МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Київський національний університет імені Тараса Шевченка
Факультет психології
Кафедра соціальної реабілітації та соціальної педагогіки

На правах рукопису

Соловйова Анфіса Миколаївна

ФОРМУВАННЯ ПІДТРИМУЮЧИХ СТОСУНКІВ В СИСТЕМІ «ДОРОСЛИЙ-ДИТИНА» В ПРОЦЕСІ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ З ВИМУШЕНО ПЕРЕМІЩЕНИХ СІМЕЙ

Кваліфікаційна робота
на здобуття освітнього ступеня: бакалавр
за спеціальністю 231 «Соціальна робота»
галузі знань 23 Соціальна робота
за освітньо-професійною програмою «Соціальна педагогіка»
Рівень вищої освіти: перший

Науковий керівник:
Доцент кафедри соціальної реабілітації та соціальної педагогіки,
Кандидат психологічних наук, доцент
Удовенко Юлія Миколаївна

Допустити до захисту в ДЕК
Кафедра соціальної реабілітації та соціальної педагогіки
Завідувач кафедри соціальної реабілітації та соціальної педагогіки
доктор педагогічних наук, професор
Чернуха Н.М.

_____
(підпис)

Київ – 2023

ЗМІСТ

ВСТУП 3
РОЗДІЛ І ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОЦЕСУ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ВИМУШЕНО ПЕРЕМІЩЕНИХ СІМЕЙ З ДІТЬМИ 7
1.1 Підходи до визначення поняття «соціальна адаптація» 7
1.2 Особливості соціальної адаптації вимушено переміщених сімей з дітьми 11
1.3 Вплив дорослих на соціальну адаптацію дітей з вимушено переміщених сімей 15
ВИСНОВКИ ДО ПЕРШОГО РОЗДІЛУ 18
РОЗДІЛ ІІ ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПІДТРИМУЮЧИХ СТОСУНКІВ МІЖ ДОРОСЛИМИ ТА ДІТЬМИ В ПРОЦЕСІ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ 19
2.1 Характеристика бази дослідження, та вибірки 19
2.2 Результати опитування батьків 25
2.3 Результати опитування фахівців Центру 33
ВИСНОВКИ ДО ДРУГОГО РОЗДІЛУ 39
РОЗДІЛ ІІІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ БАТЬКІВ ЩОДО СПРИЯТЛИВОЇ ВЗАЄМОДІЇ З ДІТЬМИ ПІД ЧАС СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ 42
3.1 Рекомендації для стабілізації стану батьків 42
3.2 Рекомендації батькам щодо підтримуючої взаємодії з дітьми в ситуації вимушеного переїзду 45
3.3 Організація та проведення тренінгового заняття для батьків по навчанню ефективному та ненасильницькому спілкуванню з дітьми 48
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ 50
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ 51
ДОДАТКИ 56

ВСТУП

Актуальність досліджуваної проблеми. Однією з незахищених груп населення , яка підпадає під вплив надзвичайних ситуацій є діти. Вони дуже чутливі до подій,які змінюють сталість, надійність і безпеку їхнього оточення. Масштабні заворушення або гострі військові конфлікти можуть суттєво порушити нормальне життя дітей. З одного боку,діти відчувають реальні тривогу,страх і відчай,викликані їхнім безпосереднім оточенням,а з іншого - їхні механізми подолання цих сильних емоцій не завжди працюють ефективно,оскільки самі дорослі ще не повністю оговталися від них. Діти, переселені з сім’ями або без них із районів, які постраждали від гострого військового конфлікту, піддаються впливу низки додаткових стресових факторів,включаючи зміну місця проживання,зміну звичного кола друзів,невпевненість у завтрашньому дні та невизначені перспективи повернення до знайомого середовища. Травматичний досвід може впливати на когнітивні процеси,моделі поведінки, міжособистісні стосунки,самооцінку та загалом на світогляд.

Для дітей, які вимушено переміщені в нове фізичне та соціальне середовище, сім’я є надзвичайно важливою групою, оскільки це, по суті, єдине соціальне середовище, де, по-перше, існує виражена психологічна близькість до дитини, по-друге, змінило місце проживання разом із дитиною, по-третє, має подібний життєвий досвід переживання травматичних подій із дитиною. Тому система стосунків у сім'ї та їх емоційне забарвлення є важливим фактором адаптації дітей після переїзду.

Діти переживають такі ж стреси,пов'язані з переїздом,як і дорослі,але саме дітям доводиться стикатися з багатьма іншими проблемами. Труднощі адаптації внутрішньо переміщених дітей часто пов'язані з браком уваги з боку дорослих членів сім'ї. Батьки,зайняті питаннями матеріального забезпечення сім'ї,зменшують час для сімейного спілкування. Дітям доводиться брати на себе сімейні обов'язки,які не були характерні для них до переїзду. Однак

найголовніше,що після переселення часто розривається психологічний зв'язок між батьками і дітьми.

Психологічні особливості вимушено переміщених сімей, їх дітей, особливості адаптації та підтримки в новому соціокультурному середовищі є предметом досліджень сучасних українських науковців. Вивченням цього питання займались такі автори як Г.М.Бевз, О.Є.Блинова, Н.П.Бочкор, Е.В.Ворожбієва, Л.А.Грицак, Ю.М.Жданович, Н.О.Марута, І.С.Сьомкіна, Л.Ф.Шестопалова, та інших.

Важливість сімейного середовища для цієї категорії дітей зауважена і в дослідженні К.Б.Левченко, В.Г.Панка, І.М.Трубавіної, де сім'я як і навчальний заклад є основними шляхами адаптації дітей з вимушено переміщених сімей. На їх думку,в ситуації міграції стосунки між батьками і дітьми змінюються в бік зменшення підтримки, збільшення нерозумінь і конфліктів. Це пов'язано з тим, що за віком діти швидше і легше адаптуються до нових ситуацій,ніж їхні батьки. Батькам все важче знайти спільну мову з дітьми, які набагато швидше засвоюють норми і цінності нової культури.

Як показують результати наукових досліджень, сім'я неоднозначно впливає на дитину-мігранта. З одного боку, сімейне середовище є ресурсом для дитини, воно надає допомогу і підтримку. З іншого боку, внутрішньо переміщені сім'ї мають низку певних труднощів (фінансового характеру, кризи ідентичності, стрес внаслідок нестабільності), які ускладнюють стосунки з дитиною та призводять до дисфункції дитячо-батьківських стосунків. Тому в процесі соціальної адаптації дітей з вимушено переміщених сімей актуальною стає проблема формування підтримуючих стосунків у системі «дорослий-дитина».

Об'єкт дослідження – соціальна адаптація дітей з вимушено переміщених сімей.

Предмет дослідження – особливості формування підтримуючих стосунків в системі «дорослий-дитина» в процесі соціальної адаптації дітей з вимушено переміщених сімей.

Мета дослідження – проаналізувати особливості формування підтримуючих стосунків в системі «дорослий-дитина» в процесі соціальної адаптації дітей з вимушено переміщених сімей і розробити практичні рекомендації щодо підтримуючої взаємодії дорослих з дітьми для формування їх життєстійкості.

Згідно з метою поставлено такі завдання:

1. Проаналізувати теоретичні підходи до проблеми соціальної адаптації вимушено переміщених сімей з дітьми та формування підтримуючих стосунків в системі «дорослий-дитина».
2. Емпірично дослідити особливості підтримуючих стосунків між дорослими та дітьми в процесі соціальної адаптації з боку батьків.
3. З'ясувати бачення фахівцями особливостей підтримуючих стосунків зі сторони дорослих щодо дітей в процесі їх соціальної адаптації.
4. Розробити практичні рекомендації щодо підтримуючої взаємодії дорослих з дітьми у процесі соціальної адаптації дітей вимушено переміщених сімей.

Методи дослідження:

Теоретичні – аналіз, синтез, систематизація, узагальнення наявних теоретичних положень з досліджуваної теми

Емпіричні – опитування батьків та фахівців Центру в онлайн-формі

Експериментальна база дослідження: сучасний центр «Надії та відновлення» благодійного фонду Save Ukraine.

Апробація отриманих результатів теоретичного аналізу: результати теоретичного аналізу у вигляді тезового матеріалу були представлені на XXV

Міжнародної конференції молодих науковців "Проблеми особистості в сучасній науці" 20-21 квітня 2023 р. м. Київ.

Структура наукової роботи: складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаної літератури, додатків.

РОЗДІЛ І ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОЦЕСУ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ВИМУШЕНО ПЕРЕМІЩЕНИХ СІМЕЙ З ДІТЬМИ

1.1 Підходи до визначення поняття «соціальна адаптація»

Наше життя – це вир постійних змін і деякі з них застають нас зненацька і вимагають зміну звичного ритму життя. Початок повномасштабної війни проти України змусив чимало родин терміново залишити свої домівки і тимчасово переїхати в інші регіони нашої держави або навіть закордон. Труднощі соціального та психоемоційного характеру, пов'язані зі зміною середовища проживання та звичного кола спілкування, загострюють проблеми соціальної адаптації в новому оточенні. Пропонуємо детально розглянути підходи до визначення поняття «соціальна адаптація».

У соціальних науках існує багато визначень соціальної адаптації. У соціально-педагогічному розумінні, адаптація - це пристосування особистості до життя в соціумі згідно його норм і вимог, а також власних потреб та інтересів. Під соціальною адаптацією розуміється здатність або нездатність особистості адекватно сприймати навколишню дійсність, будувати продуктивні стосунки з оточенням, організовувати свій вільний час, гнучко пристосовуватися до середовища та змін у ньому. Пристосування індивіда до умов соціального середовища означає не лише постійну зміну поведінки, а й корегування системи цінностей на норм, які існують у індивіда на даний момент. Таким чином, можна зробити висновок, що соціальна адаптація - це безперервний процес і водночас результат постійного пристосування індивідів до мінливих умов соціального середовища.

Поняття «соціальна адаптація» вперше було введено в науковий обіг американськими соціологами У. Томасом і Ф. Знанецьким на початку XX ст. Під впливом суспільного розвитку зміст адаптації збагачувався, розширювався, набуваючи при цьому різних відтінків значення поняття, що дало можливість

дослідникам розглядати його категорії, класифікувати і виокремлювати компоненти цього явища.

У зарубіжній соціології проблемою соціальної адаптації займався англійський соціолог і філософ Г. Спенсер. Він визначає соціальну адаптацію як постійне підтримання гармонії внутрішніх відносин із зовнішніми. Подальший розвиток наукових знань про поняття"адаптація"та"соціальна адаптація" пов'язаний з такими іменами, як Р.Парк,Т.Парсонс,Е.Шилз,Е.Берджесс,Д.Стюарт,М.Харріста П.Сорокін.

П. Сорокін у зарубіжній соціології тлумачив соціальну адаптацію, її сутність і різновиди через взаємозв’язок з системою ціннісних орієнтацій окремого індивіда і суспільства в цілому, а також із соціальною мобільністю.

Т. Парсонс розглядає соціальну адаптацію через систему «індивід – суспільство» і вважає, що соціальна система являє собою спонтанний результат процесів взаємодії її компонентів [44].

У вітчизняній психолого-педагогічній і соціально орієнтованій літературі також існують різні погляди на зміст поняття «соціальна адаптація». М. Лукашевич, І. Мигович розкривають сутність цього терміну як процес засвоєння індивідом суспільних відносин, норм поведінки й системи цінностей, що існують у певному суспільстві впливають на матеріальні та духовні компоненти середовища [17].

О. Безпалько тлумачить зміст поняття «соціальна адаптація» як процес пристосування індивіда до умов соціального середовища, формування відповідної системи відносин з соціальними об’єктами, інтеграцію особистості в соціальні групи, діяльність, спрямовану на освоєння стабільних соціальних умов, прийняття норм і цінностей нового соціального середовища [2].

На думку А. Лобанової, соціальна адаптація – це комплексний механізм, який координує біологічну, психологічну та соціальну поведінку соціальних

суб'єктів та різні засоби її реалізації з метою пристосування до соціального життя (соціальних відносин, інститутів, структур тощо) та його зміни [16].

На сьогодні дуже актуальним постає питання щодо соціальної адаптації внутрішньо переміщених осіб. Закон України «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб передбачає, що внутрішньо переміщені особи – це громадяни України, іноземці чи особи без громадянства, які на законних підставах проживають на території України та мають право на постійне проживання в Україні, які змушені були залишити місце проживання через небезпечні для життя наслідки збройного конфлікту або тимчасової окупації, насильства, а також негативні наслідки природних або техногенних надзвичайних ситуацій [22].

О. Риндзак вивчаючи соціально-економічну адаптацію вимушено переселених осіб у приймаючих громадах запропонувала власне більш широке тлумачення поняття адаптації. На думку автора, адаптація вимушено переміщених осіб – багатосторонній процес взаємного пристосування, суб'єктами якого виступають мігранти та члени приймаючої спільноти, а також відповідні соціальні інститути.

В. Євтух, який досліджував поняття соціальної адаптації, вважав, що це «процес, за допомогою якого вихідці з інших етнічних спільнот, як правило, новоприбулі, пристосовуються до умов соціального існування в новому середовищі» [7].

Для розгляду проблеми соціально-психологічної адаптації вимушених переселенців дослідник А. Налчаджян використав термін переадаптація, що розглядається як процес перебудови особистості при фундаментальних змінах умов життя в результаті надзвичайних ситуацій.

