



донецький державний  
університет управління



Маріупольська  
міська рада



Карітас Маріуполь  
Caritas Mariupol

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
МАРІУПОЛЬСЬКА МІСЬКА РАДА  
ДОНЕЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ УПРАВЛІННЯ  
КАФЕДРА ГУМАНІТАРНИХ ДИСЦИПЛІН  
БЛАГОДІЙНИЙ ФОНД «КАРІТАС МАРІУПОЛЬ»

# Збірник матеріалів, доповідей

ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

**«ПСИХОСОЦІАЛЬНА ПІДТРИМКА ОСІБ  
З ТРАВМОЮ ВІЙНИ: МІЖНАРОДНИЙ  
ДОСВІД ТА УКРАЇНСЬКІ РЕАЛІЇ»**

28 лютого 2018 року  
Маріуполь



**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
МАРІУПОЛЬСЬКА МІСЬКА РАДА  
ДОНЕЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ УПРАВЛІННЯ  
КАФЕДРА ГУМАНІТАРНИХ ДИСЦИПЛІН  
БЛАГОДІЙНИЙ ФОНД «КАРІТАС МАРІУПОЛЬ»**

**ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ, ДОПОВІДЕЙ**

**ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ**

**«ПСИХОСОЦІАЛЬНА ПІДТРИМКА ОСІБ З ТРАВМОЮ ВІЙНИ: МІЖНАРОДНИЙ  
ДОСВІД ТА УКРАЇНСЬКІ РЕАЛІЇ»**

**28 лютого 2018 року,  
Маріуполь, Україна**

**УДК 159.9 : 364.048.4 (06)**

**ББК 88.6 : 65.272я431**

**Психосоціальна підтримка осіб з травмою війни: міжнародний досвід та українські реалії:** збірник матеріалів, доповідей Всеукраїнської науково-практичної конференції, м. Маріуполь, 28 лютого 2018 р. – Маріуполь: ДонДУУ, 2018. – 322 с.

**Редакційна рада:**

головний редактор – д.держ.упр., проф. С. Ф. Марова,  
заступник головного редактора – д.е.н., доц. О. В. Балуєва.

**Редакційна колегія:**

д.держ.упр., проф. В. І. Токарева; ст. викладач А. Р. Никифоренко.

У збірнику представлено виклад поданих на конференцію доповідей та повідомлень, присвячених аналізу теоретико-методологічних і конкретно-історичних аспектів психотравмуючого досвіду війни, філософських та психологічних засад посттравматичного відновлення, засобів соціально-психологічної й психотерапевтичної допомоги постраждалим унаслідок бойових дій, психолого-педагогічного супроводу дітей з травмою війни, проблем соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб, переміщених ВНЗ, психологічної допомоги військовослужбовцям, що виконують свій обов'язок у зоні бойових дій, перебувають на лікуванні й реабілітації, та їхнім родинам; діяльності державного сектору, неурядових організацій, місцевих громад у підтримці осіб з посттравматичним синдромом.

