**Л.В.Пастух**

методист обласного навчально-методичного центру

 психологічної служби ХОІППО,

кандидатка психологічних наук

**Методичні рекомендації**

**для фахівців психологічної служби системи освіти області щодо** **забезпечення ефективного психологічного та соціально-педагогічного супроводу та надання психологічної допомогти дітям та сім’ям** **внутрішньо переміщених осіб.**

У зв’язку з війною з російським агресором, в Україні велика кількість родин змушена були терміново змінити своє місце проживання. Мільйони, сотні тисяч людей покинули свої домівки і тимчасово перемістилися в інші регіони нашої держави та зарубіжні країни.

За офіційною інформацією із сайту Департаменту освіти, науки, молоді та спорту Хмельницької обласної військової адміністрації на сьогодні в Хмельницькій області проживає понад 129 тис. внутрішньопереміщених через напад росії на Україну осіб, в тому числі дітей, молоді та їх батьків.

Особливо стресовою і травматичною ситуацією ці події стали для дітей, які змушені були змінити місце проживання .

Травмуючі обставини позбавляють дитину стабільного, безпечного та підтримуючого оточення, яке є необхідним для її особистісного розвитку. Навіть якщо сім’я переїхала на нове місце в повному складі, дорослі не можуть приділяти вихованню і проблемам дітей стільки ж уваги, скільки приділяли раніше. Батьки, самі переживаючи тяжкий стрес та кризу ідентичності, не завжди здатні виконувати звичні сімейні ролі. Вони часто не мають сил, щоб допомогти своїм дітям. Із втратою найближчого оточення (близьких, родичів, сусідів) сім’я втрачає значну частину соціальної підтримки.

Тому **нормативні документи, які регламентують діяльність психологічної служби системи освіти в період війни з російським агресором, визначають одним із пріоритетних її напрямів і завдань питання** **забезпечення ефективного психологічного та соціально-педагогічного супроводу та надання психологічної допомогти дітям та сім’ям внутрішньо переміщених осіб.**

У своїй діяльності з означеного напряму фахівцям психологічної служби системи освіти необхідно виходити з **врахування основних чинників та факторів забезпечення ефективності роботи з ВПО, до яких належать:**

– Організація діяльності у відповідності до вимог нормативно-правових документів з питань надання підтримки ВПО;

– Теореретико-методологічна та методично-інформаційна база практичних з питань надання підтримки ВПО:

– Дотримання принципів: комплексності, добровільної участі у заходах ВПО, своєчасності надання допомоги та підтримки; забезпечення індивідуалізованого та персоніфікованого підходу; повага до особистості ВПО;

– Використання надійних, ефективних форм та методів діагностичної, профілактичної, консультативної корекційної, реабілітаційної та інших видів надання психологічної та соціально-педагогічної допомоги ВПО;

– Залучення до роботи із підтримки ВПО всіх суб’єктів освітнього процесу (здобувачі освіти, педагоги, батьки та ін.);

– Обмін досвідом; інтервізійна та супервізійна підтримка практичних психологів, соціальних педагогів;

– Налагодження співробітництва із службами (ДСНС та ін.), державними і громадським організаціями, які опікуються проблемами ВПО ;

– Дотримання чинного законодавства, Етичного кодексу психолога та основних принципів Керівництва МПК з психічного здоров’я та психосоціальної підтримки в умовах надзвичайної ситуації.

**Звертаємо увагу фахівців психологічної служби на те, що основні організаційні аспекти забезпечення психологічного та соціально-педагогічного супроводу та надання психологічної допомогти дітям та сім’ям внутрішньо переміщених осіб визначено в таких нормативно-правових та розпорядчих документах психологічної служби:**

– Закон України «Про освіту»

– Закону України «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб»

 – Положення «Про психологічну службу у системі освіти України»

– Лист МОН України від 16.07.2021 року No 1/9-363 «Про пріоритетні напрями роботи психологічної служби у системі освіти у 2021/2022 н.р.»

– Лист МОН України №1/3737-22 від 29.03.22р. «Про забезпечення психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану в Україні»

– Лист УНМЦ практичної психології і соціальної роботи від 14 березня 2022 р. № 32 Про організацію соціально-психологічної допомоги працівниками психологічної служби

– Лист УНМЦ практичної психології і соціальної роботи від 25 березня 2022 р. № 36 Про затвердження Плану дій з координації діяльності психологічних служб системи освіти та ДСНС України

– Лист МОН України від 04.04.2022 № 1/3872-22 «Методичні рекомендації «Перша психологічна допомога. Алгоритм дій»»

– лист Міністерства освіти і науки України №1/5735-22 від 30.05.2022 р. «Про запобігання та протидію домашньому насильству в умовах воєнного стану в Україні».

