

Актуальні питання діяльності працівників психологічної служби ЗДО у 2023/2024 н.р.

Наразі Україна переживає складну ситуацію, пов'язану з багатьма чинниками. Найбільш руйнівною ситуацією є повномаштабне вторгнення російської федерації в Україну, що спричиняють значне нервово напруження, тривожні стани, страхи, розчарування, що, в свою чергу, негативно впливають на психологічне здоров'я людини. Адже війна виснажує нас фізично та психічно. Попри те, що наша психіка здатна адаптуватися під будь-які складнощі, кожен день бойових дій у нашій країні пережити надзвичайно складно.

Найбільш вразливими та чутливими до переживань дорослих, до інформації, яку чують на вулиці, із ЗМІ чи отримують у дитячому садочку – є діти. Доросла людина ще може справитися з такою ситуацією, захистити себе від потоку негативних новин, від політичних суперечок і розмов, але для дітей подібні життєві уроки можуть бути достатньо травмуючими. Знаходячись один на один із потоком новин та чуток, дивлячись на переживання дорослих, діти починають домислювати, фантазувати, у зв'язку з чим відчують реальну загрозу їх життю та життю близьких людей, що може спричинити порушення базової довіри до світу та дорослих, актуалізувати страхи, психосоматичні захворювання, посттравматичні стресові розлади, неврози тощо.

Тому освітнє середовище, в якому перебувають дошкільники в нових соціальних умовах воєнного стану, має бути не лише безпечним, а й інформативним, цікавим, змістовним, стимулювати когнітивний, емоційно-ціннісний та діяльнісно-поведінковий розвиток дітей.

З метою попередження та мінімізації негативних наслідків конфліктних подій на психіку дитини, важливо формувати знання у батьків та педагогів щодо стабілізації психоемоційного стану дітей у теперішніх умовах. Це актуалізує потребу в психологічній допомозі дорослим та дітям, яку мають надавати психологічна служба в цілому і кожен професіонал-психолог зокрема.

Адже **головною метою роботи психолога** в дитячому садку є збереження і зміцнення психічного здоров'я дітей. Роль практичного психолога в закладі дошкільної освіти величезна. В його руках, в буквальному сенсі, психічне здоров'я і гармонійний розвиток дітей, адже більшу частину активного часу вони проводять саме в дитячому садку. Тому, практичний психолог садочку має бути дійсно фахівцем своєї справи і дуже обережно торкатися дитячих душ, щоб їх не зранити.

Залежно від запитів і напрямку роботи практичний психолог в дитячому садку грає різні ролі:

- консультанта, який займає окремий кабінет і при необхідності надає допомогу і дітям, і батькам, і педагогам з питань розвитку дітей;
- роль спостерігача, який відвідує заняття в групах, діагностує дітей і консультує вихователів по роботі з конкретними дітьми;
- активного учасника освітнього процесу, який розробляє програми разом з вихователями, проводить заняття для дітей;
- провідного консультанта з питань організації освітнього, корекційного процесу, покращує роботу вихователів, проводить семінари для педагогічного складу, консультації вихователям;

– дослідника, активного учасника освітнього та корекційного процесів в закладі дошкільної освіти.

На сьогодні завданнями працівників психологічної служби ЗДО залишається пошук дієвих засобів і методів профілактичної, корекційної, просвітницької, розвиткової роботи, проведення заходів, спрямованих на забезпечення в ЗДО оптимальних умов, зокрема таких:

- створення безпечного освітнього середовища, вільного від будь-яких форм насильства та дискримінації, де також реалізуються права дітей з особливими освітніми потребами на освіту, їх соціальна адаптація та підготовка до отримання наступного рівня освіти;
- організація ефективної співпраці з працівниками з питань підтримки психологічного комфорту у ЗДО та забезпечення емоційного благополуччя здобувачів дошкільної освіти;
- підтримка, регулювання і формування здорового соціально-психологічного клімату у педагогічному колективі і закладі в цілому, подолання негативних психологічних наслідків подій;
- налагодження партнерської взаємодії з сім'ями.