**Адреса редакції:** 87547, м. Маріуполь, вул. Аеродромна, 7, к. 401.

© Донецький державний університет управління, 2018

<b>Меланчик А. П., Мухіна М. О.</b> Дослідження окремих психологічних характеристик учнів з числа внутрішньо переміщених осіб і населення буферної зони .....	127
<b>Нелін Є. В.</b> Адаптація дітей війни до нових освітніх умов засобами психоаналітичної педагогіки З. Бернфельда.....	131
<b>Ніколаєнко С. О.</b> Проблема короткострокових методів в психотерапії емоційних травм.....	132
<b>Панченко О. А., Сімоненко О. Б.</b> Психологічний супровід сімей, які зазнали стресового впливу .....	135
<b>Панченко О. А., Цапро Н. П.</b> Соматизація постстресу у дітей в зоні АТО .....	139
<b>Панченко О. А., Корнєєва О. Л.</b> Особливості стану дітей, що знаходяться в умовах соціально-психологічного напруження.....	142
<b>Паркулаб О.Г.</b> Психотехнічні аспекти терапевтичної допомоги постраждалим унаслідок бойових дій.....	145
<b>Сіткар В. І.</b> Теоретико-методологічний аспект соціально-психологічної допомоги дітям з травмою війни.....	148
<b>Скляренко В. Р.</b> Застосування вправ рольового ауготренингу у вирішенні завдань подолання посттравматичних наслідків стресу війни .....	152
<b>Соляник І. М.</b> Психокорекційна робота з дітьми дошкільного віку в буферній зоні..	156
<b>Сорока О. В.</b> Діагностувальний потенціал арт-терапевтичних технологій у роботі з дітьми, які пережили стрес .....	158
<b>Сулятицький І. В., Корчинський І. О.</b> Ймовірні психічні порушення у дітей з травмою війни .....	161
<b>Улунова Г. Є., Сідельнік М. О.</b> Психологічні функції сучасної пісні в умовах гібридної війни.....	164
<b>Форманюк А. М.</b> Трансцендентальна медитація як засіб психологічної допомоги вимушеним переселенцям .....	166
<b>Чуприна С. О.</b> Соціальна адаптація учасників АТО як засіб їх інтеграції до суспільного життя.....	169
<b>Яковлева М. Д.</b> Відновлення внутрішніх ресурсів після травматичної події засобами казкотерапії у дітей .....	171

***СЕКЦІЯ 3. ПРОБЛЕМИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ. ПЕРЕМІЩЕНІ ВНЗ***

<b>Анамат К. Є.</b> Соціально-психологічна допомога дітям з числа внутрішньо переміщених осіб у середній школі .....	175
<b>Аракелова І. О.</b> Основні проблеми внутрішньо переміщеного бізнесу в Україні.....	177
<b>Бесчастний В. М.</b> Аналіз складових психологічної готовності менеджерів до управління вишем-переселенцем в умовах радикальних змін.....	178
<b>Бойко Г. І.</b> Про соціально-психологічну адаптацію внутрішньо переміщених осіб в Україні.....	183
<b>Власенко О. І.</b> Біженці на ринку праці Німеччини: досвід для України (на прикладі ініціативи «Wir Zusammen») .....	184

обстоюють необхідність застосовувати методи, що не призведуть до симптоматичного лікування клієнтів, яке обмежуватиме їх існування.

#### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Мэй Р. Мужество творить: Очерк психологии творчества: пер. с англ. Львов: Инициатива; М.: Институт общегуманитарных исследований, 2001. 128 с.
2. Тиллих П. Избранное: Теология культуры: пер. с англ. М.: Юрист, 1995. 479 с.
3. Франкл В. Психотерапия на практике: пер. с нем. СПб.: Ювента, 1999. 256 с.
4. Экзистенциальная психология / Под ред. Р. Мея. М. : ЭКСМО-Пресс, 2001. 624 с.

**УДК 159.922.62**

**Сіткар Віктор,**

*кандидат психологічних наук, доцент кафедри  
практичної психології Тернопільського національного  
педагогічного університету імені Володимира Гнатюка*

#### **ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ СОЦІАЛЬНО- ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ДІТЯМ З ТРАВМОЮ ВІЙНИ**

**Актуальність проблеми.** Події, пов'язані з російською агресією проти нашої держави, анексією Криму, окупацією частини Донецької та Луганської областей, породили біль, трагедії, злами долі тисяч малолітніх громадян України. На їхнє життя вже випали такі випробування, які й дорослим важко здолати. Це – діти загиблих чи покалічених військовослужбовців, діти, які бачили війну на власні очі. Це діти, які залишилися без батьківської турботи, сироти, діти, які отримали каліцтво та інші тяжкі захворювання.

Навіть тепер, коли вони виїхали з територій, де відбуваються військові дії, жах війни продовжує їх переслідувати. І це вже інша субкультура. Психологічні травми можуть залишитися з ними на все життя. Є ризик, що діти надалі проявлятимуть себе як жертви або агресори. Переживання страху впливає на світовідчуття в цілому, на шкалу цінностей, на здатність до навчання, до розвитку, на те, як вони надалі будуватимуть свої стосунки з іншими людьми, створюватимуть сім'ї та виховуватимуть своїх дітей [5, с. 128].