Щодо теореретико-методологічної та методично-інформаційної бази фахівців психологічної служби системи освіти області з питань забезпечення ефективного психологічного та соціально-педагогічного супроводу та надання психологічної допомогти дітям та сім’ям внутрішньо переміщених осіб рекомендуємо використовувати в роботі матеріали, які розміщенні і постійно оновлюються на сайтах:

 –  Відділу Психологічного супроводу та соціально-педагогічної роботи ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти»
 (Матеріали для використання в роботі під час воєнних дій)

<https://imzo.gov.ua/psyholohichnyj-suprovid-ta-sotsialno-pedahohichna-robota/materialy-dlia-vykorystannia-v-roboti-pid-chas-voiennykh-diy>;

– сайті Хмельницького обласного навчально-методичного центру психологічної служби ( Рекомендована література та корисні посилання (на допомогу в роботі з ВПО) [https](file:///C%3A%5CUsers%5CPC%5CDesktop%5C%D0%B2%D0%B8%D0%BC%D1%83%D1%88%D0%B5%D0%BD%D1%96%20%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B5%D1%81%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D1%86%D1%96%5C%D0%BC%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%20%D1%80%D0%B5%D0%BA%20%D0%92%D0%9F%D0%9E%5Chttps)[://docs.google.com/document/d/1beQpCzPPrS8diIaxEJVdY5rnLxSZmUBi/edit](https://docs.google.com/document/d/1beQpCzPPrS8diIaxEJVdY5rnLxSZmUBi/edit)

Фахівцям психологічної службинеобхідно, в першу чергу, знати і враховувати потреби та проблеми цієї категорії здобувачів освіти та їхніх родин і на основі цього визначати пріоритетні завдання, напрями надання комплексної допомоги.

Співробітники ДСНС, що працюють із ВПО з різних регіонів України виділяють такі першочергові потреби внутрішньо переміщених осіб:

–  отримання тимчасового притулку та забезпечення харчуванням, одягом, гігієнічними засобами;

–  медичне обстеження та лікування;

–  інформація про право на отримання допомоги, її види і порядок надання, організації, що надають таку допомогу тощо;

–  узгодження питань щодо отримання соціальних виплат відповідно до чинного законодавства.

Окрім першочергових потреб, внутрішньо переміщені особи мають проблеми психологічного характеру:

–  перебування в постійному стресі (внаслідок отриманої інформації від близьких та рідних, що залишилися в зоні бойових дій);

–  підвищена тривожність та страх (психологічні травми проявляються через невпевненість у майбутньому; як результат інформаційного дисонансу, обумовленого різними (часто суперечливими) повідомленнями із ЗМІ від родичів та знайомих);

–  гіперболізоване відчуття справедливості (будь-яка затримка соціальних виплат сприймається не лише як порушення прав, але й як особиста образа);

–  конфронтація між місцевими мешканцями та тимчасово переміщеними особамивнаслідок відчуття чужорідності та ворожості;

–  фіксація на втратах і обмеження комунікацій скаргами.

Як зазначають В. Байдик, Ю. Бондарук, І. Корнієнко, Н. Лунченко, Ю.  Луценко, та інші автори посібника «Технології психосоціальної допомоги дітям і сім’ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій», практичний досвід роботи з дітьми та сім’ями внутрішньо переміщених осіб, свідчить про те, що не всі батьки мали змогу емоційно відновитись після пережитого травматичного досвіду. Тому до психотравмівних факторів для дітей, ще можуть додаватись й такі, а саме:

– проблеми домашнього насильства та алкоголізм;

– психічні розлади і фізичні захворювання батьків;

–  емоційна нестабільність батьків;

– втрата батьками контролю над своїм життям;

– у батьків з’являється відчуття незахищеності, що провокує агресію та пошук винного у ситуації, яка склалася.

Для забезпечення ефективного психологічного та соціально-педагогічного супроводу та надання психологічної допомогти дітям та сім’ям внутрішньо переміщених осіб у своїй діяльності фахівцям психологічної служби системи освіти необхідно виходити з врахування індивідуальних особливостей цієї категорії населення. Для цього, як зазначають З. Гаркавенко, О. Ковальчук, А. Шапошнікова, О. Крот та ін. автори навчального тренінгу, підготовленого Академією професійного розвитку «Організація взаємодії практичного психолога з родинами ВПО» (18.05.2022р) важливо брати до уваги психологічний портрет внутрішньо переміщених осіб, щоб на основі знання типології ВПО виробляти оптимальні стратегі комунікації.

**Науковці та практики рекомендують в процесі ідентифікації ВПО приділяти особливу увагу таким критеріям особливостей внутрішньо переміщених осіб:**

**місце переміщення:**

–  з окупованої території;

–  із зони бойових дій;

–  із зони загрози авіаударів, обстрілів та ін.

**характер переміщення:**

–  організована евакуація;

–  неорганізована евакуація

**статус:**

–  соціально-правовий;

–  соціально-психологічий;

–  соціально-економічний

**стан:**

–  фізичний;

 –  психологічний;

–  матеріальний

**На основі цих критеріїв виокремлюють три основних стратегії (типи) поведінки внутрішньо переміщених осіб:**

–  активна;

–  пасивна ;

–  агресивна.

