки розцвіли на весняному лузі.

(Юлія Рібцун)

Рекомендації до виконання:

1. Поміркувати, чому сонце називають «вогонь-вогонечком». Пригадати, кого ще називають сонечками (дітей, жучків). Чому?

2. Послухати оповідання, відповісти на запитання, переказати.

3. Розповісти про свій досвід прогулянки у сонячну погоду. Які запам'ятались відчуття? Кольори? Запахи?

Наповнення всього організму енергією вогню можна здійснити, інтенсивно розтираючи одну долоню об іншу та прикладаючи їх до різних частин тіла. Це можна здійснювати симетрично (очі, вуха, щоки, коліна, лікті (навхрест), нирки) або асиметрично, ніби поступово огортаючи теплом усе тіло. Прямий образ активного, дещо агресивного вогню не підходить для роботи з дітьми в умовах воєнних дій, адже може викликати ретравматизацію, наприклад, від побачених пожеж. Саме тому, не називаючи стихії, доцільно заохочувати дітей при мінімальній руховій активності, з метою вивільнення подавленої, прихованої агресії, глибоко та активно присідати, інтенсивно стрибати з опорою на всю ступню (можна з одночасними різкими рухами рук згори донизу).

Слони-артисти

Мотиваційно-мовленнєве завдання. Слон Бум-Бум був цирковим артистом. Великий і товстий, на вигляд такий незграбний, він легко піднімався на яскраву тумбу. Стоячи то на передніх, то на задніх ногах, Бум-Бум за допомогою хобота виконував різні вправи з обручем і м'ячем. А потім вміло зістрибував з тумби, приземляючись на стопи своїх товстих ніг. Глядачі захоплено аплодували слону-артисту.

За виступами та репетиціями Бум-Бума любив спостерігати його синочок Деня. Слоненя хотіло бути таким як татко і намагалось повторювати всі його трюки. Хобот у Дені був ще короткуватий, тому ні жонглювати, ні крутити обруч у нього ще не зовсім виходило. А от стрибати на двох, трьох, чотирьох ногах малий навчився та ще й як! Підстрибне Деня і гучно приземляється на стопи: «Гуп-гуп!»

Спробуй пострибати, як Деня.

(Юлія Рібцун)

Інструкція. Стрибай на двох ногах, з опорою на всю ступню.

Рекомендації до виконання:

1. Спочатку можна спробувати зістрибувати з гімнастичної лави та застрибувати на невисоку стійку поверхню висотою 5-10 см.

2. Можна пропонувати пострибати як слоненя – незначна сила стрибка, як слон – сильніша.

Вид допомоги. Долонями впертись у поверхню столу, різко з силою стукнути обома долонями.

Енергія стихії повітряного простору є прозорою та зрозумілою, адже без повітря, насиченого киснем, немає життя. Слід якомога частіше провітрювати житлове приміщення, при можливості перебувати на свіжому повітрі, адже прогулянки – невід'ємна складова режиму дня дітей у будь-яку пору року та погоду.

Пускання мильних бульбашок – цікаве та корисне заняття, позаяк сприятиме виробленню плавного тривалого дихання, яке в умовах стресу часто порушується, стає переривчастим і поверховим. А от надування повітряних кульок у період воєнного стану не є доцільним, адже, раптово луснувши, вони можуть налякати не лише дітей, а й дорослих.

Мильні бульбашки веселі

Обладнання: ємність для пускання мильних бульбашок.

Мовленнєвий матеріал:

Мильна бульбашка

Хлопчик сидів біля відчиненого вікна й пускав мильні бульбашки. Вони були легкі, красиві. Сонечко грало на бульбашках всіма кольорами веселки: жовтим, синім, зеленим, оранжевим, фіолетовим…

Легенький вітерець підхоплював бульбашки, й вони летіли над квітником, над кущами бузку. Їм хотілося піднятися вище за дерева, та ледве торкалися листя – вони лопались.

А одна велика Мильна Бульбашка, підхоплена вітром, полетіла у синє небо. Побачила Мильну Бульбашку Ластівка, полинула до неї, летить поруч і дивується:

− Яке у вас гарне плаття! Яка ви красива! Ви чарівна пташка!

− Так, я чарівна пташка, − згорда відповіла Бульбашка. – Поглянь, одежа на мені веселкою грає.

Доторкнулася Ластівка до одежі – Мильна Бульбашка лопнула.

− Де ж це вона поділась, та чарівна пташка? – здивувалася Ластівка. – Тільки бризки полетіли.

(Василь Сухомлинський)

Мовленнєво-мотиваційний матеріал:

Бульбашка

Взяла соломинку
Маленька Маринка,
В намилену воду
Вмочила кінець,
А потім дмухнула
В оту соломинку,
І бульбашку мильну
Поніс вітерець.

Виблискує бульбашка справа і зліва,
Її вітерець
У повітрі несе.
− Я бульбашка мильна,
Мінлива, грайлива,
Я легша за все,
І ясніша за все.
Від мене, дивіться,

І сонце ясниться,
У мене прозорі
Опуклі боки,
В них небо синіє,
Трава зеленіє
І різними барвами
Квітнуть квітки!
Спустилася бульбашка
В сад на травицю,
Сидить, коливається
Й далі веде:
− Я бульбашка мильна,
Дивіться, дивіться!
Не знайдете кращих
Ніколи й ніде!
На бульбашку з подивом
Дивляться квіти,
І навіть троянда –
Окраса садка –
Зітхає собі:
− Ніде правдоньки діти,
Я, може, і гарна,
Та все ж не така!
На бульбашку заздрісно
Коситься бабка,
І якось їй боязко
Йти у танок.
А біла, як пух,
Соромлива кульбабка
Аж зовсім сховалась
За довгий листок.
Принишкли, замовкли
Веселі комашки,
Що досі дзижчали,
Танок ведучи.
Зирнула з гнізда
Зацікавлена пташка,
На раду зібрались
Жуки-рогачі.
І тільки метелик,
Джиґунчик веселий,
Кружляє навколо
Таким молодцем,
То справа, то зліва,
І враз жартівливо
До бульбашки злегка
Торкнувся крильцем.
Торкнувся і бачить:
Немає нікого!
− Та де ж ця красуня
Прозора, як скло? −
Не стерпіла бульбашка
Дотику того –
І лопнула, зникла,
Немов не було!
І знов у садочку
Дзижчать комашинки,
І бабка літає,
Й троянда цвіте,
І пташка співає,

І жвава Маринка Віночок плете.
Із квітів барвистих *(Наталія Забіла)*

Рекомендації до виконання:

1. Видувати мильні бульбашки. Слідкувати, щоб видихуваний струмінь був плавним і легким, щоки не надувалися.

2. Поміркувати над виразами «луснути з пихи», «пуп землі», «носа задер», «ходити павою». Чи добре марно вихвалятись? Чи визначає зовнішній вигляд особистість людини?

3. Обговорити питання «краса природи – краса, створена людиною».

Стихія землі, так само як і води, є материнською, дбайливою. При виникненні неприємних переживань, страху доцільно запропонувати дитині щільно притулитись спиною до стіни, відчути опору. Слід пам'ятати, що не варто несподівано підходити до дитини з-за спини, щоб не налякати її. З метою створення осередку чи «кокона» безпеки можна загорнути дитину у плед або разом із нею зробити халабуду з ковдри.

Незвична халабуда

Обладнання: покривало чи ковдра.

Мотиваційно-мовленнєве завдання. Маринка дуже любила ходити в гості до своєї тітоньки Ірини, в якої було двоє синів – Павлусь і Богдан. Хлопчики завжди радо зустрічали свою двоюрідну сестричку – веселу та кмітливу дівчинку. Разом вони придумували різні незвичні цікаві ігри. От і сьогодні стали радитись у що б пограти.

Маринка почала оглядати дитячу кімнату і раптом помітила на балконі покривало. Вона запропонувала: «Давайте зробимо з допомогою покривала халабуду, в якій можна заховатися». «Цікава ідея! – сказав Богдан. – Я бачив в одному мультфільмі, як гноми ховались в печері від злого дракона». Павлусь став тягти покривало, а Маринка та Богдан допомогли йому накрити покривалом столик. Дітям дуже сподобалась халабуда. Павлусь зазирнув у неї,

але відразу відсахнувся – там було темно. Тоді Богдан приніс ліхтарик, а Маринка запропонувала покласти на підлогу подушки, щоб було затишніше та зручніше сидіти.

Діти пошепки розмовляли про те, як будуть їх шукати і весь час прислухались, чи не йдуть матусі. І от у дитячій кімнаті рипнули двері. Діти вимкнули ліхтарик і причаїлись. Мами не відразу помітили незвичну халабуду. Маринка з Богданом не витримали і тихенько захихотіли. Мами пішли на звук, підняли край покривала і побачили два усміхнені задоволені хитрі обличчя. Навіть відразу не помітили, що, згорнувшись калачиком, на подушках мирно спав, посопуючи носиком, Павлусь.

Давай і ми з тобою зробимо незвичну халабуду.

(Юлія Рібцун)

Рекомендації до виконання:

1. Халабуда не повинна лякати, вона має бути захистом.
2. Заборонено вискакувати з халабуди та лякати когось.

Відчуття захищеності викликають також обійми, м’язова релаксація, погладжування по спині, голові, руці. Потирання кінчика носа, розтирання точки між підмізинним пальцем і мізинцем (так звана «точка паніки»), прикладання руки до живота (на три пальці нижче сонячного сплетіння) і легке поплескування нею, звичайне підняття навшпиньки та різке опускання на п’ятки сприятиме відновленню у дитини відчуття заземлення.

2.2.2. Стабілізація психічного рівня розвитку дитячого організму

Стабільність діяльності *другого, більш високо організованого психічного рівня*, напряму пов’язана з когніцією та водночас уявою. Материнський образ води стане в нагоді, коли батьки чи особи, які їх замінюють, будуть говорити дитині про те, що вони поряд і обов’язково зможуть їй допомогти, адже точно знають як це зробити. Якщо дитина роздратована, можна запропонувати їй уявити спокійне прозоре блакитне озеро або білу пухнасту легеньку хмаринку,

що допоможе відчути хвилі спокою, розслаблення та врівноваженості. Якщо дитина надто в'яла, пасивна, депресивна, доцільно запропонувати уявити бурхливу стрімку повноводну річку, що сприятиме активізації, набуттю сил, бадьорості та впевненості.

Вода, пензлик і фарби – незамінимі помічники при вираженні на аркуші паперу своїх глибинних переживань. Навіть назва акварельних фарб походить з латинської «aqua», що означає «вода». Властивістю акварельних фарб є те, що вони добре розчиняються у воді, а один колір плавно перетікає в інший. Саме аквареллю якнайкраще малювати веселку – символ радості та віри в щасливе майбутнє:

Пісенька

− Веселко, веселко,
Чи маєш свою країну?
− А моя Вкраїна –
То небо синє після чорного.
− Веселко, веселко,
Чи маєш свого Києва?
− А мій Київ –
То хмара злоточола
І перлистий дощик.
− Веселко, веселко,
Чи маєш свого Дніпра?
А мій Дніпро
На синім коні
Під Золоті Мости
В'їжджає.
− Веселко, веселко,
Чи маєш свого Шевченка?
− А мій Шевченко
Сім небесних книг пише
Незгасним пером.

(Ігор Калинець)

Вже веселка в небі грає

Обладнання: аркуш паперу, акварельні фарби, пензлик, ємність з водою.

Мовленнєво-мотиваційний матеріал:

Тільки дощик прошумів
За лужком, за лісом,
Хтось у небі рушничок
Вишитий повісив.
Хто вгадає з діточок,
Що воно за рушничок?

(Веселка)

***

Літній дощик затихає,
Вже *веселка* в небі грає:
З квітів, сонця і води
П’є веселі кольори.

А коли всі назбирала,
Фарбам їх подарувала.
І дівчата, і хлоп’ята –
Кольори всі хочуть знати!

(Юлія Рібцун)

***

Любить пензлик мій до свята
Собі чубчик фарбувати.
Він у райдугу пірнає,
Кожний колір називає:
«Це *червоний* – жар неначе,
Це – *оранжевий*, гарячий,

Жовтий – як пшениця в полі,
Мов трава – *зелений* колір,
Голубий, як у краплині,
А наступний колір – *синій*,
Синій колір, ніби річка,
Фіолетовий, як нічка.

(Олена Гашинська)

Рекомендації до виконання:

1. Запропонувати відгадати загадку. Наголосити, що веселка – це те ж саме, що і райдуга (синоніми).

2. Кількаразово прочитати вірш, акцентуючи увагу на кольорах предметів.

3. Розглянути предметне зображення веселки, запам’ятати послідовність кольорів.

Фрази для запам’ятовування кольорів: Чапля осінь жде завзято – буде сани фарбувати (Ч – червоний, О – оранжевий, Ж – жовтий, З – зелений, Б – блакитний, С – синій, Ф – фіолетовий); чарівна пані жде з букетом синіх фіалок (Ч – червоний, П – помаранчевий, Ж – жовтий, З – зелений, Б – блакитний, С – синій, Ф – фіолетовий).

4. Спостерігати веселку в природі.

5. Запропонувати зобразити веселку акварельними фарбами.

Енергія вогню може бути руйнівною, а може, навпаки, зігрівати, наповнювати світлом і теплом. Споглядання вогника свічки допоможе дитині із

заїканням розслабитись і позбутись напруження. Саме в такі хвилини можна звернутись з молитвою до Бога, адже віра є надзвичайно могутнім символом підтримки:

Повертайся, татусю, скоріше,
Вся родина на тебе чекає.
Ми з тобою ще вивчимо вірші,
Переможе народ наш, я знаю!

Я люблю тебе дуже, мій татку,
І молюся за тебе до Бога.
Та Небесного Тата прохаю:
«Отче Наш, нам пошли перемогу»

(Юлія Забіяка)

На рівні гарячих сердець рідним бажано постійно говорити дитині про свою любов.

Енергія повітря стане в нагоді при сильному переляку, відчутті тривоги та небезпеки. Саме тоді потрібно запропонувати дитині робити глибокий вдих через ніс і плавно тривало видихати, акцентуючи увагу саме на видиху. Виконання розслаблюючих дихальних вправ допоможе заспокоїтись, а активізуючих (часті ритмічні вдихи-видихи) − сприятимуть виробленню концентрації уваги, інтенсифікації мисленнєвих процесів. Співдружність дихальних вправ з казкою, розвитком уяви – найкраще гармонійне єднання.

