

УДК 159.9

Овсяннікова Я.О., к. психол. н., старший науковий співробітник, старший науковий співробітник науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології НУЦЗУ

**ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗАХИСТ ДОШКІЛЬНИКІВ В ОСЕРЕДКУ
НАДЗВИЧАЙНОЇ СИТУАЦІЇ**

У статті порушено одне з найбільш актуальних, на сьогоднішній день, питань - робота з дітьми в умовах надзвичайної ситуації. Виділено та проаналізовано основні соціально - психологічні детермінанти, що призводять до помилкових дій психологів, які здійснюють роботу з дітьми в умовах надзвичайної ситуації. А також представлені результати дослідження, що стосуються особливостей надання психологічної допомоги дітям дошкільного віку в осередку надзвичайної ситуації.

Ключові слова: психологічна допомога, надзвичайна ситуація, вікові особливості, страхи, діти дошкільного віку.

В статье поднят один из наиболее актуальных на сегодняшний день вопросов - работа с детьми в условиях чрезвычайной ситуации. Выделены и проанализированы основные социально-психологические детерминанты, приводящие к ошибочным действиям психологов, осуществляющих работу с детьми в условиях чрезвычайной ситуации. А также представлены результаты исследования, касающиеся особенностей оказания психологической помощи детям дошкольного возраста в очаге чрезвычайной ситуации.

Ключевые слова: психологическая помощь, чрезвычайная ситуация, возрастные особенности, страхи, дети дошкольного возраста.

Постановка проблеми. Діти є найбільш складною категорією з точки зору проведення заходів з надання їм невідкладної психологічної допомоги.

Зазначимо, що допомога постраждалій дитині в корні відрізняється від аналогічної допомоги літній людині, жінці або іншим категоріям постраждалого населення і має свої особливості:

1. Для надання ефективної допомоги дітям, постраждалим внаслідок надзвичайної ситуації, необхідно дуже швидко визначати емоційний стан конкретної дитини, її загальний стан. Це не дає можливості використовувати весь звичний психологічний інструментарій, змушуючи психологів обмежуватися короткою бесідою і візуальною діагностикою.

2. Як показує досвід, в умовах того жаху, який звалився на дитину в результаті надзвичайної ситуації, діти, як і дорослі, в силу своїх психологічних особливостей не замислюються про збереження своєї психіки і, природно, не звертаються за психологічною допомогою. У цих умовах психолог сам є ініціатором спілкування.

3. Допомога дитині у відреагуванні на надзвичайну ситуацію.

4. Як правило, в осередку надзвичайної ситуації психологи прагнуть надати психологічну допомогу великій кількості людей, в тому числі і дітям. У більшості випадків це призводить до невиправданого нехтування їхніми психологічними особливостями.

Наш досвід роботи з дітьми постраждалими внаслідок надзвичайної ситуації державного та регіонального рівнів дозволяє виділити основні соціально - психологічні детермінанти, що призводять до помилкових дій наших колег психологів, які здійснюють таку роботу.

Головна помилка, яка властива більшості наших колег психологів це або повне, або часткове нерозуміння, не врахування, тих психологічних вікових особливостей, які притаманні дитині в її віці. Це призводить до кумулятивного нарощування помилкових дій і в кінцевому підсумку до неправильної взаємодії або повної відсутності взаємодії психолога і дитини.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. При написанні статті були проаналізовані наукові праці видатних українських вчених, таких як О.В. Тімченко, В.Є. Христенко та ін., в яких наводяться загальні підходи надання невідкладної психологічної допомоги людям, що опинились в осередку лиха, висвітлюються основні методи, які використовують фахівці ДСНС України при роботі з різними категоріями постраждалого населення.

Мета. Виділити та проаналізувати особливості надання психологічної допомоги дитині дошкільного віку в умовах надзвичайної ситуації.

