

форм соціально-педагогічної діяльності, що забезпечує оптимальне досягнення цілей та завдань технології.

Упровадження соціально-педагогічної технології соціалізації підвищує здатність української освіти забезпечувати якісну соціалізацію дітей, відтак визначаючи не лише індивідуальні перспективи кожної дитини, а й майбутнє всього українського суспільства.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бандура Л. Сутність інноваційних технологій навчання у сучасній науковій літературі. *Гірська школа Українського Карпат*. 2018. Вип. 19. С. 9–12.
2. Безпалько О. В. Соціальна педагогіка: схеми, таблиці, коментарі : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2009. 208 с.
3. Вайнола Р. Х. Класифікаційні підходи до характеристики технологій соціальної та соціально-педагогічної роботи. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 11: Соціальна робота. Соціальна педагогіка* : збірник наукових праць. Київ : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2014. Вип. 18. С. 12–18.
4. Козарик О. С. Процесуально-технологічні складові соціалізації сучасної особистості з позиції суб'єктно-вчинкового підходу. *Науковий журнал Хортицької національної академії. (Серія: Педагогіка. Соціальна робота)*. 2020. Вип. 2 (3). С. 153–164. DOI: <https://doi.org/10.51706/2707-3076-2020-3-15>.
5. Мариновська О. Науково-методичний супровід освітніх інновацій Освітні інновації та передовий педагогічний досвід в закладах освіти Івано-Франківської області : наук.-метод. зб. / упоряд.: З. Болюк, Р. Зуб'як, О. Мариновська та ін. ; за заг. ред.: З. Болюк, О. Мариновської, Р. Зуб'яка. Івано-Франківськ : ОІППО, 2007. С. 84–125.
6. Татенко В. О. Феномен соціалізації в контексті суб'єкт-вчинкового підходу. *Педагогіка і психологія*. 2015. Вип. 3 (88). С. 44–52.
7. Шимко І. М. Соціалізація особистості дитини молодшого шкільного віку в колективному і навчальному середовищі : навч. посібн. Кривий Ріг, 2013. 244 с.
8. Шульга В. Д. Спільний учинок як соціально-психологічний механізм соціалізації учнівської молоді : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Київ, 2013. 24 с.

Міськов Геннадій Васильович,

аспірант спеціальності 053 Психологія,
Інститут спеціальної педагогіки і психології
імені Миколи Ярмаченка НАПН України,
м. Київ, Україна
<https://orcid.org/0000-0002-4135-8880>
ittek@ukr.net

наукова керівниця - **Кульбіда С. В.,**
доктор педагогічних наук, професор
Інституту спеціальної педагогіки і психології
імені Миколи Ярмаченка НАПН України,
svk5554@gmail.com
Web of Science ResearcherID P-9547-2016
<https://orcid.org/0000-0002-0194-3495>

НАПРЯМИ ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ ДІТЕЙ У НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЯХ

Сьогодні ми вже звикли до повітряних тривог, вибухів з жертвами, до трагедій у різних містах та селах українських областей, що залишають свій відбиток на дорослій і дитячій психіці, травмують її. Кожен уявляє небезпечне місце й реагує зі страхом, як щось таке жахливе, що стається чи могло статися з нами. Травмівний досвід страху повторення стає поширеним особливо серед дітей різного віку [5]. Українські діти, які пережили особисті трагедії, небезпеки, стають у рази вразливішими, мають більше шансів на розвиток проблеми, пов'язаної зі страхами, ніж інші діти, оскільки стикаються зі стресовими факторами (загальними й особистими). Зокрема, особисті біди, такі як втрата чи каліцтво батьків (рідних),

розлучення на тривалий час, тілесні ушкодження, є більш травматичною подією, ніж велика катастрофа (Robinson et al., 1991 рік; Silverman, La Greca, & Wasserstein, 1995). З іншого боку, незадоволення базових потреб [3], зміна навчального закладу, переїзд сім'ї, суперечки, шкільна неуспішність, втрата друзів можуть зумовити стан розвитку більшого ризику у дітей, як проблем з тривожними станами і страхами (агресивність, злість, ізоляція, дитяче самогубство, зловживання психоактивними речовинами, підліткова вагітність, сексуальне насильство та ін.). Все це істотно впливає і на почуття безпеки, і на розвиток виникнення неврологічних розладів особистості [4], і на здатність до контролю своєї власної долі у дітей.