Літній вітерець

Мотиваційно-мовленнєвий матеріал. Вітерець прокинувся рано-рано. На повні груди вдихнув свіже ранкове повітря. *(Зробити глибокий вдих і плавний видих)* Вітерець полетів до річки вмиватись: «Фуууух, яка вода холодна!» *(Подути із незадоволенням, здригнутись)* Він сердито вдарив по поверхні річки крильцями: «Плюх!» *(Руками, розведеними у сторони, різко зробити змах з видихом)* А річка у відповідь: «Хлюсь, хлюсь, хлюсь, я тебе, вітре, не боюсь». *(Зробити рукою хвильку, плавний видих)* На річкових хвильках дрімав вітрильник: «Ш-ш-ш…» *(Голову нахилити, дві долоні покласти під щоку; спокійно дихати)* Вітерець набрав повні груди повітря і щосили подув на вітрила. *(Зробити сильний протяжний видих)* Вітрильник злякано помчав по річці: «Ляп-ляп-ляп!» *(Переривчастий видих; долонею імітувати стрибки*

вітрильника по хвильках) Засміявся вітерець і став літати над широким лугом, дмухаючи на всі боки, висушуючи ранкову росу. *(Робити напівнахили, видихаючи повітря)*

Вилетів на широку сільську дорогу, піднявши куряву: «Хххх..». *(Робити колові оберти обома руками, плавно видихаючи)* Вітер став перелітати з тополі на тополю, знявши справжню завірюху з тополиного пуху: «Вввв…» *(Підняти руки вгору, кистями робити обертальні рухи; з силою видихати повітря)* Раз подув вітер і пух полетів на дахи будинків. *(Підняти руки вгору, кистями показати дах; з силою видихати повітря)* Другий раз подув – полетів на гілки сусідніх дерев. *(Підняти руки вгору, кистями зобразити гілки; з силою видихати повітря)* Подув втретє – застелив пух всю землю довкола… *(Підняти руки вгору, кистями показати поверхню землі; обернутись навколо своєї осі; з силою видихати повітря)*

Розбишака-вітерець полетів далі і залетів у трубу сільського будинку, і нумо лякати людей: «Бу-бу-бу! Бу-бу-бу!» *(Долоні скласти рупором; переривчасто видихати)* Принюхався, відчув солодкий запах пиріжків і смачно облизався: «Ням-ням!» *(Робити глибокі вдихи; облизатись)*

Вітерець полетів у сад. *(Розставити руки в сторони, плавно видихати)* До саду залетів, листячком зашелестів, яблуньку він обтрусив. *(Робити дрібні рухи долонями – «листячко», імітувати трусіння дерева; різкі видихи)* Падають яблука у траву: «Бух-бух!» *(Утворити з пальців кульку – «яблуко»; робити різкі видихи)* Вітерець аж злякався, причаївся в квітнику. *(Присісти, затримати дихання)* А там такі пахощі! *(Зробити плавний тривалий вдих; підняти голову вгору)* Понюхав вітер чорнобривчик: «Ох!», понюхав медунку: «Ах!», понюхав флокси: «Ммм…» *(Зробити кількаразові глибокі вдихи)* Ожив вітерець, ніби сил набрався. *(Зігнути руки на рівні грудей; затріпотіти пальцями; легенько дихати)* Злетів вітерець, крилом м’яту зачепив. Навкруги все ще більше запахкотіло. *(Руки розвести в сторони; зробити глибокий протяжний вдих)*

Полетів щасливий вітерець на город. *(Плавно розпрямити зігнуту в лікті руку; зробити тривалий видих)* Там зелені огірочки поховались в холодочку під

листочки. *(Робити махи кистями до себе; важко дихати – «спека»)* Літній вітер налетів, з ними грати захотів. *(Долонями робити дрібні обертальні рухи; дихати із захопленням)* Огірки відповіли, що в них зав'яли всі листочки, а тому немає ні сил, ні бажання гратися. *(Сумний вираз обличчя, вільно опущені кисті рук; прискорено дихати з висунутим язиком)* Замислився вітерець, затих. *(Зробити задумливий вираз обличчя; затримати дихання)* Аж побачив, що сонях віями тріпоче, розмовляти з вітром хоче. *(Дрібно перебирати пальцями, описуючи коло; плавний видих)* Але вітру не до розмов. Помітив вітерець дощову хмаринку і пригнав її на город. *(Дути на уявну хмаринку)* Подув щосили. *(Сильно дути)* Хмаринка злякалася і заплакала дощем: «Крап-крап-крап!» *(Кулачками терти очі; видихати)* Полив дощик городину. Помідори, огірочки враз розправили листочки. *(Розвести руки в сторони; радісно дихати на повні груди)* Вітерець крильця втомлено згорнув і тихесенько заснув. *(Накрити голову обома руками; помірно глибоко дихати)*

(Юлія Рібцун)

Рекомендації до виконання:

1. Можна знайомити дитину не з усім текстом відразу, а поступово з окремими частинами казки.

2. Акцент робимо на різних видах вдихів і видихів: ніс-ніс, ніс-рот, рот-рот, рот-ніс. Слід наголосити, що коли ми розмовляємо, то вдихаємо через ніс, а видихаємо через рот.

3. Дихальні вправи спочатку доцільно виконувати за наслідуванням, а потім за словесною інструкцією.

Стихія землі, як свідчить сама назва – це ґрунтовна опора. Саме завдяки їй на рівні думок і відчуттів з'являються твердження: «Я вмію», «Я знаю», «Я можу», «У мене все вийде». Тому можна пропонувати дитині уявити себе велетенським деревом, у якому коріння (ноги) міцно тримається за землю, могутній стовбур (тулуб) прямий і непохитний, а гілля (руки) спрямовані до сонця.

Давній друг

Мовленнєво-мотиваційний матеріал. Ось уже і літо. Час довгих канікул. А для Петрика – час відпочинку від шуму міста. Це поїздка в село, де його завжди радо зустрічають бабуся Ярина і дідусь Максим. Петрик – хлопчик чемний, слухняний, але трохи хворобливий. Молоко кізки Манюні, свіже повітря, щоденне купання в Десні завжди допомагали хлопчику здоровішати. А ще часті прогулянки з дідусем до лісу за ягодами чи грибами. І обов'язкові відвідини свого давнього друга – старого дуба.

Стоїть самотньо дуб на лісовій галявині. Стовбур у нього товстелезний, і двоє дорослих його не обхоплять. Гілля розлоге та покручене. Своїм міцним корінням надійно утримується дуб за землю. Поглянеш на це чудо-дерево зі сторони і захоплено забиває дух. Який же він величезний, кремезний, могутній, крислатий. І для багатьох – справжній великий друг. В його гіллі птахи в'ють гнізда, серед коріння у затишних нірках живуть мишки. Дуб годує своїми плодами, смачними жолудями, кабанів, білок, бурундуків. У дуплі знайшла свій прихисток сова з совенятами.

І для Петрика дуб – найкращий друг. Петрик приходить до нього, щоб розповісти про свої таємниці, порадитись із ним, пригорнутись, обійняти його. Дуб наповнює хворобливе тіло хлопчика міццю, силою, енергією. Петрик, спілкуючись з деревом, і сам стає, як дубок – міцним, сильним і бадьорим.

(Юлія Рібцун)

Інструкція. Уяви себе могутнім дубом. Твої ноги – це коріння, яке міцно тримається за землю, тулуб – товстий стовбур, а руки – гілля. Зроби вдих і опусти видих до самої землі. А тепер ще один вдих – видих по стовбуру вгору. Ще один вдих – видих нехай досягне до самої верхівки. Ти сильний і впевнений!

Рекомендації до виконання:

1. Під час прогулянок обіймати дерева, визначати товщину стовбура, обмацувати поверхню кори, відчувати їх силу та красу. Впізнавати та називати

дерева, їх плоди (жолуді, каштани, крилатки, шишки), листя (дубове, кленове, вербове тощо).

2. Намагатись відтворити тілом стовбур і крону дерева, передаючи його особливості: гілля дуба дещо скривлене, берізки та верби – похилене. Відзначати, що всі дерева стійкі та непохитні, бо міцно тримаються корінням за землю.

Якщо у дитини виникає незначне занепокоєння, рідні можуть обіймати її, промовляючи: «Я з тобою. Я тебе не залишу. Я весь час буду з тобою». Проте якщо тривога надзвичайно сильна та від пережитого всередині ніби все труситься, доцільно виконати вправу «Вимок, викис, виліз».

Вимок, викис, виліз

Мотиваційно-мовленнєвий матеріал. Ішли через річку Білочка та Борсук. Там колода лежала. Білочка легко та швиденько плиг-стриб по колоді і вже на тому боці. А Борсук ішов важко, неначе манної каші миску з'їв. Трусився перелякано, наче желе в тарілці. Посковзнувся на колоді та бух у воду! Вимок *(дрижить)*, викис *(дрижить)*, виліз *(дрижить)*, висох: «Уфф…» Ступив на колоду *(дрижить)* та й знову бух у воду! Виліз *(дрижить)*. Білочка каже: «Ну хіба ж так можна! Треба легесенько йти. Бачиш як?». «Та бачу!» – відказав Борсук. Ступив на колоду *(дрижить)* та й знову бух у воду! Вимок *(дрижить)*, викис *(дрижить)*, виліз *(дрижить)*, висох: «Уфф…»

(За Іваном Сенченком)

Інструкція. Уяви, що ти несподівано опинився у холодній воді. Твоє тіло напружилось і все дрижить. Покажи, як ти змерз (-ла).

Рекомендації до проведення:

1. Можна дрібно дрижати або виконувати розмашисті коливальні рухи, робити їх під музичний супровід чи лічбу.

2. Можна передавати швидкі напівобертальні рухи, ніби струшуючи з себе воду (Борсук виліз із води).

2.2.3. Стабілізація соціального рівня дитячого організму

Стабілізація соціального рівня залежить від якості наявних міжособистісних контактів. Щоб полегшити спілкування, можна, використовуючи образ води, запропонувати дитині зробити вдих і на видиху плавним спокійним струмочком спрямувати питання чи відповідь до співрозмовника.

Дзюркотливий струмочок

Мотиваційно-мовленнєвий матеріал. Літо заповнило різними звуками ліс. Швидкий невеличкий струмочок підслухав цю літню мелодію і почав підспівувати їй дзвінко та весело. По дорозі він вітався з кожним, напував тих, кого зустрічав і хто хотів пити. По лісовій стежці йдуть троє мандрівників: двоє дорослих і дівчинка. Йдуть не поспішаючи, вдихаючи на повні груди цілюще повітря, розглядаючи все довкола. Дзюркотливий струмочок біжить поряд зі стежкою. Тихенько хлюпаючи хвильками, він супроводжує мандрівників. Скоро стежка привела родину до галявини, де можна було розташуватись на ночівлю. Татко почав напинати намет. Мама збиралася готувати вечерю. На підготовленому місці розклали вогнище. Дівчинка пішла до струмка, сіла на камінь. Побачив дівчинку струмочок, привітався:

− Ти, напевно, втомилась від далекого переходу і хочеш пити? Я весь час спостерігав за тобою.

− А я за тобою, – сказала дівчинка. – Як ти не втомлюєшся весь день бігти? Куди ти поспішаєш? Чому не біжиш по рівній дорозі, а звертаєш то праворуч, то ліворуч?

− Як же я можу бігти прямо, якщо ось там смерічку треба напоїти. А тут на галявині лісові сунички полити. А он там бачиш стежинку? По ній лісові звірята приходять до мене напитись. Не можна втомитись від того, що робиш добро.

Мама покликала дівчинку вечеряти. Сім’я довго сиділа біля вогнища, слухали тихенький нічний спокійний шелест лісу і сонний спів струмочка.

Тихими зимовими вечорами дівчинка часто згадувала Карпати і вечірню розмову з невеличким струмочком. І його слова, які добре запам'ятала: «Не можна ніколи втомитись від того, що робиш добро».

(Юлія Рібцун)

Рекомендації до виконання:

1. Говорити потрібно на плавному ротовому видиху, попередньо зробивши вдих через ніс.

2. Починаючи речення, пригадувати плавний дзюркотливий струмок, який точно знає напрямок руху. Точно так потрібно продумати, що хочеш сказати, і тільки потім починати говорити.

Виникаюче внутрішнє напруження, конфлікти з ровесниками чи дорослими можна уявно чи асоціативно у вигляді зіжмаканої серветки кинути у воду та вилити її, наприклад, в унітаз, спустивши воду. Якщо потрібно досить чітко відстояти свою позицію, довести правильність своїх міркувань, у цьому допоможе образ твердого прозорого льоду.

Енергія вогню є життєдайною. Реально спілкуючись або пригадуючи когось із друзів чи рідних можна із самої глибини свого серця надсилати теплі промінчики турботи та любові, малювати сердечка на папері, стінах, землі.

Стихія повітря надзвичайно легка. Так само, з видихом, можна відпускати обра́зи за якісь вчинки або ненароком промовлені кимось неприємні слова.

Енергія землі дарує стабільність, спокій, упевненість. При цьому голос набуває гучності та сили, зникає низька самооцінка та неприйняття себе, з'являється інтерес до спілкування, покращується адаптація до нових умов.

Дітям із заїканням не вистачає ані соціальної, ані фізіологічної, ані психологічної зрілості. Психотравматизація внаслідок пережитих загроз, втрата дітьми почуття безпеки породжує виникнення психосоматичних симптомів, як специфічних засобів інформування оточуючих про свої страждання та захист від загрозливого досвіду – енурез, фобії, алергічні реакції, негативні поведінкові прояви тощо.

Інтегративна парадигма допомоги дітям з особливими освітніми потребами, зокрема із заїканням, спрямована на індивідуальну підтримку кожної дитини з урахуванням її інтересів, здібностей, характерологічних рис. І саме в стресогенних умовах така різнорівнева підтримка має бути максимально доступною, зрозумілою та дієвою:

Вони всього лиш діти, просто діти.
Наївні, добрі, радісні, смішні.
Їх нам потрібно вчити і любити,
Щоб очі в них світилися ясні.

Всьому потрібно мудро їх навчати:
І щирості, й любові, й доброті…
І витівки невинні їх прощати,
А душу їх тримати в чистоті.

(Надія Красоткіна)

РОЗДІЛ 3
НЕЙРОПСИХОЛОГІЧНИЙ ПІДХІД У РОБОТІ З ДІТЬМИ ІЗ ЗАЇКАННЯМ. ПОДОЛАННЯ ПСИХОТРАВМ, ЗУМОВЛЕНИХ ВОЄННИМИ ДІЯМИ

Удосконалення спеціальної вітчизняної освіти передбачає упровадження світових стандартів, відповідно до яких однією з провідних цінностей є врахування індивідуальних нагальних освітніх потреб кожної дитини, у т. ч. і з труднощами темпо-ритмічної складової мовлення.

3.1. Використання «вікна можливостей» у роботі з дітьми із заїканням

Відразу після травматичних подій дитині із заїканням потрібно надати, за можливості, фахову психологічну допомогу, проконсультувати у невролога та логопеда, адже не даремно перші кілька годин і перші дні мають назву *«золотий час»*, або *«вікно можливостей»*. Саме цей період має вирішальне значення, коли можна запобігти виникненню подальшого загострення.

Тільки-но заїкання з'явилось, вводять «режим мовчання» − спілкування пошепки зводить нанівець виникле нервове перезбудження і нормалізує стан мовлення. Доцільно використати наступну вправу.

Шепотунчик

Мовленнєвий матеріал.

1) вірш

Зручно у візочках спати
Двом малятам-немовлятам.
Пошепки ти розмовляй,
Спати їм не заважай.

(Юлія Рібцун)

2) пісенька «Не може заснути малюк» (слова та виконання − Леся Горова): https://www.youtube.com/watch?v=LtYctPPEVhA

Мотиваційне завдання. У літньому парку сонячно і затишно. На лаві сидять дві матусі. Поруч у візочках сплять малюки. Матусі розмовляють

пошепки, час від часу зазираючи у візочки. Ніщо не заважає спокійному сну немовлят.