**Внутрішньо переміщені особи з активною стратегією поведінки:**

• Підтримують інших, тих хто поруч

• Наснажують та закликають до Віри

• Виконують вказівки представників служб та вимагають цього від інших

• Підхоплюють ініціативу та беруть на себе функції лідера

• Аналізують ситуацію та шукають варіанти адаптуватись до обставин

**Внутрішньо переміщені особи з пасивною стратегією поведінки:**

• Налякані та схильні панікувати

• Емоційно пригнічені та знесилені

• Або нерухливі, або метушливі

• Песимістичні та зневірені

• Мовчазні, або говіркі (розмови не конструктивні)

• Чітко виконують вказівки, не сперечаються

• Не здатні приймати рішення

**Внутрішньо переміщені особи з агресивною стратегією поведінки:**

• Конфліктні та “з претензіями”

• Роздратовані, але не агресивні

• Постійно скаржаться

• Не виконують вказівок

• Саботують порядок та дезорганізують інших

• Схильні впадати в істерику та поширювати паніку

• Підтримують песимістичні настрої

Відповідно до означеної типології поведінки внутрішньо переміщених осіб, науковці рекомендують дотримуватись основних дієвих аспектів у алгоритмі взаємодії з кожною із означених категорій.

**Алгоритм співпраці з внутрішньо переміщеними особами з активною стратегією поведінки:**

1. Орієнтувати на перспективу **(що будете робити завтра?)**

2. Залучати до волонтерської та іншої діяльності (наприклад, збір інформації )

3. Надавати необхідну інформацію та просити передавати її іншим

4. Просити допомогти іншим

5. Групувати навколо них людей (роль координатора)

6 .Контролювати їх фізичний стан (через ризик виснаження, вигорання)

**Алгоритм співпраці з внутрішньо переміщеними особами з пасивною стратегією поведінки:**

1. Орієнтувати на “Тут і Тепер”

2. Роз’яснювати правила, вимоги перебування (по декілька разів)

3. Перепитувати: “Що ви зрозуміли?”

4. Пропонувати записувати (потреби, думки, важливі речі)

5. Наполягати на виконанні фізичних вправ (вправ для релаксації,

прогулянках тощо)

6. Активно використовувати арт-терапевтичні практики в поєднанні з рефлексивними.

**Алгоритм співпраці з внутрішньо переміщеними особами з агресивною стратегією поведінки:**

1. Орієнтувати на майбутнє.

2. Залучати до виконання “значущих”завдань

3. Доручати завдання, але контролювати виконання (пошук важливої

інформації, збір людей, оповіщення тощо)

4. Дякувати та хвалити за реальні речі

5. Наполягати на виконанні фізичних вправ (вправ для релаксації, прогулянках тощо)

6.Доцільна групова підтримка (індивідуальна за запитом)

Науковці та практики наголошують на дотриманні певних табу та застережень у роботі з кожною з означених категорій внутрішньо переміщених осіб.

**У співпраці з внутрішньо переміщеними особами з активною стратегією поведінки важливо:**

1. НЕ “терапевтувати”!

2. НЕ жаліти (Ой, як я вам співчуваю!)

3. НЕ забувати нагадувати про важливість

піклуватись про себе!

**У співпраці з внутрішньо переміщеними особами з пасивною стратегією поведінки важливо:**

1. НЕ просити допомогти іншим

2. НЕ нав’язувати розмову, але періодично

пропонувати розказати про те, що турбує

3. НЕ вимагати, а просити та пропонувати!

**У співпраці з внутрішньо переміщеними особами з агресивною стратегією поведінки важливо:**

1. НЕ вступати з ними в дискусії!

2. НЕ надавати лідерські позиції!

3. НЕ дозволяти поширювати песимістичні

настрої!

Представлений вище аналіз констатованих потреб, проблем, індивідуальних особливостей та основних стратегій (типів) поведінки ВПОпоказує необхідність зосередити основну увагу у здійсненні психологічного та соціально-педагогічного супроводу та надання психологічної допомогти дітям та сім’ям внутрішньо переміщених осібна реалізацію таких завдань:

 – підвищення особистісних ресурсів батьків, дітейз метою розв’язання існуючих проблем самостійно;

– активізацію їх креативних, духовних і фізичних здібностей, які відіграють важливе значення для виходу з кризового стану, розвиток впевненості у власних силах;

– гармонізація емоційного фону і психофізичного станудітей та їх сімей,

– зниження рівня конфліктності, подолання перешкод у процесі комунікації;

– формування навичок адаптивної і результативної моделі поведінки;

–  забезпечення їх правового та соціальнопсихологічного захисту.