Залишається в пріоритеті діяльність практичного психолога ЗДО з:

- налагодження педагогічного партнерства між вихователями ЗДО та вчителями перших класів щодо створення розвивального безпечного середовища (забезпечення наступності між дошкільною та початковою ланкою освіти);
- адаптації дітей до ЗДО в перехідний період, до нових умов середовища, налагодження соціальної взаємодії з вихователями, колективом й закладом;
- формування у дітей старшого дошкільного віку — психологічної зрілості та готовності до навчання у школі (життєві компетентності, мотивація, саморегуляція, вміння спілкуватися, інтерес до пізнавальної діяльності);
- формування в дошкільників свідомого ставлення до власної безпеки, навичок безпечної поведінки в життєвому середовищі;
- супровід дітей з особливостями поведінки, емоційного стану та психічного здоров'я;
- психологічного супроводу дітей із соціально вразливих сімей, сімей, які перебувають у складних життєвих обставинах та їх батьків;
- просвітницько-профілактичної роботи з педагогами, батьками, опікунами з питань порушення прав та інтересів дітей, профілактики насильства в закладі, домашнього насильства, формування ненасильницької моделі поведінки та вирішення конфліктів мирним шляхом;
- психопрофілактики наслідків стресових станів, професійного вигорання;
- профілактики дезадаптації новоприбулих дітей.
- профілактики загострення кризи 3-х років.
- роботи з обдарованими дітьми.
- психологічного супроводу дітей раннього віку.
- покращення психологічного клімату в педагогічному колективі.

З огляду на це, працівникам психологічної служби закладів дошкільної освіти необхідно зосередити увагу на таких нагальних питаннях:

- стабілізація емоційної сфери особистості;
- формування відчуття безпеки, зв'язку з іншими людьми;
- сприяння доступу до соціальної, фізичної та емоційної підтримки;
- формування конструктивних способів вирішення складних життєвих ситуацій у всіх учасників освітнього процесу;
- формування психосоціальної стійкості до стресу;
- запобігання емоційному виснаженню, стресу та панічних атак у батьків і педагогів;
- активізація процесів саморегуляції і самоконтролю педагогів та батьків;
- надання своєчасної соціально-психологічної допомоги потерпілим від військових дій;
- профілактика агресивної поведінки серед дітей в нових умовах навчання та виховання;
- профілактика дискримінації, формування толерантного відношення до тимчасово внутрішньо переселених людей тощо.

Особливу увагу практичним психологам закладів дошкільної освіти, необхідно звернути на питання захисту прав здобувачів освіти від будь-яких видів і форм насильства, оскільки в період воєнного стану, коли вся родина постійно перебуває вдома, кількість випадків насильства може збільшуватися, особливо це стосується дітей із сімей, які опинилися у складних життєвих обставинах.

Батьки та вихователі, спостерігаючи за дитиною, можуть визначити деякі відхилення в її емоційній та поведінковій сферах. На те, в якому стані знаходиться дитина вказує її ігрова діяльність, малюнки, сон, апетит. Через хвилювання у дитини може порушитися сон, зникнути апетит, з'явитися агресія або пасивність та замкненість, страх розлуки з батьками, соматичні розлади, діти можуть здаватися ніби "відсутніми", ставати лякливими тощо. Це зобов'язує всіх дорослих, які оточують дитину, на чолі із спеціалістами, створити всі умови, щоб критична ситуація в країні і будь-які травмуючі ситуації, як найменше вплинула на психіку дитини.

Оскільки зараз дошкільна освіта стоїть на межі реформування, то актуальним постає дотримання принципів наступності та узгодженості освітніх впливів на особистість дошкільника на різних ланках здобуття нею освіти (відповідно положення Стандарту дошкільної освіти та Стандарту початкової освіти).