Прихована проблема будь-якої війни у тому, що під час її формуватиметься нове покоління, виховане на цінностях, які актуальні для військового часу. Ця проблема загострюється тим, що на території України впродовж тривалого часу не було повномасштабної війни. Через це декому вона здавалась таким собі цивілізаційним атавізмом. Концепції виховання значною мірою спрямовувались на дітей, які проходять соціалізацію за мирних умов [2]. Наша держава позиціонувала себе як мирна країна, війна сприймалася як відгомін страшних подій минулого і, звичайно, мало хто готувався до надання допомоги дітям, постраждалим у воєнному конфлікті. Лише зараз почали з'являтися публікації, присвячені особливостям роботи з людьми, що отримали травму війни, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) та ін.

За даними сучасних психологічних досліджень, коло людей, що можуть переживати травматичний стрес, є досить широким. До нього входять не тільки безпосередні учасники подій, але і члени їхніх сімей, а також ті, що були поруч з подією, або спостерігали за нею через ЗМІ, або навіть чули розповіді про події. Особливо це стосується дітей з огляду на обмеженість їх життєвого досвіду, вразливість та незрілість дитячої психіки.

Діти, які навіть не були посвячені в суть і деталі подій, можуть спостерігати їх через ЗМІ, бачити страх та розгубленість батьків, чути тривожні або агресивні висловлювання. На дітей можуть вплинути зміни у звичайному перебігу сімейних справ, переїзди або присутність «третіх» осіб у домі. Для дитини непросто зрозуміти, що сталося в родині, місті, країні, що часом призводить до переживання безпорадності і тривоги у великому, незрозумілому світі. Важливо усвідомлювати, що маленька дитина може переживати такі ж сильні почуття з приводу травматичних подій, як і дорослі. У деяких дітей ці переживання можуть виникнути відразу ж після події, у інших – через деякий час. Кожна дитина може реагувати по-різному, навіть якщо це діти з однієї родини. Реакції дітей на травматичні події залежать від «близькості» до події та тяжкості події, емоційного стану, чутливості та характеру дитини, її віку тощо.

Тому, все вищезазначене й зумовило **мету дослідження**, а саме: розкрити соціально-психологічні особливості дітей та дорослих, постраждалих від військових конфліктів, які калічать їх душі і можуть викликати посттравматичний стресовий синдром.

**Результати дослідження.** Психоемоційний стан дітей викликає тривогу у фахівців: психологів, медиків, педагогів та ін. Дослідження, проведене в Донецькій області (жовтень 2014 р.), до якого були залучені 204 дитини, показало, що кількість дітей з порушеннями концентрації уваги, озлобленістю та агресією значно збільшилась. Переважна більшість з них відчувають тривогу і страх. Побоювання крові і неприємних раптових звуків у дітей від трьох до шести років значно перевищує норму. Хлопчики демонструють значно більш вищий рівень страху смерті, а дівчатка – страху болі, в порівнянні з нормою для їх віку.

Таким дітям та їх батькам неодмінно потрібна допомога, щоб пережити цей нелегкий час без наслідків [6]. Психологи констатують, що багато з таких дітей страждають на ПТСР. Цей синдром може проявлятися у вигляді нічних кошмарів, депресії, напруги. Дитина може просто сидіти і багато часу дивитись в одну точку. Інша дитина стає надто агресивною. Фахівці зазначають, що ПТСР неодмінно потрібно лікувати, і найкраще, якщо почати це робити у гострій формі (майже одразу після того, як дитина стала свідком подій, або ж протягом декількох місяців після того, що сталося). Адже, якщо згаяти час, гостра форма перейде в хронічну, і тоді з цією проблемою вже значно важче впоратись [6].