У своїй діяльності фахівцям психологічної служби щодо психологічного та соціально-педагогічного супроводу дітей із сімей внутрішньо переміщених осіб важливо звертати увагу на те, що **до основних проблем, які можуть спостерігатися у дітей означеної категорії, належать:**

1) порушення когнітивних процесів (погіршення пам’яті, труднощі
концентрації уваги, розлади мислення);

2) невротичні реакції (стресове виснаження, фобічні реакції, порушення
сну й апетиту;

3) функціональні розлади (регрес поведінки та психосоматичні розлади);

 4) емоційні та поведінкові порушення (реакції протесту, підвищена плаксивість та капризність, часті зміни настрою);

5) проблеми, пов’язані зі спілкуванням (несформованість адекватних
соціально-комунікативних навичок, страх і недовіра або агресія і дратівливість стосовно оточення, можлива надмірна залежність від думок довколишніх);

6) порушення стосунків у сім’ї, коли зміна соціальної ситуації та
обов’язків у сім’ї часто змушує дітей і підлітків «включатися» в дорослі
проблеми (до них вони можуть бути не готові).

Аналіз наукових публікацій з означеної проблематики засвідчив наявність різних моделей здійсненняпсихологічного та соціально-педагогічного супроводу дітей із сімей внутрішньо переміщених осіб.

Романовська Д.Д., Дєдов О.А **(Алгоритм психологічного супроводу дітей внутрішньо переселених осіб та дітей, що опинилися у складних життєвих обставинах //** «Алгоритми діяльності працівників психологічної служби. Том» 2 <https://lib.iitta.gov.ua/723133/1/Algoritm_T_2_new.pdf>п п**одають орієнтовний план психологічного та соціально-педагогічного супроводу** **дітей із сімей внутрішньо переміщених осіб**, який включає такі етапи:

1. **Формування банку даних про дітей із сімей внутрішньо переміщених осіб**.

  Основними методами роботи є аналіз документів, складання банку даних, бесіди з батьками, встановлення контакту з дітьми. Надання інформації про установи, які займаються вирішенням проблем сімей внутрішньо переміщених осіб.

* 1. **Діагностично-аналітичний етап.**

 Передбачає оцінку соціальної ситуації та наявності кризових реакцій, переживань, вивчення індивідуальних особливостей учня/учнів із категорії внутрішніх переселенців, з’ясування їхніх інтересів і потреб, труднощів і проблем, визначення причин, відслідковування джерела їх виникнення, дослідження умов і особливостей взаємин у мікросередовищі життєдіяльності за допомогою визначеного діагностичного інструментарію. Зауважуємо, що психологічна діагностика спрямовується не тільки на визначення прихованих емоційних порушень, міжособистісних конфліктів, але й індивідуальних ресурсів переробки стресу (опановуючої поведінки, копінгу) та механізмів психологічного захисту. На цьому етапі передбачено *моніторинг стану емоційного благополуччя та процесів соціальної адаптації дітей у класному колективі. На цьому етапі доцільно використовувати такі методи роботи:* методики та тести, інтерв’ю, бесіда, спостереження та ін.

3. **Розробка програми психологічного та соціально-педагогічного супроводу дітей із сімей внутрішньо переміщених осіб.**

 За результатами діагностики визначається сутність першочергових потреб дитини, підбираються ефективні психолого-педагогічні, соціальні засоби для вирішення проблем або, хоча б, мінімізації їх негативних наслідків. Визначається кількість годин роботи для стабілізації/відновлення емоційних станів, соціальних контактів, внутрішніх ресурсів, посилення ролі позитивного мислення, формування навичок вирішення проблем. Рекомендовані до застосування методи роботи: консультування (індивідуальне або/ та групове), техніки арт-терапії, профілактична робота, надання підтримки, соціального захисту, допомога дітям із сімей СЖО у налагодженні їх дозвіллєвої діяльності, організація груп взаємодопомоги, позитивний приклад. Акцентуємо увагу на тому, що важливою умовою ефективного супроводу є його командна реалізація.Тому, важливо, щоб фахівці психологічної служби здійснювали залучення до цього напряму роботи усіх учасників освітнього процесу: класних керівників, вчителів з окремих предметів, адміністрації, спіробітників, служб і центрів, які опікуються проблемами цієї категорії дітей. Визначається роль кожного суб’єкта, розподіл відповідальності між ними.

4. **Стабілізуючо-відновлювальний етап:** індивідуальна робота/консультування.

Перш за все, проводиться робота зі зняття гостроти переживання та стану, формування адекватної самооцінки; здійснюється допомога в усвідомленні як зовнішніх, так і внутрішніх проблем, які привели до кризи і перешкоджають розвитку; зміні дезадаптивних форм поведінки на адаптивні, а також формування стресодолаючої поведінки в процесі індивідуальної та групової роботи.

*Особлива увага надається побудові нових взаємин дитини із соціальним оточенням, тобто формуванню мережі психосоціальної підтримки.*

На цьому етапі проводять консультування з батьками, за потреби групову роботу щодо опанування навичками первинної психологічної допомоги та підтримки дітей.

5. **Стабілізуюче-відновлювальний етап, який зорієнтований на** групові заняття /тренінги. Також рекомендовано проведення групових тренінгових занять за програмою «Безпечний простір».

6**. Контрольно-аналітичний етап:** завершення програми - Аналіз роботи. Здійснення вихідної діагностики. Етап осмислення результатів роботи над проблемою, обговорення досягнутого прогресу, аналіз змін (у поведінці, психологічному стані, щодо відновлення когнітивного контролю над ситуацією).