Давай і ми з тобою будемо розмовляти пошепки, щоб не розбудити малюків.

(Юлія Рібцун)

Інструкція. Розмовляй пошепки – так, як я.

Види допомоги:

1. Рухові підказки: а) зробити обома руками вільний рух згори донизу; б) вказівний палець прикласти до губ; в) покласти голову на складені разом долоні, заплющити очі.

2. Слухові підказки: а) включити спокійну музику і притишити звук; б) грати на дитячому музичному інструменті, стишуючи звук.

Виходу з гострої фази заїкання допоможе репродуктивне відображене мовлення. Пропонуємо зразок вправи.

Пташенята-шпаченята

Мовленнєвий матеріал:

Тато-шпак, шпачиха-мати
Шпаченят вчать розмовляти.
Навчаюсь з ними я охоче −
Пташину мову знати хочу,
Згодом шпаків я вчити буду,
Щоб вміли говорить як люди.

(Юлія Рібцун)

Мотиваційне завдання. Скоро весна. Тарасик зі своїм старшим братом Миколкою зробили шпаківню. Вони приладнали її до розлогого дерева. Незабаром прилетіли шпаки, зраділи новій оселі. Зручно обладнали її зсередини. Через деякий час з'явились у шпаків пташенята, а з ними безліч турбот. Та дорослим птахам такі турботи в радість. Швидко підростали пташенята. Шпаки постійно навчали їх розмовляти. Але довго бути з малюками не могли – потрібно було добувати їжу. Кмітливі пташенята визирали по черзі з шпаківні. Прилетить горобець, зацвіринькає і пташенята з ним. Синичка

зацінькає і вони хором за нею. Ворона сяде на гілку, і вже пташенята намагаються каркати. А сорока-білобока – пташенята скрекочуть. «Які здібні пташенята!» − подумав Тарасик і нумо сам розмовляти з ними.

Давай пограємо: я буду Тарасиком, а ти шпаченям.

(Юлія Рібцун)

Інструкція. Повторюй за мною (скажи як я).

Рекомендації для виконання:

1. Спочатку дитина промовляє за дорослим окремі звуки, склади, потім слова, словосполучення та речення.

2. Можна промовляти мовленнєвий матеріал з різною інтонацією (розповідна, оклична, питальна), змінюючи логічний наголос (Малі пташенята навчаються літати. Малі пташенята навчаються літати. Малі пташенята навчаються літати. Малі пташенята навчаються літати.), силу голосу (гучно, тихо), темп (швидко, повільно).

Вид допомоги. Використовувати диктофон, іграшки, які «розмовляють» (відтворюють людський голос – папужка, хом'ячок, кіт), «розумне дзеркало».

Виконання нескладних логоритмічних вправ сприятиме уникненню психоемоційного напруження та інформаційного навантаження. Веселою та цікавою є вправа «Набридливі мухи».

Набридливі мухи

Мовленнєво-мотиваційний матеріал:

Пихтить чайник, закипає,

(Виконувати обертальні рухи кистями рук)

Він до чаю всіх скликає.

(Робити запрошувальні рухи до себе)

Чаювати тільки сіли,

(Зробити напівприсяд)

Раптом мухи прилетіли.

(Вказівними пальцями робити обертальні рухи)

Стали над столом кружляти,

(Вказівними пальцями робити широкі горизонтальні колові оберти)

Щоб варення скуштувати.

(Пальці обох рук, складені в пучки, почергово підносити до рота)

Нумо мух ми проганяти:

(Виконувати ритмічні змахи обома руками від себе)

− Геть, нахабні мухи, з хати!

(Одна рука на поясі, вказівним пальцем іншої руки робити ритмічні застережливі рухи)

Мухи з хати полетіли.

(Зробити різкий викид обох рук уперед)

Ми самі варення з'їли.

(Робити рукою колові рухи по животу та язиком по губах, облизуючи їх)

(Юлія Рібцун)

Інструкція. Промовляй слова і виконуй рухи разом зі мною.

Рекомендації для виконання:

1. Спочатку доцільно прочитати дитині вірш, розібрати змістові акценти.

2. Виконувати окремі рухи, пов'язуючи їх з образами вірша.

3. Поєднати уповільнене промовляння слів з рухами. Поступово збільшувати темп.

4. Вивчити вірш напам'ять.

5. Доповнити кожен рядок вірша емоційним звуконаслідуванням. Наприклад:

Пихтить чайник, закипає: пих!
Він до чаю всіх скликає: йдіть!
Чаювати тільки сіли: плюх,
Раптом мухи прилетіли: ух!
Стали над столом кружляти: зз…
Щоб варення скуштувати: мм…
Нумо мух ми проганяти: ех!
− Геть, нахабні мухи, з хати! Геть!
Мухи з хати полетіли: фух!
Ми самі варення з'їли: уух.

Види допомоги:

1. Виконувати вправу за наслідуванням, спряжено з дорослим, самостійно без промовляння, а згодом з промовлянням слів вірша.

2. Виконувати вправу під лічбу, ритмічний музичний супровід.

3.2. Нейропсихологічні вправи, спрямовані на розвиток першого функціонального блоку головного мозку

Якщо доступ до фахівців обмежений, батьки можуть самостійно виконувати з дитиною із заїканням нейропсихологічні вправи, спрямовані на розвиток функціональних блоків мозку (О. Лурія) та компенсацію мовленнєвих порушень.

Упродовж перших трьох днів доцільно виконувати вправи:

а) на стабілізацію та активізацію психоемоційного стану;

б) дихальні та окорухові, масажу і самомасажу для регуляції тонусу; розтяжки (профілактика «заморожування травмою»);

в) на стимулювання енергопостачання психомоторики та мовлення (розгальмовування);

г) на пригадування своїх базових потреб («я хочу»).

Все це забезпечує *перший функціональний блок головного мозку* (стовбур мозку та підкіркові структури), який формується ще внутрішньоутробно та повною мірою дозріває переважно до трирічного віку. Наведемо окремі приклади вправ.

Я і ти

Підготовча робота: розучування окремих рухів.

Мотиваційно-мовленнєвий матеріал:

Час нам спокій повернути. Станьмо колом та робімо рухи разом.

(Дитина з дорослим стають навпроти один одного)

Приспів:

Я і ти, я і ти

(Почергово показують то на себе, то на того, хто стоїть навпроти)

Разом давай спробуємо спокій знайти.

(Розмашисті кругові рухи руками)

Я і ти, я і ти

(Почергово показують то на себе, то на того, хто стоїть навпроти)

Час нам мрія – мріяти,

(Вказівними пальцями обох рук малювати сердечко)

Вперед іти.

(Вказівними пальцями показувати напрямок, крокувати на місці)

А щоб тривогу вгамувати, допоможуть нам звірята.

(Роззиратися на всі боки)

Готові? Починаймо!

(Прямі руки підняти вгору)

Як пташки, розправим крила:

Вгору – вниз, вгору – вниз.

(Робити плавні синхронні рухи обома руками, розведеними в сторони)

Як жирафи, тягнем шию:

Вгору – вниз, вгору – вниз.

(Витягувати шию вгору та нахиляти голову)

Потягнися, наче котик,

(Стати навшпиньки і тягнутися вгору за руками, вигинаючи спинку)

І почухай свій животик:

Чух-чух-чух-чух-чух.

(Робити колові ритмічні рухи по животу)

Мов орел, великий птах,

(Розставити руки в сторони)

Віджени від себе страх.

(Робити обома руками рухи від себе)

Приспів.

Продовжуємо, дітки.

Слоненя ногами гучно тупає:

(Показати долонями з розчепіреними пальцями вуха слона)

Туп-туп-туп-туп-туп!

(Тупотіти ногами)

Поросятко весело захрюкає:

Хрю-хрю-хрю-хрю-хрю!

(Показувати вказівними пальцями на свій зморщений носик)

Міцно-ручками крильми

Свої плечі обійми.

(Навхрест складеними руками обіймати себе за плечі)

Мов орел, великий птах,

(Розставити руки в сторони)

Віджени від себе страх.

(Робити обома руками рухи від себе)

Приспів.

А тепер крутимось навколо себе.

(Обертальні рухи)

Вперед іти, вперед іти.

(Крокувати на місці)

Зупинились і дихаємо,

Дихаємо спокійно.

(Плавне дихання, акцент на видиху)

Спокій до нас повернувся,

(Обійняти себе за плечі)

Всі тривоги тепер сплять.

(Ледь нахиливши голову, покласти зведені разом долоні під щоку)

Поруч з нами наші друзі.

(Широко розставити руки в сторони)

Час обіймів для малят.

(Дорослий і дитина обіймаються)

(авторка слів Світлана Ройз)

Інструкція: Виконуй разом зі мною.

Рекомендації до виконання:

1. Доцільно виконувати вправу під музичний супровід: https://www.youtube.com/watch?v=rX2zNhtpdJU

2. Можна показувати дитині іграшки або предметні картинки на позначення звірят-помічників (підказок) виконання вправи.

Дихальні вправи

Під дією стресів дихання стає переривчастим і поверховим. Звуки сирени, необхідність швидко бігти до укриття прискорює не лише дихання, а й серцебиття, що, своєю чергою, підвищує у дітей відчуття тривоги. У більшості дітей із заїканням дихання і без того є порушеним, а в стресових ситуаціях воно може уповільнюватись і ніби завмирати. Це свідчить про необхідність виконання дихальних вправ. Пропонуємо одну із них.

Шість Іванів шість капітанів

Обладнання: гуашеві фарби, пензлик, ємності з водою.

Підготовча робота: виготовлення паперових корабликів (човників). Спочатку за запропонованою схемою вітрильник виготовляє дорослий, а потім дитина (див. рис. 4).

Послідовність виготовлення:

1. Зігни прямокутний аркуш навпіл, поклади його перед собою лінією згину догори.

2. Два верхні кути загни по середній лінії.

3. Смужку, що утворилася внизу, загни догори.

4. Переверни виріб і загни смужку. Частини смужки, що виходять за межі трикутника, загни всередину.

5. Вигни трикутник так, щоб його протилежні кути з’єдналися, утворивши квадрат.

6. Поклади квадрат перед собою, як показано на малюнку, та відігни до середньої лінії нижній кут так, щоб він з’єднався із верхнім кутом квадрата.

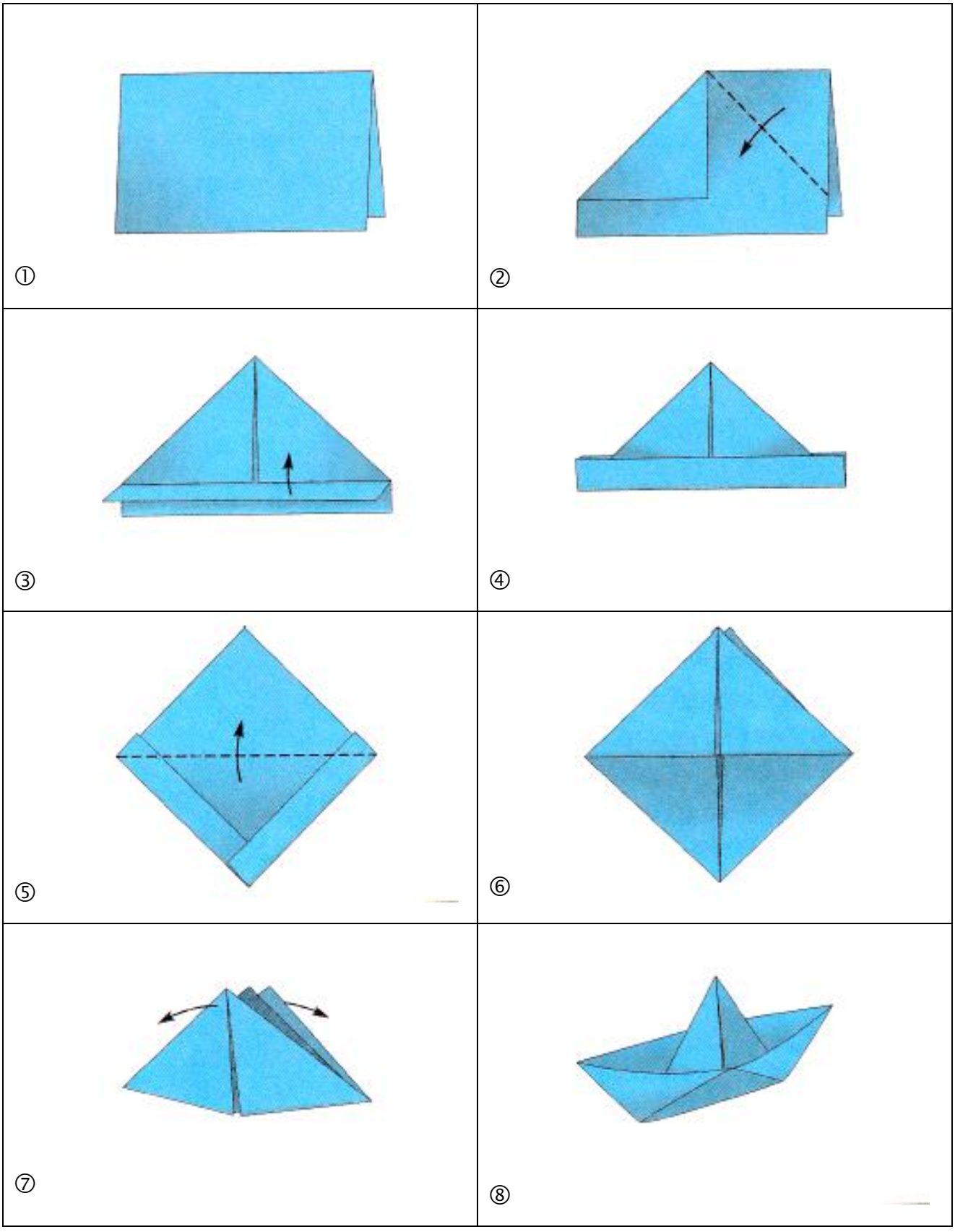


Рис. 4. Схема виготовлення вітрильника

7. Переверни виріб і зроби теж саме.

8. Обережно потягни в сторони обидва кінці так, щоб по центру утворився трикутник.

9. Візьми паличку, увіткни її в трикутник, прилаштуй вітрила та прапорець. В тебе вийде вітрильник. Щасливого плавання!

Мотиваційно-мовленнєвий матеріал. Жила-була дівчинка Оленка. Одного разу захотілось їй намалювати лужок. Вийшла вона на лужок і задивилась на метелика. А в цей час її руде неслухняне непосидюче цуценя фарби з палітри злизало.

− Ой, горенько мені! – закричала Оленка. Що ж я тепер робитиму? Хто мені допоможе?

І тільки крикнула вона так – з'явились перед нею шість хлопчаків. Це були Івани-капітани. Жили вони в різних країнах. Всі вони носили форму моряка.

− Ми почули сигнал «SOS», − сказали вони. – Це в тебе, дівчинко, щось трапилось? Яка потрібна допомога?

