

*О.В. Пащенко, м. Київ,  
Україна*

## **ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ТА ВИХОВНИЙ ПРОЦЕС У ПРИРОДІ: ДІЯЛЬНІСТЬ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ**

*Анотація. Матеріал відображує механізми фізичної, соціальної та психологічної реабілітації осіб, які постраждали внаслідок військової агресії, засобами природи, що реалізуються через проект «Психологічна реабілітація у Природі». Проект ініційований та впроваджений Всеукраїнською екологічною лігою у співпраці з Інститутом проблем виховання НАПН України, Донецьким обласним інститутом післядипломної педагогічної освіти та Інформаційно-просвітницьким центром «Екологічна варта».*

*Ключові слова: збройна агресія, психологічна реабілітація, внутрішньо переміщені особи, Природа.*

Протягом багатьох століть у різних культурах світу в контексті таких наук як філософія та релігія висвітлювалася важливість світу природи в житті людини. Це питання не втрачає своєї актуальності і в сучасних дослідженнях, оскільки Природа не лише є передумовою людського існування, але й символізує людські переживання, ідентичність та спосіб спілкування з іншими, а також визначає напрями життєвого шляху.

Дослідники зосереджують особливу увагу на впливі Природи на когнітивні функції людини та її психічне здоров'я. Ця проблема стала предметом досліджень у галузях екологічної психології, соціології, міського планування, архітектури, медицини та ландшафтної естетики, в той час як гуманітарні науки та мистецтво розглядають роль природного світу в душевному житті людини. Дослідження у галузі палеоботаніки та етноботаніки дозволяють розглядати всю людську культуру через призму рослинного світу. У філології існує напрямок під назвою «флоропоетика» та терміни «флорообраз», які досліджують відносини між літературою та рослинами [1].

В прикладній психології починають усвідомлювати цінність Природи як джерела психотерапії та самопомоги для людини. Одним із перших, хто привернув увагу до важливості Природи для гармонійного та здорового розвитку особистості, був американський журналіст Р. Лейв, який ввів поняття «синдром дефіциту Природи».

Сьогодні в Україні через воєнні події, спричинені російською агресією, що призвели до фізичних і психологічних розладів у населення різної важкості виникла тісна взаємодія між поняттями «війна» і «реабілітація Природою». Звичайно однією з найбільш вразливих категорій населення є діти, вони в першу чергу потребують невідкладних заходів з фізичного та психологічного оздоровлення, відпочинку та відновлення. Саме тому експертами Всеукраїнської екологічної ліги був розроблений проєкт «Психологічна реабілітація у Природі», який спрямований на створення системи, що надає дієву психологічну підтримку та реабілітацію дітям, які постраждали від російської воєнної агресії. Цей проєкт передбачає використання потенціалу природних екосистем для відновлення після травматичних подій та надання можливостей для відпочинку на природно-заповідних територіях.

Механізми психотерапевтичного впливу природи пояснюються у теоріях психології середовища. Згідно з еволюційною гіпотезою біофілії, запропонованою Е. Вілсоном, наші далекі предки для забезпечення виживання повинні були активно спостерігати за природою та підтримувати близький контакт з нею. Наслідком цього є збережені програми поведінки, які роблять людину відчутно більш захищеною, продуктивною та менш тривожною.

Теорія відновлення після стресу Р. Ульріха також стверджує, що в доісторичні часи області з багатими природними ресурсами сприяли видобутку їжі та води, і сучасний мозок зберігає програми, що надають перевагу зеленому середовищу над міським [3].

Окрім цього, існують інші концепції, які пояснюють корисний вплив природи на людину. Наприклад, теорія відновлення уваги Р. Каплан стверджує, що людина відновлюється швидше в естетичному середовищі, де привабливі стимули самі захоплюють увагу, і не потрібно зосереджувати увагу свідомо, що може викликати втому [2]. Ключова відмінність між цими двома останніми теоріями полягає в тому, що Р. Каплан акцентує на когнітивному відновленні, тоді як Р. Ульріх досліджує афективне відновлення та методи зняття стресу, спровокованого емоційною напругою.

Загалом, антистресовий вплив природи ініціюється шляхом інтуїтивного реагування людей на безпечні місця для відпочинку, які зазвичай включають в себе рослинний покрив.

Ці та інші теорії, які підкреслюють корисний вплив Природи на особистість, є теоретичним підґрунтям для реалізації проєкту «Психологічна реабілітація у Природі» Всеукраїнської екологічної ліги, громадської організації, що своєю провідною метою визначає покращення екологічної ситуації в Україні, формування принципів сталого розвитку, розвитку екологічної освіти та культури громадян [4].

Мета проєкту «Психологічна реабілітація у Природі» полягає у збереженні або відновленні фізичного та психічного здоров'я дітей, які постраждали від російської збройної агресії, досягненні соціально-психологічного благополуччя та зменшенні частоти та важкості наслідків посттравматичного синдрому.

Завданням проєкту є надання ефективної психологічної підтримки та реабілітації дітям, які постраждали від російської збройної агресії, через використання потенціалу природних екосистем і можливостей для відпочинку на природно-заповідних територіях. Також передбачено створення можливостей для дітей вивчати та досліджувати природну, історичну та культурну спадщину України, формування національної самосвідомості, патріотизму і привертання їх до рідного краю. Крім того, проєкт має на меті підвищення мобільності, соціальної та культурної інтеграції дітей та молоді у суспільне життя України.