Виклад основного матеріалу. Діти – це окрема категорія постраждалих, яка має свої вікові особливості розвитку психіки, і які необхідно враховувати в першу чергу. Дитяча психіка, перебуваючи на тому чи іншому етапі формування і розвитку, дуже вразлива до різного роду стресів. Тому, і методи роботи з дітьми в осередку надзвичайної ситуації повинні бути зовсім іншими, ніж методи роботи з дорослими.

Саме тому, фахівцями науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології НУЦЗУ було проведено цикл досліджень, спрямованих на розробку дієвих методів і методик з надання екстреної психологічної допомоги дитині, яка волею долі опинилася в осередку надзвичайної ситуації. У дослідженні брали участь діти різних вікових груп: це діти дошкільного віку, молодшого шкільного віку. Дослідження проводилося в дитячих садках, загальноосвітніх школах, гімназіях, інтернатах.

На сьогоднішній день існує певна кількість вікових періодизацій психічного розвитку особистості. Так, що стосується дітей, то більшість науковців виділяють такі періоди психічного розвитку: немовляцтво, раннє дитинство, дошкільний вік, молодший шкільний вік, підлітковий вік, рання юність.

Оскільки психологічна робота з дітьми дошкільного віку в умовах надзвичайної ситуації є найбільш маловивченою, складною і відповідальною, то розглянемо дещо докладніше дану вікову категорію.

Хотілося б зазначити, що у більшості випадків в осередку надзвичайної ситуації діти дошкільного віку почуваються безпорадними, відчувають відсутність безпеки. І однією з головних потреб у маленьких постраждалих є потреба в безпеці і захищеності.

Для створення відчуття безпеки і захищеності в умовах надзвичайної ситуації, перш за все, необхідно допомогти дитині відреагувати на ситуацію, що склалася.

Звернемо увагу на те, якщо дитина перебуває під контролем батьків або близьких людей, психологу необхідно допомогти їй відреагувати на надзви-

чайну ситуацію. Без контролю дорослих не слід давати такої можливості постраждалій дитині. Вона повинна вийти з надзвичайної ситуації з почуттям безпеки і відреагувати на цю ситуацію в посткатастрофний період в більш контрольованій обстановці.

Однак, якщо дитина буде самостійно реагувати, то психологу припиняти цього не варто, а потрібно запросити медичних працівників для спільної роботи.

Крім цього у дітей дошкільного віку є психологічні вікові особливості, які не можна ігнорувати при наданні їм психологічної допомоги.

Так, у дошкільному віці діти ще погано визначають на «око» відстані між предметами, розмір приміщення, розміри предметів і т.д.

Кольори розрізняються, як правило, тільки основні, змішані просто не сприймаються або точніше не визначаються так, як вони визначаються дорослими.

Події, що відбуваються, дитина сприймає оповідно, не виділяючи головного і другорядного, надає особливу емоційну насиченість всього побаченого і почутого.

У цьому віці не до кінця сформовано сприйняття часу. Так, заповнений подіями час протікає швидше. Пустий, не заповнений час переоцінюється у більшу сторону.

При спілкуванні з дитиною, даної вікової категорії, необхідно завжди ставити конкретні, деталізовані, навідні питання, що мають завжди альтернативний вибір («так» чи «ні»). Альтернативність у питаннях обумовлена тим, що діти в цьому віці схильні в усьому погоджуватися з дорослими.

Особливістю пам'яті в цьому віці є те, що вона носить наочно-образний характер, тобто мислення асоціативно. Дитина не запам'ятовує предмети просто так, вона запам'ятовує їх у порівнянні з чимось і у зв'язку з чимось. Дитина не намагається запам'ятати те, що відбувається для того, щоб надалі розповісти побачене, її пам'ять носить мимовільний характер.

Увага в цьому віці також має відмінні риси. Діти ще не вміють підтримувати увагу протягом тривалого часу в одному і тому ж напрямку, не відволікаючись від інших предметів. У першу чергу, увагу дітей приваблює все яскраве, помітне, невідоме. Однак, іноді вона може бути досить інтенсивною і стійкою, але це відбувається в тому випадку, якщо дитина сприймає все, як гру.

