

ІГРИ ПІД ЧАС ВІЙНИ ДЛЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

У зв'язку з війною на території України та виникненням складної соціально-політичної ситуації гостро актуальною стає психологічна допомога сім'ям, зокрема, дітям, які отримали психічну травму внаслідок воєнних подій.

Діти – дзеркало емоційних реакцій батьків, дорослих, що поруч. Що впевненіше поведуться батьки, то захищеніше почуватимуться діти. Під час психотравматичних подій батькам потрібно пам'ятати, що для дитини дуже важливо отримувати від батьків підтримку подібну до настання стресогенних чинників. На думку психологів (Л. Виготський, А. Маслоу, Ч. Спілбергер) «дитина як найбільш чутлива частина соціуму піддається різноманітним негативним впливам» [1, с. 24–30].

Коли в житті дітей трапляються психотравмуючі події, такі як війна – це болючий досвід, який непросто інтегрувати дитячій психіці, – за належної підтримки багато дітей можуть впоратись із цим досвідом

Гра – це «форма спілкування дітей, в якій діти мають можливість відтворювати і переосмислювати накопичені образи, висловлювати свої емоції та почуття. Також завдяки грі діти можуть подолати негативні емоції через позитивне завершення ситуації. В ігровій терапії зазвичай використовуються наступні ігри: дихальні ігри, нетрадиційні техніки малювання (з підручних предметів), корекційні ігри для зниження рівня тривожності; ігри, спрямовані на зменшення тривоги та страху; психогімнастичні вправи, психологічні ігри та вправи з метою повернення рівня безпеки» [3].

Як дорослим, так і дітям важливо заземлятися. Діти можуть малювати образи землі, гори, будинки, веселки, розмальовувати каміння, мрію. Хорошими матеріалами для арт-терапії будуть: фломастери, пастелі, глина, пластилін, олівці. Це також гарний час для пізнання нового: в'язання, вишивання, приготування їжі, допомога іншим [2].

Психологічні вправи та ігри для дітей та їх рідних, направлених на розвивання комунікативних навичок, вміння конструктивно переживати емоції, на зниження рівня страху, на зняття м'язової напруги, на розвиток емоційного комфорту кожної дитини:

- Заспівайте разом пісню, відбиваючи ритм ложкою чи іншим предметом.
- Читання дитячих книг.
- «Відгадайка». Спільно відгадуйте один про одного.
- «Моє ім'я» – відгадуємо як звати дитину.
- «Пелюстки троянди» – самопрезентація.
- Знайдіть щось незвичайне у звичних предметах навколо вас.
- Історія. Разом із дитиною складаємо спільну казку речення за

реченням по черзі.

- Один, два, три – фігуро, завмри!
- «Ловець снів» – повісити біля місця, де дитина спить.
- Заспокійливе дихання. Метод повітряної кульки.
- Рвати папір, а потім зібрати з уривків колаж.
- «Подушка» – вибиваємо з подушки пил.
- «Пазли» – розміщення їх у всіх частинах кімнати.
- «Навпаки» говорити слова навпаки, не записуючи їх.

Важливу роль у координації психологічного стану дитини після пережитої травми відіграє психологічна робота всієї родини, оскільки одним із наслідків травми є руйнування стосунків між дитиною та батьками і порушення взаємовідносин між ними.

Основними завданнями психологічної корекції в ігровій діяльності є: «допомога дітям усвідомити себе, свої сильні та слабкі сторони, труднощі та успіхи; зміна відношення до травмуючої ситуації; зменшення напруги та агресивної поведінки в процесі гри» [1].

Під час ігрової діяльності діти дошкільного віку опановують різноманітні ігрові навички, вони спрямовані на отримання емоційних та пізнавальних надбань.

Дитячі ігри займають одне з провідних місць в соціальному формуванні дитини. Вони стають інструментом діагностики і самодіагностики, що дозволяє легко виявити наявність психологічних проблем.

Список використаних джерел

1. 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.
2. Журавко Т. В. Психологічна підтримка дітей під час війни. *Věda a perspektivy*. № 4(11). 2022. С. 177–187.
3. Ігри під час війни: як допомогти дитині почуватися в безпеці. URL: <https://biloruska.foundation/ihry-pid-chas-vijny-iaak-dopomohty-dytyni-rochuvatysia-v-bezpetsi/> (дата звернення: 01.04.2023).

Ростислав Залізняк

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ УМІНЬ І НАВИЧОК ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ЗАКЛАДІВ ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ ОСВІТИ

Світові тенденції ринку праці та перспективи розвитку економіки України зумовлюють зростання потреби у фахівцях для обслуговування високотехнологічних виробництв, зміну їхніх функцій, підвищення вимог до професійної майстерності, технологічної культури та продуктивності