Вважаємо за необхідне акцентувати увагу на окремих аспектах основних напрямів психологічного супроводу.

**Щодо психодіагностичної роботи,** вона може здійснюватися **з використанням невербального спостереження** за реакцією дитини під час спілкування з практичним психологом, тілесними сигналами несвідомих процесів (приховані емоції, витіснені, але актуальні переживання), шляхом **аналізу висловлень дитини** (особисте ставлення дитини до травми і її значення для неї), використання **проективних методик** (виявляють актуальні процеси емоційно-вольової сфери, дозволяють зрозуміти, наскільки травма спотворила сприйняття себе та навколишнього світу, виявити особливості реакції на подію), інших стандартизованих діагностичних методик.

Звераємо увагу на те, що у посібнику «Алгоритми діяльності працівників психологічної служби. Том» 2 <https://lib.iitta.gov.ua/723133/1/Algoritm_T_2_new.pdf> подано орієнтовний перелік діагностичного інструментарію з означеної проблематики для дітей дошкільного віку, молодшого шкільного віку, основної та старшої школи (С.67-68).

Зауважуємо, що психологічна діагностика здобувачів освіти здійснюється за згодою батьків чи осіб, які їх замінюють.

**Щодо психологічного консультування здобувачів освіти - воно передбачає індивідуальну та групову психоконсультаційну допомогу**. Для нейтралізації руйнівної дії травматичного стресу використовують емпатійне слухання як засіб, що знімає частину внутрішньої емоційної напруги. Якщо дитині необхідно проговорити, емоційно відреагувати на переживання, що накопичилися з приводу травми, то використання цього прийому допомагає їй відчути себе почутим, легалізувати травмуючі переживання у відповідь на емоційну підтримку і прийняття з боку практичного психолога.

 **Психолого-педагогічне консультування батьків здобувачів освіти** в основному спрямоване на розвиток можливостей сімейної психокорекції посттравматичного стресового розладу, підвищення адаптивних можливостей самих батьків.

**Психолого-педагогічне консультування і просвіта педагогічного колективу закладу освіти** з питань супроводу дітей має бути спрямована на створення безпечного та дружнього середовища у закладі освіти та класному колективі.

 **Психокорекція** має бути спрямована на допомогу дитині бути над ситуацією, навчити її пристосовуватися до дійсності і долати психотравмуючі впливи. В її основі – використання комплексу психокорекційних методик: заняття в арт-студії, навчання прийомам релаксації і зняття м'язової напруги, психокорекційні вправи, соціально-психологічні тренінги, різні прийоми групової та індивідуальної арт-терапевтичної корекції

**Важливо, щоб психологічна допомога, а саме корекційні заняття з дітьми, які зазнали впливу стресових чинників, забезпечували таку ієрархічність та спрямованість:**

1. **Відновлення відчуття безпеки** – полягає у знятті тілесного та емоційного напруження, послабленні тих жорстких механізмів захисту, які виникли у відповідь на кризову ситуацію;

 2. **Відновлення та зміцнення психологічних ресурсів дитини** – полягає у сприянні активізації природних ресурсів психіки дитини, на тлі яких можливий вихід із кризових станів;

**3. Відреагування негативних переживань, пов’язаних зі стресовими чинниками**, – полягає у створенні умов для прямого чи символічного прояву та копінгування сильних негативних переживань, які можуть впливати на розвиток ПТСР;

4. **Активація природних механізмів самозцілення, адаптація до нових обставин** – полягає у заохоченні та зміцненні позитивних зрушень у станах дітей, активізації природного середовища самозцілення (спілкування з однолітками, відвідування гуртків за інтересами, сприятливе дозвілля з родиною, заняття творчістю тощо) .

У своїй діяльності щодо надання психолого-педагогічно підтримки дітей із сімей внутрішньо переміщених осіб важливо акцентувати увагу на тому, що основними ресурсними ланками психолого-педагогічного супроводу дітей є їх батьки (чи особи, які їх замінюють) та дитячий колектив, в якому вони перебувають.

При цьому, дослідники зауважують, що для повноцінної реабілітації дитини врівноважений стан батьків є основним фактором, який забезпечує успішну динаміку усього процесу.

**Щодо того, як пов’язані стан батьків і стан дитини?**

Те, як діти реагують на кризи, залежить від їх віку та рівня розвитку. Це також залежить від того, як взаємодіють з ними та між собою їхні батьки, піклувальники та інші дорослі.

Маленькі діти не здатні повністю зрозуміти, що відбувається навколо, і особливо потребують підтримки дорослих. Діти справляються краще, коли поруч знаходяться сильні, спокійні дорослі.

У дітей і підлітків виявляються такі ж реакції дистресу (відсутність будь-якої реакції, агресія, уникання, заперечення та ін.), що й у дорослих. Вони віддзеркалюють особливості реагування дорослих на події навколо. Дорослі можуть впоратися з ситуацією самостійно. Діти потребують підтримки та перебування поряд з дорослими, які допоможуть їм подолати кризу та адаптуватися до нових умов.

