

1. СОЦІАЛЬНА РОБОТА З ЛЮДЬМИ ПОХИЛОГО ВІКУ. І. Б. Іванова (9)
Київ. Університет «Україна». 2023. URL:
https://uu.edu.ua/upload/Nauka/naukovi_vydannia/ivanova_i_b_socialna_robota_z_ludmi_pohilogo_viku.pdf (дата звернення: 10.04.2024).
2. ЕМОЦІЙНІ ПРОБЛЕМИ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ ЯК ПРЕДМЕТ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ: РЕГІОНАЛЬНИЙ АСПЕКТ. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики.* (94) 2017. URL:
<http://soctech-journal.kpu.zp.ua/archive/2017/73/10.pdf>
3. ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ Олена Балдинюк (13)
https://library.udpu.edu.ua/library_files/soc_robota_soc_osvita/2018_1/5.pdf

Катерина Олійник

*кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціальної роботи і соціальної педагогіки
Хмельницький національний університет
м. Хмельницький*

НАРАТИВНА ТЕРАПІЯ ДЛЯ РОБОТИ З ЖЕРТВАМИ ТРАВМАТИЧНИХ ПОДІЙ

Наративна терапія виступає ефективним підходом у роботі з жертвами травматичних подій, зосереджуючись на потенціалі особистих розповідей та їхньому переосмисленні. Вона дозволяє людям переоцінити свої внутрішні сили і ресурси, відновлюючи контроль над власним життям. Використовуючи методи екстерналізації (дистанціювання від проблеми), аналізу наслідків, реконструкції нарративу, а також роботи з зовнішніми свідками, наративна терапія створює безпечний простір для поділу та переосмислення особистих історій. Такий підхід не лише сприяє емоційному зціленню, але й підтримує розвиток особистісного зростання та покращення якості життя жертв травм.

Ключові слова: *наративна терапія, методи, принципи, підходи, травматичні події.*

Постановка проблеми у загальному вигляді. У сучасному суспільстві, де люди стикаються з різноманітними формами травм виникає нагальна потреба в ефективних методах психотерапії, що допомагають цим особам

відновитися та повернутися до повноцінного життя. Проблема полягає у тому, що травматичні події можуть глибоко вплинути на ідентичність особи, її самопочуття та здатність функціонувати в повсякденному житті. Традиційні методи лікування іноді не забезпечують достатньої ефективності у відновленні особистісного нарративу та упорядкуванні життєвого досвіду. Таким чином, виникає потреба у розробці та впровадженні таких підходів до лікування, які б зосереджувалися не лише на симптомах, але й на зміцненні внутрішніх ресурсів особи, її ідентичності та спроможності самостійно реінтерпретувати та інтегрувати свій досвід у власну життєву історію.

Наративна терапія пропонує такий підхід, дозволяючи особам відновити контроль над власними історіями та переосмислити травматичний досвід, перетворюючи його на історію виживання та особистісного зростання. Однак для повного розуміння потенціалу наративної терапії у роботі з жертвами травм необхідно детальніше вивчення її методів, технік та ефективності в різних контекстах та з різними категоріями клієнтів.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів. Наративна терапія є психотерапевтичним підходом, що акцентує на важливості особистісних історій та наративів у формуванні ідентичності людини та її відносин із світом. Цей підхід особливо ефективний у роботі з жертвами травматичних подій, оскільки він дозволяє переосмислити та реінтегрувати травми, зміцнюючи внутрішні ресурси та сприяючи відновленню. Соціально-психологічна робота, як складова професійної практики, може активно впроваджувати наративну терапію для підтримки клієнтів у подоланні травматичних подій та сприяння їхньому психологічному та емоційному відновленню [1, с. 30].

