

відновлення миру та порядку в країні, відбиття зовнішньої агресії проти України. Необхідно планувати виховну роботу так, щоб допомогти дитині усвідомити, чим саме є для неї її сім'я, школа, вулиця, місто, чому вони їй найдорожчі. Чому дорога нам наша країна. Необхідно давати дітям таку інформацію, яку діти здатні зрозуміти і обговорити її зі своїми друзями. Необхідно пам'ятати, що як би не оберігали дітей від інформації, вона доходить до них в садочку, школі, секції, гуртках, в спілкуванні з друзями.

Тому набагато краще, якщо вони почують її від педагога, психолога, котрі будуть розмовляти з дітьми компетентно, з урахування їх вікових особливостей. А звідси вимоги до інформації:

- вона повинна відповідати рівню сприйняття дітей;
- бути зрозумілою;
- необхідно здійснювати ретельний відбір фактів, раціональних аргументів.

Необхідно знати та використовувати у спілкуванні з дітьми правильні слова та вирази. До них відносяться ті, котрі не є оціночними, не несуть погроз, не навіюють страху, а просто констатують факти. Потрібно пам'ятати при цьому, що не всі діти сприйматимуть інформацію однаково. На їх світосприйняття впливає позиція членів родини. Це необхідно враховувати щоб не спровокувати конфлікти.

Протягом трьох місяців до шкіл міста прибували учні з родин внутрішніх переселенців. Більшість з них мають, на жаль, досвід переживання стресу. Дітям забезпечено матеріальну допомогу, психологічний супровід адаптаційного періоду до нових умов навчання.

«Мозковий штурм»

Які фактори впливають на поведінку дитини яка пережила стрес?

Які нові форми поведінки відстежувались? як діти реагують на події в країні?

Які форми роботи психолога позитивно зарекомендували себе?

Як проходить адаптація учнів?

З якими проблемами зіткнулись ви здійснюючи психологічний супровід адаптаційного періоду учнів до нових умов?(обмін думками, враженнями)

Робота в 4-х групах

Визначити основні соціальні, правові, психологічні, педагогічні проблеми, які можуть виникнути у внутрішньо переміщених осіб?

(Кожна група працює над однією проблемою).

Презентація роботи груп. Загальне обговорення.

Права, які порушуються в період конфлікту:

- право на життя;
- право на захист від фізичного насилля;
- право не розлучатися з батьками;
- право на освіту;
- право вільно пересуватися та обирати місце проживання;
- право на свободу переконань і на вільне їх виявлення;
- право на свободу мирних зібрань;
- право на захист від експлуатації.

Інформація для тренера

Досвід країн, які перебували в конфліктних ситуаціях, показує, що значний ріст насильства у суспільстві в протистояннях веде до зростання насильства в родині, насильства по відношенню до жінок та дітей. Складна економічна ситуація в Україні, наслідки конфліктного періоду можуть привести до пошуків працевлаштування за кордоном, в тому числі, і нелегально. А це підвищує ризик потрапляння в мережі торгівлі

людьми.

Особливо вразливою категорією є жінки та діти з соціально незахищених родин.

Фахівцям соціально-психологічних служб, педагогам потрібно знати такі родини, своєчасно надавати їм необхідну соціальну, психологічну, педагогічну підтримку.

Виходячи з аналізу соціальних, психологічних, правових, педагогічних проблем внутрішньо переміщених осіб, можна говорити про такі основні актуальні напрямки роботи соціально-психологічної служби:

- виявлення осіб «групи ризику», в тому числі з внутрішньо переміщених осіб;
- проведення аналізу їх потреб, які можуть бути досить специфічними;
- надання допомоги у рамках своїх можливостей, компетентності;
- перенаправлення в органи державної влади, волонтерські групи, громадські організації;
- формування знань про соціально-політичну ситуацію в Україні.

Обговорення діяльності психологічної служби в системі освіти:

1. Організаційно-методичні аспекти діяльності працівників психологічної служби в сучасній соціально-політичній ситуації. Детальніше про це описано у параграфах 1.1. та 1.3 1-го розділу.
2. Нормативно-правове поле організації роботи психологічної служби. Детальніше про це описано у параграфі 1.3 1-го розділу.
3. Психологічний супровід. Детальніше про це написано у параграфі 1.3 1-го розділу. Інформацію про психологічні наслідки, особливості посттравматичного стресового розладу та розлади адаптації у дітей, які пережили психотравмуючі події можна знайти у параграфах 3.1, 3.2, 3.3 3-го розділу. **Слід наголосити, що всі ці відчуття є нормальними реакціями на ненормальні події.**

Фахівцям психологічної служби необхідно особливу увагу звернути на:

- створення сприятливого соціально-психологічного клімату в навчально-виховному закладі та оптимізацію змісту психологічної просвіти педагогічних працівників та батьків;
- недопущення своїми діями або бездіяльністю повторної травматизації учасників навчально-виховного процесу;
- в разі необхідності перенаправляти дітей, батьків, педагогів до інших спеціалістів (психотерапевту, неврологу, психіатру та ін.);
- використання між секторальної взаємодії (при потребі звернення до закладів служби з надзвичайних ситуацій тощо) з пропозицією співпраці і координації зусиль в наданні допомоги тим, кому вона потрібна;
- залучення до надання психологічної допомоги висококваліфікованих психологів, соціальних педагогів, психотерапевтів, консультантів ПМПК.