Науковці наголошують на важливості використання батьківського потенціалу у подоланні наслідків травмування дитини. При цьому зауважують, що **батьківський потенціал ефективний, якщо батьки дотримуються демократичного стилю виховання:**

–  Тверде, послідовне і водночас гнучке виховання.

–  Батьки завжди пояснюють мотиви своїх вимог, заохочують їх обговорення з дітьми та підлітками. Влада використовується лише в міру необхідності; у дитині цінується як слухняність, так і незалежність.

–  Батьки встановлюють правила і твердо втілюють їх у життя; вони прислухаються до думки дитини, хоч і не діють виключно відповідно до її бажань.

Цей стиль виховання найбільшою мірою сприяє розвитку в дитини самостійності, активності, ініціативи і соціальної відповідальності. І навпаки, важливо пам’ятати, що авторитарний стиль батьківства може стати додатковим травмуючим фактором.

Необхідно підкреслити, що діти наслідують спосіб реагування батьків на стресові події . І тому несприятливий спосіб реагування дорослих на ці події погіршує стресові реакції дітей, ускладнює їх перебіг, негативно впливає на засвоєння досвіду виходу зі стресових ситуацій. В протилежному випадку, батьки можуть допомогти дитині успішно подолати тяжкі обставини без розвитку симптоматики психотравми, що сприяє розвитку стресостійкості, засвоєнню важливих життєвих уроків, які можна винести з цієї ситуації.

**Подаємо основні конструктивні та неконструктивні способи реагування батьків у взаємодії з дитиною**.

***До неконструктивних способів реагування батьків у взаємодії з дитиною відносять:***

–  заперечення та знецінення стресової події;

–  надмірна опіка/турбота, надмірне оберігання дитини від стресових ситуацій;

–  перебільшення значення травмівних подій або стресових обставин;

–  звинувачення та покарання дитини за те, що вона потрапила в стресову ситуацію;

–  надмірна жалість до дитини та надто поспішне заспокоєння, що заважає вираженню переживань;

–  заборона дитині проявляти негативні почуття, таких як гнів, образа чи обурення;

–  покарання за прояв подібних почуттів або їх знецінення чи висміювання;

–  втрата контролю над власними почуттями або звинувачення дитини у їх виникненні;

–  критичне ставлення до спроб дитини вирішити ситуацію;

– вирішення проблеми замість дитини, що позбавляє її можливості

впоратися самостійно;

– акцентування уваги дитини на факті самих обставин, а не на способах їх подолання та ін.

**До конструктивних способів реагування батьків у взаємодії з дитиною відносять:**

- визнання сприйняття дитиною події чи ситуації як стресової;

- надання можливості дитині проявляти негативні почуття;

- спокійне та зважене сприйняття та ставлення до травмівної обставини,

яку переживає дитина;

- підтримка емоційного контакту з дитиною (тримати за руку, бути поруч, обійняти, підтримувати зоровий контакт);

- сприяння прояву самостійних дій дитини у подоланні травмівної обставини;

- допомога у визначенні послідовності дій дитини, які вона спрямовує на подолання проблеми;

- підтримка успіху дитини в процесі подолання стресової ситуації та в кінці її завершення;

- допомога та підтримка дитини у засвоєнні життєвого уроку та значення того досвіду, який отримує дитина у процесі подолання травмівних подій та ситуацій.

**Науковці акцентують увагу на необхідності врахування і дотримання таких рекомендацій батькам дітей із сімей внутрішньо переміщених осіб:**

1. Дорослі, які говоритимуть з дітьми про події і сприйматимуть їх почуття, допоможуть дітям пережити травматичний стрес з меншими втратами.

2. Не потрібно без особливих причин водити дитину в місця масового скупчення людей. Це може підвищити рівень її тривоги.

3. Не варто дозволяти дитині наодинці дивитися телевізійні новини. Чим менше теленовин із місць страшних подій побачить дитина, тим краще.

4. Необхідно створити атмосферу безпеки.

5. Доцільний перегляд разом з дитиною сімейних фотографій дозволить звернутися до приємних образів з минулого, послабить неприємні спогади.

6. Доцільно читати книжки – оповідання і казки, у яких описано сюжети подолання героями страху.

7. Якщо дитина відчуває тривогу або страх, потрібно створити спокійну атмосферу ненав’язливий фізичний контакт (обійняти, взяти за руку), тепло укрити, дати теплий чай. Важливо говорити, що ви – поруч, що все добре, що вона у безпеці.

8.Якщо дитина особливо «не слухає», виявляє надмірну активність з незрозумілих причин, кричить або сміється, – постарайтеся не відповідати агресивно.

9. Пам’ятайте, дитині можуть снитися кошмарні сновидіння. Підтримайте її, вислухайте і заспокойте, переконайте, що в цьому немає нічого страшного, що це лише сон.