Діти-переселенці, яких війна не торкнулась (сім'ї яких вчасно виїхали із зони АТО) досить часто без проблем адаптуються до нових обставин. Тут багато чого залежить від того, як батьки поведуться в цій ситуації. Якщо хтось з батьків занурюється у вир проблем (потрібно вирішувати багато питань – побутових, фінансових, психологічних), при цьому забувають про сина чи доньку, дитина стає втраченою. На таких дітей важким тягарем навалюються не тільки проблеми розвалу сформованої світобудови, але ще й розривається зв'язок мати-дитина, батько-дитина. Ознакою такої загубленості може бути регрес: наприклад, діти середнього віку починають гратись в ляльки або просять закутати їх в

ковдру. Тобто вимога підвищеного піклування та опіки. В інших дітей це може заглибитись – прояви нудоти, енурезу. Батькам і педагогам психологи радять частіше спілкуватись з дітьми, якомога детальніше відповідати на всі запитання, навіть якщо здається, що дитина ще не доросла до відповідей. Найголовніше, робити це на доступному рівні. Адже у дітей є така особливість: якщо їм не пояснюють чогось, тоді вони вигадують (придумують) самі. І що вже нафантазує дитина – це вже питання невідоме [6].

Батькам, які мають намір допомогти своїм дітям, психологи рекомендують частіше обіймати їх, погладжувати по голові, робити легкий масаж. Адже робота з теплом усуває м'язові зажими, в яких «ховаються» психологічні травми. Частіше потрібно говорити дітям, що батьки їх люблять. Це значно важливіше, ніж будь-яке морозиво чи інші ласощі. Частіше кажіть уголос, що скоро все налагодиться. Всі війни колись закінчуються.

Сьогоднішня ситуація або включає в дорослій людині механізм уникнення (це досить розповсюджений варіант), або навпаки, може збільшити внутрішні ресурси. В момент, коли настає небезпека, загроза життю, спадають всі маски, ментальні конструкції, і ми стаємо такими, якими є насправді. Можуть оголитись цілком інстинктивні реакції, могутня енергія, яка потім трансформується в позитивний конструктив. Суспільство сьогодні змінилось. Війна багатьох з нас згуртувала, чогось навчила, розвернула до справжніх цінностей – це людське життя, здоров'я, допомога один одному та участь [6].

Як зазначають експерти, стрес у дітей формується через нерозуміння подій, що відбуваються. Тому, особлива увага має бути привернена роботі із психікою та раціоналізації процесів соціалізації дітей [2].

Психотерапевт О. Гуковський дає кілька дієвих порад, які допоможуть впоратися зі стресом як і власне активним учасникам подій, так і тим, хто переживає їх далеко від лінії фронту. Зокрема, це: – кожен має знайти своє місце у цій ситуації. Найпростіша порада – це взаємозв'язок з іншими. Спільне проведення часу, але бажано з користю. У цивільному житті – займатися волонтерством, наприклад, плести разом маскувальні сітки. Треба перестати вірити в месію, який прийде і все зробить за нас. Зверніть увагу на тих, хто поруч з вами і потребує підтримки, зателефонуйте рідним і близьким.

Є теорія, що кожен, аби почуватися впевнено, повинен **мати хоча б п'ять «безпечних людей»**, на яких можна покластися. Складіть список таких людей. Також можна сформувати список безпечних місць, де вам було добре і куди ви хотіли би повернутися. Важливо максимально використовувати ті ресурси, які приносили раніше радість: спорт, рукоділля, малювання, гра на музичних інструментах. Але займайтеся цим разом із кимось. Є і така проста порада – **12 обіймів у день**. Завдяки взаємодії ми підтримуємо одне одного і самі стаємо сильнішими [1].

Зараз є шанс отримати нові навички спілкування та сформувати нові стосунки. І, напевно, тільки тоді ми зможемо побудувати суспільство, до якого прагнемо, а не яке травмоване. Звідси виникає запитання **«Як зцілити травми суспільства, спричинені війною?»** Відповідь на цю проблему намагаються знайти українські психологи; досвід Ізраїлю, Грузії та Німеччини вже використовується для підготовки фахівців. За словами Олени Чуйко, раніше українські психологи орієнтувалися на психоаналітичний підхід, але нині йдеться про психологію соціальної травми, травми соціальної дії: «Це означає, що

травмовано не окремого індивіда, а все суспільство загалом. І методи нашої роботи розповсюджуються на допомогу суспільству в цілому. Це цілісний контент, він стосується певних установок, настроїв, на які ми теж впливаємо і які ми формуємо. Ми розуміємо, що нам потрібно орієнтуватися на реальний запит (внутрішньо переміщені особи, діти загиблих військових, сім'ї військовослужбовців тощо), тому і розпочалася наша співпраця з Центром розвитку компетентності в педагогіці травми. Ми вирішили зробити спільний проект: наука плюс практика, практика роботи з травмованою дитиною», – зазначає вона [4].