Дитячі страхи, які не діагностуються, не вивчаються, не розглядаються батьками (опікунами) і фахівцями, можуть призвести до функціональних порушень [6] і мати шкідливі наслідки для навчання дітей, розвитку соціальних навичок і самооцінки. Надмірний страх може призвести до виснажливої патологічної поведінки, включаючи поведінкові, депресивні та емоційні розлади як ознаки травми. Бідні комунікативні навички, зриви в стосунках батько-дитина, погані стосунки з однолітками, зниження впевненості і самооцінки, підвищена агресивність, шкільна неуспішність, посилення фізичних захворювань можуть сприяти затримці розвитку.

Розпізнавання ознак стресових чинників травми у дитини має вирішальне значення як для діагностування, так і для надання належної психолого-соціальної підтримки і допомоги [2, с. 1]. Травма у кожної дитини може проявлятися різними способами і залежить від особливостей зрілості, соціального досвіду у її сприйнятті події, особливостей темпераменту, характеру тощо. У загальних типових проявах трьох груп (фізіологічні, емоційні, поведінкові) варто виділити характерні ознаки травми:

Фізіологічні ознаки:

- втома або безсоння: травма може призвести до хронічного виснаження або труднощів зі сном, часто через кошмари або тривогу;

- гіпернастороженість: дитина може виглядати постійно напруженою, ніби вона чекає, що станеться щось погане;

- фізичні захворювання: головні болі, свербіж шкіри, проблеми зі шлунком та інші незрозумілі фізичні симптоми;

- реакція на переляк: діти можуть легко злякатися або сильно реагувати на раптові світлові (звукові, рухові) сигнали.

Емоційні ознаки:

- тривожність може постійно відчуватися без очевидної причини;

- зміна настрою: перепади в емоційних проявах – від гніву до смутку тощо;

- заціпеніння або відстороненість: деякі можуть здаватися емоційно віддаленими або відстороненими, ніби вони переживають щось не відчуваючи;

- дратівливість: легке розчарування або злість, іноді через дрібниці;

- депресія: постійне почуття смутку, безнадійності, незадоволеності або нікчемності;

- спогади (тимчасовість чи інтенсивність (наприклад, нав'язливі спогади): дитина може заново пережити якусь негативну подію у своїй свідомості, це викликає постійні страхи і страждання;

- почуття провини чи сорому: звинувачення себе в тому, що сталося, або відчуття сорому, навіть якщо вони не винні.

Поведінкові ознаки (часткове, повне):

- уникання місць, людей або діяльності, які нагадують їм про негативну подію;

- відсторонення: дитина може відійти від соціальних взаємодій, не виходити на контакт, всіляко уникати зустрічей, ізолюватися;

- вживання психоактивних речовин: часте вживання спиртних напоїв або наркотиків може бути способом подолання болю;

- труднощі з концентрацією: ускладнення зосередження або існування (бути присутнім) у даному моменті;

- саморуйнування: участь у ризикованій або шкідливій поведінці як спосіб впоратися з ситуацією чи подією.

Вивчення картини проявів характерних ознак травматичного досвіду може конкретизувати особливості надання психологічної і соціальної підтримки, допомоги як батьками, так і фахівцями. Принципи "дитиноцентрованості", "доброзичливості", "уважності" є надзвичайно важливими при такій допомозі.

Утім, інструкція “Як підтримати дитину з травмою?” може стати загальними акцентами з конкретизацією вихідних положень:

1. Слухання, підтримання-підтвердження: пропозиція стати безоцінювальним, безосудливим слухачем, виявити свою реакцію-відповідь-співчуття на почуте від дитини. Дати зрозуміти, що почувається в цю мить так, як почувається вона, це є нормальним станом.

