

УДК 159.9

Козак М.– ст. гр. БП-31

*Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя*

## **ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ДІТЯМ З ТИМЧАСОВО ПЕРЕСЕЛЕНИХ РОДИН**

Науковий керівник: к.психол.н, доцент Вишньовський В. В.

Kozak M.

*Ternopil Ivan Puluj National Technical University*

## **PSYCHOLOGICAL HELP FOR CHILDREN OF TIMESCULARLY REDUCED FAMILIES**

Supervisor: Vyshnyovsky V.V.

Ключові слова: діти, психологічна допомога

Key words: children, psychological help

Конфліктні події на Сході України спричинили появу нової категорії населення – внутрішньо-переміщених осіб (ВПО). Внутрішньо переміщеною особою можна назвати громадянина України, який постійно проживає на території країни, був змушений або ж добровільно покинув своє місце проживання, для того, щоб уникнути негативних наслідків збройного конфлікту, тимчасової окупації, повсякденних проявів насильства, масових порушень прав людини та надзвичайних ситуацій природного чи техногенного характеру [1].

За даними ЮНІСЕФ, у лютому 2017 р. було офіційно зареєстровано 1 626 137 внутрішньо переміщених осіб, у тому числі 225 866 дітей [2].

Під час переселення найбільше страждають діти, адже отримують психологічну травму через зміну середовища, друзів, особливо, якщо це було спричинене війною. Вони досить глибоко сприймають події, навіть якщо не проживають на території військових дій, адже такі події порушують дитячу свідомість та сприйняття життя. В дитини є компенсаторні механізми психіки, завдяки яким вони швидко долаються стресові ситуації. Такі зміни можуть спричинити малювання, фантазування, гра з однолітками.

Волонтери, які працюють з дітьми-переселенцями зазначають, що їхні батьки виявляють до них надмірну увагу та турботу, тривожність та жалібність. Все це спричиняє формування у дитини образу жертви, який впливає на формування життєвих цілей в майбутньому.

Психологічна допомога дітям з тимчасово переселених родин передбачає три напрямки роботи:

- ✓ Робота з середовищем
- ✓ Робота з близькими людьми
- ✓ Робота з самою дитиною.

Робота з середовищем має на меті створення відчуття безпеки, ритмічності, константності. Почуття безпеки є базовим за пірамідою А. Маслоу. Відчуття загрози може спричинити повторні переживання, що негативно позначається на відновленні переселенців [3, с.44]. Варто зауважити, що діти, які були переселені із зони АТО стали надзвичайно чутливими до підсилених звуків, таких як, посилення шуму літака,

збільшення частоти шуму, перегляду військових фільмів та телевізійних новин, велике скупчення людей та багато іншого.

Для покращення психологічного стану дітей важливо, щоб їхні умови життя були стабільними. Константність полягає у тому, що створити для переселених дітей постійність умов, щоб вони часто не змінювали місця проживання, повторювали одні й ті самі види діяльності, зустрічалися з одними й тими ж людьми. Ритмічність полягає у виконанні зрозумілих та простих дій, а саме, прогулянки, харчування, режим сну, ранкова зарядка. Всі ці умови допомагають швидше пережити стрес та адаптувати до нових умов життя [4, с.62].

Робота з близьким оточенням передбачає врівноваження стану батьків, адже між ними та дітьми тонкий психоемоційний зв'язок, який впливає на почуття як дорослих так і дітей.

Психологічна допомога дітям передбачає наступні етапи:

- ✓ Відновлення відчуття безпечності – відновлення емоційної та тілесної рівноваги, зниження захисних механізмів, які виникають у кризових ситуаціях
- ✓ Відновлення та зміцнення психологічних ресурсів дитини полягає у сприянні активізації природних ресурсів психіки дитини, на тлі яких можливий вихід із кризових станів.
- ✓ Реакція на негативні переживання, які пов'язані зі стресовими чинниками, полягає у створенні умов для прямого чи символічного прояву та копіювання сильних негативних переживань, які можуть впливати на розвиток ПТСР
- ✓ Активація природних механізмів самовдосконалення, адаптація до нових обставин – характеризується заохоченням та зміцненням позитивних змін дитячих станів, підсилювання природного середовища (відвідування гуртків залежно від інтересів, заняття творчістю, спілкування з однолітками) [5].

На адаптацію дитини значно впливає її позитивний настрій, відчуття готовності перед можливими труднощами. Значний вплив при психологічній допомозі дітям має батьки, адже від їхньої підтримки залежить, як швидко дитина стане відчувати себе безпечно та впевнено, адаптується до нового оточення та умов життя.

#### Список використаної літератури

1. Звіт про ситуацію в Україні № 55 [Електронний ресурс] // ЮНІСЕФ. – 2017. – Режим доступу до ресурсу: [https://www.unicef.org/ukraine/ukr/children\\_26268.html](https://www.unicef.org/ukraine/ukr/children_26268.html)
2. Ковязіна К. О. Забезпечення соціального захисту дітей внутрішньо переміщених осіб [Електронний ресурс] / К. О. Ковязіна. – (Серія «Соціальна політика»). – Режим доступу до ресурсу: <http://www.niss.gov.ua/content/articles/files/ditu-14275.pdf>.
3. Психосоціальна допомога внутрішньо переміщеним дітям, їхнім батькам та сім'ям з дітьми зі Сходу України : посіб. для практиків соціальної сфери /Л. А. Мельник та ін.; за ред. Л. С. Волинець. – К. : ТОВ «Видавничий дім «Калита»», 2015. – 72 с.
4. Соціально-педагогічна та психологічна робота з дітьми у конфліктний та постконфліктний період : метод. рек. / Н.П. Бочкор, Є.В. Дубровська, О.В.Залеська та ін. – К.: МЖПЦ «Ла Страда-Україна», 2014. – 84 с.
5. Трубавіна І. М. Проблеми внутрішньо переміщених осіб в Україні як основа соціально-педагогічної роботи з ними [Електронний ресурс] / І. М. Трубавіна // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. – 2015. – Режим доступу до ресурсу: [file:///D:/Users/Sony2/Downloads/pednauk\\_2015\\_8\\_53.pdf](file:///D:/Users/Sony2/Downloads/pednauk_2015_8_53.pdf).