− Це зі мною трапилась біда, − призналась Оленка. – мої фарби злизало неслухняне цуценя. Чи можете ви мені допомогти – дістати такі потрібні фарби?

− Я знаю, де *жовта* фарба, − сказав Іван.

− Я знаю, де *блакитна*, − сказав Ян.

− Я знаю, де *жовтогаряча*, − сказав Хуан.

− Я знаю, де *червона*, − сказав Жан.

− Я знаю, де *чорна*, − сказав Ганс.

− Давай свою палітру і чекай, − сказав Джон, − будуть тобі фарби.

Івани-капітани попрощали з дівчинкою та пішли. На березі річки змайстрували капітани кораблик. Поставили вітрило. Приладнали над щоглою палітру. Відштовхнулись від берега та й попливли.

Привели Івани свій корабель у Жовте море. Зустрівся їм у морі веселий кит. Почав він хвостом корабель підкидати, на капітанів фонтани пускати –

одна біда від таких веселощів. Як тільки опустив кит корабель на воду, капітани швидко зачерпнули *жовтої фарби* і далі попливли.

На березі річки Оранжевої побачили капітани лань. За нею гнався тигр. Перевезли вони лань на інший берег, зачерпнули *оранжевої фарби* і відчалили. А голодний тигр хотів річку переплисти, але побоявся.

У Блакитному Нілі вчепився за відро крокодил, не віддає його хлопчакам, на корабель забратись хоче. Вирвали капітани відро у жадібного крокодила і одягли йому як намордник. А *блакитну фарбу* довелось кашкетом черпати. Був чорний кашкет, став блакитний.

Червоне море було дуже спокійним. Немає вітру на морі. А дівчинка на лузі чекає. Але що ж капітани могли зробити? Добре, що летючі риби над морем поруч пролітали і трішки вітру нагнали. Не тільки риби, а й восьминіг допомагали мореплавцям. Справ у восьминога в той час ніяких не було, і став він штовхати корабель уперед. Зачерпнули капітани на ходу голубим кашкетом *червоної фарби* – став кашкет червоним.

У Чорному морі кашкет знову почорнів, а все тому, що черпали ним *чорну фарбу*. Це дуже добре! У капітанів все повинно бути за формою… Ось вже плавання до кінця підходить… Але раптом налетів вихор, закружляв вітрильник, підняв його під грозові хмари. Та не розгубились Івани-капітани. Зробили вони із палітри парашут, а з парашутом, відомо кожному, і з висоти падати не страшно.

Летів вітрильник над землею, летів, і став якраз опускатися на луг, біля дівчинки Оленки. Зраділа Оленка, привітно руками замахала.

− Ось тобі, дівчинко, фарби! – сказали шість Іванів, шість капітанів.

− Вибач, що нема зеленої, − скромно сказав Джон. – Але якщо ти любиш малювати, то напевно знаєш, як зробити із двох фарб зелену – змішай синю та жовту.

− Дякую, − сказала Оленка. Вона потиснула на прощання руку Івану, потиснула Яну, потиснула Хуану, потиснула Жану, потиснула Гансу, потиснула Джону, і стала малювати лужок. А капітани попрощались і пішли.

Мандрують вони різними країнами в морських тільниках. Кімнату називають кубриком, сходи – трапом, мотузок – кінцем. І якщо потрібно буде, вони вмить зберуться разом і попливуть на своєму кораблі туди, де почують сигнал «SOS».

(за Анатолієм Мітяєвим)

Інструкція. В морі якого кольору ти пускатимеш свій кораблик? Дмухай на нього так, щоб кораблик плив.

Рекомендації до виконання:

1. Використовуючи гуашеві фарби, пензлик і ємності з водою можна зробити всі шість морів – Жовте, Оранжеве, Червоне, Блакитне, Зелене, Чорне, або тільки одне – те, яке дитині до вподоби. Можна зробити два моря – для дитини і дорослого – вони змагатимуться у швидкості корабликів.

2. Кольори морів можна утворити, змішуючи фарби: Зелене море – синю та жовту, Оранжеве – червону та жовту.

3. Дмухати на вітрильник можна дуючи на широкий язик, покладений на нижню губу, або через витягнені вперед губи. Слідкувати, щоб дуття відбувалось на видиху, повітряний струмінь був плавним і цілеспрямованим, щоки не надувалися.

4. Пригадати, хто зустрівся капітанам у Жовтому морі. Нагадати, що кит вміє пускати фонтанчики. Продемонструвати, як саме повинен дихати кит, щоб з’явився такий гарний фонтан – зробити глибокий вдих ротом, а видихнути з силою через ніс. Запропонувати подихати так, як дихав кит.

Види допомоги:

1. Робити плавні змахи рукою в одну сторону, створюючи вітерець.

2. Натискати долонями на надуті щоки, поступово випускаючи повітря.

Окорухові вправи

Під час воєнних дій напруження у дітей накопичується у всіх групах м’язів. Не виняток складають і очі. У найбільш тяжких випадках стресові реакції можуть призвести до звуження судин, часткового чи навіть повного

відшарування сітківки. Саме тому, з метою профілактики зазначених проявів, доцільно виконувати ігрові вправи для очей, що допоможе зняти зорове напруження, зміцнити очні м'язи, відновити кровообіг в очах, сприятиме покращенню акомодації (здатності чітко бачити предмети на різній відстані).

Синя бабка

Мотиваційно-мовленнєвий матеріал. Піднімалось із-за небокраю лагідне сонечко. Почало зігрівати своїм теплом все навколо. (Примружити очі, посміхнутись) Зазирнув сонячний промінець під листочок: «Прокидайся, комахо, бабко синя!» *(Заплющувати-розплющувати очі)* Бабка розплющила свої величезні банькаті очі, повертіла ними туди-сюди. *(Рухи очима праворуч-ліворуч)* Важко злетіла на квітку лілеї. Очі знову швидко зарухались. *(Рухи очима вгору-вниз)* Їй конче потрібно знати чи все спокійно навколо. *(Рухи очима за годинниковою стрілкою)* Пильно спостерігає бабка за всім, що відбувається навкруги, блимає очима: «Чи нема поблизу небезпеки?» *(Рухи очима проти годинникової стрілки)* Блим очима: «Чи не видно комашки для сніданку?» *(Варіанти рухів очей)* А онде дві зелені жабки-скрекотушки розпочали на муху полювання. *(Рухи очей – ніби малювати дуги)* Жабки ось-ось доженуть хитру муху. А муха віражі робила, синю бабку ледь не збила. *(Очима малювати вісімки)* Бабка не ловила ґав − муху ту швиденько: «Гам!» Потім блимнула очима, розпустила свої крила і полетіла геть сита та задоволена. *(Заплющити-розплющити очі)* А жабкам не пощастило зранку, бо залишились без сніданку. Сидять, кліпають очима: «Кум-кум-кума! Була муха, була бабка, а тепер нема». *(Здивовано розплющити очі, зробити сумний вираз обличчя)*

(Юлія Рібцун)

Рекомендації до проведення:

1. Розглянути предметне зображення бабки. Якщо дозволяють умови, поспостерігати за комахами.

2. Вправи спочатку виконувати повільно, а потім пришвидшуючи темп.

3. Слідкувати за плавністю виконання окорухових вправ.

Масаж і самомасаж

Часте переживання стресу, яке спостерігається під час воєнних дій, залишається не лише у психіці дитини, а й у тілі у вигляді м'язових спазмів, так званих тілесних блоків, які, при відсутності своєчасного реагування, можуть призвести до соматичних захворювань. Саме масаж є тим ефективним засобом, що позитивно впливає на стан нервової, серцево-судинної та імунної систем. Масаж дозволяє нормалізувати стан м'язів, заспокоїти дитину, знявши зайве психо-моторне напруження, покращити рухову здатність, координацію рухів, відновитись після довго сидіння, зняти гіперзбудливість, втому, попередити захворювання хребта, активізувати рухо-мовленнєві ділянки кори головного мозку. Пропонуємо вправу для масажу.

Їде поїзд із Полтави

Мотиваційно-мовленнєвий матеріал:

Рейки, рейки, шпали, шпали…

(Ритмічно провести по спині дитини ребром долоні чи вказівним пальцем дві довгі горизонтальні (рейки) та кілька вертикальних (шпали) ліній)

Їхав поїзд із Полтави.

(Покласти кулачок і провести по спині з незначним зусиллям)

Ось віконце відчинилось –

(Вказівним пальцем намалювати квадратне віконце)

Горошинки покотились.

(Обома руками ритмічно торкатися по спині подушечками пальців)

Йшли курчата, ціпу-ціпу,

(Вказівним і середнім пальцями обох рук імітувати крокування, інші пальці стиснуті в кулачки)

Дзьобали собі на втіху.

(Великий і вказівний пальці обох рук утворюють дзьобики, інші пальці стиснуті в кулачки; робити дрібні ритмічні рухи вгору-вниз – «дзьобати»)

А за ними гусенята

(Розчепірити пальці, почергово з натиском «чалапати» по спині)

Теж пощипують завзято.

(Скласти пальці пучкою, робити щипальні рухи обома руками)

Далі йшла сім’я слонів,

(Кулачки обох рук поставити поряд, пересувати вперед і назад)

Тупали, аж гай шумів.

(Постукувати по спині кулачками з невеликим зусиллям)

От директор-молодець

(Переплести пальці обох рук − тулуб, вказівні дивляться вгору – голова; повільно пересуватися)

Стіл поставив і стілець

(На вертикальний кулачок покласти долоню – стіл, покласти кулачок, до пальців приєднати вертикальну долоню – стілець)

Та друкує на машинці

(Ребрами долонь намалювати прямокутник, вказівними пальцями зробити ряди «клавіш»)

Лист малесенькій дитинці:

(Вказівними пальцями обох рук намалювати на спині прямокутник, провести дві діагоналі, зверху зобразити трикутник)

«Люба доню! Рідна пташко!

(Вказівними пальцями стукати, ніби по клавіатурі; великі пальці переплести – тулуб пташки, інші розвести в сторони – крила; поплескувати «крилами» по спині та боках)

Висилаю жовту чашку,

(Вказівними пальцями стукати, ніби по клавіатурі; пом’яти спину, ніби глину – «ліпити чашку»)

В неї сонячні бочки,

(Вказівними пальцями стукати, ніби по клавіатурі; злегка поплескати долонями по боках)

А на денці крапочки».

(Зробити ритмічний «пальцевий душ» по попереку)

(Переспів Мирослави Кім)

Рекомендації для виконання:

1. Спочатку знайомлять дитину зі змістом вірша, розповідають, що коли не було комп'ютерів і ноутбуків, користувались друкарськими машинками.

2. Можна разом з дитиною виконувати рухи руками на столі, згодом «зробити масаж» іграшці (ляльці чи ведмедику) і тільки потім запропонувати самій дитині.

3. Масаж виконують тільки чистими теплими руками. Доцільно використовувати музичний і відео-супровід: https://www.youtube.com/watch?v=LnlCB-uMtmM

Самомасаж діти можуть робити спочатку за наслідуванням, а згодом самостійно, що покращить їх настрій, допоможе зняти психо-емоційне напруження. Самомасаж доцільно виконувати чисто вимитими теплими долонями, використовувати гладенькі камінчики, каштани, жолуді або м'які шишки, невеличкі ребристі олівці. Найчастіше роблять самомасаж обличчя, але можна масажувати і руки, і долоні. Доцільно використати таку вправу.

Весняний дощик

Мотиваційно-мовленнєвий матеріал:

Першим дощиком умиться

(Імітувати умивання – погладжувати обличчя)

Захотіли блискавиці.

(Розтираючи щоки вказівними пальцями малювати зигзаги – блискавки)

Проміж хмарами ходили –

(Розминати щоки)

Грім весняний розбудили

(Виконувати вібрацію)

Вмились дощиком рясним,

(Імітувати умивання – погладжувати обличчя)

Усміхнулись до весни.

(Розтягнути куточки губ у посмішку)

(Петро Король)

Рекомендації до виконання:

1. Проводимо самомасаж від лоба до підборіддя чистими теплими руками.
2. Самомасаж не повинен викликати неприємних відчуттів.
3. Дорослий спочатку показує дитині масажні рухи, а вона повторює.
4. Самомасаж триває не більше 5 хв., а кожен рух повторюється 5 разів.

Розтяжки

Розтяжки прибирають скутість у тілі, знімають фізичну та психічну перевтому, покращують еластичність м'язів і зв'язок, зміцнюють їх, сприяють формуванню правильної постави та ходи, збільшують амплітуду рухів.

Незвична зарядка

Мовленнєвий матеріал:

Ранкова зарядка

Застелю хутенько ліжко.
Погукаю: − Де ти, кішко?
Йди, зарядку починай!
Спинку м'яко вигинай.
Лапи разом, лапи в боки,
Два присяди, два підскоки.
Хвостик вниз і догори,
Перекинься… Раз, два, три!
Дам сметани ще й оладку.
Ти за двох зроби зарядку!

(Любов Пшенична)

Мотиваційне завдання. Дениско сидів біля вікна за комп'ютером. Пальці хлопчика швидко і легко торкались клавіш клавіатури. В кімнаті було тихо, сонячно і затишно. На підвіконні спав рудий улюбленець Дениска – кіт Васюра. Кіт тихенько муркотів уві сні. Лагідні сонячні промінці гріли його спинку. Подув прохолодний вітер і закрив темною хмарою сонце. З вікна потягнуло прохолодою і дощем. Васюра розплющив одне око, потім друге і здивовано подивився на Дениска. Ліг на живіт і солодко потягнувся. Піднявся, став на всі чотири лапи, вигнув дугою спину. Потім прогнувся. Далі витягнув вперед лапи, ліг на живіт. Підтягнув передні лапи до себе, сів і задоволено замуркотів, хитро

позираючи на хлопчика. Дениско, який спостерігав за Васюрою, відчув, що засидівся. Тому вирішив зробити незвичну зарядку, наслідуючи рухи кота. Виконавши кілька Васюриних вправ, Дениско відчув себе значно краще.

Давай зробимо з Дениском вправи, яким навчив його улюблений кіт.

(Юлія Рібцун)

Рекомендації до виконання:

1. Рухатись плавно, без ривків.

2. Можна використовувати спокійну музику.

Види допомоги:

1. Розтягувати в руках резинку, слайм, іграшки-антистреси.

2. Тягнутись до іграшки (предмета), що знаходиться трохи вище витягнутої руки.

Стимулювання енергопостачання психомоторики

Психомоторика охоплює всі свідомо керовані дії дитини, при яких кожен рух нерозривно пов'язаний з м'язовим вираженням, думкою та словесним позначенням. Внаслідок переживання стресів у дитини рухи можуть випереджати або, що трапляється частіше, уповільнювати внутрішню програму, відбувається збій у схемі «мотив руху – думка – дія – словесна регуляція». Саме тому доцільно виконувати активні рухи, у т. ч. й синхронні, які поєднуються зі словом, використовуючи при цьому ігрові вправи.

«Дзиґа-дриґа»

Мовленнєво-мотиваційний матеріал:

Раз! Два! Всі присіли,

(Зробити кількаразові ритмічні швидкі присідання)

Потім вгору підлетіли.