2. Заспокоєння: нагадування, що дитина не самотня, що ви поруч із нею. Заспокоєння може бути визнаним і невизнаним (коли здається, що немає відповіді), його варто застосовувати.

3. Терплячість: зцілення від травми потребує часу. Уникання прийомів підштовхування – «забути», “рухатися далі», «переступити чи подолати це» та ін. Повага до індивідуального темпу переживання травми, який є розгорнутим у часі.

4. Повага особистистих меж-кордонів: інколи може знадобитися час, простір побути наодинці. Потрібно надати таку можливість, не сприймаючи це особисто для себе як образу.

5. Створення безпечного середовища: переконання в тому, що дитина відчуває себе в безпеці та підтримується, коли знаходиться з вами (без вас). Уникання всього того, що може спровокувати її нову травму.

6. Заохочення професійної допомоги: пропозиція поговорити з фахівцем, який спеціалізується на травмах. Іноді професійна підтримка має вирішальне значення, оскільки досвідчений фахівець володіє комплексом технік, які необхідні в конкретну мить. Наприклад, для необхідного розслаблення при вияву злості – пропозиція малювати прямі лінії, при вияві смутку – веселку та ін.

7. Пропозиція конкретної практичної підтримки: допомога із повсякденними завданнями, супровід при переміщенні, зустрічах, при вирішенні побутових завдань.

8. Уникання тригерів: пам'ятати про ситуації, теми чи середовища, які можуть спровокувати травму, і намагання уникати їх, коли це можливо.

9. Підтримка дитини – означає бути співчутливою, терплячою і присутньою. Навіть невеликі прояви доброти та розуміння можуть суттєво змінити шлях її зцілення, зміцнити віру у свої можливості.

10. Навчання прийомів оберігання себе від емоційного виснаження, оскільки підтримка когось із травмою може бути емоційно важкою. Турбота про власне психічне здоров'я, щоб бути “у формі” поруч з дитиною, є надзвичайно важливою.

11. Систематичне навчання: дізнаватися більше про стресові чинники травми та її наслідки. Розуміння конкретних прикладів дитячих травмуючих історій, проходження травми, діагностична інформація про як, коли, де, чому, з якими ознаками, ресурсами і часом проходження може упорядкувати і збагатити професійний досвід практичної психолого-соціальної допомоги.

Отже, визначення стресових чинників травмуючого досвіду дитини, вчасно організована і надана психосоціальна підтримка, що визначається як комплекс заходів, спрямованих на емоційне відновлення, адаптацію та розвиток дітей у складних обставинах, має за мету зниження ризику розвитку підвищеного рівня страхів і тривожних станів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Гуменюк М. Роль педагогів у психологічній реабілітації дітей. Харків : Педагогічна наука, 2022.

2. Коваль І. Психосоціальна підтримка в умовах війни : методичний посібник. Львів : Психологічний центр, 2023.

3. Міськов Г. В. Діти і війна: досвід екстреної психологічної допомоги. *Освіта осіб з особливими потребами: шляхи розбудови*. 2024. Вип. 2 (25). С. 155–169. DOI: <https://doi.org/10.33189/epsn.v2i25.262>.

4. Терещенко Л. А., Олінковська Т. А. Причини й механізми виникнення невротичних розладів особистості дитини з погляду сучасної педагогічної психології. *Актуальні проблеми психології* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2018. Т. 1, Вип. 48. С. 60–65.

5. ЮНІСЕФ. Підтримка дітей у кризових ситуаціях. Нью-Йорк, 2020.

6. Neuropsychological principles of cognitive and communicative activities diagnosis in adults with extrapyramidal system disorders / N. G. Pakhomova, I. M. Okhrimenko, S. V. Kul'bida, T. A. Yanovska, H. M. Stanetska *Wiadomości Lekarskie*. 2021. Volume 74, Issue 10, Part 1. P. 2494–2502. DOI:10.36740/WLek202110124.