Саме з цією метою у лабораторії психології дошкільника Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України був розроблений інструментарій оцінювання готовності дитини старшого дошкільного віку до навчання в умовах реформування української школи за допомогою методики «Чарівні перетворення», рекомендований для використання практичними психологами ЗДО. Дану методику слід застосовувати виключно з метою визначення актуального стану сформованих у дитини віком від 5 років 6 місяців соціально-психологічних навичок. КДЗ «Чарівні перетворення» рекомендовано використовувати в період січень – березень року, в який передбачається початок навчання дитини у закладі загальної середньої освіти, тобто за 5-6 місяців до вступу у перший клас Нової української школи. Саме такий проміжок часу вбачається доцільним для ефективного здійснення розвивальних чи корегувальних впливів, якщо у них виявиться потреба. За їх відсутності здобуття дошкільної освіти продовжується без змін

Корекційно-профілактична робота психолога з дітьми. До завдань практичного психолога входить психологічний супровід і підтримка розвитку особистісних ресурсів дитини. І найбільш ефективним методом у роботі з тими, хто пережив травматичні події чи знаходяться в ситуації невизначеності та напруги – є арт-терапія. В одних випадках вона дозволяє зняти емоційну напругу, в інших – відреагувати травматичний досвід та встановити над ним контроль.

Пропонуємо практичним психологам ЗДО використовувати у своїй фаховій діяльності також казкотерапію, як ефективний напрям роботи з дітьми. Адже спроба завести пряму розмову з дитиною, яка переживає тривожну чи кризову ситуацію, нерідко може призвести до її замкнення і втечі від розмови. А слухати історію – це зовсім інша справа. Дитині не читають настанови, її не звинувачують і не змушують говорити про свої проблеми, вона просто слухає розповідь про дівчинку чи хлопчика, таку саму, як і вона чи він. Діти мають можливість дізнаватися щось нове, щось зіставляти і порівнювати без неприємних психологічних наслідків. Завдяки казці вдається створити зону безпеки для малюка. Дитина ототожнює себе з головним героєм, але коли розповідь доходить до болючої теми, стає на позицію спостерігача, таким чином отримавши можливість спостерігати за своїм двійником, не даючи збентеженню взяти гору над розумом. Історії дозволяють дітям відчувати, що вони не самотні в своїх страхах і переживаннях, що інші також переживають те ж саме. Це діє заспокійливо. Дитина позбавляється від комплексу неповноцінності, в неї закріплюється впевненість у собі.

Оскільки психолог в закладі дошкільної освіти працює не лише з дітьми, а й з вихователями, то йому важливо акцентувати їм увагу на тому як правильно подавати інформацію з приводу ситуації в країні, як керувати ігровою і творчою діяльністю дітей з метою зниження психоемоційної напруги. Діти дошкільного віку продовжують відображати у грі все, що відбувається навколо: моделюють доросле життя, конфліктні ситуації, будують барикади, грають у війну, військових, інсценують бійки, стрілянину, поранення, смерть. Зараз ці ігри особливо потрібні дітям, щоб знизити напругу. Особливо важливими є ігри на відреагування агресії: дитина може "озброюватися", нападати або захищатися, бути пораненою або "убитою" в грі. Все це є нормальним способом маленької людини справитися зі стресом.

В умовах сьогодення організація освітнього процесу повинна відбуватися з урахуванням безпекової ситуації за допомогою очної, дистанційної або змішаної форми роботи. Під час запровадження дистанційної форми організації освітнього процесу батьки мають стати партнерами педагогічних працівників. Тобто перша робота має відбутися саме з ними, а вже далі з їхніми дітьми.