Наративна терапія базується на ключовому принципі відокремлення особистості від її проблем, підкреслюючи ідею, що сама людина не є проблемою, але проблема існує окремо, що допомагає клієнтам

відокремити себе від травматичних переживань і сприяє процесу лікування. У фокусі наративної терапії лежить робота психолога, психотерапевта, соціального педагога з клієнтом над створенням альтернативного, більш позитивного наративу життєвого досвіду, що включає переосмислення пережитих подій, виявлення і мобілізацію внутрішніх ресурсів і сил. Це підхід дозволяє особам, що пережили травму, переписати свої історії таким чином, аби відновити почуття контролю та автономії над власним життям, зменшуючи тим самим домінування та вплив травматичного досвіду. Таким чином, наративна терапія стає потужним інструментом в руках клієнтів, надаючи їм засоби для відновлення контролю над власним життям та підтримки їхнього психологічного благополуччя [2, с. 65].

Методи наративної терапії забезпечують цілісний підхід до лікування, починаючи з зовнішнього пошуку. Цей процес передбачає ідентифікацію та *відокремлення проблеми від особистості клієнта*, допомагаючи особі розуміти, що проблеми є зовнішніми обставинами, а не невід'ємною частиною її самої. Таким чином, клієнти навчаються не ідентифікувати себе зі своїми труднощами, а бачити їх як зовнішні виклики, з якими можна ефективно працювати та керувати. Це сприяє відновленню почуття контролю та особистісної агентності, дозволяючи клієнтам активніше брати участь у своєму лікувальному процесі та знаходити творчі шляхи подолання труднощів [1, с. 32].

Аналіз наслідків дає змогу глибше зрозуміти вплив травматичних подій на життєвий досвід людини, виявляючи способи зменшення їх шкідливого впливу та повернення контролю над власним життям. Цей процес включає не лише розпізнання і визнання цього впливу, але й активний пошук стратегій та ресурсів для посилення власної стійкості та спроможності до саморегуляції. Він сприяє глибшому розумінню взаємозв'язків між особистим досвідом та загальними життєвими

орієнтирами, дозволяючи особі переоцінити власні переконання та цінності з метою позитивних змін [3, с. 297].

Реавторизація або реконструкція наративу мотивує клієнтів створювати нові версії своїх життєвих історій, акцентуючи на внутрішніх ресурсах, стійкості та здатності подолати труднощі, дозволяючи їм поглянути на минуле через призму сили та оптимізму [2, с. 66].

Робота з зовнішніми свідченнями, де учасники можуть в безпечній та підтримуючій атмосфері ділитися своїми особистими історіями, відіграє важливу роль у процесі лікування та взаєморозуміння. Такий підхід дозволяє людям висловлювати свої переживання, відчувати емпатію з боку інших та визнання власного досвіду, що сприяє емоційному зціленню. Водночас, слухаючи розповіді інших, учасники навчаються розумінню та емпатії, розширюють уявлення про різноманіття людського досвіду і поглиблюють своє розуміння загальнолюдських цінностей і викликів [3, с. 299].

Ці методи разом формують потужний психотерапевтичний інструментарій у сфері психотерапії, психології та соціальної роботи, який дозволяє особам, що пережили травму, переосмислити своє життя та відновити почуття власної цінності та життєвої мети.

Дослідження в галузі наративної терапії вказують на її значну ефективність у лікуванні посттравматичного стресового розладу (ПТСР), при цьому клієнти відзначають не лише зменшення симптомів ПТСР, але й значне збільшення самооцінки та почуття особистісної сили та контролю над власним життям [3, с. 300]. Окрім того, особи, що проходять через наративну терапію, повідомляють про покращення у міжособистісних відносинах, включаючи більшу відкритість та здатність до емпатії, а також про підвищення здатності ефективно впоратися з життєвими викликами та стресом. Ця психотерапевтична практика у контексті соціально-психологічної роботи дозволяє клієнтам не просто переосмислити та реінтерпретувати свої травматичні події, але й активно відновлювати

власну історію життя, обираючи сценарії, які підкреслюють їхню силу, витривалість та здатність до особистісного зростання, що в свою чергу сприяє глибшому психологічному відновленню та покращенню якості життя [3, с. 300].