В. Гриценко, досліджуючи адаптацію вимушено переміщених осіб у новому соціокультурному середовищі наголошує що природа соціально-психологічної адаптації полягає у поєднанні стабільності (збереження

ідентичності, тотожності організму самому собі) та мінливості (усвідомлення нового стану), що здійснюється на рівнях способів його взаємодії з середовищем та адаптивних механізмів.

Таким чином, можемо узагальнити, що соціальна адаптація виступає процесом активного пристосування особистості до умов соціального середовища. Результатом соціальної адаптації є соціальна адаптованість особистості, яка залежить від того, наскільки людина в існуючих умовах діяльності набула тих особистісних якостей і опанувала певними соціальними ролями, щоб мати можливість задовольняти свої потреби. Якщо говорити про соціальну адаптацію внутрішньо переміщених осіб, то розуміємо її як процес,під час якого внутрішньо переміщені особи пристосовуються до умов нового соціального середовища,формують відповідну систему взаємовідносин з приймаючою громадою,інтегруються в соціальні групи нового поселення та приймають норми і цінності нового суспільства.

1.2 Особливості соціальної адаптації вимушено переміщених сімей з дітьми

Особливо чутливою, соціально незахищеною верствою населення серед вимушено переміщених осіб є діти, та сім'ї з дітьми. Соціальна адаптація вимушено переміщених сімей є складним процесом, який включає в себе різноманітні виклики і вимагає часу, ресурсів та зусиль як з боку переміщених сімей, так і з боку держави, громади та соціальних служб, що надають підтримку і допомогу.

Одним із найважливіших аспектів соціальної адаптації є забезпечення належних умов життя: реєстрація, харчування, житло, соціальне забезпечення, догляд за дітьми, медичне обслуговування, працевлаштування й забезпечення певного рівня життя родини для догляду і виховання дітей. Для цього можуть бути використані різні ресурси, такі як громадські служби, благодійні організації та програми допомоги від держави.

Проте вимушено переміщені сім'ї в нових умовах проживання стикаються не лише з труднощами, пов'язаними з правовим статусом, працевлаштуванням і побутовими справами, а й з кардинальними змінами умов життя, адаптацією до нових ідеологій, формування відповідної системи взаємовідносин та рольової поведінки у суспільстві, інтеграцією у нові кола соціальної взаємодії та малі групи, їхні норми і цінності. Цей процес супроводжується ризиком емоційного стресу, станів депривації та ізоляції. Кожен член сім'ї переживає критичні ситуації з урахуванням індивідуальної реакції на проблему. У той же час сім'ї зосереджують свою енергію на вирішенні найнагальніших проблем, а значить, не можуть протягом тривалого часу приділяти увагу, здавалося б, менш важливим проблемам, які можуть спалахнути в сім'ї в будь-який момент.

Значна кількість сімей, що стали вимушеними переселенцями не розуміють, що з ними буде відбуватися надалі. Вони не знають, чи вони

повернуться за певний час додому, чи будуть вимушені переїхати ще в якесь інше місце. І навіть сім’ї, які вже мають стабільну роботу на новому місці переселення, мають постійне житло, тобто, орієнтовані на остаточний переїзд і знаходять для цього всі можливості, через отриману травму втратили можливість довіряти новому соціальному простору.

Соціальна адаптація вимушено переміщених сімей з дітьми є складним і багатогранним процесом, який може включати наступні кроки:

1. Ознайомлення з новим місцем: важливо, щоб сім'я мала можливість познайомитися з новим місцем та визначити, які можливості воно надає.
2. Забезпечення основних потреб: важливо, щоб вимушено переміщені сім'ї отримували необхідну медичну допомогу, харчування та житло.
3. Організація соціальної підтримки: сім'ї можуть отримувати емоційну і практичну допомогу від родичів, друзів, соціальних служб та інших громадських організацій.
4. Пошук роботи: робота може допомогти вимушено переміщеним сім'ям забезпечити свої основні потреби та знайти своє місце в новому середовищі.
5. Навчання мові та культурі, що допоможе їм краще інтегруватися в нове середовище.
6. Розвиток соціальної мережі: важливо, щоб сім'ї мали можливість знайомитися з новими людьми та входити в соціальні мережі, що допоможе їм знайти нових друзів та підтримку.

Також підтримка та допомога з боку громади та місцевих організацій значно полегшує процес входження в нову культуру. Такі організації можуть допомогти з орієнтацією в новому середовищі, надати допомогу з навчання мови та культурних звичаїв, а також створити можливості для соціальної взаємодії та знайомств.

Варто також зазначити, що здатність вимушено переміщених осіб добре адаптуватися залежить від вибору стратегії адаптації. Їх може бути дві: Активна (людина включена у процес налагодження та перетворення свого життя) і пасивна (залишається у ролі стороннього спостерігача змін). При цьому ступінь адаптованості визначається не тільки рівнем активності суб'єкта та здатністю реалізовувати оптимальні стратегії подолання кризової ситуації, а й можливими наслідками психологічної травми, оскільки вимушене переміщення внаслідок воєнного конфлікту можна розглядати як критичну або екстремальну ситуацію, оскільки вона створює загрозу життю та здоров'ю людей. Вітчизняні дослідники (Т. Титаренко, Б. Лазоренко) виділяють такі позитивні стратегії подолання кризових ситуацій:когнітивні (розуміння, оцінка та усвідомлення ситуації), емоційні (контроль емоцій,спрямування своїх думок в позитивне русло) та поведінкові (залучення до діяльності, спілкування з друзями)[15],[40].

Основні рекомендації щодо соціальної адаптації вимушено переміщених сімей з дітьми включають наступні:

1. Забезпечити доступ до освіти: головною рекомендацією для соціальної адаптації є забезпечення доступу до освіти для дітей:навчання допомагає знайти нових друзів та інтегруватися в нове середовище

2. Підтримка соціальних зв'язків: для соціальної адаптації дітей важливо мати можливість зберігати та розвивати соціальні зв'язки. Це може бути досягнуто через участь у спортивних командах, клубах та інших групах, що відповідають інтересам дитини.

3. Підтримка родини: важливо, щоб вимушено переміщені сім'ї мали можливість створювати нові родинні зв'язки та розвивати існуючі. Це можна досягти через участь у родинних заходах та активностях.

4. Підтримка ментального здоров'я: варто забезпечити підтримку ментального здоров'я для дітей та дорослих у вимушено переміщених сім'ях. Це може включати надання доступу до консультування, психотерапії та ін.

Отже, можна зробити висновок, що основним завданням соціальної адаптації є допомога дітям та їхнім сім’ям відчути себе комфортно та безпечно в новому середовищі, знайти способи інтеграції в місцеву громаду та збудувати нові соціальні зв’язки.

1.3 Вплив дорослих на соціальну адаптацію дітей з вимушено переміщених сімей

Те, як діти реагують на труднощі кризи, залежить від їх віку та рівня розвитку. Це також залежить від того, як батьки, опікуни та інші дорослі ставляться до них і один до одного. Зазвичай діти краще справляються з кризою,якщо їх оточують сильні, спокійні дорослі. Діти та підлітки демонструють ті ж реакції дистресу, що й дорослі (такі як відсутність відповіді, агресія, уникнення та заперечення). Вони відображають норму реакцій на події,що відбуваються навколо.

Дорослі можуть впоратися з ситуацією самостійно. Діти потребують підтримки і присутності дорослих, які допоможуть їм подолати кризу та адаптуватися до нових умов. Стабільне та безпечне середовище дозволяє дітям рости з віком. В умовах війни або вимушеного переміщення цей процес переривається. І щоб його відновити,необхідно цінувати безпеку та емоційну стабільність,насамперед на рівні сім'ї. Тільки близькі,довірливі стосунки з дорослими,відповідальними за існування дитини,можуть дати їй справжнє відчуття безпеки.

Як зазначає у своїй статті Аліша М. Хардман, дослідниця сімейної стійкості Університету Міннесоти, батьківський стрес має тенденцію впливати на виховання дитини. У стані стресу батьки можуть ставати менш чуйними та ніжними до своїх дітей. Це може мати негативні наслідки для дитини,включаючи почуття відторгнення ,низьку самооцінку,агресивну поведінку та соціальну ізоляцію. Дослідження в галузі дитячої психології показують, що діти будь-якого віку потребують захисту, турботи та підтримки батьків. Дитина потребує послідовності у повсякденному житті і важливо, щоб повсякденне життя було захищеним і передбачуваним.

Члени сім’ї, батьки й опікуни – першочергове джерело захисту та емоційної підтримки для дітей. Дорослі можуть захистити дітей у важкі

часи,виявляючи турботу,заспокоюючи їх і допомагаючи зрозуміти,що відбувається. Родинна гармонія може допомогти зменшити тривожність дітей і водночас забезпечити їхню безпеку. Важливою, а подекуди визначальним і для дитини, і для дорослих є батьківська компетентність, яку можна використати для подолання наслідків травмування дитини війною та підтримки. Заохочення гарної поведінки допомагає дитині справлятися з ситуацією якнайкраще та допомагає батькам забезпечити їх безпеку.

Дорослий впливає на соціальну адаптацію дітей вимушених переселенців на різних рівнях, включаючи:

- Психологічний рівень: дорослі допомагають дітям зрозуміти їх емоції та впоратися зі стресом, пов'язаним з переселенням;вони можуть надати підтримку та позитивні моделі поведінки, щоб допомогти дітям відчувати себе комфортно та знаходити способи адаптуватися до нового середовища.
- Культурний рівень: дорослі ознайомлюють дітей з культурними особливостями нового середовища та показують, як адаптуватися до нових звичаїв та традицій. Це може включати навчання мови, культурним обрядам та відвідування місцевих заходів.
- Соціальний рівень: дорослі допомагають дітям вимушеним переселенцям знайти нових друзів та встановлювати соціальні зв’язки, а також засвоювати соціальні норми нового середовища.
- Освітній рівень: дорослі сприяють в отриманні освіти та освоєння нових навичок. Крім того, вони забезпечують доступ до інших ресурсів, таких як бібліотеки і культурні центри.

Однак, дорослі також можуть мати негативний вплив на соціальну адаптацію дітей вимушених переселенців, якщо вони демонструють негативне ставлення до мігрантів або інших культур. Це може призвести до формування негативних стереотипів та відчуття відторгнення у дітей.

Отже, важливо, щоб дорослі, які оточують дітей вимушених переселенців, були позитивними прикладами та надавали підтримку в адаптації до нового середовища. Це може допомогти дітям почуватися більш комфортно та успішно інтегруватися у нове середовище.

ВИСНОВКИ ДО ПЕРШОГО РОЗДІЛУ

Соціальна адаптація - це процес пристосування індивіда до соціального середовища, в якому він проживає. Цей процес може включати в себе здатність пристосуватися до нових соціальних норм, цінностей, стандартів поведінки, традицій і культур, що притаманні певній групі або спільноті. Соціальна адаптація є багатоаспектним та багатоетапним процесом, який потребує часу та зусиль.

Соціальна адаптація може бути особливо складною для вимушено переміщених сімей з дітьми, так як вони зазнають стресу, травми та невпевненості у зв'язку зі зміною місця проживання і втратою звичного середовища. Успішна соціальна адаптація вимушено переміщених сімей з дітьми передбачає ряд особливостей, які допоможуть зменшити стрес та позитивно вплинуть на їхнє психічне здоров'я та добробут, серед яких: стабільне та безпечне середовище, підтримка з боку громади, надання психологічної підтримки, збереження зв’язку з рідними та друзями та ін.

Під час вимушеного переселення діти можуть відчувати стрес та тривогу у зв'язку зі зміною життя та середовища. Для багатьох дітей це може бути першим досвідом життя в новому місці, з новими людьми та новими культурними нормами. Дорослий може мати значний вплив на соціальну адаптацію дітей вимушених переселенців. Ключовим фактором в цьому процесі є емоційна підтримка та допомога, яку дорослі можуть надавати дітям.

РОЗДІЛ ІІ ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПІДТРИМУЮЧИХ СТОСУНКІВ МІЖ ДОРОСЛИМИ ТА ДІТЬМИ В ПРОЦЕСІ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ

2.1 Характеристика бази дослідження та вибірки

Нами було організовано та проведено емпіричне дослідження на базі сучасного центру «Надії та відновлення» благодійного фонду Save Ukraine – осередок для внутрішньо переміщених осіб, де дорослі і діти можуть видихнути, відновити сили і адаптуватися до нових реалій після пережитого. Сьогодні тут знайшли прихисток 500 людей, з яких 317 – діти, життя яких назавжди змінила війна.

Перед початком проведення емпіричного дослідження нами було проаналізовано роботу даного центру, програма якого розрахована на 3 місяці. У цей час команда професіоналів дбає про родину, забезпечує її всім необхідним, підтримує та супроводжує на початку нового життя. Сім'ї можуть отримати різні види допомоги:

- Гуманітарну – продукти харчування, одяг, постільна білизна, предмети особистої гігієни
- Медичну – діти проходять медичне обстеження в «Охматдит»
- Юридичну – відновлення документів, оформлення довідок ВПО та консультація з питань матеріальної допомоги
- Соціальну – консультування з питань розвитку кар’єри та працевлаштування
- Психологічну – індивідуальні консультації з психологами та тренінги подолання травми

До роботи в центрі залучені волонтери-психологи, логопеди, дефектологи та фахівці інших профілей. Соціальні працівники та юристи працюють з дорослими мешканцями. Це спрямоване на те, щоб батьки могли розвивати здорові сімейні стосунки, працевлаштовуватися та доглядати за дітьми після

перенесеного стресу. З цією метою за кожною сім'єю закріплюється кейс-менеджер, який розробляє індивідуальний план відновлення.