Особливу увагу треба звернути на організацію дистанційної освіти дітей з особливими освітніми потребами

В умовах війни практичні психологи мають залишатись бути спроможними повноцінно надавати інформаційні, консультаційні послуги сім'ям, які виховують дітей раннього та дошкільного віку. Саме тому питання організації комунікації з учасниками освітнього процесу знову ж таки залишається ключовим і має здійснюватися з урахуванням локації дітей (вдома, у бомбосховищі, в закладі дошкільної освіти, з батьками, вихователями, опікунами тощо) та орієнтуватися на виконання таких завдань:

- забезпечення необхідною інформацією сімей, які евакуйовані з небезпечних територій і можуть долучитися до освітнього процесу за місцем тимчасового проживання,
- надання інформації щодо використання різних освітніх платформ із безкоштовним доступом до освітніх послуг,
- організація індивідуальних консультацій з метою підтримки дітей та їхніх батьків у тривожному та кризовому стані.
- інформування батьків щодо допомоги дітям у подоланні негативних наслідків травмуючих подій та адаптації до нових обставин їхнього життя.

Задля забезпечення ефективності комунікації з батьками, вихователями й усіма, хто задіяний в освітньому процесі, рекомендовано обрати оптимальні для здійснення кожного конкретного завдання канали комунікації.

Основними формами онлайн-комунікацій залишаються: відеоконференція, форум, чат, блог, електронна пошта, анкетування, соціальні мережі. Ефективними можуть бути розміщені на сайті ЗДО завдання і рекомендації для батьків щодо роботи з дітьми, відповідно до їхнього віку; створення груп із батьками, вихователями, психологами в соціальних мережах Viber, Telegram, WhatsApp тощо для отримання інформаційно-освітніх та психолого-педагогічних послуг; використання електронних платформ Zoom, GoogleMeet, Google Classroom, Microsoft Teams та ін.

Психолог ЗДО по можливості може продовжувати надавати знання та спілкуватись із учасниками освітнього процесу за допомогою мобільних та інтернет-додатків у межах робочого часу. Це значно зменшить соціальну дистанцію між батьками, педагогами, адміністрацією закладу, налагодить ефективну взаємодію, підвищить їх психолого-педагогічну компетентність, зменшить ризик негативних емоцій в учасників освітнього процесу.

Що стосується інформаційної підтримки, то на сьогодні є безліч матеріалів, які можна використати у своїй роботі, зокрема на допомогу практичному психологу, вихователю ДНЗ і батькам дошкільнят, сімейний і дитячий психолог Світлана Ройз разом із UNICEF Ukraine, Міністерством освіти і науки України створили методичну розробку «Іскорки суперсил». Це ляльковий театр із 10 розробленими сценаріями з безпеки, здорового харчування, знаннями про емоції, про світ та країну, тощо. Завантажити сценарії, усі додаткові матеріали та шаблони героїв «Іскорки суперсил» можна з Інтернету за [посиланням](#). Також є й інші матеріали цієї авторки, які ви можете знайти на її фейсбук-сторінці.

Пропонуємо **основні поради**, які може використовувати практичний психолог під час проведення групових чи індивідуальних консультацій, бесід, "круглих столів" з батьками та педагогами **щодо подолання наслідків травмуючих ситуацій**, розширення способів поведінки в напрямку підтримки дитини в сучасних умовах нестабільності та невизначеності.

1. Інформування дитини про події, що відбуваються.

Обов'язково зважати на вік дитини – пояснювати їй зрозумілими словами, без вдавання в подробиці, не більше ніж вона запитує, максимально спокійним, врівноваженим голосом, не використовуючи фрази типу: "тобі цього не зрозуміти", "ти занадто маленький", "підростеш – дізнаєшся". Найголовніші установки, які повинні транслюватися дитині від батьків: "Ти під захистом і опікою, ми поруч,

тобі нічого не загрожує".

Якщо в сім'ї хтось воює, не можна приховувати цю інформацію від дитини. Якщо це зробити, то є великий шанс, що коли вона дізнається правду, то може сприйняти факт приховування, як зраду близьких людей. Це може негативно вплинути на її емоційний стан, довіру до батьків та до світу.

