

## **ОСОБЛИВОСТІ РОБОТИ ПСИХОЛОГА З СІМ'ЯМИ ЗІ СХОДУ УКРАЇНИ**

Нині попит на практикуючих психологів зростає з боку величезного розмаїття соціальних практик. Він сам сьогодні стає активним учасником усіх перетворень. Які відбуваються в суспільстві. Практична психологія пронизує свідомість людей і майже кожна людина розуміє, що у найскрутніші періоди свого життя вона може звернутися до професіонала – практикуючого психолога за психологічною допомогою.

Україна сьогодні переживає досить складні часи і це безперечно відбивається на сім'ї, особливо на тій, яка за відомих причин на сході країни, часто змінює місце проживання. Люди за своїм статусом є біженцями, тимчасово переміщеними особами. Зрозуміло, що це є величезним випробуванням для кожної такої сім'ї, для кожного її члена і, особливо, для дітей. Посиленої уваги потребують діти дошкільного віку, які знаходяться у своєму «ніжному, золотому часі життя» [2] – першому періоді дитинства, у часі, коли формується особистість людини, складається певна картина світу, вимальовується модель поведінки тощо.

Ці діти за своїм статусом є «діти війни», які пережили психотравму – бачили війну (агресію, насилля), знаходилися в середовищі насильства. Все це красномовно вказує, що вони та їх батьки, які, до речі, не бачили в своєму дитинстві, на відміну від своїх дітей, війну, потребують якісної психологічної допомоги, адже вони стискаються і ще зі складним завданням – адаптації на новому місці проживання.

Як бачимо, сьогодні, сучасна сім'я як соціальний інститут, яка переїхала у безпечні регіони країни, потребує постійної уваги,

психологічного супроводу. Наголосимо, що сім'я, як малий соціум, найважливіше розвивальне середовище для дитини, як соціальний інститут аналізується в працях багатьох науковців (А. І. Антонова, Т. А. Гурко, А. Г. Харченко та ін.). Особливу увагу такій проблемі, як сімейне неблагополуччя, її дезадаптацію вивчали М. А. Галагузова, А. Й. Капська, Н. Ю. Максимова, В. В. Солодовніков та ін. Явища психотравми у дітей під час війни на сході країни вивчають такі вчені, як Г. Р. Дубровинський [1], І. С. Литвиненко [4], Д. Калшед [3] та ін.

У сучасних умовах дедалі все більшої і більшої актуальності набувають питання психологічної та психолого-соціальної роботи з такою категорією сімей. Діти – найвразливіша категорія, оскільки, трагічні події істотно порушують весь подальший хід їхнього психологічного розвитку, впливають на подальше життя. Психолог, працюючи із сім'ями зі сходу країни, повинен враховувати, що дорослі і діти по-різному переживають, інтерпретують, сприймають ситуацію, події, що виникли в їхньому житті. Діти, за певних обставин, можуть легше і швидше вийти із ситуації ніж дорослі, адже відомо, що дитяча психіка більш пластична і навіть загибель одного із батьків (обох) дитина може пережити легше, ніж дорослі.

Працюючи із сім'ями із сходу країни, психолог здійснює індивідуальний підхід до кожної такої сім'ї, оскільки кожна сім'я має своє «обличчя», до кожного її члена, враховуючи віковий, фізичний, психічний розвиток, стан фізичного, психічного здоров'я, важкість отриманої психотравми, силу переживання травматичного досвіду, ступінь вольового контролю емоційних реакцій тощо.

Особливу увагу необхідно приділяти і тому, що отримана психотравма часто руйнує уявлення дитини про життя, його цінність, знижує довіру до світу, до людей. Дитина втрачає відчуття, що людина, оточуючий світ, життя – це цінність, що світ в якому вона живе – безпечний, справедливий. На сьогодні вже є певні матеріали – психологічна допомога дітям, які спрямовані на поновлення цілісної картини світу у свідомості цієї категорії

дітей, сприйняття життя, як найвищої цінності для людей [4], хоча їх замало, враховуючи їх значущість та кількість постраждалих дітей від військової агресії на сході країни.

Завважимо, що робота із сім'ями зі сходу є важкою, тривалою і кропіткою, оскільки вони зазнали подвійну і навіть потрійну психотравму: війна, часто загибель близької людини, переїзд на нове місце проживання (для жінок, у яких загинув чоловік, часто є проблемою продовжувати жити повноцінним життям, вибудовувати нові стосунки, виховувати дитину, знайти себе в професії на новому місці тощо).

Наслідки психотравми проявляються в різних сферах життєдіяльності людини, а саме на емоційному, когнітивному поведінковому рівнях, супроводжується переживанням внутрішньої дисгармонії. В такій ситуації, дуже часто, дорослі члени сім'ї «занурюються» в своє горе, «забуваючи» про дитину, яка потребує уваги, любові, розуміння з боку рідних людей. В результаті порушується емоційний зв'язок між дорослими і дітьми, спостерігається відсутність індивідуальних ресурсів для подолання психотравми.

Одне з завдань психолога – допомогти пережити кожного з членів сім'ї, повернути кожного до нормального рівня функціонування, здатності до саморегулювання. Ефективна психологічна допомога подолання наслідків впливу психотравми можлива лише при комплексному підході, який об'єднує різні методи, спрямовані на психологічну підтримку таких сімей, допомогу кожному члену сім'ї повернутися до нормального життя, відновленню почуття безпеки та упорядкуванню картини світу, який відкриває людині множину можливостей для самореалізації, розкриттю своїх потенціалів.

Перспектива вищезазначеного викладеного матеріалу: розробка грантового проекту «Психологічна допомога членам сімей загиблих воїнів ООС».

## Література

1. Дубровинський Г. Р. Діти війни: дослідження явища психотравми під час військової агресії в Україні / Г. Р. Дубровинський // Український психологічний журнал. – 2016. - № 1. – С. 16-25.
2. Зеньковский В.В. Психология детства / В. В. Зеньковский ; отв. ред. и сост. П.В.Алексеев. - М. : Школа-Пресс, 1996. - 336 с.
3. Калшед Д. Внутренний мир травмы. Архитипические защиты личностного духа / Д. Калшед. – М. : Академический проект (Психологические технологии), 2017. - 368 с.
4. Литвиненко І. С. Підводні рифи життєвих ситуацій / І. С. Литвиненко. – Миколаїв, 2019. – 471 с.