

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНА ДОПОМОГА ДИТИНІ В КРИЗОВІЙ СИТУАЦІЇ

Барда А. В.

студентка 3(5) курсу ОР бакалавр
спеціальність 053 «Психологія» ФПСР

Керівник: Дикіна Л. В.

ст. викладач кафедри практичної та клінічної психології,
ФПСР

Актуальність дослідження. Події крайніх років як ніколи показали, що загроза та зустріч дітей з кризою є вкрай високою у світі, який чи не кожен день стикається з великою кількістю гуманітарних криз, що включають збройні конфлікти, епідемії, екологічні катастрофи, економічні занепади тощо. Воєнні дії в Україні призвели до того, що значна частина населення опинилася у кризовій ситуації, з якої важко самостійно знайти вихід. Діти, як одна із вразливих категорій населення найбільше страждають у таких умовах. У кризових ситуаціях діти часто піддаються ризику насильства, експлуатації, зловживань та негаданого завдання шкоди. Діти, що переживають кризу, часто стикаються з травмами та стресом, які можуть мати довгострокові наслідки для їх психічного здоров'я.

Конфлікти та кризові ситуації часто призводять до переривання освітнього процесу. Втрата можливості отримання освіти не тільки ускладнює дітям розвиток у найбільш важливі роки, але й посилює проблему невизначеності у майбутньому та соціальну нестабільність.

У кризових ситуаціях сім'ї можуть втратити свої джерела доходу, що може призвести до неблагополучних умов зростання, або навіть примусу дітей шукати роботу до настання повноліття замість навчання для допомоги своїм сім'ям, що різко збільшує ризик їхньої експлуатації. Тим паче багато дітей стають внутрішньо переміщеними особами або біженцями, внаслідок чого потребують особливого захисту та підтримки, щоб забезпечити бажану безпеку та благополуччя.

Основний матеріал по темі дослідження. Роки становлення дитини проходять переважно вдома і в школі. Ці два заклади можуть безпосередньо впливати на психічне здоров'я дитини, сприяти психологічному комфорту та благополуччю, або, з іншого боку, запускати процеси, що призводять до патологічних психічних змін. Тому дуже важливим постає значення розповсюдження певних знань серед батьків та педагогів, стосовно того як необхідно діяти в кризових ситуаціях для того щоб, якнайкраще захистити себе та дітей під час ситуацій, які можуть мати сильний негативний вплив на психологічний стан.

Виявленню, психологічному аналізу та класифікації різних психічних процесів, які виникають у дітей під час кризових подій, приділяється велика увага в психологічній літературі. Найвагоміший внесок у дослідженні критичних періодів у дитячому віці зробив відомий вітчизняний психолог Л.С. Виготський. За Л.С. Виготським «...криза – це природний і закономірний етап розвитку, в ході якого відбувається кардинальна і бурхлива перебудова соціальної

ситуації розвитку, що склалася, і формування центрального новоутворення віку» [1].

Питання дітей, які перебувають у кризових ситуаціях, є предметом дослідження багатьох українських науковців, серед яких психологи, педагоги, соціальні працівники та ін. «... Науковці вважають, що форма, тривалість і гострота переживання криз помітно відрізняються залежно від індивідуально-типологічних особливостей дитини, соціальних умов, особливостей виховання в родині і педагогічної системи загалом» [2].

Проблема поведінки особистості в умовах кризового сценарію та вибору рішень для його подолання є достатньо розробленою на науково-теоретичному рівні, як свідчить огляд наукової літератури з цієї тематики. «Психологія дітей, які перебувають у кризових ситуаціях, є важливою і глибоко вивченою галуззю наукових досліджень, яка охоплює різні аспекти реакцій дітей на стресові події та їх наслідки. Як ефективний спосіб виходу із кризових ситуацій вчені розглядають конструктивні стратегії подолання або так звані копінг-стратегії» [3].

«Загалом діти можуть проявляти різні ознаки та симптоми, коли переживають кризу, з яких можна виділити наступні:

1. Зміни в поведінці: дитина може стати агресивною, замкнутою або надмірно активною і як наслідок зазвичай це супроводжується появою проблем в школі або вдома.

2. Емоційні зміни: підвищена тривожність, страхи, смуток, розчарування, апатія або почастишення емоційних вибухів; можливо поява ознак депресії.

3. Фізичні симптоми: головні болі, болі у животі, проблеми зі сном (безсоння або гіперсонія), втрата апетиту або переїдання.

4. Регресія: дитина може повертатися до звичок, які вона вже нібито переросла (наприклад, сечовипускання в ліжко, палець в роті або мовна регресія тощо).

5. Зміни у навчанні: відставання у школі, проблеми з концентрацією уваги, погіршення пам'яті і т. ін.

6. Віддалення від друзів та родини: уникання соціальних взаємодій, віддаленість у відносинах з близькими та рідними.

7. Збільшена чутливість до навколишніх подій, особливо щодо новин чи подій, що нагадують про кризову ситуацію» [4].

Метою психологічної підтримки дітей, які пережили травму, має бути допомога в подоланні наслідків стресових подій та відтермінування настання посттравматичного стресового розладу. Психологічна робота з дітьми має бути цілеспрямованою, ретельною та послідовною, про що мають пам'ятати фахівці. Таким чином, «... розрізняють три основні напрямки роботи психолога з дітьми, що пережили травматичні події:

- 1) робота з середовищем, в якому перебувають діти;
- 2) робота з близьким оточенням дитини;
- 3) робота з самою дитиною» [5].

Висновок. Незважаючи на великий внесок в останні десятиліття, психологія дітей у кризах залишається складною і вимагає постійного дослідження, адаптації та оновлення практичних стратегій у відповідності до змінюваних умов. На сьогоднішній день все ще існує потреба в обґрунтуванні моделей конструктивної поведінки та рекомендацій щодо застосування найкращих механізмів подолання кризових ситуацій без допомоги спеціалістів, які не завжди можуть бути доступними. Ознайомлення та надання необхідних знань з питань того, як і коли треба діяти під час кризової ситуації може забезпечити підвищення емоційної стабільності та впевненості,

збільшення особистісного ресурсу, покращення здатності пристосовуватися до несприятливих зовнішніх умов. Турбота про дітей у кризових ситуаціях є інвестицією у майбутнє суспільства, оскільки здорові та освічені діти можуть стати ключем до відновлення та прогресу після кризи.

Література

1. Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя: матеріали V Міжнародної науково-практичної конференції (28 лютого – 1 березня 2019 року, м. Суми) / Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка. Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С.Макаренка, 2019. 476 с.

2. Токарева Н. М. Сучасний підліток у системі психологопедагогічного супроводу : монографія / Н. М. Токарева, А. В. Шамне, Н. М. Макаренко. Кривий Ріг, 2014. 312 с.

3. ISSN(Print) 2307-6968, ISSN(Online) 2663-2209
Вчені записки Університету «КРОК» No1(69), 2023.

4. Психологічна допомога дитині у психотравмуючій ситуації. Методичний посібник. / Уклад.: Г. Б. Растроста. Суми. НВВ КЗ СОППО: 2018. 64 с.

5. Психологічна допомога дітям у кризових ситуаціях: методи і техніки: методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, І. М. Біла, Г. П. Лазос ; за ред. З. Г. Кісарчук. Київ, Київ 2015.