

завдань, вихідного матеріалу та методичних модифікацій приводять до урізноманітнення окремих форм груп. Серед них найбільш відомі групи поведінкового тренінгу, тренінгу чутливості, рольового тренінгу, відеотренінгу. Але найбільш суттєвим є проледуна спорідненість цих груп, їх схожість за зовнішніми характеристиками і внутрішніми параметрами.

Список літератури:

1. Роджерс К. Несколько важных открытий // Вестник МГУ. – Сер. 14 «Психология». – 1990. – № 2. – С. 58-65.
2. Рудестам К. Групповая психотерапия / К. Рудестам. – СПб. : ЗАО «Издательство «Питер», 1999. – 384 с.
3. Firbert M.S. Sensitivity training: An analysis of trainer interventions and group process / M.S. Firbert // Psychological Reports. – 1968. – № 22. – P. 829-838.
4. Shapiro J.L. Methods of group psychotherapy and encounter / J.L. Shapiro. – Itasca, Ill. : F.E. Peacock, 1978.
5. Yalom I.D. Study of group therapy dropouts / I.D. Yalom // Archives of general Psychiatry. – 1966. – № 14. – P. 393-414.

Прокоф'єва О. О.
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології

Прокоф'єва О. А.
старший викладач
кафедри анатомії і фізіології людини і тварин
Мелітопольський державний педагогічний університет
імені Богдана Хмельницького
м. Мелітополь, Запорізька область, Україна

РОЗМОВА ПРО ВІЙНУ З ДІТЬМИ

Все частіше ми чуємо серед розмов молодших школярів дитячі роздуми про війну. Багатьом дітям не вистачає базових навичок грамотності, які необхідні для розмежування думок і фактів. Національна спілка по запобіганню жорстокої поведінки з дітьми (NSPCC) Великобританії провела 2017 р. дослідження, яке виявило, що серед основних думок дітей є ядерна війна. NSPCC наголошує, що психічне здоров'я дітей руйнується фальшивими, підробленими новинами [1]. Те, як світ зараз споживає новини, різко відрізняється від того, як це було 20 років тому. Діти, молодь зростають в агресивному інформаційному просторі, вони спостерігають за масштабними інцидентами, які розгортаються наживо на телебаченні, подіями в зоні операції об'єднаних сил ООС (антитерористичної операції), мають доступ до багатьох думок в соціальних мережах, часто з ненадійних джерел. Фальшиві новини – це сенсаційна, перебільшена, часто неправдива інформація, яка поширюється для збільшення кількості споживачів і доходів. Такі новини мають цілеспрямований вплив на формування світогляду за певним замовленням. Дорослі можуть (але не завжди) розрізняти реальні і нереальні повідомлення, можуть зрозуміти мотиви авторів і сприймати інформацію з обережністю. У дітей немає такого досвіду і навичок, те, що вони читають ічують,

не обговорюється і не піддається сумніву ні вдома, ні в школі. Це призводить до великих проблем. Найбільшим страхом у дітей є війна і тероризм. Зростання рівня їх занепокоєння пов'язано з новинами – чи то АТО, онкозахворювання, тероризм, авткатастрофи. Ніколи ще не було більш важливого часу, щоб забезпечити дітей і молодь доступом до об'єктивних новин, які їм можна дивитися без страху. Однак, це, скоріш за все, утопія. Ключовим є розвиток критичного мислення, створення довірливої і безпечної атмосфери вдома і в школі. Відсутність підтримки, яка допомагає розвитку критичного мислення, безперечно, призведе до збільшення проблем психічного здоров'я серед молоді.

У сучасному світі батьки і вчителі також стикаються з проблемою пояснення насильства, тероризму, війни дітям. Це важкі, але вкрай необхідні бесіди. Вони дають батькам і вчителям можливість допомогти своїм дітям почувати себе більш безпечно і впевнено та розуміти світ, в якому вони живуть.

Наступна інформація може бути корисною для батьків і вчителів під час обговорення цих питань.