Ключові виклики, які необхідно вирішити в межах Проєкту:

1. Російська збройна агресія призвела до значних жертв серед військових та мирних мешканців, мільйони українців стали вимушеними переселенцями, діти стали сиротами, втратили можливість проживати безтурботне дитинство. Тому гостро постала потреба психологічної реабілітації дітей, які постраждали від бойових дій.

2. Унаслідок війни освітній процес в багатьох регіонах було порушено чи

навіть повністю призупинено. Офіційно більше 500 дітей стали жертвами війни, понад 1000 дітей отримали поранення. Україна зафіксувала примусову депортацію понад 19531 дитини до росії, але реальна кількість більша. Всі ці діти потребують психологічної та фізичної реабілітації.

3. Внаслідок постійних обстрілів пошкоджено близько 3000 закладів освіти, у 2022 року українські діти під час повітряних тривог провели в бомбосховищах та укриттях понад 900 годин. Цей стрес не минає безслідно, а потребує залучення професіоналів.

Окрім реабілітаційної роботи з дітьми планується організація та проведення тренінгів для педагогів, які працюють з дітьми, що мають статус ВПО й постраждалими від воєнних дій. Часто й самі педагоги є із числа ВПО. Актуальність такої роботи підтверджується результатами анкетування, проведеного в липні 2022 року в форматі Google-опитування, в опитуванні взяли участь 53 особи. Зокрема 90,5 % респондентів (48 осіб) визначають означений проєкт як дуже важливу ініціативу, 77,3 % (41 людина) упевнені, що психореабілітаційна робота в природі є дуже ефективною, 58,4 % опитаних (31 особа) виявили бажання стати учасниками групи, що проходить реабілітацію, 69,8 % (37 опитаних) готові сприяти реалізації проєкту в межах своєї компетентності.

Підсумовуючи вищесказане зазначимо, що аналіз наукового досвіду у галузі психологічної реабілітації засобами природних ресурсів дозволив виявити механізми відновлювальної терапії, що лягли в основу проєкту «Психологічна реабілітація у Природі» для дітей, які постраждали внаслідок воєнних дій. Визначені також можливості розширення проєкту на роботу з дорослими, військовослужбовцями та членами їхніх сімей, як один із способів психологічної реабілітації під час воєнного конфлікту та після нього.

#### Література

1. Buzzell L., Chalquist C. *Psyche and nature in a circle of healing. Ecotherapy: Healing with nature in mind.* Berkeley, CA: Counterpoint. 2009. P. 17-21.
2. Kaplan R. The role of nature in the context of the workplace. *Landscape and Urban Planning.* 1993. Vol. 26 (1-4), P. 193-201. [https://doi.org/10.1016/0169-2046\(93\)90016-7](https://doi.org/10.1016/0169-2046(93)90016-7)
3. Ulrich, R. S., Simons, R. F., Losito, B. D., et al. (1991). Stress recovery during exposure to natural and urban environments. *Journal of Environmental Psychology*, 11 (3), 201–230.

[https://doi.org/10.1016/S0272-4944\(05\)80184-7](https://doi.org/10.1016/S0272-4944(05)80184-7)

4. Всеукраїнська екологічна ліга. Про створення проєкту «Психологічна реабілітація у Природі» URL: <https://www.ecoleague.net/pres-tsentr-vel/novyny/2022-rik/lypen/item/2291-prostvorenna-proiektu-psykholohichna-reabilitatsiia-u-pryrodi> (дата звернення: 25.10.2023).

**З.С. Петрушенко, м. Київ,  
Україна**

## **ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНИХ ПОЧУТТІВ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ В СУЧАСНИХ ЗАКЛАДАХ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ**

*Анотація.* Розглянуто тему емоційного розвитку дитини старшого дошкільного віку. Висвітлено ключові аспекти формування емоційної компетентності у дітей. Проаналізовано специфічні етапи та умови емоційного розвитку дошкільників. Охарактеризовано ефективні методи та практики, спрямовані на комплексний розвиток емоційної сфери дитини.

*Ключові слова:* емоції, розвиток, старший дошкільний вік, особливості, методи.

У сучасному контексті швидкого розвитку та перетворень українського суспільства, постає нагальна проблема формування збалансованої, самостійної особистості, яка здатна гармонійно існувати у взаємодії з оточуючим світом та самою собою. Досягнення цієї мети передбачає свідоме розуміння власних емоцій, встановлення зв'язків між різними емоційними станами та їх причинами, а також навички емоційного самокерування та адаптації поведінки до емоційних проявів оточуючих.

У формуванні емоційної сфери особистості ключовим періодом є дошкільний вік: саме тоді діти вчаться виражати особисті емоції та розпізнавати емоції інших, що сприяє ефективній взаємодії зі світом навколо них. Ранні навички ефективної соціальної взаємодії забезпечать успішність особистості в майбутньому.

Емоції дитини – це «..різноманітні переживання дитини, в яких виявляється її ставлення до того, що діється навкруги. Найчастіше переживання викликані тими об'єктами, які набувають для дитини певного життєвого значення, стають для неї цінними, оскільки сприяють або перешкоджають задоволенню різних її потреб» [7, с. 189].

Є. Кирилова та О. Бухалова зазначають, що емоційний світ дошкільника