(Підстрибнути, плеснути в долоні над головою)

Три! Чотири! Нахилились

(Зробити активні нахили)

І з струмочка чисто вмились.

(Імітувати вмивання; струшувати руками; задоволення)

П’ять! Шість! Всі веселі,

(Зробити «веселі ручки»; радість)

Крутимось на каруселі.

(Поставити руки на пояс, зробити обертання; захоплення)

Сім! Вісім! В поїзд сіли,

(Імітувати рух поїзда – робити ритмічні рухи руками)

Весело затупотіли.

(Швидко дрібно тупотіти)

Дев’ять! Десять! Відпочили

(Розслабитись, звівши долоні, покласти руки під щоку; спокій)

Й за навчання дружно сіли.

(Покласти руки одна на одну, розташувати їх перед грудьми; зосередженість)

(за Людмилою Кондрацькою)

Рекомендації до проведення:

1. Рухи виконувати ритмічно, в однаковому темпі.

2. Слідкувати, щоб рухи виконувались одночасно обома руками (ногами), не було синкінезій.

Вид допомоги: зробити замальовками ручкою чи олівцем мнестичні картки для кращого запам’ятовування дитиною тексту вірша (цифри 1, 2, стілець, пташка; 3, 4, струмочок; 5, 6, каруселі; 7, 8, поїзд; 9, 10, книжка).

3.3. Нейропсихологічні вправи, спрямовані на розвиток другого функціонального блоку головного мозку

Упродовж місяця після травматизації доцільно проводити дитині із заїканням психологічний стрес-менеджмент і надалі працювати з нею над розвитком *другого функціонального блоку головного мозку*, який забезпечує прийом, переробку, зберігання та відтворення інформації. Цей блок фізіологічно формується у віці від 3 до 7 років і цілеспрямована робота з його активізації додаватиме дитині впевненості у власних силах, у т. ч. і з подолання мовленнєвого порушення («я можу»).

Тут стануть у нагоді вправи:

а) з розвитку слухових функцій та операцій, фонематичних процесів;

б) на взаємозв'язок аналізаторних систем;

в) на різні види гнозису (зоровий, слуховий, тактильний, соматогнозис);

г) з удосконалення просторових уявлень;

д) мовлення.

В умовах воєнних дій дитина на будь-які гучні сигнали чи навіть звуки звичайної гучності може реагувати закриттям вух. Іноді буває так, що у дитини, як захисна реакція від шумів воєнного часу, знижується фізіологічна гострота слуху або розсіюється слухова увага. Тому настільки важливо проводити роботу з відновлення та розвитку слухових функцій та операцій, фонематичних процесів. Варто враховувати, що порушене фонематичне сприймання у дітей призводить до відсутності вміння диференціювати близькі за звучанням чи схожі за артикуляцією звуки рідної мови, що породжує значні відставання у поповненні словника, формуванні граматичної будови та зв'язного мовлення.

Жабки й журавель

Обладнання: сюжетна картинка із зображенням журавля, що ходить по болоту, з-під латаття визирають жабки; бубон.

Мовленнєвий матеріал:

Журавель в теплий день
Вийшов погуляти.
Жабенята полякались,
Стали всі тікати.

(Юлія Рібцун)

Мотиваційне завдання: Дорослий демонструє дітям картинку, пояснює: «У журавля ноги довгі. Вишукуючи жабок, він ходить повільно, – так, як зараз звучить бубон. *(Педагог повільно б'є в бубон, а діти ходять, високо піднімаючи ноги, як журавлі, та змахуючи руками, ніби крилами)* Побачили жабки журавля, а тому почали стрибати швидко-швидко, щоб сховатися від нього. Так швидко,

як зараз звучить бубон. *(Педагог швидко б'є у бубон, а діти стрибають, наче жабки)*».

Рекомендації для проведення:

1. Можна почергово змінювати темп звучання бубна, а діти відповідно то ходять, ніби журавлі, то стрибають, наче жабки.

2. Активізація слухової уваги дітей шляхом реагування на звуковий сигнал та його зміну може здійснюватись без предметів (ляпання по столу, плески в долоні) або з використанням будь-якого предмета, що є під рукою – олівець (постукування).

Відновлення (розвиток) уваги дітей до звукового оформлення слова є важливою складовою як загальнокорекційної роботи, так і специфічно спрямованої, зумовленої умовами війни.

Схожі слова

Мотиваційно-мовленнєвий матеріал:

Взяв Сергійко *пиріжок* Поглядав на *пиріжок.*
Та й подався на *лужок.* Вдвох вертали із *лужка,*
Поряд біг і пес *Дружок* – Тільки вже без *пиріжка.*

(В. Кравчук)

Інструкція. Уважно послухай вірш. Спробуй знайти в ньому слова, схожі за звучанням.

Рекомендації для проведення:

1. Самостійно добирайте мовленнєвий матеріал, грайте у «рими». Це буде цікавим і корисним заняттям.

2. Вивчайте напам'ять з дитиною віршовані мініатюри, і це не лише розвине її пам'ять, а й збагатить словник, розвине чуття мови, відволікатиме від негативних думок.

Соматогнозис – це сприйняття та відчуття власного тіла. Загалом сучасні діти з типовим розвитком мають недостатньо зрілий соматогнозис навіть у молодшому шкільному віці, що проявляється у компенсаторній надрухливості,

наявності зайвих рухів на рівні пальцевого, локомоторного праксису, у т. ч. у вигляді розгойдування всім тілом для кращого його відчуття.

Внаслідок воєнних дій психосоматичні блоки охоплюють все тіло, тому у дітей із заїканням проявляються значні труднощі в загальній і мімічній моториці (незграбність, застиглість, маскоподібність обличчя), дещо знижується слухова та рухова увага, здатність відчувати, розрізняти та реагувати на вплив з боку різноманітних подразників, порушується глибинна чутливість на рівні розуміння самих себе, своїх проблем, що загострює і без того яскраво виражені труднощі підтримання стосунків з ровесниками.

Є у мене, є у тебе

Мовленнєво-мотиваційний матеріал:

Олі казочку шепоче
Перед сном подушка.
Щоб послухати її,
Треба мати... (вушка)
Запах квітнучих конвалій
Вітрець розносить.
Щоб понюхать квітку цю,
Треба мати... (носик)
Щоб навчитись говорити,
Щебетати, мов пташки,
Всім вам, діти, треба мати
Дуже вправні... (язички).

Ось зі звуком [л] слова:
Чоло, плечі, голова,
Кулаки, долоні, лікті,
Нема [л] у слові нігті.
Тулуб, тіло і лопатки,
Нема [л] у слові п’ятки.
Слова зі звуком [р] нам треба
Брови, руки, рот і ребра,
Перенісся, горло, груди.
Нема [р] у слові губи.

(Юлія Рібцун)

Інструкція. Покажи, де у тебе… А у мене?

Рекомендації до виконання:

1. Найпростішим варіантом є показ дитиною тих частин тіла, які назве дорослий. Далі дорослий показує певні частини тіла, а дитина називає їх. Більш ускладнений варіант – дитина називає ті частини тіла, про які почула у вірші.

2. До удосконалення соматогнозису додається розвиток слухової уваги та пам’яті, навичок фонематичного аналізу шляхом визначення наявності певного звука в назвах частин тіла.

Вправи на взаємозв’язок аналізаторних систем, міжпівкульної взаємодії – один із найкращих способів виходу зі стресу, зокрема в умовах воєнних дій.

Руки наші вправні

Мовленнєво-мотиваційний матеріал:

Права й ліва рука

Поміж морквою виріс бур’ян. Пішла Маринка на город, бур’ян вириває. Та все Правою рукою. А Ліва нічого не робить. Права рука втомилася й питає Ліву руку:

– Чому ти байдикуєш? Дивись, як я працюю, уже всі жилочки болять. А ти нероба.

Соромно стало Лівій руці. Стала й вона рвати бур’ян. Швидко так і закінчила Маринка роботу.

(Василь Сухомлинський)

Інструкція. Зараз ми пограємо з тобою з обома руками – і правою, і лівою. Роби як я.

Рекомендації для проведення:

1. Спочатку однойменні, а згодом різноспрямовані рухи доцільно виконувати тільки ведучою рукою, потім іншою, і тільки потім обома руками одночасно.

2. Можна виконувати вправи під лічбу та музичний супровід.

Військові дії, переживання хронічного стресу негативно впливає на навички оптико-просторового орієнтування дітей – виникає розгубленість, відчуття прострації та дезорієнтації. Наявні і без того специфічні особливості функціонування нейрофізіологічних механізмів зорово-просторового гнозису, просторової пам’яті, слухової та рухової уваги, недостатність пропріоцептивної та вестибулярної імпульсацій ускладнюють орієнтування у просторі. Хаотичне переміщення, щоразу нові маршрути, неможливість запам’ятати орієнтири

через неочікувані неприємні зміни оточуючого внаслідок обстрілів чи пожеж спотворюють «когнітивні карти місцевості». Саме тому дітям із заїканням в нагоді стануть ігри та вправи з удосконалення просторових уявлень.

Сонячний зайчик

Мовленнєвий матеріал:

Колискова для зайчика, що народився в люстерку

Ти набігався, вухатий,
Коло двору, коло хати,
По травиці, по деревах,
По стежинах янтаревих.
По городу, по баштану,
По широкому майдану,
По шибках сусідки Олі,
По квітках бабусі Полі,
Ще й по стінах у хатині,
Ще й у котика на спині…
То й зболіли в тебе ніжки,
То й схотілося до ліжка.
Тож поспи тепер –
Навколо тиша –
Я тебе в люстерку
Заколишу.

(Дмитро Чередниченко)

***

Раз, два, три, чотири, п’ять –
(Діти плескають в долоні)
Всюди можу я гулять
(Діти вільно ходять по кімнаті)
Стриб і стриб уся рідня
(Діти стрибають)
Зникло сонце – зник і я.
(Діти присідають, закривають голови руками)
Знову сонце – ось він я.
(Діти посміхаються, стрибають)

Мотиваційно-мовленнєвий матеріал. Зранку йшов дощ. Дениско нетерпляче визирав у вікно. Та ось хмари розвіялись, з’явилось на небі сонце і залило яскравим світлом усю кімнату. Дениско почав швиденько збиратись на вулицю. Маринка зупинила молодшого брата: «У дворі стоять калюжі! Почекай, хай трохи підсохне. «У дворі з хлопцями можна бігати, стрибати, грати в піжмурки, а вдома що, самому грати?» – мовив Дениско. «Ні, разом із сонячним зайчиком, який живе в чарівному дзеркальці. Зайчик сховається від тебе, а ти знайди і скажи, де саме він сховався. Зайчик захоче втекти від тебе, а

ти скажи, куди він побіг і спробуй піймати його. Повір мені, грати із зайчиком дуже цікаво».

Наталочка почала пускати дзеркальцем сонячного зайчика. Зайчик побіг по стіні, сховався під столом, перескочив через стіл, заскочив на шафу, зіскочив із шафи, пробіг між стільцями, сховався за кріслом, виліз із-за крісла, потім причаївся у куточку, заховався під диван, визирнув з-під дивану.

Граючи із сонячним зайчиком, Дениско весело сміявся. Після гри сестричка запропонувала братику самому спробувати пускати сонячних зайчиків. Згодом Дениско грав сонячним зайчиком разом із друзями.

(Юлія Рібцун)

Інструкція. Скажи (покажи) де (куди) стрибнув (сховався) сонячний зайчик.

Рекомендації до виконання:

1. Познайомити дитину з індивідуальним дзеркальцем, продемонструвати способи появи сонячних зайчиків.

2. За допомогою використання іграшок (предметів, картинок) уточнити значення прийменників.

3. Коментувати дії дорослого, а згодом виконувати його інструкції, пускаючи сонячних зайчиків.

4. Дорослий може коментувати дії дитини, навмисно припускаючи помилки у вживанні прийменникових конструкцій.

3.4. Нейропсихологічні вправи, спрямовані на розвиток третього функціонального блоку головного мозку

Через місяць після пережитого стресу внаслідок воєнних дій дитині із заїканням рекомендована травмоцентрована терапія та активізація *третього функціонального блоку мозку* шляхом повернення (вироблення) часового попереднього (плануючого), поточного (операційного), кінцевого (підсумкового), просторового зорового, слухового, тактильного і кінестетичного контролю. Фізіологічно цей блок мозку формується з 8 до

18 (20) років і забезпечує планомірне розгортання активної свідомої психічної діяльності.

Вправи цього блоку, ігри з правилами допоможуть дитині із заїканням поступово нормалізувати стан короткочасної пам'яті (утримання та виконання інструкцій, програми дій), відновити довільну увагу, повернути відповідальність за свої вчинки та слова, змогу прогнозувати, організовувати, активізувати, регулювати та оцінювати результати своєї діяльності («я повинен»), у т. ч. й мовленнєвої («я впевнений»).

Своєрідним стимулом до сумісних з дорослим занять може бути наявність: а) порівняльних аудіо- чи відеозаписів з участю дитини із порушеним і вже виправленим мовленням; б) ігрових персонажів, які звертаються до дитини з проханнями про допомогу; в) колективних форм роботи, що допомагають виховати у дітей прагнення і вміння доводити розпочату справу до кінця, наполегливість і рішучість.

Я почну, а ти продовжуй

Обладнання: м'яч, книжка, ложка, гребінець.

Мотиваційне завдання. Дорослий пропонує дитині продовжити розпочату ним дію.

Інструкція. Уважно подивись що я почну робити і продовж цей рух.

Зразки рухів:

– розкрити вертикально розташовані долоні обличчям до себе – читання книги;

– ноги напівзігнуті, руки зігнуті в ліктях підняті над головою, долоні округлені – спрямування м'яча в баскетбольне кільце;

– долоня стиснута в кулак, на рівні живота виконувати поздовжні рухи – прасування білизни;

– проводити розчепіреними пальцями по волоссю згори донизу – причісування;

– рука стиснута в кулак, виконувати спрямувальні рухи до рота – користування ложкою і т. п.

Рекомендації до виконання:

1. Можна варіювати завдання в залежності від умов перебування та наявності відповідного обладнання.

2. Рухи, які починає виконувати дорослий, мають бути обов'язково знайомі дитині.

Нумо спробуй відгадати!

Обладнання: предметні зображення, картонний квадрат.

Мовленнєвий матеріал:

Хотіло сонечко у хованки погратись.
Не довго думало, куди би заховатись:
За темну хмарку, то напевно поміщуся.
От сміху буде, як ніколи не знайдуся!
Знайшло хмаринку товсту, темно-синю,
Зарилось в пух хмарковий, як в перину,
Промінячко в кишені повпихало,
Затамувало подих. Хух. Сховалось.
Та все ж забуло про одну дрібничку,
Що найясніше в світі мало личко.
З хмаринки темної зробилась золотиста –
Зітхнуло сонечко і знов на небо вийшло.

(Марія Новогроцька)

Мотиваційне завдання. Дорослий пояснює дитині, що їй будуть показані частини малюнка, по яких необхідно буде визначити, що тут намальовано. Картинка буде частково прикриватись картонним квадратом, який поступово відсуватиметься та відкриватиме зображення.

