

УДК:159.98: 159.922.2

ОСОБЛИВОСТІ КРИЗОВОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ДІТЯМ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ З ВИМУШЕНО ПЕРЕМІЩЕНИХ СІМЕЙ

Маянцева Т.О.

Національний університет «Острозька академія», Україна, Острог

У статті проаналізовано поняття психологічної кризи, специфіку її переживання дітьми дошкільного віку. Виокремлено явище внутрішнього переміщення осіб, яке охарактеризовано як ситуацію кризи. Описано основні психологічні особливості дошкільника, що впливають на переживання ним кризи. Відповідно до цього визначено основні завдання кризової психологічної допомоги для дитини дошкільного віку, які реалізуються через роботу із самою дитиною, з середовищем, в якому вона перебуває та її близьким оточенням. Також виокремлено основні напрями психотерапії, які є найбільш дієвими при роботі з дітьми, які переживають кризу через ситуацію різкої зміни комфортного середовища проживання.

Ключові слова: криза, психологічна допомога, дошкільники, середовище, близьке оточення.

Маянцева Т.А. Особенности кризисной психологической помощи детям дошкольного возраста из вынужденно перемещенных семей / Национальный университет «Острожская академия», Украина, Острог

В статье проанализировано понятие психологического кризиса, специфику его переживания детьми дошкольного возраста. Выделено явление внутреннего перемещения лиц, которое охарактеризовано как ситуацию кризиса. Описаны основные психологические особенности дошкольника, влияющие на переживание им кризиса. В соответствии с этим определены основные задачи кризисной психологической помощи для ребенка дошкольного возраста, которые реализуются через работу с самим ребенком, со средой, в котором он находится и его близким окружением. Также выделены основные направления психотерапии, которые являются наиболее действенными при работе с детьми, которые переживают кризис из-за ситуации резкого изменения комфортной среды проживания.

Ключевые слова: кризис, психологическая помощь, дошкольники, среда, близкое окружение.

Mayantseva T. Peculiarities of crisis psychological help to preschool children from forced displaced families / National University «Ostroh Academy», Ukraine, Ostroh

In this article we analyzed the notion of psychological crisis, special aspects of preschool children emotional crisis experience. It was singled-out the notion of internally displaced person, which was characterized as crisis situation. We described the main psychological peculiarities of preschool child, that influence on child's crisis experience. Relevant to mentioned above it was determined main tasks of crisis psychology help for preschool child, that are realized through personal work with a child, child's surroundings and child's close environment. Also we single-out main trends of mental therapy, that are the most efficient within work with children, who experiences crisis of harsh comfort living environment change.

Key words: crisis, psychological help, preschool children, surroundings, close environment.

Вступ. Із виникненням нового для українців явища масового внутрішнього переміщення населення, психологи стикнулися із труднощами у наданні професійної допомоги людям, які є безпосередніми учасниками цього процесу і у зв'язку з цим переживають складні психологічні стани. Одним із таких є психологічна криза, яка, за визначенням Г. Олпорта, описується як ситуація емоційного і розумового стресу, що потребує значної зміни уявлень про світ і про себе за короткий проміжок часу [1, с. 18]. Важливо зазначити, що особливою труднощію характеризується реагування на такі події дітьми дошкільного віку, оскільки діти до трьох років порівняно легко розлучаються з попереднім місцем проживання, а доросла людина здатна сприйняти переїзд на нове місце більш раціонально, ніж у молодшому віці [6, с. 74].

Очевидно, що психологічна допомога в кризових ситуаціях стає все більш затребуваною. Проблематика психологічної кризи досліджувалась в багатьох аспектах. Дослідники зосереджували увагу на вивченні вікових криз (Р.Ахмеров, Л.Виготський, Д. Ельконін, та ін.), впливу складних життєвих умов на перебіг психологічної кризи (С.В. Духновський, Л. Анциферова, Р. Ассаджиолі та ін.), основ надання психологічної допомоги особистості, що знаходиться в кризовій життєвій ситуації (М.В. Новікова, Я.М. Омельченко та ін.). Варто зазначити, що на сучасному етапі вже існують наукові напрацювання, присвячені проблемі кризової психологічної допомоги внутрішньо переміщеним особам, зокрема дітям, проте специфіка надання такої допомоги дошкільникам залишається неврахованою.

Мета статті - визначення особливостей психологічної допомоги дітям дошкільного віку, що є внутрішньо переміщеними особами та у зв'язку з цим переживають кризу.

Виклад основного матеріалу. Природно, що в умовах стабільної безпеки дитина може розвиватися відповідно до свого віку.