Наше емпіричне дослідження складалось з двох частин: опитування батьків та опитування фахівців Центру.

В процесі виконання 1 частини емпіричного дослідження нами було проведено анкетне опитування з метою дослідити особливості підтримуючих стосунків між дорослими та дітьми в процесі соціальної адаптації з боку батьків.

Опитувальник містив питання відкритого типу та питання з вибором декількох відповідей, і був поділений на блоки:

Блок 1 – Реакції дитини на травматичну подію та вимушене переміщення

Блок 2 – Роль найближчого оточення в підтримці дитини під час переїзду

Блок 3 – Роль найближчого оточення в підтримці дитини на новому місці проживання

Блок 4 – Види підтримки, які необхідні дітям (моральна, психологічна, соціально-педагогічна, медична, матеріальна)

Блок 5 – Необхідні батьківські навички для надання підтримки дітям

Нами було розроблену авторську анкету для батьків, яка містила 14 питань (3 з яких – стандартні) (додаток 1). Процедура дослідження включала: процес опитування батьків, обробку та опрацювання отриманих результатів, якісний та кількісний аналіз показників дослідження, графічне їх зображення.

Відповідно до першого блоку були сформовані такі питання:

- Як відреагувала ваша дитина на вимушений переїзд з рідної домівки до нового місця проживання через бойові дії – які саме реакції та поведінку проявляла? Виберіть одну або декілька відповідей.

- Як реагує Ваша дитина на новому місці проживання – які саме реакції та поведінку проявляє? Виберіть одну або декілька відповідей.

Відповідно до другого блоку було сформоване таке питання:

- Хто і яким чином підтримав дитину у ситуації вимушеного переїзду?

Відповідно до третього блоку було сформоване таке питання:

- Хто і що заспокоює вашу дитину на новому місці проживання?

Відповідно до четвертого блоку були сформовані такі питання:

- Яка ще підтримка необхідна зараз вашій дитині?
- Якщо дитині потрібна емоційна підтримка, уточніть з яких саме питань потрібна допомога і хто її може надати?
- Якщо дитині потрібна психологічна підтримка, уточніть з яких саме питань потрібна допомога і хто її може надати?
- Якщо дитині потрібна соціально-педагогічна підтримка, уточніть з яких саме питань потрібна допомога і хто її може надати?
- Якщо дитині потрібна медична підтримка, уточніть з яких саме питань потрібна допомога і хто її може надати?
- Якщо дитині потрібна матеріальна підтримка, уточніть з яких саме питань потрібна допомога і хто її може надати?

Відповідно до п’ятого блоку були сформовані такі запитання:

- Яка вам, батькам, необхідна допомога і від кого, щоб ефективно підтримати свою дитину/своїх дітей в ситуації вимушеного переїзду?

Поряд з цим, була розроблена авторська анкета для фахівців центру «Надії та відновлення» благодійного фонду Save Ukraine (додаток 2). Мета опитування полягала у з'ясуванні бачення фахівцями особливостей підтримуючих стосунків зі сторони дорослих щодо дітей в процесі їх соціальної адаптації. Участь в опитуванні взяли 10 працівників Центру (кейс-менеджери (4 особи), психологи(3 особи), керівництво центру(директор та адміністратори(3 особи)).

Процедура дослідження включала: процес опитування фахівців центру, обробку та опрацювання отриманих результатів, якісний та кількісний аналіз показників дослідження.

Опитувальник містив питання відкритого типу і був поділений на блоки:

Блок 1 – Роль батьків або осіб, які їх замінюють у процесі соціальної адаптації дітей

Блок 2 – Складнощі батьків щодо підтримки своїх дітей в ситуації вимушеного переїзду та фактори, що перешкоджають встановленню підтримуючих стосунків

Блок 3 – Розпізнавання емоційних сигналів дитини та реакції батьків на зміну поведінки та настрою дітей в ситуації вимушеного переїзду

Блок 4 – Наслідки недостатньої підтримки батьками своїх дітей під час вимушеного переїзду

Блок 5 – Необхідні навички та ресурси для ефективної підтримки дитини в процесі соціальної адаптації

Блок 6 – Потреби батьків у допомозі щодо ефективної підтримки дитини в процесі соціальної адаптації

Відповідно до першого блоку було сформоване таке питання:

- Яку роль відіграють батьки або особи, які їх замінюють в процесі соціальної адаптації дітей? Виберіть одну або декілька відповідей

А) Забезпечення базових потреб

Б) Підтримка емоційного благополуччя

В) Створення безпечного та сприятливого оточення

Г)Допомагають дитині побудувати соціальні зв'язки та взаємодіяти з оточуючими людьми

Д) Надання настанов та порад

Е) Інше _____

Відповідно до другого блоку були сформовані такі питання:

- З якими складнощами зіштовхуються батьки щодо підтримки своїх дітей в ситуації вимушеного переїзду?
- Які фактори можуть перешкоджати встановленню підтримуючих стосунків з боку дорослих у процесі соціальної адаптації дітей?

Відповідно до третього блоку було сформоване таке питання:

- Якими можуть бути наслідки недостатньої підтримки батьками своїх дітей в умовах вимушеного переїзду?

Відповідно до четвертого блоку були сформовані такі питання:

- Як ви допомагаєте батькам зрозуміти потреби та емоції своїх дітей, зокрема якщо діти демонструють неспокій та тривогу?
- Як батьки реагують на зміну поведінки та настрою своїх дітей в ситуації вимушеного переїзду?

Відповідно до п'ятого блоку було сформоване таке питання:

- Якими навичками та ресурсами повинні володіти дорослі, щоб ефективно підтримувати своїх дітей під час вимушеного переїзду?

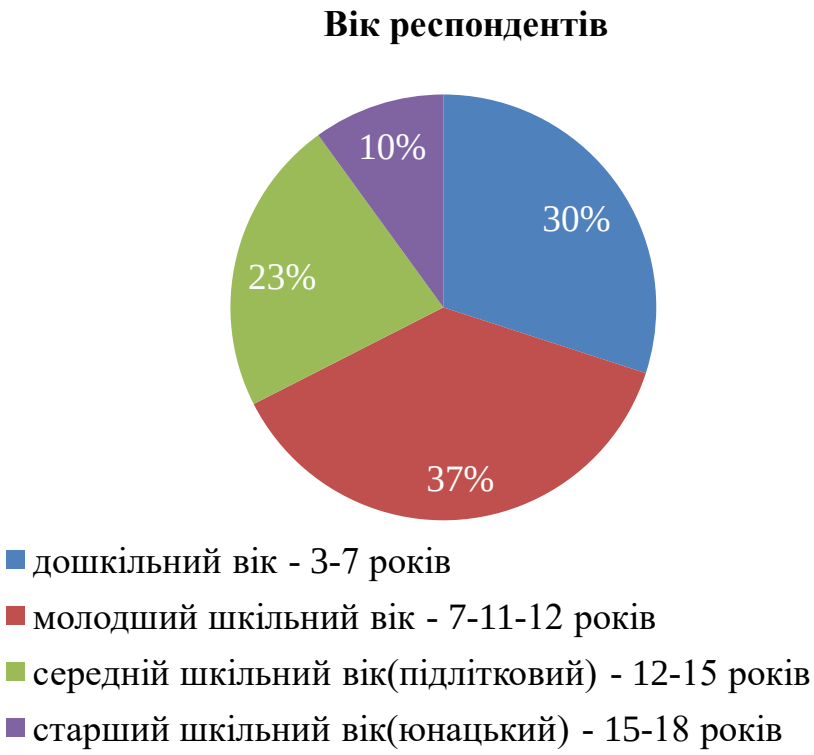
Відповідно до шостого блоку було сформоване таке питання:

- Чи потребують батьки та найближче оточення дітей допомоги щодо ефективної підтримки дитини в процесі соціальної адаптації?Якщо так, уточніть з яких саме питань потрібна допомога?

2.2 Результати опитування батьків

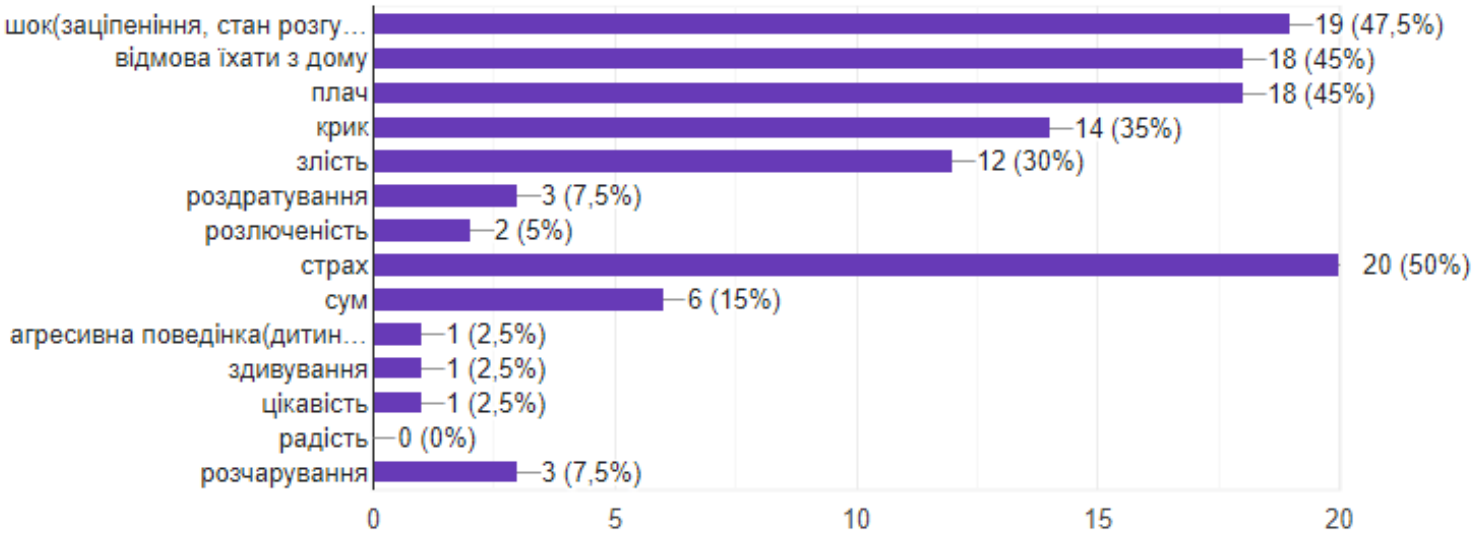
Проаналізуємо результати дослідження.

Більшість респондентів жіночої статі.



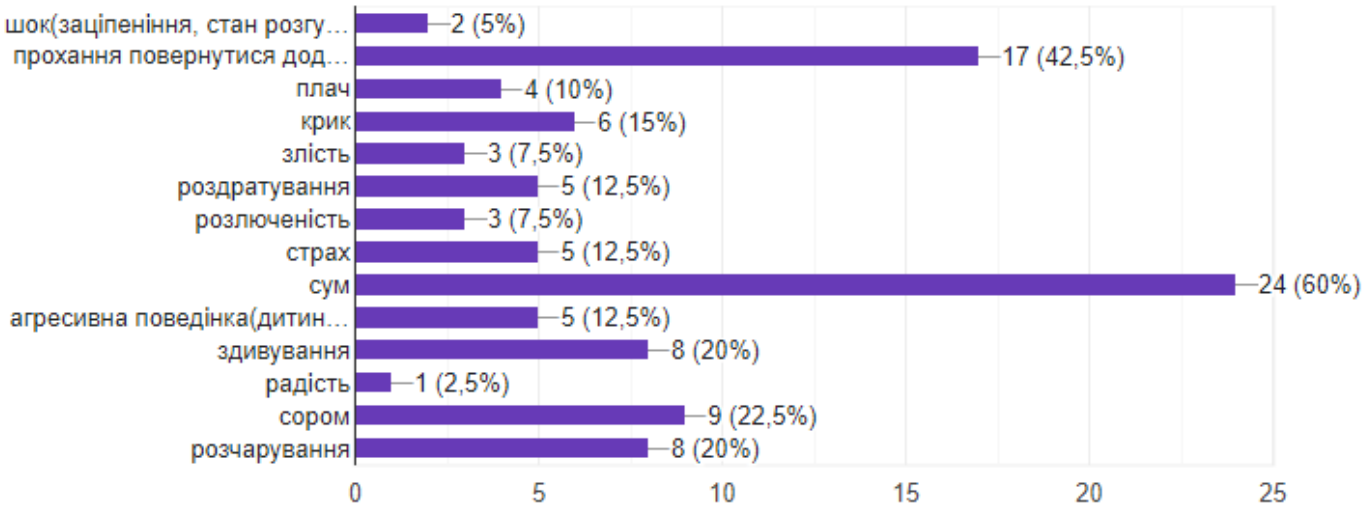
Блок 1

Як відреагувала ваша дитина на вимушений переїзд з рідної домівки до нового місця проживання через бойові дії – які саме реакції та поведінку проявляла? Виберіть одну або декілька відповідей.



Як можемо побачити, найпоширенішими реакціями дітей на вимушений переїзд зі слів батьків були страх (50%), шок(заціпеніння, стан розгубленості) – 47,5%, відмова їхати з дому – 45% та плач - 45%. Звернемо увагу на те, що такі реакції як крик та злість теж займають великий відсоток у відповідях батьків. Такі реакції також є поширеними серед дітей, оскільки прибуваючи на нове місце проживання батьки відчувають полегшення, оскільки покинули рідну домівку через небезпеку для свого життя, натомість діти, які не завжди проінформовані про причини їх переїзду, можуть відчувати злість і роздратування.