Для тих, хто безпосередньо працює з постраждалими, необхідно організувати:

- проходження психологічної професійної супервізії;
- методичну підтримку у вигляді методичних розробок, буклетів, проведення навчальних семінарів і семінарів з обміну досвідом;
- внесення коректив до планів роботи всіх працівників психологічної служби, які задіяні у наданні допомоги постраждалим.

**Особливості переживання втрати
(здоров'я, близькі люди, гідність, самооцінка, матеріальні втрати)**

Тренер пропонує групі дати відповідь на такі запитання:

- Як довго може тривати кожен з етапів переживання стресу? Від чого це залежить?
- Які фактори можуть впливати на особливості переживання втрат тією чи іншою людиною (природа втрати, вік людини, її життєвий досвід, ступінь прив'язаності до особи чи до речей, кількість попередніх втрат, присутність тих, хто зможе допомогти)?
- Чи важливо будь-якому педагогу знати етапи, які проходить дитина у своєму переживанні втрат, та можливість моделі поведінки на цих етапах? Чому?

До уваги тренера! Важливо усвідомити, що небажана поведінка дитини є одним із засобів забезпечення його потреб. Способи поведінки, які мають конкретну ціль і отримують з боку дорослих постійну стабільну реакцію, поступово стають систематичним засобом захисту і алгоритмом досягнення бажаної мети. Тобто формуються у відповідний тип поведінки.

Етапи переживання втрати

- 1. Шок.**
- 2. Відмова повірити (заперечення).**
- 3. Гострі переживання.**

Це період найбільших страждань, гострої душевної болі, самий тяжкий період. Відчуття порожнечі, відчай, відчуття самотності, злості, вини, страху та тривоги, безсилля, роздратованості, бажання усамітнитись. Основним переживанням виступає відчуття провини. Сильні порушення пам'яті на події, що відбуваються. Людина в кожному момент готова заплакати.

- 4. Печаль – депресія.**

Пригніченість настрою, відбувається «емоційне прощання» зі втраченими, оплакування, горювання.

Патологічні симптоми: глибока депресія, яка може супроводжуватись безсонням.

- 5. Примирення.**

Відновлюються фізіологічні функції, професійна діяльність. Людина поступово змиряється з фактом втрати. Біль стає терпимішою, людина поступово вертається до минулого життя, починає планувати своє життя без втрати.

- 6. Адаптація.**

Життя входить в свою колію, відновлюється сон, апетит, повсякденна діяльність. Втрата поступово входить в життя. Людина переживає вже не горе, а печаль за втратою. Відбувається усвідомлення того, що немає необхідності наповнювати болем втрати все життя. З'являються нові сенси.

Надання першої психологічної допомоги

Детально про надання першої психологічної допомоги написано у параграфі 3.1 3-го розділу.

Принципи надання першої психологічної допомоги:

- захист безпеки, гідності, прав людини;
- адаптація дій відповідно до культурних традицій;
- знання засобів реагування на надзвичайну ситуацію.

Дорослим необхідно пам'ятати, що діти завжди наслідують їхню поведінку, реакції, переймають емоції. Тому, якби дорослим не було складно, вони повинні контролювати свої слова, дії, емоції щоб не посилювати страх та переживання дітей. Це повинно стати правилом поведінки дорослих у складних життєвих обставинах якщо поряд дитина.

Робота з дітьми з ознаками стресу, ПТСР. Інформація завідувача міської психолого-медико-педагогічної консультації «Психопатологічні розлади у дітей, що перебувають в умовах тривалого стресу»

У випадку появи ознак ПТСР, розладів адаптації (див. параграфи 3.1, 3.2, 3.3 3-го розділу) психологу потрібно починати реабілітаційну роботу.

Для нормалізації психічного стану дитини подій, що довелося пережити, велику роль відіграє психокорекційна робота з усією родиною. Адже внаслідок травми порушуються дитячо-батьківські зв'язки, виникають симбіотичні або примусово дистанційні відносини між батьками та дитиною. Рекомендації щодо такої роботи дивитися в розділах 3 і 5 цього посібника.