**Висновки.** Діти інколи переживають психологічну травму через смерть близьких, розлучення батьків, аварії, пожежі, землетруси та інші природні й соціальні катаклізми. Однак тільки війна, бойові дії травмують таку велику кількість дітей, які потребують допомоги широкого кола фахівців. Дітям, які пережили психологічну травму, досить важко зрозуміти, що з ними сталося. Це пов'язано, насамперед, з їхніми віковими особливостями: їм не вистачає соціальної, фізіологічної та психологічної зрілості. Дитина не в змозі повністю усвідомити зміст того, що відбувається – вона просто запам'ятовує ситуацію, свої переживання в цю мить. Її сприйняття дійсності стає хаотичним, безладним, починає відзначатися плутаниною, втрачається «структура світу» в якому дитина живе [3].

Становлення повноцінного громадянина, здатного захищати свої права в умовах гіпертрофованої популяризації насилля та поляризації громадської думки, можливо, поки що виглядає не найнагальнішим питанням. Особливо в умовах, коли у війні уже загинули тисячі українських громадян, у тому числі й діти. Але стратегічно, – саме від вирішення вектору соціалізації значною мірою залежатимуть майбутні прийнятні моделі соціальної поведінки, а відповідно – майбутнє нашої держави.

#### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Брик А. Тернопільський психотерапевт: «Якби усі уявили, що кожного дня вмирають світи, то кинули б зброю і розійшлися». URL: <http://nday.te.ua/ternopilskyj-psyhoterapevt-yakby-vsi-uyavyly-scho-kozhnoho-dnya-vmyrayut-svity-to-kynuly-b-zbroyu-i-rozijshlysia/>
2. Діти війни: дослідження проблем дитинства в Україні за умов військової агресії. URL: <http://uire.org.ua/doslidzhennya/1738/>
3. Допомога дітям, постраждалим внаслідок воєнного конфлікту: Довідник вихователя дошкільного навчального закладу / Н. В. Пророк, С. А. Гончаренко, Л. О. Кондратенко та ін., за ред. Н. В. Пророк. Слов'янськ: ПП «Канцлер», 2015. 84 с.
4. Педагогіка травми: в Україні готують спеціалістів для подолання дитячих травм. URL: <http://www.dw.com/uk/педагогіка-травми/a-38784198>.
5. Сіткап В. І. «Покоління Z»: субкультурна парадигма [Text] / В. І. Сіткап // Materials of proceedings of the International Scientific and Practical Congress «Mind technologies: Science», the 31th of March, 2017, Geneva (Switzerland) / Publishing Center of the European Association of pedagogues and psychologists «Science», Geneva, 2017, P. 120–130.
6. Шклярская О. Дети и война: «Они убили мои сказки». URL: <http://racurs.ua/649-voyna-deti>



*Наукове видання*

**ПСИХОСОЦІАЛЬНА ПІДТРИМКА ОСІБ З ТРАВМОЮ ВІЙНИ: МІЖНАРОДНИЙ  
ДОСВІД ТА УКРАЇНСЬКІ РЕАЛІЇ**

Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції

**Мови: українська, англійська, німецька, російська**

*Відповідальність за зміст, точність поданих фактів, цитат, цифр, прізвищ несуть  
автори матеріалів.*

**Відповідальний  
за випуск**

**А. Р. Никифоренко**

**Комп'ютерна  
верстка**

**Г. С. Ляшова**

---

Підписано до друку 01.03.2018. Формат 60×84<sup>1</sup>/<sub>16</sub>. Папір фінський.  
Друк офсетний. Обл.-вид. арк. Наклад 100 прим. Замовлення №.

---

Донецький державний університет управління  
87513, м. Маріуполь, вул. Карпінського, 58