Інструкція: Як ти думаєш, хто (що) це?

Рекомендації до виконання:

1. Доцільно починати з простих зображень, а згодом ускладнювати завдання, пропонуючи такі, що містять частини, які наявні у кількох предметів.

Наприклад, роги у корови та кози, сірий тулуб у слона, бегемота та носорога тощо.

2. Пам’ятайте: пропоновані дитині зображення мають бути їй знайомі.

3. Можна спитати у дитини за якою саме частиною вона впізнала предмет. Запропонувати пригадати, хто або що, наприклад, має хвіст (хвостик) – тварини, транспорт, городина, зачіска дівчинки.

Підбери та назви

Обладнання: предметні картинки.

Мовленнєвий матеріал:

Зразки словосполучень:

- маленька... (*мишка*, *жабка, корова, машина*);
- смачний... (*торт*, *банан, олівець, кубик*).

Зразки речень:

- Максим розмовляє з... (*тато*, *дівчинка, стілець, дерево*);
- мама миє... (*чашка*, *ложка, книжка, цукерка*).

Зразки текстів:

- Оксанка захотіла пити. Вона взяла... (*чашка*, *склянка, тарілка, каструля*);
- Ігор іде гуляти. Він одягнув... (*шорти*, *майка, плаття, чашка*).

Інструкція.: Я почну, а ти продовжуй.

Мотиваційне завдання. Дорослий розкладає перед дитиною предметні картинки, розпочинає словосполучення (речення, текст). Дитина знаходить серед запропонованих предметів такий, назва якого могла слугувати продовженням словосполучення (речення, тексту).

Рекомендації до виконання:

1. Доцільно звертати увагу дитини на закінчення прикметників у словосполученнях для правильного добору іменників у відповідній граматичній формі. Наприклад: веселий… клоун, але веселе… сонечко, весела… мавпочка, веселі… кошенята.

2. Варто починати з простих варіантів мовленнєвого матеріалу та поступово ускладнювати його.

Хоробре мишенятко

Мовленнєвий матеріал:

Котик наш мишей злякався,
Під постельку заховався
І кричить він звідти: – Ня-а-в!
Звір страшний мене злякав!

(Микола Сингаївський)

Інструкція. Послухай віршик. Хто налякав котика? Спробуй зробити мишенятко з пластиліну або глини.

Мотиваційне завдання:

Давай зробимо мишенятко з пластиліну або глини (див. рис. 5).

1. Візьми сірий шматок пластиліну.

2. Розділи пластилін на частини. Тобі знадобляться один великий та сім маленьких шматочків.

3. З великого шматка круговими рухами рук зроби кулю.

4. Прямими рухами надай їй яйцевидної форми – це тулуб.

5. Передню частину тулуба загостри і в тебе вийде мордочка.

6. Два маленькі шматочки розкачай круговими рухами, кульки розплющ між долонями – це вушка.

7. Приліпи вушка по боках голівки, позаду прилаштуй хвостик. На хвостик мишеняті можна причепити бантик.

8. З інших чотирьох маленьких шматочків зліпи лапки і прикріпи бо боках. Зроби мишеняті очі та носик. Якщо ти ліпив (-ла) з глини, дай мишеняті висохнути, а потім розфарбуй.

Мишенятко готове! Як ти його назвеш? Розкажи, яке твоє мишеня? Пригадай, як ти ліпив (-ла) мишеня. Що ти робив (-ла) спочатку, а що потім?

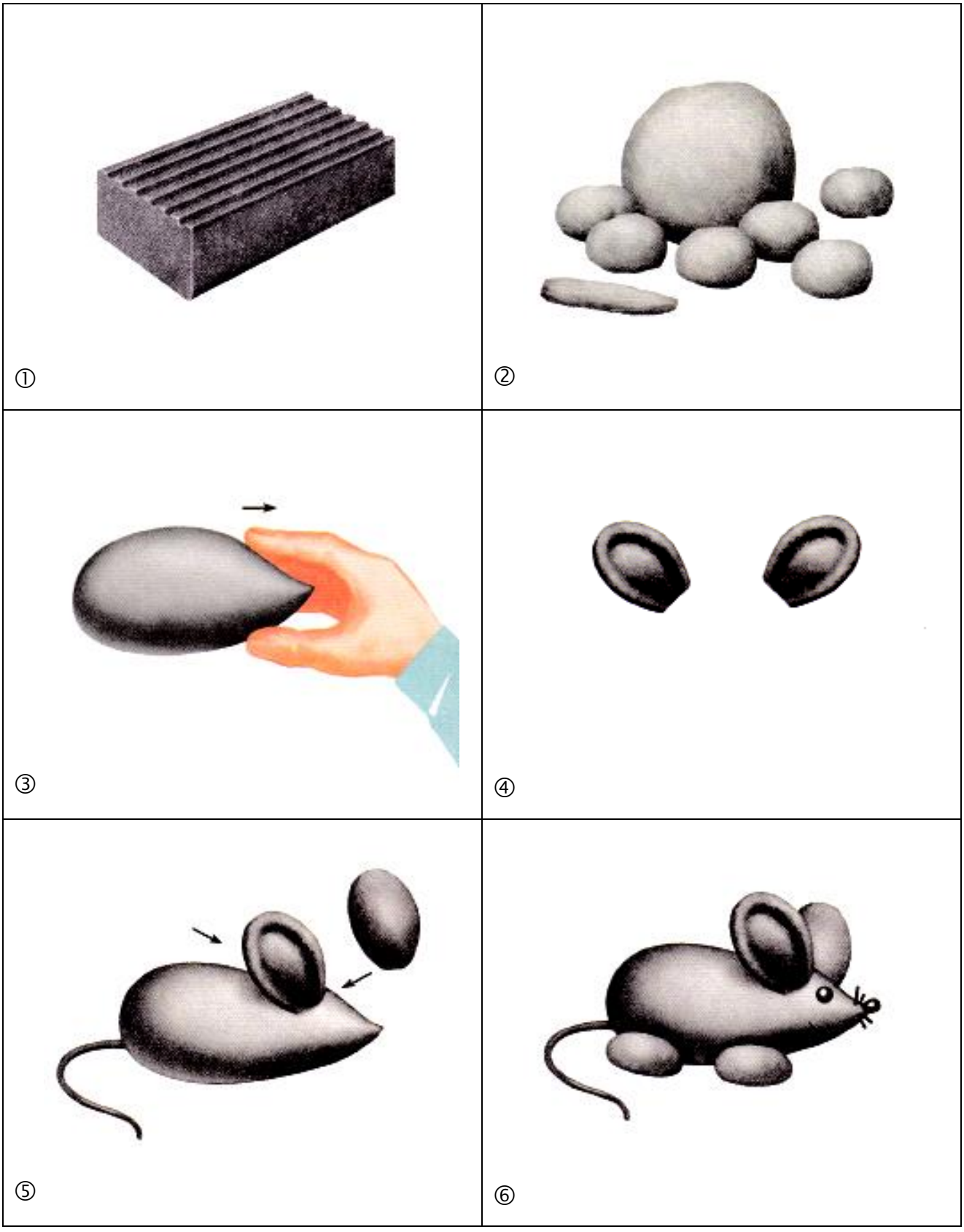


Рис. 5. Схема виготовлення мишенятка

Рекомендації до виконання:

1. Доцільно обіграти поробку, нагадати, що мишенятко ховається від свого ворога-кішки в нірці.

Дитина може розповісти, як вона ховалась (ховається) в укритті, коли їй та її рідним загрожує небезпека.

2. Варто підключати не лише мовленнєвий, а й емоційний та руховий супровід при виконанні вправи.

Наприклад: «Покажи, як мишеня труситься, коли боїться кішки. А тепер зобрази, як воно проганяє від себе страх. Покажи, як мишенятко сердиться на кота. Пошаруди пальчиками, як мишенятко. Покажи, яке воно хоробре».

Так чи ні

Обладнання: іграшки, предметні картинки.

Мотиваційне завдання. Дорослий показує дитині іграшку. Повідомляє, що буде називати її то вірно, то ні, а дитина має уважно слухати і на помилкове називання підняти руку (наприклад: *лялька, малька, палька, лялька, лямка, лялька, ялька* і т. д.).

Рекомендації до виконання:

1. Можна запропонувати і такий варіант, коли перед дитиною розкладається кілька предметних картинок. Дорослий просить дитину при правильному називанні предмета піднімати кружечок зеленого кольору, при невірному – червоний.

2. На наступних етапах іграшки та предметні картинки виключаються.

Непосиди

Мовленнєвий матеріал:

[Т] – [К]	**[Б] – [Г]**
У саду стояла **к**ачка,	Сир ворона ухопила,
У дворі гуляла **т**ачка.	На зелену **б**ілку сіла.
Захотілося тій **т**ачці	**Г**ілочка знайшла горішки
Покататися на **к**ачці.	І смачні пахучі шишки.

[Т] – [З]

На вогні стояв коз**е**л.
Кашу в нім варив ко**т**ел.
Пахне смачно від коз**л**а,
Гарна каша у ко**т**ла.

(*А. В. Сокол* та *О. М. Конечна)*

Попередня робота: пояснення значення слова «непосиди», впізнавання та розрізнення слів-квазіомонімів (наприклад: *з*лива – *с*лива, ка*с*ка – казка, ми*с*ка – ми*ш*ка, *ш*апка – *с*апка, *Л*ука – *р*ука, гі*л*ка – гі*р*ка і т. д.).

Мотиваційне завдання. Дорослий розповідає дитині, що є такі малюки, які й хвилини не можуть всидіти на місці – все б їм бігати, стрибати, тому й називають їх непосидами. Повідомляє, що до цієї гри завітали звуки-непосиди. Пустуючи, вони стрибають з місця на місце, від чого змінюється значення слів. Дорослий читає вірш і пропонує дитині виправити помилки.

Рекомендації до виконання:

1. Спочатку покажіть дитині пару паронімічних зображень. Переконайтесь, що дитина розуміє, де, наприклад, *тачка*, а де *качка*.

2. Поступово кількість картинок можна збільшувати до 4–6. Якщо у дитини почали з’являтися помилки при умові знання усіх назв зображень, це свідчить про недостатній розвиток у неї уваги.

Так чи не так? А як?

Мотиваційне завдання. Дитина уважно слухає дорослого та виправляє помилки: «Жили були дід та баба. Просить баба діда: «Діду, діду, спечи колобка». Дід спік. Поклала баба на вікно колобка, щоб охолонув. Колобок стрибнув на доріжку та й покотився в ліс. Біжить колобок по дорозі. Назустріч йому – їжак: «Колобок, колобок, я тебе з’їм». «Не їж мене, їжачку, я тобі затанцюю», – просить колобок...

Інструкція: «Я розповім тобі казочку. Ти слухай мене уважно. На кожне речення заперечливо чи стверджувально хитай головою».

Рекомендації до виконання:

1. Пам’ятайте, що спочатку діти вчаться помічати смислові неточності вживання слів дорослим, а згодом правильно добирати слова при породженні власних мовленнєвих висловлювань.

2. Використовуйте тексти лише знайомих дитині казок (оповідань, сюжетів мультиплікаційних фільмів).

Отже, в основі освітньої та компенсаційної роботи, зокрема в умовах воєнних дій, лежить розвиток психо-мовленнєвої діяльності у тісному зв’язку з формуванням різних видів самоконтролю, ймовірного прогнозування, спрямованості уваги до правильності мовлення та здатності до узагальнення мовних одиниць і явищ.

Для всіх дітей з функціонально-мовленнєвими труднощами є актуальними такі загальні напрями психолого-педагогічної роботи:

1. Робота з психосоматичними проявами.
2. Відновлення психоемоційної сфери.
3. Активізація пізнавального розвитку.
4. Повернення мовленнєвої функції.

Робота з психосоматичними проявами – це діяльність невролога та психолога, але і ті дорослі, які знаходяться поруч з дитиною, можуть виконувати з нею окремі тілесні вправи, спрямовані на нормалізацію м’язового тонусу. Наприклад, вправа «Едик-шангіст».

Едик-штангіст

Підготовча робота: розгляд ілюстрацій, перегляд відео-матеріалів з виступами штангістів.

Мотиваційне завдання. Зайченя Айчик, лиценя Лесик і ведмежа Едик – друзі. Вони навчаються у першому класі лісової школи. Улюблений урок Айчика та Лесика – фізкультура, а Едика – математика. Фізкультури ведмежа ой як не любить! Зайченя найкраще в класі бігає. Едик намагався побігти з ним наввипередки, зачепився і впав. Лиценя – найкращий гімнаст. Ведмежа спробувало зробити перекид уперед, як це робить Лесик, і ледь лапу не

зламало. Сів Едик на лаву і ледве не плаче. Підійшов до нього учитель фізкультури Лео Леопардович і сказав: «Зайченя у нас найшвидше, лисеня – найгнучкіше, а ти дужий. А можеш ще сильнішим стати, тільки треба потренуватись. Давай спробуємо з тобою повправлятись у підніманні штанги».

Я теж тобі пропоную виконати вправу з уявною штангою.

(Юлія Рібцун)

Інструкція. Уважно слухай і дивись, як я підніматиму «штангу», а потім зробимо вправу разом.

Рекомендації для виконання:

1. Дорослий коментує виконання вправи: «Ноги напівзігнуті в колінах на ширині плечей. Нахилитись, плавно видихаючи, обома руками взяти «штангу», сильно стискаючи кулачки. На видиху із зусиллям піднімати «штангу» зігнутими в ліктях руками до грудей (руки, ноги напружені). Зробити глибокий вдих і рвучко на видиху підняти обидві руки зі штангою вгору. Вдихнути, опустити «штангу» до грудей, нахилитись, розкрити кулачки. Розслабитись».

2. Слідкувати за етапами м’язового напруження та розслаблення, правильного чергування вдиху та видиху. Особливу увагу звертати на те, щоб не було затримок дихання.

3. Супроводжувати виконання вправи звуконаслідуваннями: підняття «штанги» − е-е-е (по наростаючій), ривок вгору – о (різко), опускання – у-у-у (за спаданням).

Види допомоги:

1. Для виконання вправи використовувати гімнастичну палку (реальна предметна опора).

2. Для ритмізації виконання вправи використовувати лічбу: і раз, і два…

Активізації міжнейрональних зв’язків сприяють вправи, де задіяний одночасно локомоторний, дворучний мануальний, пальцевий праксис. Пропонуємо одну з таких вправ.

Дзвінка бурулька

Мотиваційно-мовленнєвий матеріал:

Вниз головою

Висіла бурулька.

(Нахилитись, тягнутись до кінчиків пальців стоп)

Від сонечка в неї

Під носиком булька.

(Вказівним пальцем робити рухи зі сторони в сторону під носом)

Лиш стане тепліше,

Бурулька заплаче.

(Терти кулачками очі)

Зажуриться й схудне

Відразу неначе.

(Втягнути живіт і щоки)

А вдарить мороз,

Вона замерзає.

(Обхопити плечі навхрест складеними руками, труситися ніби від холоду)

Проте на морозі

Завжди підростає.

(Стати навшпиньки, тягнутися руками вгору)

Зміцніє всім тілом

І стане товстою.

