

# СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ДІТЕЙ З ТРИВОЖНІСТЮ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

*Федченко Каріна*

*доктор філософії, ст. викладач кафедри соціальної роботи та  
реабілітації, Національний університет біоресурсів і природокористування  
України (м. Київ, Україна)*

*Олійник Дарина*

*здобувач вищої освіти другого (магістерського) рівня вищої освіти за  
спеціальністю «Соціальна робота» (м. Київ, Україна)*

У результаті військової інтервенції російської федерації до України, постало гостре питання стану психологічного здоров'я здобувачів освіти та їхніх батьків, що впливатиме на освітній процес у новому навчальному році. Одним із головних завдань закладу освіти є повсякденна психологічна допомога та емоційна підтримка учасників освітнього процесу.

Заклади освіти можуть бути ідеальним місцем для проведення соціально-психологічної реабілітації.

Надання соціально-психологічної реабілітації в умовах воєнного стану на базі закладів освіти є складною та важливою задачею. У таких умовах діти можуть відчувати стрес та тривогу, що може впливати на їхнє психічне та фізичне здоров'я, навчальні досягнення та соціальну адаптацію.

**Особливості надання соціально-психологічної реабілітації в умовах воєнного стану на базі закладів освіти можуть включати наступні елементи:**

1. Призначення спеціалістів соціальної роботи, психологів, які можуть допомогти дітям та їхнім родинам зрозуміти та керувати своїми емоціями, допомогти їм знайти способи подолання тривоги та стресу.
2. Розроблення спеціальних програм для соціально-психологічної реабілітації дітей з тривожністю: ці програми можуть включати ігрові та творчі завдання,

релаксаційні техніки, роботу з позитивними думками та переконаннями, тренінги з вирішення проблем та інші.

3. Створення сприятливого психологічного середовища: важливою складовою соціально-психологічної реабілітації в закладах освіти є створення сприятливого психологічного середовища, яке сприяє збереженню та покращенню психічного здоров'я дітей. До такого середовища можуть відноситися підтримуюча та емоційно безпечна атмосфера у класі, наявність психологічної підтримки та допомоги у випадку потреби.
4. Робота з родинами та батьками: батьки можуть бути включені в програми реабілітації, щоб допомогти їм підтримувати своїх дітей та сприяти їхньому здоров'ю. Батьки грають важливу роль у процесі соціально-психологічної реабілітації. Вони можуть отримувати поради від психолога, соціального педагога щодо виховання дитини, підтримувати її під час проходження реабілітації та створювати сприятливу атмосферу у сім'ї.
5. Організація масштабних заходів з соціально-психологічної реабілітації: на базі закладів освіти необхідно організувати різноманітні заходи, які допоможуть дітям зняти стрес та травматичні наслідки воєнного стану.
6. Розвиток та впровадження програм підтримки: важливо розробляти та впроваджувати програми підтримки для місцевого населення, які б допомагали зберегти психологічне здоров'я під час воєнного стану. Наприклад, можуть бути створені групи підтримки для дітей, які втратили батьків у війні.

Заклади освіти в цілях безпеки проводять навчальну діяльність в дистанційному форматі це також стосується і надання соціально-психологічної реабілітації.

**Основними завданнями дистанційної соціально-психологічної реабілітації в закладах освіти є:**

1. Проведення онлайн-діагностики психічного стану дітей: для проведення соціально-психологічної реабілітації необхідно діагностувати психічний стан дитини та визначити причини її проблем. Це можна зробити за допомогою онлайн-тестів та анкет.

2. Організація онлайн-консультацій та психотерапії: проводити індивідуальні консультації з дитиною у віртуальному режимі, спрямовані на розуміння проблем, з якими стикається дитина, та розв'язання їх. Також можна проводитися онлайн-сесії психотерапії, що допоможуть зменшити рівень тривоги, страху та паніки.
3. Проведення групових онлайн-тренінгів: групові тренінги можуть бути спрямовані на покращення комунікативних навичок, розвиток емоційної стійкості, зниження рівня агресії та інших проблем, які виникають у дітей. Такі тренінги можуть бути організовані в форматі відеоконференції.
4. Надання доступу до онлайн-ресурсів: психологи можуть розробляти та надавати онлайн-ресурси для дітей та їх батьків, такі як відеоуроки з релаксації, підказки щодо психологічного благополуччя та інші матеріали, які можуть бути корисними для покращення психічного стану дітей.

Загалом, соціально-психологічна реабілітація дітей з тривожністю базується на глибокому розумінні причин та механізмів тривожності, і вона має спрямовуватися на створення умов для фізичного, емоційного та соціального благополуччя дітей, допомагаючи їм подолати тривожність та розвиватися повноцінно.

Тривожність є нормальною реакцією на стрес та незвичайні ситуації, але може стати проблемою, коли стає надто інтенсивною та тривалою. Вона може мати різні форми прояву, включаючи фізичні симптоми (наприклад, головні болі, біль у животі), емоційну нестабільність, страхи та уникання певних ситуацій.

Корекція тривожності у дітей вимагає індивідуалізованого підходу, урахування особливостей кожної дитини та комплексного впливу на психологічний та фізичний стан. Найефективнішими є підходи, які поєднують психотерапію, підтримку від родини та спеціалістів, а також навчання методам саморегуляції.

Список використаних джерел:

1. Оржель О. Соціальна місія університету під час воєнного часу в суспільстві знань. Міжнародний науковий журнал «Університети і лідерство» 13 (2022). С. 26–36.
2. Психосоціальна підтримка учасників освітнього процесу. Навчально-методичний посібник. /Андреєнкова В. Л., Войцях Т. В., Гриців І. П., Мельничук В. О., Сабліна Н. О., Флярковська О. В., Харківська Т. А.
3. Допомога дітям з психологічними травмами. Довідник щодо інформації та заходів для батьків й опікунів. Резилієнс-довідник: практичний посібник (Кокун О. М., Мельничук Т. І.)

КАБІNET МІНІСТРІВ УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ І  
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ

Гуманітарно-педагогічний факультет  
Рада молодих учених гуманітарно-педагогічного факультету  
Рада аспірантів гуманітарно-педагогічного факультету  
Студентська організація гуманітарно-педагогічного факультету  
ЗА ПІДТРИМКИ СПІЛКИ МОЛОДИХ ВЧЕНИХ НУБІП УКРАЇНИ,  
EURODOC, РАДИ МОЛОДИХ УЧЕНИХ ПРИ МІНІСТЕРСТВІ ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ,  
ТА РАДИ МОЛОДИХ УЧЕНИХ НАПН УКРАЇНИ



«СУЧАСНІ ГУМАНІТАРНІ ДОСЛІДЖЕННЯ МОЛОДИХ  
НАУКОВЦІВ У ГЛОБАЛІЗАЦІЙНОМУ СВІТІ:  
ВИКЛИКИ, ІННОВАЦІЇ, БЕЗПЕКА»

Матеріали міжнародної очно-дистанційної науково-  
практичної конференції молодих вчених

6-7 листопада 2023 року  
Частина 1

КИЇВ-2023

УДК 159.9:316:37:81

С 90

Сучасні гуманітарні дослідження молодих науковців у глобалізаційному світі: виклики, інновації, безпека: Тези міжнародної очно-дистанційної науково-практичної конференції молодих вчених (6-7 листопада 2023 р.) [у 2-х ч.] /За заг.ред. О.М. Прохорчука. – К., 2023. Ч.1.-233с.

*Рекомендовано до друку*

*Вченою радою Гуманітарно-педагогічного факультету*

*(Протокол №6 від 17.11.2023 )*