Як реагує Ваша дитина на новому місці проживання – які саме реакції та поведінку проявляє? Виберіть одну або декілька відповідей.



Аналізуючи відповіді, можемо зробити висновок, що перебування далеко від свого дому викликає у дітей сум (60%) та посилює бажання повернутись додому (42,5 %).

Блок 2

На питання «Хто і яким чином підтримав дитину у ситуації вимушеного переїзду?» ми отримали такі відповіді:

- «Я як мама - заспокійливими словами, обіймами, поцілунками. Головна фраза : "Я з тобою. Ми разом". Тато підтримав словами по телефону, оскільки іншої можливості не було»
- «Я та мій чоловік, запевнивши, що скоро ЗСУ звільнять окуповані території від нечисті і ми знову повернемось додому. Було дуже багато розмов, але оскільки ми підтримували один одного в моменти, коли "накривало" це допомагало і допомагає підтримувати моральний дух кожного з нас»
- «Бабуся і дідусь, до яких дитина дуже прив'язана, розмовляли з дитиною, пояснювали, відповідали на її питання, розповідали куди їдемо і для чого потрібна ця поїздка»
- « Тітка з дядьком через слова підтримки та обійми пояснювали, що це вимушене рішення через небезпеку для нашого життя».

Аналізуючи отримані відповіді, можемо зробити висновок, що батьки та найближчі родичі пом’якшують силу психічного стресу від вимушеного

переїзду, зменшують тривогу розмовами і ненав'язливим фізичним контактом(обіймами, взяти за руку).

Блок 3

На питання «Хто і що заспокоює вашу дитину на новому місці проживання?» ми отримали такі відповіді:

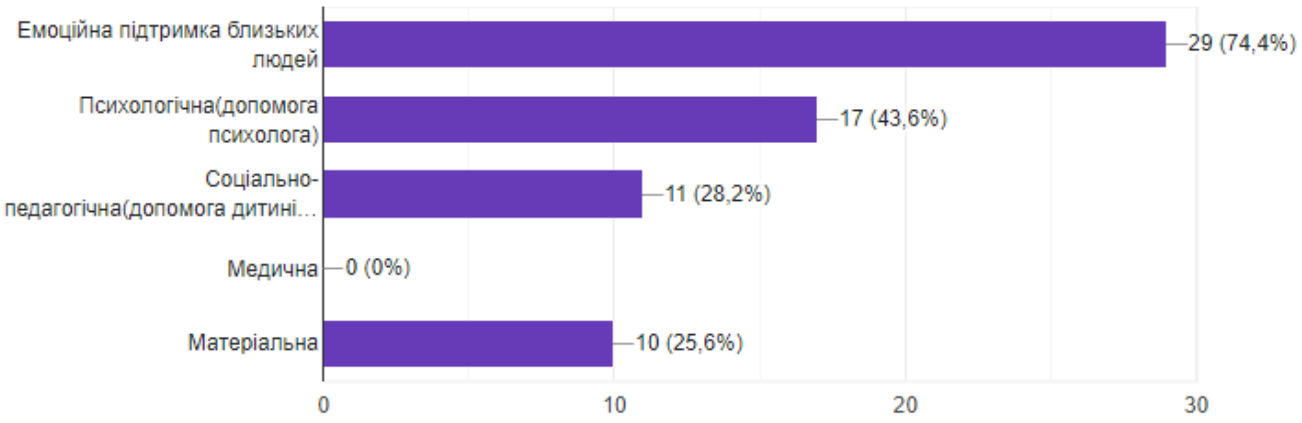
- «Спільне проведення часу моє (мами) з дитиною, а також з родичами, які теж змінювали місце проживання. Спільне проведення часу стосувалося як дозвілля, так і вирішення соціально-побутових питань (купівля продуктів харчування, засобів гігієни, одягу тощо»
- «Близькі люди (ми з татом, і бабуся з дідусем), нові знайомі, друзі, спільне проведення часу з близькими і друзями. Часто говоримо з дитиною про те, що скоро повернемось додому»»
- «Спілкування з однолітками, улюблена іграшка та малювання домівки в Україні»
- «Нові незвичайні друзі, нова культура»
- «Нові знайомства, враження, отримання позитивних емоцій від цікавої діяльності»

Аналізуючи отримані відповіді, можемо зазначити, що основним джерелом підтримки та заспокоєння для дитини є її батьки. Вони викликають у дитини відчуття безпеки та розуміння, що вони разом і подолають усі виклики. Також можемо побачити, що значний вплив виявляють нові друзі, які зменшують почуття самотності та відчуженості та нова культура, яка надає дитині можливості відкрити для себе нові цінності, традиції, історію, що сприяє в свою чергу культурному розвитку та розширення світогляду. Проте з деяких відповідей можемо зрозуміти, що намагаючись заспокоїти дитину словами підтримки і обіцянками скоро повернутись додому, батьки не до кінця усвідомлюють, що відбувається. Адже ніхто не знає на 100%, коли закінчиться війна і люди зможуть повернутись до своїх домівок. Думка про те, що скоро все

стане на свої місця, буде свій дім, своя школа і свої друзі погіршують процес адаптації дитини. Саме тому батьки повинні турбуватись про те, аби їх діти сприймали поточне місце перебування, як місце де вони будуть жити, навчатись, працювати найближчим часом.

Блок 4

Яка ще підтримка необхідна зараз вашій дитині?



На думку респондентів, найголовнішу підтримку, яку може потребувати дитина це емоційна підтримка близьких людей (74,4%). Також беруть до уваги психологічну підтримку від фахівця(43,6%), що свідчить про те, що батьки розуміють , що інколи дітям з різних причин не вдається впоратись з наслідками травматичного стресу і вони потребують професійної допомоги.

Виходячи з того, яку підтримку батьки обрали у питанні «Яка ще підтримка необхідна зараз вашій дитині?», ми запропонували у наступних питаннях уточнити з яких саме питань потрібна допомога і хто її може надати.

На питання «Якщо дитині потрібна емоційна підтримка, уточніть з яких саме питань потрібна допомога і хто її може надати?» ми отримали такі відповіді:

- «Як подолати у дитини почуття самотності та відчуженості?»
- «Син сильно сумує за тими, з ким дружив вдома»;

- «Часто у дитини змінюється настрій, помічаю, що ввечері настрій падає дуже сильно і вона тихенько плаче. Я намагаюсь допомогти, підтримати, але не зовсім виходить, і мені ще гірше стає, бо не можу допомогти власній дитині».

З даних відповідей можемо зробити висновок, що емоційне благополуччя дитини для батьків є дуже важливим, проте в деяких питаннях батьки відчувають себе безпорадними.

На питання «Якщо дитині потрібна психологічна підтримка, уточнять з яких саме питань потрібна допомога і хто її може надати?» ми отримали такі відповіді:

- «Дитина лякається інших людей, навіть якщо ті намагаються спілкуватись з нею дуже обережно. Сподіваюсь, що психолог зможе нам допомогти»
- « Після переїзду у доньки постійний страх та недовіра до оточення, не знаю як це виправити, адже я постійно їй нагадую, що ми в безпеці і можна нікого не боятися»
- «На будь-яку мою пропозицію кудись піти, розважитись, прогулятись, побачити нові місця і з кимось познайомитись – у мого сина тепер все «не хочу». Не знаю, що робити, адже він постійно сидить вдома і став дуже замкнутий»
- «Дуже сильно лякається голосних звуків, їй постійно здається, що то були вибухи»

Аналізуючи відповіді, можемо зробити висновок, що робота психологів з дітьми дійсно може полегшити цей аспект проблеми.

На питання «Якщо дитині потрібна соціально-педагогічна підтримка, уточніть з яких саме питань потрібна допомога і хто її може надати?» ми отримали такі відповіді:

- «Раніше донька вчилась на відмінно, усі вчителі її хвалили. Після нашого переїзду стала менш зосередженою на навчанні, здається, що втратила минулий ентузіазм»
- «Син не може зосередитись на одному виді діяльності»
- «Через вимушений переїзд мої діти пропустили навчання, тож нам потрібен час та додаткові заняття з репетиторами, а для цього нам потрібно якось налагодити взаємодію з адміністрацією школи та вчителями щодо навчального процесу»
- «Моя донька з дитинства захоплюється музикою, і планувала вступати до консерваторії у нашому місті. Після переїзду перестала займатись музикою, вважає, що війна зіпсувала всі плани і тепер навряд чи її мрії здійсняться».
- «Як мама,я б хотіла, щоб в школі мою доньку частіше залучали до певних соціальних заходів, групової роботи, щоб вона знайомилась з новими людьми і отримувала більше вражень, а настрій її покращувався».

Аналізуючи відповіді респондентів стосовно проблем у навчанні, відзначимо, що учням (особливо ті, хто завершує навчання в школі) доводиться змінювати плани щодо подальшого навчання, у них присутня невизначеність щодо свого майбутнього та втрата контролю над своїм життя, що наприклад, для підлітків є одним з найцінніших відчуттів. Війна це забирає. Після переїзду вони, як правило, замикаються та відмовляються від своїх інтересів.

На питання «Якщо дитині потрібна матеріальна підтримка, уточніть з яких питань потрібна допомога і хто її може надати?» ми отримали такі відповіді :

- «У зв’язку з дистанційним навчанням, дитині потрібно сучасний гаджет для виходу в Інтернет. На жаль, наша фінансова ситуація доки не дозволяє забезпечити дитині повноцінне навчання»

- «У моєї дитини є певні прогалини у вивченні математичних наук та англійської мови, які поглибились через те, що вона пропускала уроки, коли ми переїзджали. Для того, щоб вона вчилась нарівні з іншими дітьми в своєму класі, потрібно паралельно покращувати знання з цих предметів, тобто найняти репетитора, на що в нашої сім'ї не вистачає коштів».

Аналізуючи отримані відповіді, можемо зазначити, що більшість відповідей (відповідно потреба в матеріальній підтримці) спрямовані на забезпечення якісної освіти для дітей.

Блок 5

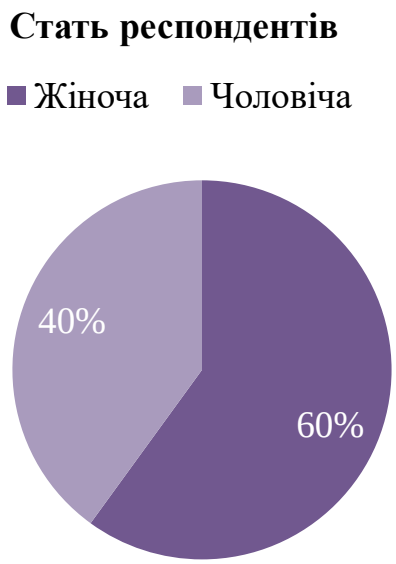
На питання «Яка вам, батькам, необхідна допомога і від кого, щоб ефективно підтримати свою дитину/своїх дітей в ситуації вимушеного переїзду?» ми отримали такі відповіді:

- «Як подолати власні емоційні труднощі?»
- «Як розповісти дитині про те, що відбувається і при цьому її не налякати?»
- «Як знизити рівень тривоги і стресу в дітей?»
- «Як вирішувати конфлікти та непорозуміння, які інколи між нами виникають?»

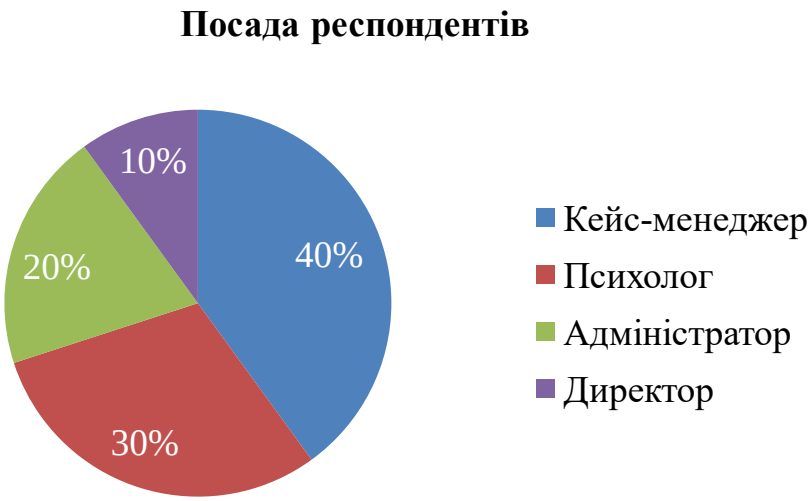
Аналізуючи відповіді на дане питання, можемо зробити висновок, що батьки розуміють на скільки важливу роль відіграє їх власний емоційний стан на стані дитини, тому першочерговим запитом до фахівців є рекомендації щодо стабілізації власного стану. Також досить популярним запитом є тема про те, як говорити з дітьми про війну та як вирішувати конфлікти та непорозуміння, що іноді можуть виникати.