Послухайте дітей:

- Створіть час і місце, щоб діти могли задавати свої питання. Не змушуйте дітей говорити про свої переживання, поки вони не готові.
- Пам'ятайте, що діти схильні персоналізувати ситуації. Наприклад, вони можуть турбуватися про друзів або родичів, які живуть у місті, пов'язаному з інцидентами або подіями.
- Допоможіть дітям знайти способи висловитися. Деякі діти можуть не вміти говорити про свої думки, почуття або страхи. Вони можуть малювати малюнки, грати з іграшками або писати розповіді чи вірші, які прямо або опосередковано пов'язані з поточними подіями.

Дайте відповідь на питання дітей:

- Використовуйте слова та поняття, які може зрозуміти дитина. Зробіть своє пояснення відповідним віку вашої дитини та рівнем розуміння. Не перевантажуйте дитину великою кількістю інформації.
- Дайте дітям чесні відповіді та інформацію. Діти, як правило, знають, чи ви не чесні.
- Будьте готові повторювати пояснення або провести кілька розмов. Деяку інформацію може бути важко прийняти чи зрозуміти. Дитина питає одне і те саме кілька разів для того, щоб стати впевненою.
- визнавайте та підтримуйте думки, почуття та реакції дитини. Нехай вона знає, що ви вважаєте її питання та зауваження важливими.
- Будьте послідовні та обнадійливі, але не робіть нереалістичних обіцянок.
- Уникайте стереотипів щодо раси, національності або релігії. Використовуйте можливість навчати толерантності та пояснити упередження.
- Пам'ятайте, що діти вчать спостерігати за своїми батьками та вчителями. Вони дуже зацікавлені в тому, як ви реагуєте на події. Вони навчаються, слухаючи ваші бесіди з іншими дорослими.
- Дайте дітям знати, що ви відчуваєте. Добре, щоб вони знали, чи ви зацікавлені, чи турбуєтесь про події. Однак, не обтяжуйте їх вашими турботами.
- Не протиставляйте спосіб поведінки вашої дитини з подіями. Якщо дитина відчуває занепокоєння, сказавши, що це відбувається дуже далеко, зазвичай, краще не розходитися. Для того, щоб відчути себе в безпеці, дитині варто подумати про подію.

Надайте підтримку:

- Не дозволяйте дітям дивитись на телебаченні численні насильницькі чи невітні зображення. Повторні страшні зображення або сцени можуть бути дуже тривожними, особливо для маленьких дітей.
 - Допоможіть дітям встановити передбачуваний розпорядок. Діти більш впевнені, коли мають структуроване життя. Школа, заняття спортом, дні народження, свята та групові заняття додають впевненості під час стресових ситуацій.
 - Координація інформації між родиною та школою. Батьки повинні знати про події та дискусії у школі. Вчителі повинні знати про конкретні страхи та проблеми дитини.
 - Діти, які зазнали травми чи втрати, можуть проявляти більш інтенсивні реакції на трагедії або новини про війну чи терористичні інциденти. Ці діти можуть потребувати додаткової підтримки та уваги.
 - Дивіться на фізичні симптоми, пов'язані зі стресом. Багато дітей виявляють тривогу та стрес через скарги на фізичні болі.
 - Слідкуйте за можливим занепокоєнням через насильницькі фільмами або військові теми комп'ютерних ігор.
 - Ознаки того, що дитині може знадобитися професійна допомога, включають: постійні проблеми зі сном, постійні порушення думок, страшні образи, інтенсивні страхи стосовно смерті.
 - Допоможіть дітям спілкуватися з іншими людьми та виражати себе вдома. Деякі діти, можливо, захочуть написати листи або намалювати малюнки президентові, військовим, місцевій газеті або горючим сім'ям.
 - Нехай діти будуть дітьми. Вони, можливо, не хочуть думати або говорити багато про важкі події. Це добре, якщо вони грають у м'яч, лазають на дерева або катаються на велосипеді тощо.
- Війна та АТО непрості для розуміння та прийняття. Зрозуміло, що багато маленьких дітей почувуються заплутаними, засмученими та тривожними. Батьки, вчителі та дбайливі дорослі можуть допомогти, слухаючи та відповідаючи чесно і послідовно, підтримуючи. Більшість дітей, навіть ті, які зазнають травми, є досить стійкими. Як і більшість дорослих, вони можуть і здатні пройти через важкі часи і продовжувати своє життя. Створюючи відкрите середовище, де вони почувуються вільними задавати питання, батьки і вчителі можуть допомогти їм впоратись і зменшити можливість емоційних труднощів, зберегти психологічне здоров'я.