Мислення в цей період характеризується як конкретне, узагальнення розвинене ще не в достатній мірі. І це ще раз показує, як важливо ставити дитині прості, конкретні, предметні питання, розділяючи тим самим побачені дитиною події на зрозумілі їй операції і дії.

Слід виділити таку особливість дитячої психіки, як надмірне використання своєї уяви. У цьому віці дитина в більшій мірі відходить від дійсності при переказі побаченого, ніж дорослий, вона змішує уявне з дійсним. Говорячи іншими словами, для дитини існує один світ. Уявне і дійсне для неї одне і те ж, одне «вплетене» в інше.

При характеристики мовлення слід відзначити, що лексика в цьому віці ще вкрай обмежена. Це означає, що іноді дитина розуміє, що від неї хочуть почути, але не може висловити це досить зрозуміло на вербальному рівні. Як правило, в цьому випадку вона вдається до асоціацій [1].

Ще однією важливою особливістю, на яку необхідно звертати увагу психологу при взаємодії з маленьким постраждалим в умовах надзвичайної ситуації є те, що дитина не може повністю виразити свій емоційний стан.

Також необхідною складовою для створення відчуття безпеки і захищеності у дитини дошкільного віку є врахування її страхів.

Почуття страху у дітей виникає досить часто. Страху у дитини можуть виникнути внаслідок перенесеної психотравматичної ситуації і боязні її повторення. Також в більшості випадків страху є результатом психологічного впливу дорослих людей (частіше за всього батьків): часте нагадування дитині про виникнення можливих неприємних ситуацій, супровід будь-яких самостійних дій дитини емоційно забарвленим попередженням про небезпеку, надмірна опіка або навпаки, сімейні проблеми, розмови в присутності дітей про різні негативні явища (смертях, вбивствах, пожежах), усвідомлене залякування дитини казковими персонажами (баба-яга, лісовик, водяний), щоб домогтися слухняності та ін.

Наявність тих або інших дитячих страхів безпосередньо залежить від віку дитини.

У ході нашого дослідження було виділено три групи страхів, які притаманні дітям від 3-х до 5-ти років:

- 1 група – страхи, пов'язані з тваринами;
- 2 група – страхи, пов'язані з казковими персонажами;
- 3 група – страхи, пов'язані із загрозою для життя.

Розглянемо дещо докладніше кожен виділену групу страхів.

1 група – страхи, пов'язані з тваринами. В осередку надзвичайної ситуації особливо природного характеру, дуже часто разом з людьми страждають тварини і птахи, які проживають у даному регіоні. У дитини в цій ситуації може відбутися вторинна травматизація. Внаслідок того негативного досвіду, який був у неї раніше, і який у дитини закладений на підсвідомому рівні взаємодії або зустрічі з тією чи іншою твариною.

Слід зазначити, що на сьогоднішній момент невідомо, яких тварин і птахів бояться діти, як вони до них ставляться.

За результатами проведеного дослідження стало відомо, що практично 90% всіх опитаних дітей, віком від 3-5 років, бояться таких тварин як лисицю, вовка, тигра, лева. А серед птахів, як не дивно, саме сова, яку всі дорослі, особливо вчені, вважають символом мудрості, у дітей асоціюється з небезпекою і злом.

Тому, при розробці сценаріїв лялько - і казкотерапії, що проводяться в осередку надзвичайної ситуації, спеціалістам рекомендується відмовитися використовувати цих тварин.

У момент встановлення первинного психологічного контакту з дитиною, ми пропонуємо використовувати іграшки у вигляді kota, собаки, слона, зайця, білки, миші, свині й овечки. Також можна використовувати і іграшки птахів – це голуб, горобець, синиця, дятел, гусак, курка.