У ситуації вимушеного переселення цей процес порушується. Крім того, важливий дорослий, який своєю надійністю, константністю міг би сприяти легшому переживанню дитиною кризової ситуації, часто сам втрачає свою цілісність і демонструє несприятливі форми переживання. На думку М.В. Новікової, кризовою для дитини є ситуація, коли вона не може самотійно, без будь-чиєї підтримки і допомоги впоратися з нею [3, с. 6]. Кризовий стан виникає на фоні переживань, які за силою та тривалістю перевищують наявні регуляторні можливості дитини і викликають порушення адаптаційних механізмів. Ситуацією, що спричинює кризу, є потенційна або реальна перешкода задоволенню основних потреб дитини, що забезпечують її розвиток. Перед дитиною постає проблема, яку вона повинна вирішити за короткий проміжок часу і не може зробити цього звичним для неї способом.

За Л.С. Виготським, дошкільним вважається вік від 3 до 7 років. Віковими особливостями дітей дошкільного віку є емоційна незрілість, довірливість, мінімальний життєвий досвід, сприймання дорослого як авторитетної особи, а також невміння повно і критично оцінювати ситуацію, що склалася і прогнозувати можливі дії як інших осіб, так і свої [2, с. 112]. Ці особливості визначають специфіку реакції дошкільника на ситуацію кризи.

Для дитини, яка переживає кризу, зазвичай характерними є наступні особливості:

- невпевненість та безпорадність;
- підвищена тривожність і страхи;
- підвищена емоційність;
- відчуття зовнішнього тиску і напруги;
- гостра потреба в допомозі [3, с. 6].

Крім того, ці особливості можуть проявлятися у дітей з різною інтенсивністю, яка залежить від таких зовнішніх обставин:

- можливість отримати у доступній формі інформацію про те, що відбувається, вплинути на ситуацію;
- наявність підтримки з боку дорослих, близьких.

Враховуючи ці особливості, основними завданнями психолога, що надає кризову допомогу дитині дошкільного віку, мають бути наступні:

1. Відновлення внутрішнього відчуття безпеки;
2. Виявлення та зміцнення психологічних ресурсів дитини;
3. Сприяння відреагуванню негативних переживань;
4. Сприяння адаптації до нових обставин.

Варто зазначити, що у загальному розумінні психологічна допомога являє собою комплекс діагностичних, психокорекційних заходів, спрямованих на якнайшвидше відновлення оптимального психічного стану й соціальної життєдіяльності, підвищення рівня

психологічної стійкості особистості. Змістом діяльності кризової психології є надання психологічної допомоги особистості, яка знаходиться в кризовому стані через кризову ситуацію.

Кризову психологічну допомогу дітям, що є внутрішньо переміщеними, Я.М.Омельченко вважає за необхідне надавати через роботу із середовищем, в якому перебуває дитина, з самою дитиною та її близьким оточенням [5, с. 50].

Середовище, в якому перебуває дитина, важливо забезпечити такими умовами, як безпечність, константність, ритмічність, послідовність, передбачуваність та панування атмосфери поваги. Для сприяння виникненню відчуття безпеки по можливості необхідно мінімізувати вплив таких зовнішніх подразників, як скупчення великої кількості людей, різка зміна подій, надмірний галас. Тому психологічна допомога має бути або індивідуальною, або груповою при величині групи не більше 3-5 дітей.

Константність полягає у створенні однорідних та постійних умов, в яких перебувають діти. Важливо, щоб дитина не змінювала місця свого перебування хоча б протягом місяця, щоб її оточували одні і ті ж люди. Ритмічність, послідовність та передбачуваність середовища досягається через забезпечення структурованого режиму діяльності дитини, який має бути простим і зрозумілим. Крім того, прояв поваги стосовно дитини, а не жалості, надмірної уваги є емоційним підґрунтям виходу із кризи.

Робота з близьким оточенням дитини передбачає психологічну, просвітницьку та консультативну роботу з її батьками або особами, які їх замінюють та дитячим колективом, в якому дитина перебуває.

При роботі із самою дитиною Я.М. Омельченко рекомендує кожне психологічне заняття починати з комплексу вправ, спрямованих на роботу з тілом [4, с. 89]. Крім того, важливо створити сприятливі умови для безпосереднього або символічного прояву почуттів дітей.

На думку М.В Новікової найбільш ефективними видами надання психологічної допомоги дітям у віці від 3 до 7 років, які переживають кризу, є наступні [3, с. 49]:

1) Ігротерапія. Основною формою роботи психолога з дітьми, які пережили критичну ситуацію, є використання різного виду ігор. Це можуть бути ігри в образах, ігри, засновані на літературних творах, на імпровізованому діалозі, на поєднанні переказу та інсценування і т. д. Використання образів у грі має ряд психологічних переваг. Створюються найбільш сприятливі умови для особистісного зростання дитини, змінюється ставлення до свого «Я», підвищується рівень самоприйняття, зменшується напруженість, знижується гострота переживань.