10 Говоріть з дитиною про ті почуття, яких вона зазнала або відчуває.

11. Потрібно бути готовими раз за разом обговорювати одні і ті ж проблеми з дитиною.

12. Пам’ятайте, що частині дітей з різних причин не вдається впоратися із наслідками травматичного стресу самостійно, тому вони потребують професійної допомоги.

Як педагоги, психологи, можуть сприяти стабілізації стану батьків?

1. Мотивуйте на прояв базового піклування про себе(А ви самі як справляєтеся? Як спите? Коли останній раз відпочивали?).

2. Розпитуйте про дітей (школа, друзі, що подобається на новому місці, чим хворіє, як справляється…). Батьки охоче розповідають про стан і успіхи дітей, що дозволить спеціалісту опосередковано прояснити стан самих батьків і як вони самі справляються. Обов’язково підкріплюйте намагання батьків допомагати дітям. Часто це стає ресурсом для того, щоб впоратися з власним стресом.

3**.** Намагайтесь більшу частину часу розмовляти не про актуальну шокову ситуацію(не наклеюйте ярликів тематикою розмови – переселення, війна, травма і т.п.). Це допомагає вивести батьків із тунельного мислення щодо себе і своїх дітей (тримайте в голові думку «А ще хто він?»).

4. Активно використовуйте форми групової роботи для батьків. Це допомагає багато сказати, обходячи супротив (не персонально). Крім цього, така форма роботи сприяє нормалізації ситуації, формує відчуття приналежності та встановлення горизонтальних зв’язків підтримки серед батьків.

 Інформуйте про важливість підтримки правил і традицій у сім’ї, оскільки вимушене переселення – це великий удар по ідентичності.

Аналізуючи проблематику психолого-педагогічної підтримки означеної категорії, необхідно зауважити, одностайність дослідників в тому, що ***для стабілізації психоемоційного стану дітей із сімей внутрішньо переміщених осіб особливу роль відіграє базове ставлення педагога до дитини,*** як таке поєднання знань, переконань і професійних позицій педагога, що допомагає йому бачити, розуміти і конструктивно ставитись до емоційних та поведінкових проявів дітей, що, найчастіше, виникають внаслідок переживання ними стресових ситуацій. Саме таке ставлення допомагає вчителеві не фіксуватися на оцінці поведінки дітей як такої, що «не відповідає нормі» чи є «неправильною», «неадекватною», а навпаки, сприяє розумінню природних і закономірних психічних реакцій дітей на стрес і дозволяє надати дитині необхідну підтримку у тяжкий для неї час. Емоційні або поведінкові прояви дитини часто є мимовільним і несвідомим прагненням дитини опанувати тяжку ситуацію. За цими емоційними та поведінковими проявами найчастіше стоїть бажання дитини захистити себе, прагнення впоратись із сильними емоціями, страх за своїх близьких, потреба отримати увагу і підтримку. Допомога і підтримка вчителя може бути корисною для дитини лише за умови, якщо спілкування будується на повазі, прийнятті та розумінні потреб і почуттів дитини, її цінностей. Довіра до почуттів дитини та віра в те, що за всіма її реакціями стоїть процес, через який психіка дитини спрямовує свої ресурси на досягнення стану балансу (тобто на «позитивну мету»), допоможе і дитині повірити, що вона може довіряти своїм почуттям, може робити певні дії самостійно.

Науковці й психологи-практики, враховуючи досвід попередньої роботи, рекомендують педагогам приділяти увагу таким аспектам взаємодії з дітьми та учнями з сімей внутрішньо переміщених осіб:

1. Дуже важливим моментом є те, як відбудеться знайомство з дитиною з сімей внутрішньо переміщених осіб.

2. Не наголошуйте на ситуації, в якій була дитина. Але наголосіть, що зараз всі в безпеці.

3. У кожної дитини повинно бути чітке розуміння того, що в неї є люди, які її підтримують, які її люблять, які їй допоможуть. І тільки завдяки цій підтримці, тільки завдяки цьому ресурсу дитина зможе адаптуватися і пережити це все.

4. Приділити більше уваги саме в навчанні.

5. Організувати спілкування дітей з дитиною- переселенцем.

6. Дозвольте їм сумувати, але слідкуйте за їх емоційним станом. У разі , якщо ви помітили, що дитина довгий час знаходиться в негативному емоційному стані, індивідуально запропонуйте допомогу фахівців.

7. Пояснюйте дітям про важливість бути зібраним і допомагати один одному.

8. Спілкуйтеся нормально, як з усіма іншими дітьми, учнями; не проявляйте жалість до них.

9. Переключайте дитину на посильні їй завдання, якщо вона закрита.

10. Доцільно обговорювати з батьками можливі реакції дітей на події, тривоги та страхи у зв’язку з ними та як це відображається в поведінці дитини. Серед дітей у класі можуть бути ті, хто втратив батька чи матір через події в державі. Такі діти можуть переживати втрату і в такий період у них може знизитись успішність, можуть бути складнощі з концентрацією уваги, пригнічений емоційний стан.

