

5. Петришин Л. Й. Роль соціального працівника як медіатора у врегулюванні конфліктів. *Педагогічна освіта: теорія і практика: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка*, 2017. Вип. 24 (2-2017). Ч.2. С. 163 – 171.

6. Техники и технологии эффективной медиации. Режим доступа : <http://studme.org/> (дата звернення: 20.04.2023).

Анна Доценко

здобувачка першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності 231 Соціальна робота, освітньо-професійна програма «Соціальна робота. Соціальна педагогіка. Практична психологія» Державний заклад «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка» м. Полтава, Україна

Вікторія Степаненко

доктор педагогічних наук, доцент, професор кафедри соціальної педагогіки Державного закладу «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка» м. Полтава, Україна

КОЛИСКОВИЙ СПІВ ЯК СОЦІАЛЬНО-ТЕРАПЕВТИЧНИЙ ЗАСІБ ВІДНОВЛЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ РІВНОВАГИ ДИТИНИ

У статті проаналізовано основні аспекти відновлення емоційної рівноваги дитини соціально-терапевтичним засобом – колисковий спів. Зазначено, що складовими терапевтичного простору колискового співу є: психоемоційний стан людини, яка наспівує колискову; тілесний контакт; вібрація голосу; закладені позитивні формули; константність та ритм; образність, контакт з ресурсами. Констатовано, що колисковий спів виконує захисну функцію і є універсальним соціально-терапевтичним засобом, що забезпечує, перш за все, емоційну рівновагу дитини.

Ключові слова: соціально-терапевтичний засіб, колисковий спів, дитина, емоційна напруга, терапевтичний простір.

Постановка проблеми. Діти є надзвичайно психологічно вразливими, особливо в умовах надзвичайних ситуацій, тому необхідно забезпечити їм емоційно комфортне середовище виховання і розвитку, сприяти відновленню емоційної стабільності та рівноваги [4]. Музикотерапія сприяє покращенню психофізичного стану людини та відновлення її емоційної рівноваги [1]. В умовах значних масових заворушень, воєнних дій важливо знайти такі засоби допомоги, які могли б могли практикувати самі батьки вдома [3]. Колискова пісня є ефективним засобом музикотерапії, що допомагає дитині подолати тривожні почуття, створити

атмосферу любові, ніжності, затишку та заспокоєння. Колисковий спів може створити невимушену позитивну атмосферу, організувати комфортне середовище для подолання негативних наслідків пережитих дітьми психотравмованих ситуацій, зняття стану внутрішньої напруженості, емоційної тривожності [4].

Виклад основного матеріалу. Колисковий спів огороджує дитину від стресів і емоційної нестійкості, заспокоює. Колісанки виконують важливу функцію розвитку дитини. Співати дитині – це природний і ефективний спосіб навчити її нових слів і звуків. За допомогою співання колискових у дитини поступово формується фонетична карта мови, вона краще сприймає і запам'ятовує емоційно забарвлені слова і фрази [2].

Виконання колискових пісень є ефективним соціально-терапевтичним засобом у роботі з дітьми, які мають синдром дефіциту уваги. Колисковий спів показав свою ефективність у роботі з травмованими дітьми різних категорій – переселенцями; дітьми, у яких є загиблі родичі. Наспівування колискових дітям з тимчасово переселених родин здатне позитивно впливати на психоемоційний стан постраждалих від значних стресових чинників.

Складовими терапевтичного простору колискового співу є:

- психоемоційний стан людини, яка наспівує колискову (виконання колискових у стані цілісності, рівноваги, внутрішнього спокою, доброзичливості, співпереживання);
- тілесний контакт (прогладжування, погойдування);
- вібрація голосу (материнський голос, звуки, звукосполучення);
- закладені позитивні формули (оберіг);
- константність та ритм (повторюваність слів пестливого і ніжного характеру, ритмічність створюють відчуття безпечності, захищеності);
- образність, контакт з ресурсами (звернення до життєдайного материнського світу, відновлення базового спокою та рівноваги, довіри до світу) [3].

Висновки. Отже, колисковий спів виконує захисну функцію і є універсальним соціально-терапевтичним засобом, що забезпечує, перш за все, емоційну рівновагу дитини. Виконання колискових пісень є однією з успішних терапевтичних технік на основі народних традицій (поряд з техніками тілесно зорієнтованої психотерапії, арт-терапії, ігрової психотерапії тощо), які зарекомендували себе у роботі з дітьми, що зазнали впливу тяжких стресових чинників, потребують відновлення емоційної рівноваги.

Список використаних джерел

1. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії: навч.-метод. посібник. Ч. 1. Львів : ЛьвДУВС, 2020. 232 с.
2. Непомітне введення дитини у світ мистецтва через колискову / Велика ідея. URL: <https://biggggidea.com/project/klyuchik-do-rozumu-dushi-i-sertsya/blog/2306/> (дата звернення: 14.03.2023).

3. Омельченко Я. М. Колискові пісні як засіб відновлення базової рівноваги травмованих дітей. *Психологічна допомога дітям у кризових ситуаціях: методи і техніки: метод. осіб.* / за ред. З. Г. Кісарчук. К., 2015. С. 156-170.

4. Поворознюк С. І. Використання дитячого фольклору у вихованні та розвитку дітей дошкільного віку з родин учасників АТО і внутрішньо переміщених осіб. *Освітній дискурс.* Вип. 5. С. 46-53.

Оксана Жизномірська

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри педагогіки і психології та інклюзивної освіти,
Тернопільський обласний комунальний інститут
післядипломної педагогічної освіти
м.Тернопіль, Україна

ПСИХОЕМОЦІЙНА ТА СОЦІАЛЬНА ПІДТРИМКА ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ

У статті окреслюється питання психоемоційної допомоги та соціальної підтримки молодій людині у кризовий період війни; поставлено акцент на актуальності тематики та основних дефініцій; проаналізовано основні аспекти соціальної підтримки; зазначено ключові настанови педагогічних працівників щодо надання психологічної допомоги зростаючій особистості.

Ключові слова: *молода людина, психосоціальна підтримка, війна, психічне здоров'я.*

Постановка проблеми. Сьогодні, українці перебувають у стані війни..., яка вона насправді? Ці та інші питання нас хвилюють, оскільки кожна людина це відчула на собі, - біль, страх, страждання, горе, плач, смерть. Це неповний перелік усіх «болеїв», відчаю людини (дитини та дорослого), які ми «несемо» за свою країну – вільну та незалежну. Зламани та скривджені душі, долі дітей, зранені серця, які невпинно кричать, та, зрештою, - прагнуть побачити рідні, усміхнені обличчя батьків, опікунів, знайомих, та, більше того, - просто ЛЮДИНУ, яка жива, яка дихає, яка щось промовляє до тебе.... Наші діти в очікуванні мирного життя, добра та душевного благополуччя в соціально-психологічному вимірі.

З нашої точки зору, війна зробила вихованців такими сильними, мужніми, сміливими; загостила почуття обов'язку, справедливості та відповідальності; відбулася переоцінка своїх цінностей та пріоритетів; більш усвідомлено ми почали цінувати себе як націю сильної, вольової та гідної держави; так швидко наші діти подорослішали, що ми - дорослі не маємо знесилюватися у боротьбі, а навпаки, бути вмотивованими та позитивно налаштованими до перемоги, досягнення позитивних результатів. Війна очима дорослого та підростаючої особистості, вона завжди різна і набуває яскравих барв, кольорів, що знаменуються власною