2.3 Результати опитування фахівців Центру

За результатами опитування фахівців центру маємо такі результати:

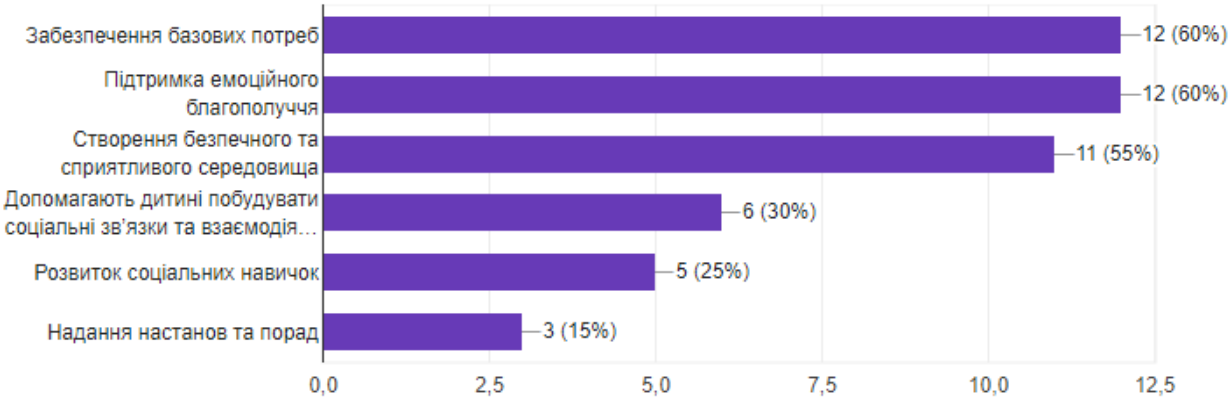


Більшість респондентів жіночої статі.



Блок 1

Яку роль відіграють батьки або особи, які їх замінюють в процесі соціальної адаптації дітей? Виберіть одну або декілька відповідей



Аналізуючи відповіді респондентів, робимо висновок, що батьки або особи, які їх замінюють відіграють ключову роль у забезпеченні базових потреб дитини (60%), підтримці емоційного благополуччя (60%), а також у створенні безпечного та сприятливого середовища (55%) .

Блок 2

На питання «З якими складнощами зіштовхуються батьки щодо підтримки своїх дітей в ситуації вимушеного переїзду?» ми отримали такі відповіді:

- «Самі батьки відчувають певний стрес і тривогу у зв'язку з переїздом, що суттєво впливає на їх здатність надати емоційну підтримку своїм дітям»
- «Батьки можуть не мати необхідних знань та навичок щодо виховання і підтримки своїх дітей, бояться недоцільного спілкування»»
- «Інколи батьки почувають себе винними за переїзд і кардинальну зміну умов життя своїх дітей. Вони зациклюються на тому, що діти будуть страждати через їх рішення покинути рідну домівку».

Аналізуючи отримані відповіді, можемо зробити висновок, що існує ряд проблем, які заважають батькам забезпечувати повноцінну підтримку своїм дітям в ситуації вимушеного переїзду.

На питання «Які фактори можуть перешкоджати встановленню підтримуючих стосунків з боку дорослих у процесі соціальної адаптації дітей?» ми отримали такі відповіді:

- «Батьки, або особи, які їх замінюють – емоційно закриті (не проявляють своїх емоцій, та не звертають увагу на потреби та почуття дітей»;
- «Брак часу та уваги – через свою зайнятість та велику кількість справ у зв'язку з вимушеним переїздом дорослі обмежують час та увагу, яку вони могли б приділяти дітям»;
- «Негативна атмосфера та конфлікти в сімї, наприклад, коли взаємини між подружжям напружені, це провокує страх, невизначеність та стрес»;
- «Відсутність спілкування дорослих з дітьми».

Виходячи з даних відповідей, можемо визначити, що емоційна закритість дорослих, відсутність часу та ресурсів, комунікації зі своїми дітьми та напружена атмосфера в сім'ї перешкоджають встановленню підтримуючих стосунків з боку дорослих у процесі соціальної адаптації дітей.

Блок 3

На питання «Якими можуть бути наслідки недостатньої підтримки батьками своїх дітей в умовах вимушеного переїзду?» ми отримали такі відповіді:

- «Діти можуть страждати від тривожності, депресії, посттравматичного стресового розладу та інших проблем, адже відчувають втрату безпеки, стабільності та довіри»;
- «Діти можуть почувати себе відокремленими від нового оточення, що призводить до почуття самотності, відчуження та соціальної ізоляції»;
- «Через недостатню підтримку батьками діти можуть мати складнощі з навчанням, оскільки відчувають відсутність мотивації»;
- «Низький рівень підтримки або взагалі її відсутність може підірвати впевненість дитини в собі, призвести до почуття неповноцінності та вплинути на їхню віру в майбутнє».

Аналізуючи дані відповіді, можемо зазначити, що недостатня підтримка батьками своїх дітей в умовах вимушеного переїзду має негативні наслідки, включаючи загрозу фізичному та емоційному благополуччю, соціальну відокремленість, труднощі у навчанні та розвитку та психологічні проблеми у майбутньому.

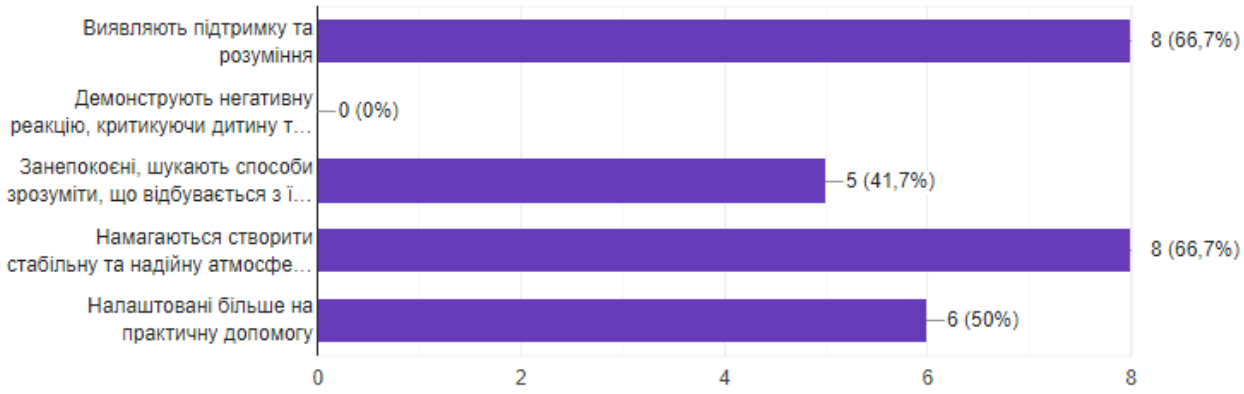
Блок 4

На питання «Як ви допомагаєте батькам зрозуміти потреби та емоції своїх дітей, зокрема якщо діти демонструють неспокій та тривогу?»:

- «Ми надаємо батькам, або особам, які їх замінюють інформацію про те, які емоції та поведінкові зміни можуть спостерігатися у дітей під час переїзду»;
- «Пояснюємо, що тривога та неспокій є нормальними реакціями дітей на зміни в своєму житті та невизначеність майбутнього і пропонуємо стратегії для керування цими емоціями»;
- «Наша головна мета це сприяти встановленню відкритої комунікації між батьками і дітьми. Ми надаємо поради щодо використання техніки активного слухання, спілкування на рівних»;
- «Ми навчаємо батьків сприймати ситуацію з погляду дитини. А також надаємо конкретні рекомендації, як звертатись до дитини, як підтримувати її у вираженні емоцій та надавати підтримку».

Аналізуючи відповіді респондентів, можемо зробити висновок, що фахівці надають інформацію про типові реакції і емоції дітей на переїзд, що допомагає батькам краще зрозуміти і виявити емоційні потреби своїх дітей, навчають батьків ефективним комунікаційним навичкам, які сприяють зближенню і зміцненню стосунків з дітьми та сприяють глибшому розумінню та сприйняттю потреб дітей.

«Як батьки реагують на зміну поведінки та настрою своїх дітей в ситуації вимушеного переїзду?»



Аналізуючи відповіді, можемо побачити, що батьки можуть по різному реагувати на зміну поведінки та настрою своїх дітей в ситуації вимушеного переїзду, однак, як можемо побачити, найчастіше батьки виявляють підтримку та розуміння(66,7%), намагаються створити для своїх дітей стабільну та надійну атмосферу(66,7%), а також налаштовані на практичну допомогу(50%).

Блок 5

На питання «Якими навичками та ресурсами повинні володіти дорослі, щоб ефективно підтримувати своїх дітей під час вимушеного переїзду?» ми отримали такі відповіді:

- «Батьки мають навчитися прислухатися до почуттів і потреб своїх дітей, проявляти розуміння і співчуття щодо їхніх переживань і страхів»;
- «Найголовніше це комунікація. Потрібно пояснювати, що відбувається, чому вони переїхали, при цьому не навантажувати дітей важкою інформацією, а також відповідати на їх запитання. Завжди є, що сказати»;
- « На мою думку, важливо бути відкритими та чесними зі своїми дітьми щодо ситуації вимушеного переїзду, адже чесність сприяє зменшенню тривоги і підвищенню довіри»;

- «Дорослим важливо залучати дітей до процесу прийняття рішень з можливістю висловлювати дітям своїм думки та пропозиції. Це буде сприяти почуттю контролю та впливу на ситуацію»;
- «Дорослі мають бути готові приймати зміни і адаптовуватися до нових обставин».

Аналізуючи відповіді респондентів, робимо висновок, що найголовнішими навичками, якими мають володіти дорослі, щоб ефективно підтримувати свою дитину під час вимушеного переїзду є слухання та емпатія, ефективна комунікація, гнучкість та адаптивність, спільна учать та залучення.

Блок 6

На питання «Чи потребують батьки та найближче оточення дітей допомоги щодо ефективної підтримки дитини в процесі соціальної адаптації? Якщо так, уточніть з яких саме питань потрібна допомога?» ми отримали такі відповіді:

- «Так, батьки потребують психологічної підтримки для саморегуляції та подолання власних страхів та тривоги»;
- «Так, корисним буде навчання батьків ненасильницькому, безпечному, підтримуючому ставленню до дітей».

Аналізуючи дані відповіді, що батьки потребують допомоги з питань стабілізації власного стану і навчанню ненасильницького і підтримуючого ставлення до дітей.

ВИСНОВКИ ДО ДРУГОГО РОЗДІЛУ

Нами було організовано і проведено емпіричне дослідження, яке було поділено на 2 частини і складалось з таких етапів: визначення вибірки; визначення складових емпіричного дослідження на основі проведеного теоретичного аналізу;проведення опитування;аналіз та обробка отриманих результатів.

В процесі виконання 1 частини емпіричного дослідження нами було проведено анкетне опитування з метою дослідити особливості підтримуючих стосунків між дорослими та дітьми в процесі соціальної адаптації з боку батьків. В дослідженні взяли участь 19 сімей, загальна кількість респондентів становила 40 дітей.

По результату *Блоку 1* можемо зазначити, що найпоширенішими реакціями дітей на вимушений переїзд є шок (заціпеніння, стан розгубленості), страх, плач і відмова їхати з дому, а перебування на новому місці проживання характеризується відчуттям туги за рідним домом та проханням повернутись.

Блок 2 і 3 дають нам зрозуміти, що основним джерело підтримки і заспокоєнням дитини, як під час, так і після вимушеного переїзду, є її батьки. Також важливу роль на новому місці проживання відіграють нові друзі та культура.

Що стосується *Блоку 4*, розуміємо, що найголовніша підтримка, яку може потребувати дитина це емоційна підтримка близьких людей, а в більш складних випадках це психологічна підтримка від фахівця.

Аналізуючи результати *Блоку 5*, ми прийшли до висновку, що першочерговим запитом до фахівців є рекомендації батькам щодо стабілізації власного стану. Ще одним популярним запитом є тема про те, як говорити з дітьми про війну та як вирішувати конфлікти та непорозуміння, що іноді можуть виникати.

В процесі виконання 2 частини емпіричного дослідження нами було проведено анкетне опитування фахівців центру «Надії та відновлення» благодійного фонду Save Ukraine з метою з'ясування бачення фахівцями особливостей підтримуючих стосунків зі сторони дорослих щодо дітей в процесі їх соціальної адаптації. Участь в опитуванні взяли 10 працівників Центру.

Згідно з результатами *Блоку 1*,відзначимо, що батьки або особи, які їх замінюють відіграють ключову роль у забезпеченні базових потреб дитини, підтримці емоційного благополуччя, а також у створенні безпечного та сприятливого середовища.

Блок 2 дає нам зрозуміти, що існує ряд проблем, які заважають батькам забезпечувати повноцінну підтримку своїм дітям в ситуації вимушеного переїзду. Серед факторів, що перешкоджають встановленню підтримуючих стосунків з боку дорослих у процесі соціальної адаптації дітей є: емоційна закритість дорослих, відсутність часу та ресурсів, комунікації зі своїми дітьми та напружена атмосфера в сім'ї.

Результати *Блоку 3* говорять про те, що недостатня підтримка батьками своїх дітей в умовах вимушеного переїзду має негативні наслідки, включаючи загрозу фізичному та емоційному благополуччю, соціальну відокремленість, труднощі у навчанні та розвитку та психологічні проблеми у майбутньому.

Виходячи з отриманих відповідей *Блоку 4*, ми зробили висновок, що фахівці надають інформацію про типові реакції і емоції дітей на переїзд, навчають батьків ефективним комунікаційним навичкам та сприяють глибшому розумінню та сприйняттю потреб дітей.

Блок 5 зазначає, що найголовнішими навичками для ефективної підтримки дітей є слухання та емпатія, ефективна комунікація, гнучкість та адаптивність, спільна учать та залучення.

Також за результатами Блоку 6 нами було з’ясовано, що батьки потребують психологічної допомоги щодо стабілізації власного емоційного стану, а також необхідне навчання батьків ненасильницькому, безпечному, підтримуючому ставленню до дітей у зв’язку з чим надійшов запит про проведення тренінгового заняття з батьками по даній темі.