Крім того, враховуючи географічний регіон, в якому знаходиться Україна, то рекомендується в осередку надзвичайної ситуації використовувати саме образи собаки і кішки, так як вони створюють більшу безпеку для дитини. Причому не має значення, хлопчик це чи дівчинка.

2 група – страхи, пов'язані з казковими персонажами. Проведене дослідження показало, що негативними казковими героями є персонажі не тільки наших казок, мультфільмів і дитячих фільмів. Причому персонажі російських, українських і білоруських народних казок і персонажі зарубіжних мультфільмів у свідомості дітей перемішані:

Баба - яга, відьми,
Кошій безсмертний,
Бармалей,
Карабас - Барабас,
Вовк,
Тугарин Змій,
Снігова королева,
Тролі, ельфи, гноми.

Позитивними героями для наших дітей зараз є:

Буратіно,
Шрек,
Айболит,
Доктор Плюшева,
Чіп І Дейл,
Лунтик,
Врятована Царівна,
Феї Вінкс,
Іван – рятівник,
Богатирі: Альоша Попович, Ілля Муромець та ін.,
Маша і Ведмідь.

Хотілося звернути увагу на те, що у сучасних дітей Шрек, Феї Вінкс і Айболіт допомагають людям, а Вовк - рятівник наприклад, за казкою Іван Царевич і Сірій Вовк, є злим і поганим для молодших дошкільників.

У кожного покоління свої герої і антигерої, в тому числі і казкові. Вони можуть нам подобатися чи не подобатися. Можуть викликати здивування або різке відторгнення. Однак – це реальність, яку не варто ігнорувати. Тому, подібні дослідження треба проводити кожні 5-7 років.

Як показує наш досвід, дітям, які знаходяться в осередку надзвичайної ситуації необхідно знати, що їх не залишать одних, що вони комусь потрібні і про них подбають. Тому повинні використовуватися тільки позитивні казкові герої.

Ми рекомендуємо при наданні психологічної допомоги дітям використовувати таких позитивних казкових персонажів:

Шрек,
Доктор Плюшева. Це сучасний аналог доктора Айболіта.
Лунтик,
Богатирі.

Так як ці казкові герої, на сьогоднішній день, для дітей віком від 3 - 5 років є найулюбленішими. І вони зможуть захистити маленького потерпілого «тут і зараз».

Відзначимо, що при роботі з дітьми в осередку надзвичайної ситуації не рекомендується використовувати негативних казкових персонажів. Тому що

робота психолога відбувається в стислі терміни і часу немає на довгострокову психотерапію, і методи що використовуються, повинні бути швидкими і дієвими. А включення негативних казкових персонажів у елементи казко - і лялькотерапії, вимагає від фахівця чимало часу, щоб з маленьким постраждалим опрацювати надзвичайну ситуацію. Такий психотерапевтичний вплив на дитину має здійснюватися в посткатастрофний період.

3 група – страхи, пов'язані із загрозою для життя. За результатами проведеного дослідження, були виявлені основні страхи у дітей від 3-х до 5-ти років:

- страх самотності,
- страх темряви,
- страх знаходження дитини одного в замкнутому просторі,
- страх висоти,
- страх спізнитися куди-небудь (починає формуватися у дітей з 5-ти років),
- страх смерті,
- страх хвороби або зараження,
- страхи стихії, вогню, пожежі, війни.

Кожна дитина індивідуальна, і в кожній свої страхи, але є загальні страхи, які притаманні даному віковому періоду. Тому, в осередку надзвичайної ситуації необхідно мінімізувати всі страхи у дитини, не загострюючи її уваги на якомусь одному.

Однак, якщо дитина сама починає говорити про свої особисті страхи, то психологу їх потрібно обов'язково опрацювати. А якщо не вербалізує постраждала дитина свої страхи, то вони не опрацюються.