Маленьким дітям можна розповідати про ситуацію в країні за допомогою казок, в яких завжди добро перемагає зло. Це дозволяє дітям зрозуміти, що добрі, сміливі люди, за участі й допомоги інших зможуть перемогти будь-яку ворожу силу.

При дитині не варто дивитися новин, в яких демонструються смерті, вибухи, плач, крики тощо. Якщо так сталося, що дитина стала свідком такої інформації, необхідно ніжно пригорнути її, притиснути міцно до себе і повідомити, що в країні зараз неспокійно, багатьом людям важко, але дорослі справляться із цією проблемою і все буде добре.

2. Надання можливості виходу негативним емоціям.

Дитині не можна забороняти "виплескувати" свої негативні емоції чи агресію. У цьому можуть допомогти такі види діяльності як гра, малювання, ліплення, взаємодія з піском, водою, заняття фізкультурою, танцями, плаванням тощо.

Застосування арт-терапевтичних технік допомагає вивільнити у дітей негативні емоції, агресивні прояви. Це може відбуватись через:

- *Роботу з м'яким матеріалом:* глиною, пластиліном, солоним тістом. За допомогою такого матеріалу дитина демонструє накопичену енергію: ліпить або розминає, стукає по глині кулачком, відриває шматочки від виліпленої фігурки, втирає пластилін у картон чи папір.

- *Малювання на вільну тему*, використовуючи не лише пензлики, а й пальці та долоні. Подібна робота сприяє розслабленню і дає позитивний емоційний заряд.

Старшим дошкільникам можна пропонувати наступні теми для малювання: "Образ", "Щастя", "Дружба", "Злість", "Радість", "Мир" та інші.

Домальовувати на малюнках-пиктограмах (обличчя людини, фігури людей) те почуття чи ту емоцію, яку дитина зараз переживає. Потім вона називає, що це за переживання, чому вона в такому стані та розфарбовує фігурку тим кольором, який відповідає даній емоції.

Приєм "швидке заштриховування". Дітям пропонуються вже готові шаблони чи вони самі створюють малюнок, який енергійно замальовують олівцями.

3. Емоційна підтримка та психологічний комфорт і безпека.

У сім'ї потрібно створити ще більш люблячі стосунки – більше тілесних контактів (обнімання, притискання, погладження, масаж тощо), проведення сімейних свят, традицій, щоб дитина відчувала, що з батьками безпечно.

Ефективними є навіювання установок: "Ми тебе любимо", "Батьки поруч", "Все буде добре", "Ти у безпеці".

Створення оберегу. Психологічна функція оберегу – створення почуття захищеності, впевненості в небезпечній ситуації, зниженні рівня тривоги. Оберіг можна зробити з полімерної глини, солоного тіста, глини, ниток, тканини тощо. Створений спільно з батьками оберіг можна повісити на шию чи покласти в кишеню дитині, формулюючи установку: "Коли нас поруч немає тебе захищає цей оберіг".

Створення янгола. Спільно з дитиною можна створити із паперу янгола чи

гірлянду із янголів та повісити над ліжком, на стіні чи в шафочці в садочку. Сам процес створення янголів дозволить дитині відчувати комфорт, захищеність, безпеку.

"Хатинка для дитинки". Дитина часто шукає притулку в "споконвічно безпечному місці" – ніби повертаючись в утробу матері. Тому корисно робити хатини, будиночки, грати в хованки, прикриватися ковдрою або простиралом.

Прийом "Колихання". Запропонована тілесна практика повертає безпеку і дає дитині енергетичний ресурс. Дорослий сидить на підлозі, обіймає дитину, яка сидить перед ним за спину, обхватує її ногами і руками. В такій позі, трохи погойдуючись, шепочемо щось приємне і спокійне на вушко.

4. Дитина – підростаючий громадянин своєї держави.