(Ноги на ширині плечей, руки на поясі, надути щоки)

На вітрі дзвенить,

Але пахне весною.

(Розвести руки в сторони, потрусити кистями, зробити вдих через ніс)

(Юлія Рібцун)

Інструкція. Виконуй разом зі мною.

Рекомендації для виконання:

1. Прочитати вірш, розібрати змістові акценти.

2. Виконувати окремі рухові елементи, співвідносячи їх з образами вірша.

3. Поєднувати мовленнєвий матеріал із руховим виконанням спочатку за наслідуванням, згодом спряжено з дорослим і самостійно.

Вид допомоги. Запропонувати пограти в гру «Мороз і сонце». На слово «мороз» напружити все тіло, на слово «сонце» − опустити руки вниз, розслаблюючи все тіло.

Відновлення психоемоційної сфери – справа надто делікатна, тому потребує уваги з боку батьків і педагогів. Якщо дитина з особливими мовленнєвими потребами пережила психотравмуючу ситуацію, не слід самостійно намагатись скоригувати її переживання, адже таке втручання може тільки нашкодити. Це – робота для професіонала. Доцільно вчити дитину адекватно виражати емоції, називати та диференціювати їх.

Нами розроблена *фонетико-емоційна абетка*, в якій на кожен звук запропоновано кілька варіантів ситуацій, що можуть викликати різні емоції. Наприклад: 1) сварячись вказівним пальчиком, братик *застерігає* молодшу сестричку, щоб не бавилась ножицями – вимовляємо у-у-у; 2) *відчуває себе безпомічним* при невмінні зав'язати шнурки – ф, ф, ф; 3) *відчуває спокій і впевненість* у тому, що всі його (її) люблять у сім'ї – щ-щ-щ; 4) *хитро ховає* іграшку від товариша, щоб той її не знайшов – е-е-е; 5) *бурмоче*, проявляючи своє незадоволення – б-б-б.

З метою повернення мовленнєвої функції, мається на увазі не лише розгальмовування зниклого внаслідок стресів мовлення, а і повернення мовлення на той рівень, на якому воно було до війни, доцільно проводити вправи з розвитку дихальної та голосової функцій.

Діти вчаться проспівувати голосні та їх сполучення, вимовляти голосні та звуконаслідування з різною гучністю і висотою тону, доповнювати віршики та потішки словами зі звуконаслідуваннями різної інтонаційної виразності, у різному темпі (швидко, повільно), з різною силою голосу (тихо, голосніше, голосно) за наслідуванням дорослого.

Діти можуть проспівувати «колискову», використовуючи лише один голосний звук – напівспівом вимовляти голосний, змінюючи висоту голосу, або грати зі звуками у «м'яча» – «розкачати» голосний, а потім «кинути» вгору без напруження, промовляти голосні у складі вірша:

А-а-а *(плавно піднімати обидві руки вгору) –*

Вже до нас прийшла весна *(повільно опускати руки до рівня грудей) –*

на-на-на *(поступово опустити руки донизу, знижуючи силу голосу)*.

У-у-у *(робити дрібні рухи руками вгору) –*

Радо зустріли ми весну *(стати навшпиньки) –*

ну-ну-ну *(робити коливальні рухи руками зі сторони в сторони)*.

Е-е-е *(розвести руки в сторони) –*

В небі сонце золоте *(описати руками коло) –*

те-те-те *(пальці затиснути в кулачки, різко відкривати їх, розчепірюючи пальці)*

О-о-о *(робити різноспрямовані рухи руками) –*

Його проміння шле тепло *(плавно провести руками вздовж тулуба згори донизу) –*

ло-ло-ло *(опустити та розвести руки в сторони)*.

І-і-і *(присісти, робити м'які рухи обома руками) –*

Лізуть паростки з землі *(встати, плавно піднімати руки) –*

лі-лі-лі *(обома руками робити плавні рухи, починаючи від підлоги*).

И-и-и *(почергово приставляти ребра долонь обох рук до лоба, дивлячись вдалину) –*

З вирію летять птахи *(робити змашисті рухи обома руками) –*

хи-хи-хи *(зробити перехресний рух руками, обійнявши себе за плечі)*.

(Юлія Рібцун)

ЗАКЛЮЧНЕ СЛОВО

Одним із завдань, які на сьогодні стоять перед державою, є створення необхідних умов для відновлення повноцінного освітнього процесу. Потрібно забезпечити захист всіх категорій дітей, ліквідацію прогалин у засвоєнні учнями навчальних та корекційно-розвиткових програм, допомогти дітям постраждалим через травматичні події назавжди забути про жахіття війни.

Для реалізації цієї мети 9 квітня 2022 р. Міністерство соціальної політики України та Представництво Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні уклали Меморандум про співпрацю щодо забезпечення захисту прав дітей, які постраждали через війну.

1 серпня 2022 р. з ініціативи радниці – уповноваженої Президента з прав дитини та дитячої реабілітації Дар'ї Герасимчук запрацював державний портал розшуку дітей «Діти війни» − інформаційна платформа, за допомогою якої батьки та правоохоронні органи можуть збирати інформацію про дітей, які: а) постраждали під час війни (від скоєних злочинів, загиблі, поранені); б) зникли безвісти; в) були незаконно депортовані до росії або на тимчасово окуповані території; г) яких вдалось розшукати і врятувати. За допомогою платформи можна зв'язатись з Національною поліцією України, Офісом Генерального прокурора, Національним інформаційним бюро.

З початку воєнних дій було забезпечено координацію діяльності органів управління освітою, функціонування усіх типів закладів: дошкільних, загальних середніх, позашкільних, спеціальних, інклюзивних. На базі Google-календаря був складений і запроваджений на теренах нашої держави та поза її межами єдиний Всеукраїнський онлайн-розклад для україномовних дітей 1-11 класів, розроблений відповідно до типового календарно-тематичного планування та оснащений інтерактивними посиланнями.

Платформа для дистанційного та змішаного навчання учнів 5-11 класів (Всеукраїнська школа онлайн) спільно з Міністерством освіти і науки України розміщують відео-уроки на своїх каналах, каналі Youtube, їх транслюють на

телебаченні в режимі реального часу («Навчання без меж», «Пізнавальні зустрічі»).

Незважаючи на місце перебування дітей, школярі можуть отримати атестат, адже вже діє проєкт постанови «Про застосування публічної електронної послуги «єДокумент про освіту» у період дії воєнного стану».

Офіс Президента у співпраці з ЮНІСЕФ розробив план реконструкції зруйнованих і будівництво нових закладів освіти. Відтепер офлайн навчання буде можливе лише там, де обладнані укриття оснащені резервними та автономними джерелами енергозбереження, посиленою охороною. Розміри приміщень мають бути такими, щоб у них змогли розміститись усі школярі, які перебувають у закладі під час повітряної тривоги. Ті здобувачі освіти, які продовжуватимуть перебування за кордоном, зможуть повноцінно навчатись, адже освітні хаби вже відкрилися у Болгарії, Литві, Польщі, Чехії. До того ж в Україні з метою допомоги в надолуженні школярами пропущеного навчального матеріалу планується запровадження британського досвіду catch-up-програм. Відносно даних програм вже були здійснені перемовини з Департаментом освіти Великої Британії та з British Council.

Вже 14 березня у більшості областей було відновлено освітній процес після вимушених канікул. МОН спільно з Google Україна створили Всеукраїнський онлайн-розклад. Стартував освітній проєкт «Навчання без меж», що передбачає трансляцію відео-уроків для учнів 5-11 класів.

8 квітня 2022 р. в Італії відбулась Міжнародна конференція «За горизонтом: нова ера прав дитини» під егідою Ради Європи, де Олена Зеленська, перша леді України, зверталась до учасників щодо нової Стратегії прав дитини (2022-2027). Римська стратегія передбачає досягнення основних цілей щодо захисту та заохочення прав дитини, зокрема зазначено для всіх дітей: 1) свобода від насильства; 2) рівні можливості та соціальна інтеграція; 3) доступ до технологій та їх безпечного використання; 4) гарантії правосуддя; 5) надання слова кожній дитині; 6) права дітей у кризових та надзвичайних ситуаціях.

З ініціативи Олени Зеленської під гаслом «Книжки без кордонів» українською мовою надруковано 100 тис. книжок для дітей, які покинули домівки через російську агресію та знайшли прихисток у різних країнах Європи. Книги друкують у Болгарії, Великобританії, Ірландії, Литві, Молдові, Німеччині, Норвегії, Польщі, Туреччині, Чехії, Швеції та поширюють через бібліотеки, школи, центри підтримки та соціальні центри.

Для більш якісної психологічної підтримки дітей у закладах освіти Оленою Зеленською ініційовано започаткування та реалізацію Національної програми психічного здоров'я та психо-соціальної підтримки. Згідно з нею МОН України спільно з Інститутом модернізації змісту освіти, Асоціацією інноваційної та цифрової освіти, за участю провідних фахівців психічного здоров'я зі США та Ізраїлю розробили курс підвищення кваліфікації, який проходили та отримали відповідні сертифікати педагоги − вихователі, учителі та практичні психологи.

Нагальною потребою залишається забезпечення здобувачів освіти з особливими освітніми потребами адаптованими додатковими стимульними матеріалами, шкіл – обладнанням для онлайн-навчання (ноутбуки, планшети, смартфони), проведення тренінгів для педагогів стосовно роботи з дітьми, котрі зазнали психотравмуючих впливів. Віримо, що наступний навчальний рік розпочнеться у мирній незалежній державі.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Вправи для боротьби зі стресом від програми HEART https://resource-centre-uploads.s3.amazonaws.com/uploads/stress_busters_ukr.pdf

2. Довідник безбар'єрності. Дитина з особливими освітніми потребами. URL: https://bf.in.ua/rizni-sotsialni-hrupy-2/dytyna-z-osoblyvymy-osvitnimy-potrebamy-oop/

3. Коли світ на межі змін: стратегії адаптації. Психологічна підтримка вчителів та дітей у часи війни : посіб. для вчителів заг. сер. осв. / Д. Арцимєєва, Г. Терентьєва, О. Чуйко, В. Шкуро, А. Голотенко. 52 с.

4. Наугольник Л. Б. Психологія стресу : підр. Львів : Львів. держ. ун-т внутрішніх справ, 2015. 324 с.

5. Онлайн-злочини за участю дітей під час війни. STOP-sextинг. 12 с.

6. Орлофф Дж. Виживання для емпата: життєві стратегії для чутливих людей / пер. з англ. О. Брагіної. Харків : Віват, 2022. 288 с.

7. Порадник для вчителів. Активності для учнів та учениць у бомбосховищах шкіл. 24 с.

8. Психосоціальна підтримка в кризовій ситуації : метод. посіб. для педагогів / С. Богданов, О. Залеська. К. : Пульсари, 2018. 76 с.

9. Рібцун Ю. В. Варіативність у визначенні освітніх труднощів у дітей з порушеннями темпо-ритмічної складової мовлення. *Традиції та новації у сфері педагогіки та психології* : матер. Міжнар. наук.-практ. конф. (4-5 лют., м. Київ). К. : Таврійський національний університет імені В. І. Вернадського, 2022. С. 163-167. URL: https://lib.iitta.gov.ua/730143/

10. Рібцун Ю. В. Використання логопсихосинергетичного підходу у задоволенні особливих мовленнєвих потреб. *Věda a perspektivy*. № 1(8). 2022. С. 164-175. URL: https://lib.iitta.gov.ua/729772/

11. Рібцун Ю. В. Дитячий апперцептивний тест у комплексній логопсиходіагностиці темпо-ритмічних розладів. *Діти з особливими потребами: від рівних прав – до рівних можливостей* (матеріали

VII Міжнародного конгресу зі спеціальної педагогіки та психології). − К. : Симоненко О. І., 2021. − С. 155-159. URL: https://lib.iitta.gov.ua/727928/

12. Рібцун Ю. Заїкання: підтримка дитини з особливими мовленнєвими потребами в освітньому середовищі. К. : ФОП Цибульська В. О., 2023. 272 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/738529

13. Рібцун Ю. В. Запобігти, захистити, допомогти. Діти з особливими мовленнєвими потребами в умовах воєнного стану. *Вісник науки та освіти*. 2022. № 2. С. 202-213. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/731467

14. Рібцун Ю. В. Логопсихосинергетичний портрет дитини із заїканням. *Формування життєвої компетентності осіб з особливими освітніми потребами в системі позашкільної, спеціальної та інклюзивної освіти*: зб. наук. пр. / за заг. ред. Ю. Д. Бойчука. Х. : ХНПУ ім. Г. С. Сковороди, 2023. С. 191-195. URL: https://lib.iitta.gov.ua/734603

15. Рібцун Ю. В. Мобільні застосунки як засіб логопедизації роботи з дітьми із заїканням в умовах кризових викликів сучасності. *Сучасна молодь в світі інформаційних технологій*: матеріали III Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф., присвяченої Дню науки (16 травня 2022 р., м. Херсон, м. Кропивницький) / за ред. Н. В. Кириченко, Г. О. Димової та ін. Херсон-Кропивницький: Книжкове видавництво ФОП Вишемирський В. С., 2022. С. 70-74. URL: https://lib.iitta.gov.ua/730481/

16. Рібцун Ю. В. На допомогу фахівцям ІРЦ: експрес-діагностика вивчення темпо-ритмічної складової мовлення та її передумов. *Педагогічні інновації у фаховій освіті* : зб. наук. пр. Вип. 12. Ужгород : ДВНЗ «УжНУ», 2022. С. 68-71. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/732261

17. Рібцун Ю. В. Нейрофізіологічні аспекти порушень писемного мовлення у молодших школярів із заїканням. *Current issues of science, prospects and challenges*: collection of scientific papers «SCIENTIA» with Proceedings of the II International Scientific and Theoretical Conference (Vol. 3), June 10, 2022. Sydney, Australia: European Scientific Platform. С. 20-23. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/730794

18. Рібцун Ю. В. Освітній курс на євроінтеграцію: рівні підтримки дітей з порушеннями темпо-ритмічної складової мовлення. *Сучасні тенденції розвитку науки та освіти в умовах євроінтеграції* : тези доповідей і статей учасників Міжнар. наук.-практ. конф. (29-30 березня 2022 р., м. Вінниця). – Вінниця : Вінницький кооперативний інститут, 2022. С. 95-98. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/730373

19. Рібцун Ю. В. Патогенетичні механізми та феноменологія заїкання. *Освіта осіб з особливими потребами: виклики воєнного часу* : матеріали VIII Міжн. конгресу зі спец. педагогіки та психології (19-20 жовт. 2022 р.), К. : ІСПП, 2022. С. 259-264. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/732244

20. Рібцун Ю. Понятійно-термінологічний словник. Логопедія. Логопсихологія. URL: https://lib.iitta.gov.ua/731696

21. Рібцун Ю. Пропедевтика терористичних загроз: психолого-педагогічні аспекти. *Протидія терористичним актам у міському середовищі* : зб. матер. Наукового форуму. Навчально-науковий інститут права та політології УДУ імені Михайла Драгоманова (м. Київ, 21 червня 2023 р.). Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2023. С. 356-358