11. Педагог може обговорити з дітьми ситуацію, яка склалася, ретельно добираючи слова. Будь-яка інформація повинна бути подана дитині, але у відповідності до її віку. Не вживати слів "бомба", "граната", "не бійся", " викинь це з голови", "страшно". Вживайте "тривожно", "схвильовано\*, "напружена ситуація".

Варто знати, що як би дітей не оберігати від інформації, вона до них буде надходити від інших.

12. Непотрібно навішувати на таких дітей ярлик «проблемна» дитина. Важливо побачити в ній особистість .

13. Підтримуйте постійний контакт з батьками дитини чи особами, які їх замінюють.

Особливо значущою у оптимальній адаптації здобувачів освіти з з сімей ВПО належить класним керівникам.

**Поради класному керівнику щодо взаємодії з дитиною:**

• надавайте фактичну інформацію відповідно до віку;

• зрозуміло, відкрито пояснюйте те, що відбувається;

• допоможіть у висловленні своїх почуттів через розмову, гру, малювання, обговорення ситуацій тощо;

• порадьте дитині, як реагувати на запитання інших дітей (наприклад, якщо діти цікавляться перебуванням у бомбосховищах чи обстрілами, чи хтось із батьків постраждав або загинув);

 • в позакласний час або на перервах організовуйте відпочинок, заняття улюбленими справами, що викликають задоволення;

 • сприяйте загальній підтримці як у сім’ї, так і в навчальному закладі

 • підтримуйте знайомий звичний розпорядок дня для відновлення відчуття спокою;

• регулярно запевнюйте, що все буде добре, що дорослі піклуються і дбають про безпеку;

• якщо дитина переживає втрату або має депресивні прояви, повідомте батьків або родичів/опікунів, щоб вони мали можливість підтримати її; розкажіть їм, як підтримати дитину;

• порадьте батькам звернутися до соціальної служби, психолога.

Узагальнюючи, необхідно зауважити, що для забезпечення ефективності роботи закладів освіти з означеної проблематики, важливо здійснювати діяльність за всіма основними напрямами психолого-педагогічна підтримки дітей з сімей внутрішньо переміщених осіб, до яких належать:

–  створення сприятливого соціально-психологічного клімату, атмосфери уваги, співчуття і співпраці в класних колективах, запобігання булінгу;

 –  формування конструктивних способів вирішення складних життєвих ситуацій та адаптивних копінг-стратегій, сприяння налагодженню нових соціальних контактів;

–  діагностична оцінка психологічного стану, ресурсної сфери батьків/дітей та визначення потреб соціально-педагогічної та/або психологічної допомоги;

 –  сприяння стабілізації емоційного стану, перепрацюванню та подоланню травматичного досвіду;

–  активізація процесів самопізнання, самосприйняття, саморегуляції і самоконтролю, побудова позитивного образу майбутнього;

 – залучення дітей до участі в діяльності позашкільних закладів освіти з метою створення умов для їх самореалізації;

–  здійснення посередництва між закладом освіти, сім’ями та територіальними місцевими громадами, - застосування міжсекторальної взаємодії і мультидисциплінарного підходу до питань вирішення та попередження міжособистісних конфліктів тощо.

Необхідно зауважити, що не у всіх освітніх закладах станом на сьогодні введено посади соціальних педагогів, до основних функційних обов’язків яких належить робота із сім’ями, які потрапили в складні життєві ситуації, в т.ч. з сім’ями ВПО.

Рекомендуємо під час планування та організації діяльності соціальних педагогів щодо здійснення соціально-педагогічної роботи з ВПО взяти до уваги та використання в діяльності методичні рекомендації щодо змісту роботи соціального педагога з дітьми з сімей внутрішньо переміщених осіб, підготовлені співробітниками Донецького обласного навчально-методичного центру психологічної служби, які розміщенні за покликанням:

<https://drive.google.com/file/d/1YIMmosqRNfm2YU1cJX5JrHkLIMFluwAH/view?fbclid=IwAR17cM2rl64xwXK5YJMJW_V5rWt2cJojGtNzV8DRodByMe7dqSilYRKZM6Y>

Підсумовуючи розгляд питання забезпечення **психологічного та соціально-педагогічного супроводу та надання психологічної допомогти дітям та сім’ям внутрішньо переміщених осіб** констатуємо, що ефективність роботи закладів освіти з означеної проблематики вимагає дотримання принципів: комплексності, своєчасності надання допомоги та підтримки; забезпечення індивідуалізованого та персоніфікованого підходу; повага до особистості ВПО; використання надійних, ефективних форм та методів діагностичної, профілактичної, консультативної корекційної, реабілітаційної та інших видів надання психологічної та соціально-педагогічної допомоги ВПО; залучення до роботи із підтримки ВПО всіх суб’єктів освітнього процесу (здобувачі освіти, педагоги, батьки та ін.), а також організацію міжсекторальної та міжвідомчої взаємодії між спеціалістами відповідних служб, які опікуються проблемами ВПО.