РОЗДІЛ ІІІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ БАТЬКІВ ЩОДО СПРИЯТЛИВОЇ ВЗАЄМОДІЇ З ДІТЬМИ ПІД ЧАС СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ

3.1 Рекомендації для стабілізації стану батьків

Згідно з результатами емпіричного дослідження ми визначили, що батьки потребують певних рекомендацій щодо взаємодії з своїми дітьми під час вимушеного переміщення.

Проте, як ми раніше зазначали, стан батьків має значний вплив на стан дитини. Якщо батьки перебувають у стресовому стані, борються з наслідками війни або вони відчувають безсилля у повсякденному житті, то це вплине на їхнє спілкування з дітьми. У таких випадках вони не можуть стимулювати дитину настільки, наскільки це необхідно. Батьки не в змозі брати участь в повноцінному спілкуванні з дітьми, яке їм потрібно. А оскільки діти залежать від їх турботи, це призводить до замкненого кола. Батьки повинні пам'ятати, що дбаючи про себе, вони зможуть краще подбати про людей, які від них залежать.

Тому вважаємо за доцільне для початку надати рекомендації батькам щодо стабілізації їх стану:

1. Створюйте план дій: плануйте заздалегідь те, як будуть вирішуватись питання пов'язані з проживанням, навчанням, здоров'ям, знаходьте потрібну інформацію та ресурси. Це допоможе зменшити стрес та невизначеність, оскільки ви будете мати ясне уявлення про те, що відбувається та що вас очікує.
2. Спробуйте зберегти свої звички та розклад дня, навіть якщо все змінилось. Це допоможе зберегти стабільність та спокій для вас та ваших дітей.
3. Звертайтесь по допомогу до різних організацій або людей. Це може бути допомога з пошуком житла, знаходженням роботи, медичним обслуговуванням. Важливо попросити допомогу, якщо ви одна/один

боретесь з проблемами. Інакше ви можете втратити сили і приділяти менше уваги потребам дітей і стати дратівливими або злими.

4. Знаходьте способи релаксації: важливо відводити час на відпочинок, заняття, які сприяють розслабленню і зняттю стресу. Це може бути прогулянка, медитація, читання книги або зустріч з друзями. Зверніть увагу на свої потреби для збереження енергії та емоційної стабільності.
5. Дбайте про своє фізичне та психічне здоров'я: дотримуйтесь здорового харчування та сну, занять спортом.
6. Уникайте таких способів боротьби зі стресом, як: вживання алкоголю, переїдання, або надмірне захоплення азартними іграми. Це лише підвищить рівень стресу і погіршить ситуацію у довгостроковій перспективі.
7. Знаходьте позитивні моменти: спробуйте побачити позитивні сторони переміщення (відкрити більше можливості, познайомитись з іншими людьми, їх культурою, побачити нові місця).
8. Будьте активними на новому місці проживання: бути діяльним – це важливий внесок у ваше нове життя, і своїм прикладом показати дітям, що активність це те, що надає сенс вашому повсякденному життю і долає почуття безнадійності.
9. Спілкуйтесь з іншими: якомога більше спілкуйтесь з родиною, Підтримуйте контакт зі своєю сім'єю, якщо це можливо, і використовуйте час для розвитку нових стосунків та мережі знайомств у новому середовищі.
10. Не пригнічуйте свої емоції та почуття, а поділіться ними з близькими людьми або психологом: дозвольте собі та своїм дітям відчути втрати, які ви пережили. Намагайтеся бути терплячими, навіть якщо ваші почуття змінюються. Це природна реакція на те, що ви переживаєте. Важливо ділитися своїми радощами та печалями з іншими, тому що це дає вам почуття задоволення та відчуття, що ви не самотні.

11. Якщо ви відчуваєте, що ваші реакції на травматичну подію сильно виражені, продовжуються довгий період часу і лише посилюються, важливо звернутися за професійною допомогою до фахівця.

3.2 Рекомендації батькам щодо підтримуючої взаємодії з дітьми в ситуації вимушеного переїзду

Діти почуваються краще, коли бачать, що дорослі створюють атмосферу поваги, підтримки та розуміння. Виявляючи повагу до дітей та послідовність у стосунках з ними, дорослі показують, що їм можна довіряти. Це дуже важливо, бо інакше діти не будуть розвивати позитивні почуття до оточення та майбутнього.

Тож, наведені нами нижче рекомендації батькам спрямовані на збереження близьких і підтримуючих стосунків з дітьми:

1. Переконайтесь, що дитина розуміє, що відбувається: будь-якій дитині, навіть маленькій, потрібно розповідати що відбувається. Їй важливо знати, чому батьки стурбовані, зляться або сумують. Намагайтесь пояснити коротко і спокійно.
2. Розмовляйте з дитиною про події, що відбулись, стільки, скільки їй це потрібно, без роздратування. Не варто говорити: «Ти не розумієш», «Зрозумієш, коли виростеш», «Я не можу пояснити». Завжди є, що сказати. Уникайте деталей, які могли би налякати дитину.
3. У розмовах про те, що сталося, дітям потрібно час від часу нагадувати, що зараз ситуація стабільніша і дорослі знають (або вирішили), що робити. Дитині є на кого покластися, поруч є турботливі дорослі. Скажіть: «Ми переїхали в інше місце, але тут ми в безпеці».
4. Говоріть про те, що переживає або відчуває ваша дитина. Ви можете сказати, що багато людей відчували тривогу, страх, гнів, безпорадність. І що ці емоції - нормальні. Розмови про емоції включають малювання та ліплення на вільні теми. Далі обговорити – що зображено, що це означає, як розгортатиметься сюжет, як буде жити герой, як і чим йому допомогти. Якщо дитина налякана,

може допомогти ваша спокійна присутність, ненав'язливий фізичний контакт (обійми, тримання за руки). тепло (укрити, дати теплий чай). Важливо говорити, що ви з нею, що все гаразд, і що вона у безпеці.

5. Не реагуйте агресивно, якщо ваша дитина особливо"неслухняна",гіперактивна,кричить або сміється без видимої причини. Можливо, фізична активність допоможе дітям впоратися зі стресом. «Супроводжуйте» її вправу (підходьте ближче), намагаючись поступово сповільнювати темп. Можна спробувати ввести рамки – забезпечити рухливі ігри «за правилами». Або перейти до звичайних видів діяльності (біг вперед, «боротися» з подушками, м’яти та рвати папір);
6. Дитині можуть снитися жахи. Підтримайте її, вислухайте і заспокойте: «Так, це був поганий сон. Давай думати про приємні речі, щоб тобі вони снилися. Спробуй заснути, а я тобі заспіваю колискову»
7. Дайте дитині можливість поділитися своїми проблемами, допоможіть зрозуміти, що почуття, які він зараз відчуває нормальні: «Я відчував себе так само, боявся, був безпорадним. Більшість людей почувають себе так, коли щось погане трапляється, навіть якщо вони зовні спокійні».
8. Постарайтеся зробити так, щоб дитина не бачила репортажів про те, що трапилося, а краще зовсім вимкніть телевізор. Телевізійні репортажі та сюжети про цей інцидент підігрівають побоювання, що це повториться. Але якщо дитина захоче з вами поговорити про це, вислухайте її.
9. Збирайтеся з родиною якомога частіше і говоріть про те, як ви всі себе почуваєте. Пам’ятайте, що ваша сім’я та друзі завжди готові вам надати необхідну підтримку. «Для нас це цілком нормально почуватися після того, що ми пережили. Добре, що ми всі разом»

10. Навчіть проявляти терпіння щодо того, як члени сім’ї по різному реагують на біду:«Ти молодець, що зберігав спокій і допомагав заспокоїти свого брата, коли він злякався і сильно плакав»
11. Заохочуйте його підтримувати стосунки з близькими та однолітками. «Дуже дякую, що пограв з братиком. Тепер у нього гарний настрій і він посміхається».
12. Приділяйте увагу позитивним аспектам переїзду: наголошуйте на тому, що переїзд може бути новим початком і принести багато цікавих можливостей. Розповідайте дітям про нові місця, які вони зможуть відвідати, про нових друзів, яких можуть знайти. Проте слід допомагати дітям зберігати контакт зі старими друзями, наприклад через телефонні дзвінки, листування або відеозв’язок.
13. Визнавайте відповідальність за власні почуття. «Вибач мені за те, що вчора накричала на тебе, я була засмучена, але я впоралась, мені потрібен був час».

3.3 Організація та проведення тренінгового заняття для батьків по навчанню ефективному та ненасильницькому спілкуванню з дітьми

Після проведення опитування з фахівцями Центру до нас надійшов запит про проведення тренінгового заняття з батьками по навчанню ефективному та ненасильницькому спілкуванню з дітьми.

Тренінг проводився спільно з психологом Центру «Надії та відновлення» благодійного фонду Save Ukraine. У тренінгу взяли участь 10 осіб(мами, тато, бабусі). При підготовці даного тренінгового заняття нами були враховані також відповіді батьків при проведенні опитування, саме тому було вирішено додати до основної теми тренінгу таку складову як вміння проявляти свої почуття та розуміти почуття своїх дітей.

Мета тренінгу полягала у сформуванні навичок спілкування та взаємодії з дитиною без насильства для її повноцінного розвитку. Завдання, які були поставлені:

- відпрацювати комунікативні навички взаємодії з дитиною.
- надати учасникам інформацію про емоції, емоційні стани, почуття, потреби та сформувати навички їх регулювання
- відпрацювати навички ефективної взаємодії при використанні різних моделей спілкування.
- показати зв’язок між емоційним станом батьків та дитини;
- визначити для батьків важливість проявів почуттів;
- навчити батьків будувати емоційний діалог з дитиною.

Важливо було, щоб тренінг відповідав потребам батьків, і вміло поєднував теоретичні аспекти з практичними прикладами. Однією з головних задач була підготовка матеріалів та активностей для допомоги учасникам легко сприймати інформацію та застосовувати її на практиці.

Протягом тренінгу разом з психологом намагались створити сприятливу атмосферу, де кожен учасник мав можливість вільно висловлюватися і задавати питання, а також взаємодіяти з іншими учасниками, обмінюватися досвідом

Особлива увага була приділена практичним вправам та рольовим іграм. Це дозволило учасникам тренінгу не тільки засвоїти матеріал на теоретичному рівні, а як я зазначала вище, застосувати його на практиці. Це особливо цінно, оскільки допомагає побачити реальні ситуації, з якими батьки можуть стикатися в щоденному спілкуванні з дітьми.

Також після завершенню тренінгу нами було надано велику кількість практичних ресурсів та матеріалів для подальшого використання батьками, зокрема буклети з рекомендаціями для батьків щодо стабілізації власного стану та рекомендації щодо сприятливої взаємодії з дітьми, викладені в даній роботі.

Детально ознайомитись з тренінговим заняттям можна у додатку 3.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

Узагальнення результатів дослідження засвідчило досягнення мети, розв’язання поставлених завдань і дало змогу дійти до таких науково-теоретичних висновків.

Проаналізували поняття «соціальна адаптація», розглянули теоретичні підходи до проблеми соціальної адаптації вимушено переміщених сімей з дітьми та формування підтримуючих стосунків в системі «дорослий-дитина». Зазначили, що успішна соціальна адаптація вимушено переміщених сімей з дітьми передбачає ряд особливостей, які допоможуть зменшити стрес та позитивно вплинуть на їхнє психічне здоров'я та добробут, серед яких: стабільне та безпечне середовище, підтримка з боку громади, надання психологічної підтримки, збереження зв’язку з рідними та друзями та ін. Визначили, що дорослий може мати значний вплив на соціальну адаптацію дітей вимушених переселенців. Ключовим фактором в цьому процесі є емоційна підтримка та допомога, яку дорослі можуть надавати дітям.

Окреслили етапи емпіричного дослідження особливостей підтримуючих стосунків між дорослими та дітьми в процесі соціальної адаптації з боку батьків, а також з’ясували бачення фахівцями особливостей підтримуючих стосунків зі сторони дорослих щодо дітей в процесі їх соціальної адаптації. Визначили вибірки опитуваних, розробили дві авторські анкети на основі складових, визначених на основі здійсненого теоретичного аналізу, провели опитування 19 вимушено переміщених сімей та 10 працівників Центру.

Опираючись на результати емпіричного дослідження, ми розробили практичні рекомендації батькам, які стосувались як стабілізації їх власного емоційного стану, так і стосовно безпечної та сприятливої взаємодії з дітьми для формування їх життєстійкості. Також нами було проведене тренінгове заняття по навчанню батьків ненасильницькому та безпечному спілкуванню з дітьми.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Алєксєєнко Т. Ф. (Ред.), Гончар Л. В., Куниця Т. Ю., Бибик Д. Д. Вимушені переселенці: соціально-педагогічні проблеми і досвід підтримки: монографія. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2020. 240 с.
2. Безпалько О. В. Соціальна педагогіка: схеми, таблиці, коментарі : навч. посіб. [для студ. вищ. навч. закл.] / О. В. Безпалько. – К. : Центр учбової літератури, 2009. – 208 с
3. Богданов С., Залеська О. Психосоціальна підтримка в кризовій ситуації : методичний посібник для педагогів. Київ : Пульсари, 2018. 76 с.
4. Бочкор Н. П. Соціально-педагогічна робота з дітьми у конфліктний та пост конфліктний період : метод. рек. / Н.П. Бочкор, Є.В. Дубровська, О.В. Залеська та ін.. – К. : МЖПЦ «Ла Страда-Україна», 2014. – 84 с.
5. Гончар Л. В. Формування гуманних взаємин батьків з дітьми молодшого шкільного і підліткового віку: монографія. Київ: ТОВ «Задруга», 2017. 360 с.
6. 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.
7. Євтух М. За педагогічною технологією (До питання про нові методичні підходи при проектуванні навчальних занять у вищій школі) / М.Євтух, О. Сердюк // Вища освіта України. — 2001. — No 1. — С. 71-81.
8. Життєві кризи особистості : У 2 ч. / [за ред. В. М. Донія, Г. М. Несен, Л. В. Сохань та ін.]. Київ, 1998. Ч. 1 : Психологія життєвих криз особистості. 360 с
9. Ірина Зубіашвілі, Ольга Лавренко. Поради для батьків-вимушених переселенців : Метод. рекомендації. Київ, Інститут психології імені Г.С.Костюка НАПН України, 2022. 52 с.
10. Капська А. Й. Соціальна робота : [навчальний посіб-ник] / А. Й. Капська. –Київ : Центр навчальної літератури, 2005. –328 с.