Список літератури:

1. Cox N. Children now say their main worries include nuclear war – their mental health is being wrecked by fake news [Electronic resource] / N. Cox // Independent. – Access mode: <https://www.independent.co.uk/voices/fake-news-children-anxiety-opinion-literacy-misinformation-schools-a7955046.html>
2. Terrorism and War: How to Talk to Children [Electronic resource] // American Academy of Child & Adolescent Psychiatry. – 2017. – # 87. – Access mode: https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/Guide/Talking-To-Children-About-Terrorism-And-War-087.aspx

Шпелік Т. В.
аспірант

Інститут спеціальної психології
Національної академії педагогічних наук України
м. Київ, Україна

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЖИТТЄВИХ ПРИЗНАЧЕНЬ У ПІДЛІТКІВ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ ЛЕГКОГО СТУПЕНЮ

Розширення соціальної активності, надбання самостійності, вдосконалення комунікативних навичок і планування свого майбутнього в підлітковому віці неможливе без формування смислотворчої сфери особистості. Найважливішим новоутворенням для становлення смислотворчої сфери особистості є становлення смислотворчої регуляції, на основі якої формується почуття дорослості, смислотворчі орієнтації, а також система життєвих призначень.

Поняття життєвого призначення важливе для розуміння конструктивного розвитку особистості і в персонології вивчаються представниками напряму гуманістичної психології (А. Адлер, А. Маслоу, К. Юнг); а також вітчизняними і російськими вченими (Б. Ананьєв, К. Абульханова-Славська, О. Коржова, О. Мотков, С. Рубінштейн та ін.). Згідно О. Моткова: «Життєві призначення – це спочатку задані природні орієнтації людини, його загальна життєва спрямованість, що виражає схильність до певного типу функціонування, стилю діяльності, типу стосунків до себе, людей і світу в цілому» [4]. Для вивчення життєво-смислової сфери особистості в нашому дослідженні на констатуючому етапі дослідження була застосована методика О. Моткова «Життєве призначення». Ця методика розглядає для вивчення чотири пари життєвих призначень, які мають полярну природу: «виконавець-творець», «керівник-підлеглий», «підтримка інших – підтримка себе», «ситуативна орієнтація – духовна орієнтація».

Дослідження особливостей життєвих призначень проводилося на базі школи-інтернату № 12 м. Києва, школи-інтернату № 26, а також Київської міської клінічної психоневрологічної лікарні № 1 ім. акад. І.П. Павлова. Основну групу склали 150 підлітків з легкою розумовою відсталістю (F70) у віці 14-15 років. Контрольну групу склали 104 підлітки з нормальним інтелектом, школярі середніх загальноосвітніх шкіл Подільського району м. Києва.

Для оптимізації розвитку особистості найбільш важлива вираженість творчої і духовної орієнтацій. Як показали результати дослідження, вираженість цих орієнтацій зникається із зменшенням рівня гармонійності: творча – з 39,4% у контрольній групі підлітків до 1,3% у основній; духовна – з 30,8% у контрольній групі до 7,3% у основній ($p < 0,01$). Вираженість альтруїстичної орієнтації («підтримка інших») також падає із зниженням рівня гармонійності: з 75,9% у контрольній групі до 21,3% у основній ($p < 0,01$).

У підлітків контрольної групи в парі орієнтації «керівник-підлеглий» переважає орієнтація керівника (64,4%), у підлітків основної групи переважає орієнтація підлеглої (61,3%); ($p < 0,01$). Дані аналізу вираженості полярних орієнтацій за цією методикою представлені у наступній таблиці.