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямку. Дослідження впливу наративної терапії на осіб, які пережили травматичні події, відкриває нові можливості для психотерапії, психології та соціальної роботи. Наративна терапія допомагає людям переосмислити та реінтегрувати травматичний досвід, тим самим сприяючи їхньому відновленню та особистісному зростанню.

Висновки дослідження вказують на значення *індивідуалізованого підходу в наративній терапії* (який враховує досвід кожної особи, дозволяючи індивідуалізувати лікування та сприяючи більш глибокому розумінню власної історії) та на *важливість методів* (які надають клієнтам змогу відновити контроль над своїм життям). Також підкреслюється роль соціальної підтримки через *групові сесії*, які створюють простір для спілкування та взаємодопомоги.

Подальші дослідження можуть зосередитися на інтеграції наративної терапії з іншими психологічними та терапевтичними методами, адаптації підходів для різних культур та розвитку цифрових інструментів для забезпечення ширшого доступу до лікування. Вивчення довгострокового впливу наративної терапії на життя та благополуччя жертв травматичних подій допоможе зрозуміти стійкість результатів лікування та потенційні адаптації методу. Застосування наративної терапії у роботі з жертвами травматичних подій має великий потенціал у підтримці осіб, що пережили травму, дозволяючи їм відновити власну ідентичність та побудувати нове, позитивне майбутнє.

Список використаних джерел

1. Карсканова С. В. Використання наративу як методу соціально-психологічної діагностики особистості. *Науковий вісник ХДУ. Серія Психологічні науки*. 2019. № 1. С. 30-35.

2. Ключко С. Наратив як засіб перетворення травматичних досвідів. *Теорія і практика управління соціальними системами*. 2023. № 4. С. 65-75.

3. Fatahi N., Bardideh M., Talebi Bahman Biglou R., Gholami Z., Akbarinejad M. & Hoshyar N. The Effectiveness of Narrative Therapy on Reducing Behavior Problems and Improving Self-Perception in Students. *J Child Ment Health*. 2021. Vol. 7, No 4. P. 297-312.

Жанна ПЕТРОЧКО

*доктор педагогічних наук, професор,
професор кафедри соціальної педагогіки та соціальної роботи,
Київський столичний університет імені Бориса Грінченка*

Олена БАЧУРИНА

*здобувачка другого
(магістерського) освітнього рівня за спеціальністю
231 «Соціальна робота»
м. Київ*

АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ НАДАННЯ ПОСЛУГ ДЛЯ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНІМИ ПОТРЕБАМИ ТА ЇХНІМ БАТЬКІВ У ЦЕНТРАХ РОЗВИТКУ ДИТИНИ

Автори наголошують на актуальності діяльності центрів розвитку дитини (ЦРД) в Україні, що зумовлена необхідністю покращити ефективність раннього розвитку дітей, і особливо тих, хто має особливі освітні потреби. Відзначено, що ЦРД пропонують широкий спектр послуг, в т. ч. освітню, реабілітаційну та консультативну допомогу дитині та її батькам, прагнуть оптимізувати освітні результати та соціальну інтеграцію дітей з особливими освітніми потребами. Однак визначено, що існує значна прогалина щодо оцінки потреб батьків дітей з особливими освітніми потребами у таких центрах.

***Ключові слова:** центри розвитку дитини, особливі освітні потреби, інклюзивна освіта, методи оцінювання, соціальна адаптація.*

Критично важливою є ефективна підтримка раннього розвитку дитини, оскільки це фундамент для її майбутнього успіху. Відтак, батьки все більше акцентують увагу на зусиллях, пов'язаних зі сприянням і удосконаленням інтелектуального, емоційного та соціального зростання дитини, підготовці її до навчання в школі. Особливого значення це питання набуває для дітей, які мають особливі освітні потреби.

У Законі України «Про охорону дитинства» наголошено, що кожна