У роботі з дітьми психолог, використовуючи ігротерапію, може доповнювати її арт-терапевтичними методами. Це можуть бути такі

види арттерапії, як малюнка, заснована на образотворчому мистецтві, бібліотерапія, драматерапія і музична терапія.

2) Арт-терапія. Даний метод побудований на використанні мистецтва як символічної діяльності. Застосування цього методу має два механізми психологічного корекційного впливу. Перший спрямований на вплив мистецтва через символічну функцію реконструювання кризової ситуації, знаходження виходу через переконструювання цієї ситуації. Другий пов'язаний з природою естетичної реакції, що дозволяє змінити реакцію переживання негативного афекту в бік формування позитивного афекту, що приносить задоволення. З допомогою арт-терапії дитина ненав'язливо трансформує неприємні спогади за рахунок творчого катарсису та актуалізує ресурсні стани для інтеграції досвіду. Арт-терапія, як особливий вид психологічної допомоги, пов'язаний з творчим самовираженням і створенням образу арт-об'єкту, метою чого є відображення внутрішнього стану дитини та відновлення психологічної рівноваги у творчій діяльності.

3) Казкотерапія - метод, який використовує казкову форму для інтеграції особистісного досвіду, розвитку творчих здібностей, розширення свідомості, вдосконалення взаємодії з навколишнім світом.

Висновки. Отже, кризовою для дитини дошкільного віку є ситуація, коли вона не може задовольнити свої потреби без допомоги дорослого. Основними її особливостями та водночас вимогами по відношенню до дітей дошкільного віку є створення безпечних та константних умов взаємодії із навколишнім середовищем та близьким оточенням. Для здорового виходу із кризи необхідно сприяти формуванню внутрішнього відчуття безпеки у дитини, виявити її психологічні ресурси, створити умови для відреагування негативних переживань і допомогти адаптуватись до нових умов. Зважаючи на те, що провідною для дітей дошкільного віку є ігрова діяльність, важливо використовувати способи і методи роботи, що передбачають використання такої форми активності.

Література:

1. Олпорт Г. Становление личности. Избранные труды / Г.Олпорт; пер. с англ. Л.В. Трубиной / под ред. П.А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2001. – 149 с.
2. Выготский Л.С. Психология развития человека / Л.С. Выготский. – М.: Эксмо, 2003. – 1136 с.
3. Новикова М.В. Психологическая помощь ребенку в кризисной ситуации / М.В. Новикова. – М.: Генезис, 2006. – 128 с.
4. Омельченко Я.М. Психологічна допомога дітям з тривожними станами / Я.М. Омельченко, З. Кісарчук. – К.: Шк. світ, 2008. – 112 с.

5. Психологічна допомога дітям у кризових ситуаціях: методи техніки: методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, І.М. Біла, Г.П. Лазос; за ред. З. Г. Кісарчук. – К.: Логос. – 232 с.

6. Соціально-педагогічна та психологічна допомога сім'ям з дітьми в період військового конфлікту: навчально-методичний посібник / Н.П. Бочкор, Н.В Лунченко. – К.: Агентство «Україна». – 176 с.

References:

1. Olport G. Stanovlenie lichnosti. Izbrannye trudy / G.Olport; per. s angl. L.V. Trubino / pod red. P.A. Leonteva. – M.: Smysl, 2001. – 149 s.

2. Vygotskiy L.S. Problema vozrasta. / L.S. Vygotskiy. Sobr. soch. v 6-ti t. T.4. – M.: Pedagogika, 1984. – 432 s.

3. Novikova M.V. Psikhologicheskaya pomoshch rebenku v krizisnoy situatsii / M.V. Novikova. – M.: Genezis, 2006. – 128 s.

4. Omelchenko Y.M. Psikhologichna dopomoga dityam z trivozhnimi stanamy / Y.M. Omelchenko, Z. Kisarchuk. – K.: Shk. svit, 2008. – 112 s.

5. Psikhologichna dopomoga dityam u krizovikh situatsiyakh:metodi i tekhniki: metodichniy posibnik / Z. G. Kisarchuk, Ya. M. Omelchenko, I.M. Bila, G.P. Lazos; za red. Z. G. Kisarchuk. – K.: Logos. – 232 s.

6. Sotsialno-pedagogichna ta psikhologichna dopomoga sim'yam z ditmi v period viyskovogo konfliktu: navchalno-metodichniy posibnik / N.P. Bochkor, N.V Lunchenko. – K.: Agentstvo «Ukraina». – 176 s.