Робота зі страхами – це важливий елемент психологічної допомоги дитині. На сьогоднішній день існують різні способи і методи щодо подолання дитячих страхів, це малювання, ліплення з пластиліну, програвання ситуацій страху та ін. Але робота зі страхами повинна проводитися в посткатастрофний період, коли вплив на дитину негативних стрес-факторів надзвичайної ситуації усунуто.

Хотілося б відзначити, що в осередку надзвичайної ситуації можна купірувати певні загальні страхи. Такі як: страх темряви, страх самотності, страх знаходження дитини однієї в замкнутому просторі, страх стихії, вогню, пожежі, хвороби, травматизації і страх смерті.

- Так, страх темряви, мінімізується тим, що в приміщенні, де фахівець служби порятунку надає психологічну допомогу постраждалій дитині, має бути світло незалежно від часу доби.

- Страх самотності, купірується тактильним контактом у вигляді обіймів, дотиків, прогладжувань дитини або накриттям її ковдрою.

- Страх знаходження в замкнутому просторі, мінімізується, тим, що психолог в умовах надзвичайної ситуації знаходиться поруч з постраждалою дитиною, не залишає її одну.

- Страх висоти, страх запізнитися куди-небудь. При наданні екстреної психологічної допомоги в умовах надзвичайної ситуації ці страхи не актуальні, вони просто ігноруються.

• Страх стихії, вогню, пожежі, хвороби, травматизації, і страх смерті – це б страхів, які залишаються у дитини в осередку надзвичайної ситуації і які необхідно мінімізувати. Виникає питання: «Як це зробити?»

Зауважимо, що протилежністю цих страхів для дитини є почуття захищеності і безпеки. Тому, основним завданням психолога при роботі з дитиною є створення відчуття безпеки і захищеності у неї в осередку надзвичайної ситуації. У цьому випадку необхідно використовувати метод «оточення любов'ю і добром». Щоб у дитини при спілкуванні з психологами служби порятунку виникали тільки позитивні емоції.

Хотілося б відзначити, для того щоб робота з дітьми в осередку надзвичайної ситуації була результативною, отримані нами результати дослідження потребують уточнення не рідше ніж кожні 5-7 років.

Висновки. Таким чином, психологічна робота з дитиною в осередку надзвичайної ситуації має свої особливості. Головним моментом при наданні невідкладної психологічної допомоги дітям дошкільного віку є створення у них відчуття безпеки і захищеності. Це відчуття можливо створити за допомогою таких складових як:

- допомога дитині у відреагуванні на надзвичайну ситуацію;
- врахування вікових психологічних особливостей дитини;
- врахування дитячих страхів. До цих страхів відносять: страхи, які пов'язані з тваринами, страхи, які пов'язані з казковими персонажами; страхи, які пов'язані з загрозою для життя.

А також важливим моментом, в умовах надзвичайної ситуації, є, те, що маленького постраждалого потрібно обов'язково оточити турботою, увагою і добром. Щоб він не відчував себе покинутим і самотнім у ситуації, що склалася.

Врахування вище перерахованих особливостей призводить до ефективного психотерапевтичного впливу на дитину дошкільного віку.

ЛІТЕРАТУРА

1. Кризова психологія [Текст] : навчальний посібник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка. К85 – Х. : НЦЗУ, КП «Міська друкарня», 2010. – 383с.

УДК 159.9

Онiщенко Н.В. к. психол. н., старший науковий співробітник, провідний науковий співробітник науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології Національного університету цивільного захисту України

ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ОСНОВНИХ ТИПІВ РЕАГУВАННЯ ПОСТРАЖДАЛИХ НА ВТРАТУ ВНАСЛІДОК НАДЗВИЧАЙНОЇ СИТУАЦІЇ

У статті наведено розгляд проблеми виділення типології постраждалих, з якими доводиться працювати екстремальному психологу в осередку надзвичайної ситуації. Проводиться опис всіх особливостей поведінки та реагування постраждалого кожного типу на певну втрату внаслідок надзвичайної ситуації.