11. Консультування в системі психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій / авт. кол ; заг. ред. В. Г. Панок, І. І. Ткачук. Київ: УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2019. 144 с.
12. Кордунова Н. О. Психологічний супровід в кризових ситуаціях та адаптація в особливих умовах: методичні рекомендації до практичних та лабораторних занять. Луцьк : ПП Іванюк В. П., 2019. 54 с
13. Криворучко П. П., Хмеляр О. Ф. Основи психологічної допомоги : навч. посіб. Нац. акад. оборони України. Київ, 2009. 215 с.
14. Кризова психологія: навч. посіб. / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка. Харків: НУЦЗУ, 2010. 401 с.
15. Лазоренко Б. П. Кризова практика особистісного життєконструювання проблемної молоді. Психологічні науки:проблеми і здобутки. зб. наук. праць. / Київський міжнародний університет. К. 2013. С.133 – 144.
16. Лобанова А.С. Феномен соціальної мімікрії. Київ : Ін-т соціології НАН України, 2004. 300 с.
17. Лукашевич М. П., Мигович І. І. Теорія і методи соціальної роботи / Навч. посіб. — 2-ге вид., доп. і випр.— К.: МАУП, 2003. — 168 с
18. Максимова Н.Ю., Мілютіна К.Л. «Як порозумітися зі своїми дітьми (Конфліктологія для батьків)»: Методичні розробки. – К., 2004. – 220 с.
19. Оржеховська В. М. Взаємодія навчального закладу і сім'ї: стратегії, технології, модель: навчальний практико зорієнтований посібник. Харків: Видавництво «Точка», 2007. 192 с
20. Основи батьківської компетентності: Навч. посібник / Упор.: Т.Г. Веретенко, І.Д. Звєрєва. Н.Ю. Шевченко; За заг. ред. І.Д. Звєрєвої. – К.: Наук. світ, 2006. – 156 с.
21. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 2. – Київ, 2018. – 240 с.
22. Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб : Закон України від 20.10.2014 № 1706-VII // База даних «Законодавство України»

/ Верховна Рада України. URL: https://zakon.rada.gov.ua/go/1706-18 (дата звернення: 21.05.2023)

23. Проблеми внутрішньо переміщених осіб в Україні як основа соціально-педагогічної роботи з ними [Електронний ресурс] / І.М. Трубавіна // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. – 2015. – № 8. – С. 434–446. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/pednauk_2015_8_53
24. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос, Л. І. Литвиненко, Царенко Л. Г.; за ред. З. Г. Кісарчук. Київ : ТОВ «Видавництво «Логос». 207 с
25. Психосоціальна допомога в роботі з кризовою особистістю : навчальний посібник / наук. ред. та керівник проблемної групи Л. М. Вольнова. Київ, 2012. 275 с
26. Психосоціальна допомога внутрішньо переміщеним дітям, їхнім батькам та сім'ям з дітьми зі Сходу України : посіб. для практиків соціальної сфери / Мельник Л.А. та ін. ; за ред. Волинець Л.С. – К. : ТОВ «Видавничий дім «Калита», 2015. – 72 с
27. Психосоціальна підтримка в умовах надзвичайних ситуацій: підхід резилієнс :посібник з проведення тренінгу / [Н. Гусак, В. Чернобровкіна, В. Чернобровкін,А. Максименко, С. Богданов, О. Бойко ; за заг. ред. Н. Гусак] ; Нац. ун-т «Києво-Могилянська академія». – Київ : НаУКМА, 2017. – 174 с.
28. Семигіна Т.В. Соціальна підтримка внутрішніх переміщених осіб / Т.В. Семигіна, Н.Є. Гусак, С.О. Трухан // Український соціум. – 2015. – №2 (53). – С. 65–72.
29. Сміт Патрік, Дирегров Етл, Юле Уільям. Діти та війна: навчання технік зці - лення. – укр. переклад – Інститут психічного здоров ' я УКУ, 2014. – 84 с

30. Соціальна робота в Україні : навч. посіб. / [І. Д. Звєрєва, О. В. Безпалько, С. Я. Харченко та ін.] ; за заг. ред. І. Д. Звєрєвої, Г. М. Лактіонової. – К. : Наук. світ, 2003. – 233 с.
31. Соціальна робота з внутрішньо переміщеними особами в сучасних умовах: навч. посіб. [для студ. і магістр. спец-тей «Соц. робота» і «Соц. педагогіка»] / І.О. Григоренко, Н. М. Савельєва. – Полтава : ПНПУ, 2017. – 100 с.
32. Соціальна робота з вразливими сім'ями та дітьми : посіб. у 2-х ч.; Ч. І. Сучасні орієнтири та ключові технології / З. П. Кияниця, Ж. В. Петрочко. – К. : ОБНОВА КОМПАНІ, 2017. – 256 с.
33. Соціальна робота з вразливими сім'ями та дітьми: посіб. у 2-х ч.; Ч. 2 (Соціальна робота з вразливими сім'ями та дітьми) / А. В. Аносова, О. В. Безпалько, Т. П. Цюман та ін. / За заг. ред.: Т. В. Журавель, З. П. Кияниці. – К. : ОБНОВА КОМПАНІ, 2017. – 352 с
34. Соціально-педагогічна та психологічна допомога сім'ям з дітьми в період вій-ськового конфлікту : навчально-методичний посібник. –К. : Агентство "Україна". –2015. –165 с.
35. Соціально-педагогічна та психологічна робота з дітьми у конфліктний та постконфліктний період : метод. рек. / Н . П. Бочкор, Є . В. Дубровська, О . В .Залеська та ін. – Київ: МЖПЦ «Ла Страда -Україна», 2014. – 84 с.
36. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій : практичний посібник / [Т. М. Титаренко, М. С. Дворник, В. О. Климчук та ін.] ; за наук. ред. Т. М. Титаренко / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – Кропивницький : Імекс-ЛТД,2019. – 220 с.
37. Створимо безпечне середовище для навчання та адаптації дітейбіженців : навч. мет. пос-к. / упорядн. [О. А. Возіянова, Григоренко О.П., Гуцаленко Т.В. та інші] – К. – ВГО «Розрада», 2012 – 130 с.
38. Стратегії і виклики соціальної роботи із внутрішньо переміщеними особами / Н.Є. Гусак, Т.В. Семигіна, С.О. Трухан // Вісн. Нац. техн. ун-ту

України «КПІ». Політологія. Соціологія. Право. – 2014. – № 2. – С. 161–167. – Бібліогр.: 34 назв. – Укр.

39. Технології соціально-педагогічної роботи з сім'ями : навчальнометодичний посібник / А.Й. Капська, І.В. Пєша, О.Ю. Міхеєва, М.Г. Соляник. - К. : Видавничий дім "Слово", 2015. - 325 с.
40. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування : навч. посіб. Ч. 1. Київ : Главник, 2007. 144 с. (Психол. інструментарій).
41. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Київ: ДП «Вид. дім «Персонал», 2017. 160 с.
42. Тюптя О. В., Лук'яненко Н. М. Технологія формування усвідомленого батьківства в груповій взаємодії. Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами. Київ, 2010. No 7(9), с. 319–330.
43. Шахрай В. М. (Ред.), Алєксєєнко Т. Ф., Гончар Л. В., Канішевська Л. В., Малиношевський Р. В. Цінність життя підлітка: світоглядні орієнтири: монографія. Кропивницький, ТОВ «Імекс-ЛТД», 2019. 136 с.
44. Parsons T., Smelser N. Economy and Society. – New York: The Free Press, 1956.

ДОДАТКИ

Додаток 1

Опитувальник для батьків

Шановні батьки! Київський національний університет імені Тараса Шевченка вивчає питання, яка саме соціально-педагогічна і психологічна допомога необхідна дітям та батькам, які вимушено переїхали з рідної домівки через війну в Україні. Тому просимо вас відповісти на запропоновані запитання.

1.Ім'я вашої дитини

_____

2. Стать дитини

_____

3. Вік дитини

_____

4. Як відреагувала ваша дитина на вимушений переїзд з рідної домівки до нового місця проживання через бойові дії – які саме реакції та поведінку проявляла? Виберіть одну або декілька відповідей.

- шок (стан розгубленості, заціпеніння)

- відмова їхати з дому

- плач

- крик

- злість

- роздратування

- розлюченість

- страх

- сум

- агресивна поведінка (дитина могла вдарити інших дітей, тварин, псувала речі в домі)

- здивування

- цікавість

- радість

- розчарування

- інші реакції та поведінка_____

5. Хто і яким чином підтримав дитину у такій ситуації?

_____

_____

6. Як реагує Ваша дитина на новому місці проживання – які саме реакції та поведінку проявляє? Виберіть одну або декілька відповідей.

- шок (стан розгубленості, заціпеніння)

- прохання повернутись додому

- плач

- крик

- злість

- роздратування

- розлюченість

- страх

- сум

- агресивна поведінка (дитина могла вдарити інших дітей, тварин, псувала речі в домі)

- здивування

- цікавість

- радість

- сором

- розчарування

- інші реакції та поведінка_____

7. Хто і що заспокоює вашу дитину на новому місці проживання?

_____

_____

8. Яка ще підтримка необхідна зараз вашій дитині?

- Емоційна підтримка близьких людей

- Психологічна(допомога психолога)

- Соціально-педагогічна(допомога дитині в навчанні, спілкуванні з іншими дітьми,дорослими, грі)

- Медична

- Матеріальна

9. Якщо дитині потрібна емоційна підтримка, уточніть з яких саме питань потрібна допомога і хто її може надати?

_____

_____

10. Якщо дитині потрібна психологічна підтримка, уточніть з яких саме питань потрібна допомога і хто її може надати?

_____

_____

11. Якщо дитині потрібна соціально-педагогічна підтримка, уточніть з яких саме питань потрібна допомога і хто її може надати?

_____

_____

12. Якщо дитині потрібна медична підтримка, уточніть з яких саме питань потрібна допомога і хто її може надати?

_____

_____

13. Якщо дитині потрібна матеріальна підтримка, уточніть з яких саме питань потрібна допомога і хто її може надати?

_____

_____

14. Яка вам, батькам, необхідна допомога і від кого, щоб емоційно підтримати свою дитину/своїх дітей в ситуації вимушеного переїзду?

_____

_____

Додаток 2

Анкета для фахівців, які працюють з вимушено переміщеними сім'ями

Шановні колеги! Кафедра соціальної реабілітації та соціальної педагогіки факультету психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка проводить дослідження щодо з'ясуванні бачення фахівцями особливостей підтримуючих стосунків зі сторони дорослих щодо дітей в процесі їх соціальної адаптації. Просимо відповісти на зазначені нижче питання. Завчасно дякуємо за приділений час та Ваші відповіді!

1. Ваше ім'я

_____

2. Ваша посада

_____

3. Яку роль відіграють батьки або особи, які їх замінюють в процесі соціальної адаптації дітей? Виберіть одну або декілька відповідей

А) Забезпечення базових потреб

Б) Підтримка емоційного благополуччя

Б) Створення безпечного та сприятливого оточення

В) Допомагають дитині побудувати соціальні зв'язки та взаємодіяти з оточуючими людьми

Г) Надання настанов та порад

Д) Інше _____

4.З якими складнощами зіштовхуються батьки щодо підтримки своїх дітей в ситуації вимушеного переїзду?

_____

_____

5. Які фактори можуть перешкоджати встановленню підтримуючих стосунків з боку дорослих у процесі соціальної адаптації дітей?

_____

_____

6. Якими можуть бути наслідки недостатньої підтримки батьками своїх дітей в умовах вимушеного переїзду?

_____

_____

7. Як ви допомагаєте батькам зрозуміти потреби та емоції своїх дітей, зокрема якщо діти демонструють неспокій та тривогу?

_____

_____

8. Як батьки реагують на зміну поведінки та настрою своїх дітей в ситуації вимушеного переїзду?

_____

_____

9. Якими навичками та ресурсами повинні володіти дорослі, щоб ефективно підтримувати своїх дітей під час вимушеного переїзду?

_____

_____

10. Чи потребують батьки та найближче оточення дітей допомоги щодо ефективної підтримки дитини в процесі соціальної адаптації?Якщо так, уточніть з яких саме питань потрібна допомога?