Складні часи активізують милосердя, взаємодопомогу, альтруїзм – ті моральні якості особистості, які ми хочемо виховати у своїх дітей. Саме зараз є така можливість на реальних прикладах і в реальному житті заохочувати прагнення дитини приносити користь оточуючим та підтримувати нужденних. Зростаюча особистість повинна стати "частиною процесу" – можна долучати дитину до зустрічей з бійцями, малювати малюнки воїнам, допомагати переселенцям одягом, грошима, їжею, запрошувати в гості дітей, які постраждали від військових дій і т. п.

Отже, психолог може рекомендувати і педагогам, і батькам у своїй діяльності бути уважнішими до дітей, дуже обережно й виважено обирати як способи й методи власної саморегуляції в період нестабільності, так і самих методів підтримки дітей.

І не забувати, що у цей непростий час варто підтримувати себе, рідних та близьких. Це життєво необхідно для того, щоб зберегти здоров'я – фізичне та психічне.

Інформаційні ресурси щодо психологічного супроводу всіх учасників освітнього процесу закладу дошкільної освіти під час війни

1. [Психологічна допомога для дітей від Світлани Ройз](#)
2. [Діти повертаються до садка](#)
3. [Вебінар О. Байер «Психологічна підтримка дитини у гострому та посттравматичному стресовому стані»](#)
4. [Ігри дітей для \(ре\)адаптації в садочку](#)
5. [Заняття з психологом на зняття страху сер.вік](#)
6. [Олени Завгородня Консультація практичного психолога «Кольорові камінці»](#)
7. [Олени Завгородня Консультація практичного психолога «Пісочна терапія»](#)
8. ГО «Підтримай дитину»: «Психологічна підтримка дітей в умовах військових дій»
9. Як подолати стрес та попередити емоційне вигорання
10. ГО «Підтримай дитину»: «Психологічна підтримка учасників освітнього процесу в умовах воєнних дій»
11. [Цикл вебінарів](#) за підтримки дитячого фонду ООН ЮНІСЕФ у співпраці з ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти» Міністерства освіти і науки України та громадською організацією «Ла Страда-Україна»

12. [Рекомендований безоплатний курс](#) для освітян «Перша психологічна допомога учасникам освітнього процесу під час і після завершення воєнних дій».
13. [Рубрика «Сучасне дошкілля під крилами захисту»](#)
14. [Поради з надання першої психологічної допомоги людям, які пережили кризову подію](#)
15. [Поради від експертів ЮНІСЕФ «Як підтримати дітей у стресових ситуаціях»](#)
16. [Інформаційний комікс для дітей «Поради від захисника України»](#)
17. ["НУМО розвивальні ігри"](#)
18. [Як заспокоїти дітей під час війни](#)
19. [Як подбати про дитину, якщо ви знаходитесь з нею в укритті](#)
20. [Фізична та психологічна безпека дітей під час війни. Як діяти батькам, щоб вберегти дитину?](#)
21. [Як підтримати дитину, якщо ви опинились у зоні активних бойових дій](#)
22. [Ресурси позитивного батьківства від ЮНІСЕФ «П'ять мов у спілкуванні з дитиною»](#)
23. [Підтримка батьків та дітей під час війни](#)
24. Психологічна допомога для дітей. [Психологічна турбота від Світлани Ройз - YouTube](#)
25. [Як надавати першу психологічну допомогу <https://moz.gov.ua/article/news/rekomendacii-z-psihiologichnoi-do-mogoi>](#)
26. [Як підтримати дітей у часи невизначеності та стресу. Поради від ЮНІСЕФ](#)
27. [Як допомагати дітям у замкненому просторі](#)
28. Онлайн-садок НУМО – спільний проєкт ЮНІСЕФ та Міністерства освіти і науки України. [Розвивальні відеозаняття для дітей 3-6 років](#)
29. [Казкотерапія в роботі психолога. Вебінар](#)
30. [Психосоматика у дітей і дорослих. Вебінар.](#)
31. [Арт-методи в кризових інтервенціях з дітьми. Вебінар.](#)

Підготувала:

Надія Мерена, методист
НМЦПССР ТОКІППО