Підведення підсумків семінару

Основні напрямки та зміст соціально-психологічної роботи

1. Виявлення осіб «групи ризику».
2. Допомога вимушеним переселенцям, їх родинам у налагодженні зв'язків з місцевими органами охорони здоров'я, працевлаштування, з соціальними службами, закладами освіти.
3. Включення постраждалих дітей до участі в діяльності позашкільних закладів з метою створення умов для самореалізації.
4. Проведення діагностичної, корекційно-відновлювальної роботи з усіма учасниками навчально-виховного процесу.
5. Забезпечення індивідуального супроводу дітей з широким використанням арт-терапії, психологічних ігор, тренінгів.
6. Діагностика соціально-психологічного клімату в учнівських колективах з метою відстеження перебігу адаптаційного періоду до нових умов навчання та проживання.
7. Оптимізація змісту та форм психологічної просвіти педагогічних працівників, батьків, учнів.
8. Недопущення своєю діяльністю чи бездіяльністю вторинної травматизації учасників начально-виховного процесу. При необхідності перенаправляти до інших спеціалістів (психотерапевта, невролога, психіатра тощо).
9. Залучення до надання психологічної допомоги висококваліфікованих спеціалістів – практичних психологів, соціальних педагогів, консультантів ПМПК.
10. Налагодження роботи у класних колективах з протистояння боулінгу (тренінги з розвитку толерантності, емпатії, комунікативних умінь та навичок, згуртованості колективів тощо).
11. Забезпечення якісної консультативної роботи з учнями, батьками, педагогами.
12. Рекомендації батькам, учням звертатися на Національну дитячу «гарячу лінію» для одержання інформаційних, психологічних, правових консультацій (0800500225) – стаціонарний телефон та (772) – з мобільного Київстар, Лайф.

Тренер пропонує першій групі розробити рекомендації педагогам по роботі з учнями у посттравматичний період, другій - рекомендації батькам (додаток 1, додаток 2), третій – розробити «Правила безпеки для учнів».

Доповнити можна тими, які надруковані у методичних рекомендаціях (1. Андрєєнкова В.Л., Войцях Т.В., Ковальчук Л.Г., кандидат педагогічних наук, Лунченко Н.В. Правила безпеки та можливості отримання допомоги в період конфлікту в Україні. С.11, С.40, Київ, - 2014р.)

(Обговорення результатів роботи, підведення підсумків семінару).

Рекомендації класним керівникам (загальні)

В бесідах з дітьми використовувати зважені емоційно нейтральні слова та вирази.

До таких слів належать ті, котрі не містять оцінок, не несуть загроз, страху, а тільки констатують факти:

- задля запобігання конфліктів необхідно враховувати, що діти в класі мають полярні погляди на те, що відбувається;
- необхідно зважувати, як саме ті чи інші ситуації, питання, завдання можуть вплинути на дітей, чиї батьки приймали участь або постраждали від воєнних дій;
- демонструвати дітям розуміння та повагу до почуттів інших людей;
- виявляти дітей, які потребують соціально-педагогічної або психологічної допомоги;
- активізувати роботу з формування безпечної поведінки учнів;
- проводити з учнями соціально-психологічні тренінги з метою зниження рівня агресивності, формування толерантності, запобігання випадків насильства;
- сприяти проведенню психологічної, соціально-педагогічної роботи з дітьми із сімей внутрішніх переселенців;
- створення умов для адаптації дітей – переселенців до нових умов навчання;
- рекомендувати звертатися на Національну «гарячу лінію» для отримання інформаційних, психологічних, правових консультацій (0800500225) – стаціонарний телефон на 772 (з мобільного Київстар, Лайф).

Рекомендації батькам:

- намагатись як можна менше змінювати звичайний режим, ритм життя дитини;
- більше сну, відпочинку, позитивних емоцій;
- заняття спортом, танцями, рухові ігри – для зняття напруги;
- харчування – 5-6 разів на день, маленькими порціями, без примусу (повинно бути легким, корисним – побільше овочів, фруктів, соків);
- не відмовляти дитині в солодкому (некріпкий чай з цукром, цукерки, какао визивають позитивні емоції, відчуття безпеки, стимулюють роботу мозку);
- не бійтесь зайвий раз обняти, погладити дитину, потримати її за руку, зробити масаж, покласти руку на плече (позитивні тілесні контакти дуже корисні для зняття напруги);
- теплий душ чи ванна допомагають зняти напругу.

Використані та рекомендовані джерела:

6. Андрєєнкова В.Л., Войцях Т.В., Ковальчук Л.Г., кандидат педагогічних наук Лунченко Н.В. Правила безпеки та можливості отримання допомоги в період конфлікту в Україні. Методичні рекомендації, Київ, 2014р.
7. Бочкор Н.П., Дубровська Є.В., Залеська О.В. та інші. Соціально-психологічна та психологічна робота з дітьми у конфліктний та постконфліктний період. Методичні рекомендації – К.МЖПЦ «Ла-Страда» - Україна, 2014р.

8. Залеская О.В., кандидат психологических наук и др. Сборник материалов по профилактике и психотерапии посттравматического расстройства у детей. Киев – 2014г.
9. Перепелица О.А. и др. Современные методы работы психолога с кризисными состояниями. Методический практикум. Луганск, - 2014.
10. Олексенко С. Психологічна допомога дітям у кризових ситуаціях. Ж.Практичний психолог: дитячий садок. №09/2014. С. 16-20.