_____

_____

Додаток 3

Тренінгове заняття для батьків по навчанню ефективному та ненасильницькому спілкуванню з дітьми, а також вмінню висловлювати свої почуття та розуміти почуття дітей «Шлях до сімейної гармонії: ефективне спілкування та розуміння емоцій у сім'ї»

Мета: сформувати навички спілкування та взаємодії з дитиною без насильства для її повноцінного розвитку.

Завдання:

- надати учасникам інформацію про емоції, емоційні стани, почуття, потреби та сформувати навички їх регулювання
- відпрацювати навички ефективної взаємодії при використанні різних моделей спілкування.
- показати зв'язок між емоційним станом батьків та дитини;
- визначити для батьків важливість проявів почуттів;
- відпрацювати комунікативні навички взаємодії з дитиною..
- навчити батьків будувати емоційний діалог з дитиною.

Обладнання: маркери, фліпчарт, папір, олівці, роздатковий матеріал.

Вступ ведучого

Ми живемо у світі, однією з характерних ознак якого є насильство. Проблема сімейного насильства є надзвичайно гострою для України. Сім, я, сприймається нами як безпечне і захищене місце, де можна знайти відпочинок і порозуміння. Проте, ми всі знаємо про існування сімей, у яких люди постійно ведуть війни, а страждають від цього ті, хто слабший, менш захищений. Насильство зустрічається у стосунках між чоловіком і дружиною, між дорослими дітьми і батьками похилого віку. Аби попередити насильство і як явище, і як прояви поведінки, незалежно від віку, ми звернулися до теми насильства над дітьми у сім, ї. Наш тренінг має на меті допомогти Вам

виховувати своїх дітей без насильства, зрозуміти, які саме дії кваліфікуються, як насильство, показати, які бувають наслідки виховання із використанням примусу, покарання та насильства.

Вправа на знайомство «Дерево»

Мета: познайомити учасників тренінгу, сприяти згуртованості групи та створенню комфортної атмосфери для успішної роботи.

Ресурси: вирізані з паперу кольорові листочки для дерева (за кількістю учасників тренінгу), 1 аркуш паперу формату А1 із зображеним на ньому деревом, скотч або клей, плакат із запитаннями до самопрезентації батьків. (Якщо технічні можливості організаторів тренінгу високі, можна використовувати проектор із заздалегідь підготовленим текстом).

Хід проведення. Ведучий роздає кожному учаснику контури листя, вирізані з паперу. На цих контурах учасники пишуть ім, я своєї дитини (дітей або вихованців) та усно продовжують незакінчені речення: • Мене звати … • Я мати/батько ... (кількість) дітей ... • Моя дитина для мене... • Разом з моєю дитиною мені подобається ... Під час самопрезентації учасників ведучий прикріплює листя на гілки дерева, батьки розповідають про своїх дітей. Запитання для обговорення: 1. Які Ваші враження від власної розповіді? 2. Які думки у Вас виникали, коли Ви слухали розповідь інших?

Вправа «Моя дитина»

Мета: актуалізувати спогади про позитивні якості власної дитини для підсилення мотивації до самовдосконалення.

Ресурси: по одному аркушу паперу А4 для кожного учасника, ручки або олівці.

Хід проведення Ведучий наголошує, що робота групи, спрямована на побудову ефективної взаємодії з дитиною, а тому цілком доцільно «ввести» в коло, особливих «учасників тренінгу» – дітей. На наступному етапі, ведучий

роздає учасникам аркуш паперу формату А4 і просить намалювати сонце з промінцями. Кількість променців повинна бути не менше аніж 10. У центрі сонця учасники пишуть ім, я своєї дитини (дітей), а на кожному окремому промінці сонця дають відповідь на питання: «За що я можу поважати свою дитину». Наприклад: «Тому що вона добра, розумна, кмітлива, моя дитина, тому що вона є і т.д.» Учасникам слід пригадати максимальну кількість позитивних якостей своєї дитини. На виконання завдання відводиться 15 хвилин.

Запитання для обговорення:

1. Що Ви відчували під час виконання цього завдання?

2. Чи складно було виконати це завдання? Якщо так, то чому?

Вправа «Що таке взаємодія?»

Мета: визначити поняття «взаємодія»;.

Ресурси: фліпчарт, маркери, альбом для фліпчарту, інформаційний матеріал

Хід проведення Вступне слово ведучого: «Оскільки, ми говоримо про взаємодію між дорослими і дитиною, бажано з, ясувати, що таке «взаємодія»?». Назвіть асоціації до слова «взаємодія». Ведучий занотовує на аркуші паперу усі асоціації, які дають учасники, не коментуючи жодну. На завершення ведучий пропонує ознайомитись із науковим тлумаченням слова взаємодія

Запитання для обговорення:

1. Наскільки взаємодія відображає стилі батьківського виховання?

2. Що батьки повинні враховувати взаємодіючи з дитиною?

Вправа «Активне слухання»

Мета: відпрацювання навичок активного слухання та емпатійної реакції.

Ресурси: підготовлені картки з алгоритмом та умовами активного слухання, картки з ситуаціями

Хід проведення Ведучий презентує прийоми та техніки, за яких може відбуватись активне слухання:

1. Якщо Ви хочете послухати дитину, обов'язково поверніться до неї обличчям. Важливо, щоб Ваші та її очі були на одному рівні. Якщо дитина маленька візьміть її на коліна, присядьте біля неї.

2. Не варто задавати питання. Бажано, щоб Ваші відповіді були у стверджувальній формі. Питаня не відображає співчуття.

3. Важливо під час бесіди тримати паузу. Після кожної Вашої репліки краще помовчати. Пауза допомагає дитині розібратися зі своїми переживаннями і, одночасно, допомагає відчути, що Ви поруч. Після відповіді дитини теж краще помовчати, оскільки є вірогідність того, що вона щось додасть.

4. Переказ — виклад своїми словами того, що сказала дитина, з виділенням найбільш важливого. Ключові слова: «Ти говориш...», «Як я розумію...», «Іншими словами, ти вважаєш...». Батьки, які можуть повторити слова дитини допомагають розібратися їй у власних відчуттях і думках. Переказ — це своєрідний зворотний зв'язок з дитиною «Я тебе чую, слухаю і розумію».

5. Уточнення (з'ясування) стосується безпосереднього змісту того, що говорить дитина. Уточнення може бути спрямованим на конкретизацію і з'ясування чого-небудь «Ти- сказав, що це відбувається давно. Як давно це відбувається?», «Ти саме в четвер не хочеш йти в школу». Уточнення також може стосуватися всього вислову іншої людини «Поясни, будь ласка, що це означає», «Розкажи про це детальніше».

6. Відображення почуттів – промовляння почуттів, які турбують дитину «Мені здається, ти ображений», «Мабуть, ти відчуваєш себе засмученим». Наслідки: діти менше бояться негативних відчуттів, оскільки бачать, що батьки розуміють їх. Цей прийом сприяє встановленню контакту і підвищує бажання дитини розповідати про себе.

7. Резюмування використовується в тривалих бесідах або перемовинах «Отже, ми домовилися з тобою, що...», «Твоїми основними ідеями є...». Підведення підсумків вимагає від слухача уваги й уміння коротко викладати свої й чужі думки.

Робота в групах. Учасники об'єднуються у чотири групи. Кожна група отримує конкретну ситуацію, яку необхідно програти через 15 хвилин у великому колі, використовуючи прийоми активного слухання та отриману інформацію. Презентація групами своєї роботи.

Запитання для обговорення:

1. Чи були складності при виконанні завдання? Які саме?

2. З якою метою виконували цю вправу?

Інформаційна частина «Зв'язок між емоційним станом батьків та дитини»

Психолог запитує батьків: «Чому емоції так важливі у житті людини? Як думаєте, коли ви повертаєтеся з роботи засмучені та стомлені, чи помічають це діти? Як пов'язані емоційні стани батьків і дитини?».

Науково доведено, що емоційний інтелект — група ментальних здібностей, які беруть участь в усвідомленні та розумінні власних емоцій та емоцій навколишніх1. Люди з високим рівнем емоційного інтелекту добре розуміють свої емоції і почуття інших можуть ефективно керувати своєю емоційною сферою, тому в суспільстві їхня поведінка більш адаптивна, вони легше досягають своєї мети у взаємодії з іншими.

Те, як діти реагують на труднощі й кризи, залежить від їхнього віку та рівня розвитку. Це також залежить від того, як взаємодіють з ними та між собою їхні батьки, піклувальники та інші дорослі.Наприклад, маленькі діти не здатні повністю зрозуміти, що відбувається навколо, і особливо потребують підтримки дорослих.

Зазвичай діти справляються краще, коли поруч перебувають впевнені, спокійні дорослі. У більш дорослих дітей і підлітків виявляються такі самі реакції,як у дорослих (відсутність будь;якої реакції, агресія, уникання, заперечення). Вони віддзеркалюють норму реагування на події навколо. Якщо дорослі можуть впоратися із ситуацією самостійно, то діти потребують підтримки та емоційного зв'язку з батьками і дорослими. Дитина може розвиватися відповідно до свого віку в стабільних безпечних умовах. І для її відновлення необхідно подбати про безпеку та емоційну стабільність передусім на сімейному рівні. Адже справжнє відчуття безпеки дитині дають лише близькі довірливі стосунки з дорослим, який відповідає за існування дитини. На практиці можна зіткнутися із ситуацією, коли самі дорослі переживають складні почуття, знаходяться в стані стресу. Багато дорослих не можуть зрозуміти і проговорити свої почуття та емоційні стани.

Якщо дитина не має належної підтримки в сім'ї, не відчуває емоційної підтримки вдома, не почувається безпечно, тоді в поведінці та стані дитини можуть виникати певні порушення. Діти дуже часто відчувають власну незахищеність і безсилля у світі, який їм до кінця не зрозумілий. Реакції дітей на такі складні почуття доволі різні: буває, що дитина переживає стрес мовчки і потайки або, навпаки, стає агресивною, незвично активною чи багато плаче.

Питання для обговорення:

— Як ви вважаєте, чому необхідно говорити дітям про власні почуття, навіть негативні?

— На вашу думку, чи можливо розвити чутливість до своїх по; чуттів та почуттів власних дітей?

Практикум «Киплячий чайник»

Батькам пропонуються малюнки з чайниками, кожен має позначити, як він почувається зараз, наскільки їхній чайник гарячий чи закипів. Після цього пригадати свій складний день. Потім сказати, як «вогник» емоцій впливає на дітей, які знаходяться поряд з «киплячим чайником» (рис. 1).

Вправа «Кольори емоцій»

Батькам пропонується об’єднатися в пари. Кожний учасник отримує аркуш паперу та олівці чи фарби і малює погодне явище, наприклад:

√ літній дощик;

√ веселку;

√ сонячний ранок;

√ перший сніг;

√ осінній вітерець;

√ морозний вечір;

√ похмуре небо.

Учасникам пропонується за допомогою кольорів та зображення природних явищ показати різноманітні емоції — радість, сум,злість, заздрість, співчуття тощо. Після завершення інший учасник намагається відгадати, яку емоцію зобразив його партнер.

Обговорення після вправи

Чи складно було малювати власні емоції? Чи було складно вгадувати емоцію, яку зображала інша людина? Чому? Після завершення вправи учасникам пропонується відкрити галерею емоцій.

Вправа «Щаслива сім'я»

Дуже важливо усвідомити, що заважає прояву позитивних емоцій у сім'ї, які бар'єри існують на шляху до щасливих, наповнених любов'ю стосунків. Учасникам пропонується обговорити такі теми:

√ «Що заважає гармонії в сім'ї?»

√ «Щасливі батьки».

√ «Щаслива дитина».

Особливості очного заняття: батьки діляться на 3 групи, роз; рахувавшись на «червоний, жовтий, зелений». Кожна група працює над виготовленням колажу з якоїсь теми і готується до їх обговорення.

1 група (червона) — «Що заважає гармонії в сім'ї?». Учасники створюють колаж, на якому відображають бар'єри та стереотипи, що заважають щастю сім'ї.

2 група (жовта) — «Щасливі батьки». Учасники створюють колаж, який відображає умови, почуття, події, ресурси, необхідні для щасливого батьківства.

3 група (зелена) — «Щаслива дитина». Учасники створюють колаж, на якому відображають умови, почуття, події, ресурси, необхідні для щасливого дитинства.

Після завершення роботи батьки презентують свої колажі, відбувається загальне обговорення їхнього змісту.

Запитання для обговорення:

√ Які бар'єри заважають конструктивній взаємодії між батьками та дітьми?

√ Які причини можуть призвести до дисбалансу в родині?

√ У чому різниця між колажами «Щаслива дитина», «Щасливі батьки»?

√ Що між ними спільного?

√ Як впливає емоційний стан батьків на дитину?

√ Від чого він залежить?

Вправа на завершення «Батьківський щоденник»

Мета: зворотній зв, язок (висловити своє ставлення до роботи протягом тренінгу, надати можливість оцінити своє батьківство, виходячи з отриманої інформації).

Ресурси: зошит для записів, ручка, фліпчарт, альбом для фліпчарту.

Хід проведення. Ведучий пропонує учасникам пригадати, які вправи виконувалися протягом дня (вправи, які називають учасники ведучий занотовує на аркуші фліпчарту) та прокоментувати враження від їх виконання. Ведучий пропонує записати у свій батьківський щоденник відповіді на наступні питання:

• «Під час заняття я зрозумів (зрозуміла) ...»;

• «Я батько (мати), тому ...»;

• «Які ідеї та думки народились у мене ...».

За бажанням, учасники читають свої записи. На завершення, ведучий дякує групі за спільну роботу й нагадує час і місце початку наступної зустрічі.