22. Рібцун Ю. Психолінгвістичні дидактичні технології діагностики та активізації пізнавального розвитку молодших школярів з тяжкими порушеннями мовлення (розділ VI). *Психолінгвістичні дидактичні технології діагностики і подолання мовленнєвих порушень у молодших школярів з тяжкими порушеннями мовлення* : навч.-метод. посіб. / Е. Данілавічютє, Л. Трофименко, В. Ільяна, Ю. Рібцун, З. Мартинюк, Г. Грибань. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2021. С. 698-846. URL: https://lib.iitta.gov.ua/730619

23. Рібцун Ю. В. Психолого-педагогічний супровід дітей із заїканням. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. Т. 2. Вип. 79. Запоріжжя : КПУ, 2021. С. 72-76. URL: https://lib.iitta.gov.ua/729509/

24. Рібцун Ю. В. Реалізація логопсихосинергетичного підходу у формуванні праксичних функцій у дітей із заїканням. *Наукові записки Міжнародного гуманітарного університету*. Одеса : Видавничий дім «Гельветика», 2022. Вип. 36. С. 220-224. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/730897

25. Рібцун Ю. В. Рівні підтримки дітей із темпо-ритмічними порушеннями мовлення: змістові аспекти. *Міжнародний науковий журнал «Грааль науки»*. 2023. № 24 (лютий, 2023). С. 582-589. URL: https://lib.iitta.gov.ua/734326

26. Рібцун Ю. В. Розвиток голосової функції у дітей з темпо-ритмічними порушеннями мовлення. *Наукові інновації та передові технології*. 2023. № 1(15). С. 422-432. URL: https://lib.iitta.gov.ua/733848

27. Рібцун Ю. В. Роль родинного виховання у психо-мовленнєвому розвитку дітей із заїканням. *Сучасні теоретичні й прикладні контексти спеціальної та інклюзивної освіти* : зб. тез доповідей ІІІ Всеукр. наук.-практ. конф.(24-26 травня 2023 р., м. Луцьк) / за заг. ред. проф. І. Б. Кузави. Луцьк, 2023. С. 230-236

28. Рібцун Ю. В. Формування міжпівкульної взаємодії у дітей із заїканням. *Interdisciplinary research: scientific horizons and perspectives*: collection of scientific papers «SCIENTIA» with Proceedings of the III International Scientific and Theoretical Conference (Vol. 2), May 6, 2022. Vilnius, Republic of Lithuania: European Scientific Platform. С. 121-125. URL: https://lib.iitta.gov.ua/730405/

29. Рібцун Ю. В. Функціонально-мовленнєві труднощі. Особливості стану сформованості темпо-ритмічної сторони мовлення. *Методичні рекомендації для інклюзивно-ресурсних центрів щодо визначення категорій (типології) освітніх труднощів у осіб з ООП та рівнів підтримки в освітньому процесі*. К. : Квант-Раціо, 2021. С. 71-82. URL: https://lib.iitta.gov.ua/730624

30. Рібцун Ю. В. Ширшає коло друзів. Рівні права, рівні можливості, кроки до успіху. К : ТОВ «Поліпринт», 2021. 64 с.

31. Ройз С. Вдих-видих. Картки для дихальних практик стабілізації. 18 с.

32. Ройз С. Картки сили. 78 с.

33. Ройз С. Обійманці. Ігрові картки. 4 с.

34. Ройз С. Твоя сила. Практикум стійкості. 36 с.

35. Розроблено поради для організації інклюзивного навчання під час війни. URL: https://mon.gov.ua/ua/news/rozrobleno-poradi-dlya-organizaciyi-inklyuzivnogo-navchannya-pid-chas-vijni

36. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Київ : Персонал, 2017. 160 с.

37. Українці закордоном: безпека в умовах кризи. STOP-sextинг. 10 с.

38. Центр здоров'я і розвитку Коло сім'ї. Інформаційні ресурси по темі психологічної допомоги під час війни. URL: https://k-s.org.ua/?fbclid=IwAR3XCeUkIQP_mqlBNxsXHJufjCMizo-9cpvmuitBu7SWQy2bJiGpACP9Kk

39. Чиханцова О., Гуцол К. Психологічні основи розвитку резильєнтності особистості в період пандемії Covid-19 : практ. посіб. / Нац. акад. пед. наук України, Ін-т психології ім. Г. С. Костюка. Київ, 2022. 128 с.

40. Юрова Р. А., Вітер Т. Г, Казьміна А. І., Щолокова А. В. Методичний посібник із подолання заїкання (для логопедів, учителів, батьків, осіб, які мають заїкання) : навч. видання. К. : Центр патології мовлення, 2007

41. Як говорити з дітьми про війну: поради психологів. Кілька порад щодо того, як підійти до розмови з дитиною про війну. ЮНІСЕФ. URL: https://www.unicef.org/ukraine/stories/how-totalk-to-children-about-war

42. AVID Open Access: an open educational resource that provides practical, easy-to-use strategies to prepare your students for all that is possible in their future. URL: https://avidopenaccess.org/

43. Brymer M., Taylor M., Escudero P., Jacobs A., Kronenberg M., Macy R., Mock L., Payne L., Pynoos R., Vogel J. Psychological first aid for schools: Field operations guide. 2nd Edition. Los Angeles: National Child Traumatic Stress Networ, 2012.

44. Caring Counselor. Кола довіри. URL: https://caringcounselor.blog/2019/04/21/circles-of-trust/

45. Colors, music, and emotions: online learning & teaching. URL: https://arteascuola.com/2020/04/colors-music-and-emotions-on-line-activity/

46. Homskaya E. Luria A. R. A Scientific Biography. London : Springer, 2001. 200 p.

47. How Schools Can Help Students Recover from Traumatic Experiences A Tool Kit for Supporting Long-Term Recovery. URL: https://www.rand.org/content/dam/rand/pubs/technical_reports/2006/RAND_TR413.pdf

48. How to handle stress: teachers & education staff. URL: https://www.educationsupport.org.uk/resources/for-individuals/guides/how-to-handle-stress/

49. Save the Children. URL: https://www.savethechildren.org/us/about-us/media-and-news/2021-press-releases/one-in-six-children-in-conflict-zones-at-risk-of-sexual-violence

50. Support the Kids Involved. URL: https://www.stopbullying.gov/prevention/support-kids-involved

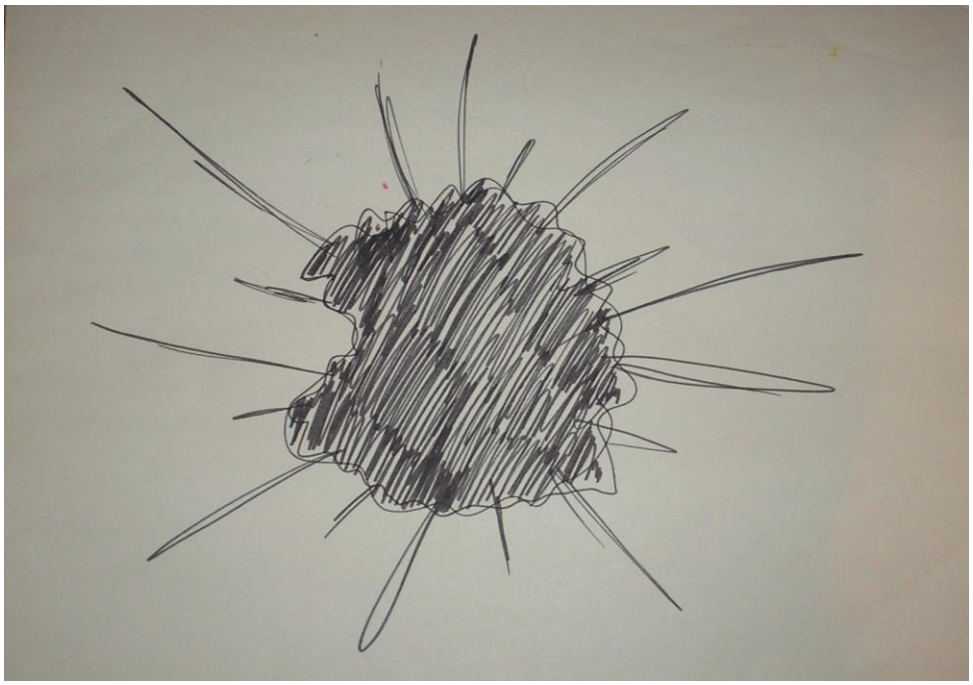
51. The Stress Management Handbook: A Practical Guide to Staying Calm, Keeping Cool, and Avoiding Blow-Ups. By Eva Selhub, M.D.

ДОДАТКИ

Додаток 1

Малюнки дітей різних вікових груп із заїканням

Оксана Н., 12 років, невротичне заїкання



Моє заїкання (образ їжака, що живе в горлі)

Я вірю в мовлення без заїкання

Артем В., 6 років, загальний недорозвиток мовлення, 2-3 рівень мовленнєвого розвитку, неврозоподібне заїкання

Ой ійна, я нє (Страх війни, мене немає)

Йоне – я, топ-топ . Ти – яжна (Я зелений, йду, страх відступає, ти (до психолога) оранжева)

Максим К., 9 років, невротичне заїкання

Я боюсь (малюнок зів'ялої квітки, хоча чітко простежується образ нирок – органу страху)

Василько О., 5 років, неврозоподібне заїкання

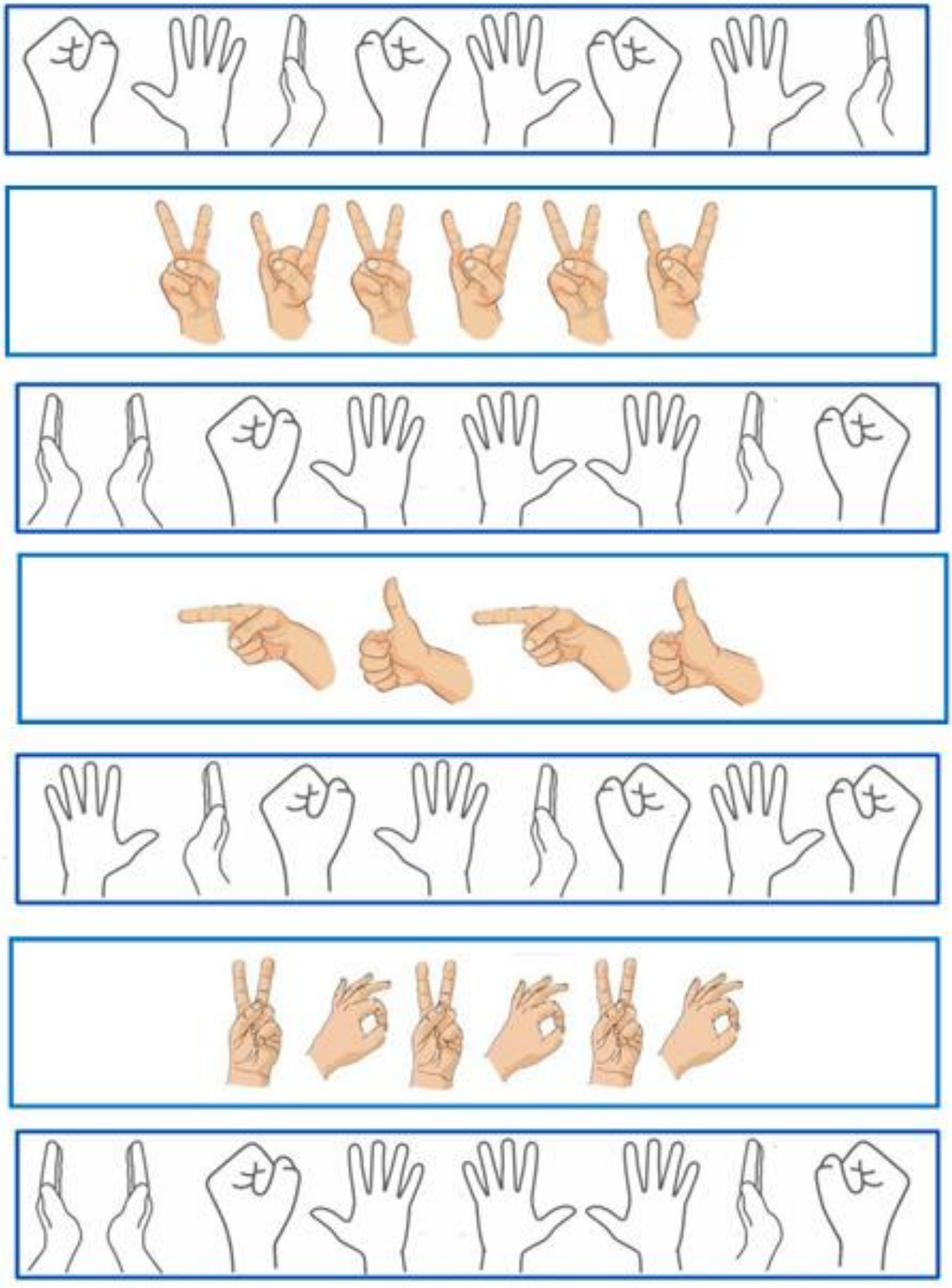
Я злюсь (покарання батьками за погану поведінку, зачиняючи двері в кімнату)

Додаток 2

Де чия тінь?

Додаток 3

Зроби як я



ЗМІСТ

Переднє слово …… 4
Розділ 1. Непоправні втрати: війна і діти …… 6
1.1. Травмовані діти України …… 6
1.2. Діти з особливими мовленнєвими потребами в умовах війни 9
1.3. Створення безбар'єрного освітнього середовища для дітей з особливими мовленнєвими потребами у воєнний час …….. 13
Розділ 2. Використання біо-психо-соціальної моделі розвитку у роботі з дітьми із заїканням …… 35
2.1. Діти із заїканням у колективі ровесників …… 35
2.2. Поствійна: відновлення усвідомлення дітьми своїх базових потреб …… 63
Розділ 3. Нейропсихологічний підхід у роботі з дітьми із заїканням. подолання психотравм, зумовлених воєнними діями …… 84
3.1. Використання «вікна можливостей» у роботі з дітьми із заїканням …… 84
3.2. Нейропсихологічні вправи, спрямовані на розвиток першого функціонального блоку головного мозку ……... 88
3.3. Нейропсихологічні вправи, спрямовані на розвиток другого функціонального блоку головного мозку …….. 102
3.4. Нейропсихологічні вправи, спрямовані на розвиток третього функціонального блоку головного мозку ……... 108
Заключне слово …… 121
Рекомендована література …….. 124
Додатки ……. 130

Рібцун Юлія Валентинівна – старший науковий співробітник, доктор філософії в галузі педагогіки, старший науковий співробітник відділу логопедії Інституту спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка НАПН України; дипломований логопед-дефектолог, дипломований психолог, арт-терапевт, психотерапевт у навчанні; автор понад 400 науково-методичних публікацій, у т. ч. корекційно-розвивальних програм, наочних і навчальних посібників із питань діагностики та компенсації мовленнєвих порушень у дітей різних викових груп, запатентованої корисної моделі «Спосіб відновлення вимовної функції у дошкільнят з порушеннями фонетико-фонематичної сторони мовлення».
Авторський сайт www.logoped.in.ua.

ISBN 978-617-8324-08-7