

10. Павлецька С. Читати чи не читати? [Електронний ресурс] / Світлана Павлецька – Режим доступу до ресурсу: https://lb.ua/blog/svitlana_paveletska/484871_maslit_chitati_chi_chitati.html.

11. Цигвнок О. Розвиток інтересу до книги та читання – основна складова роботи університетської бібліотеки / О. Цигвнок. – С. 302–307.

Пастух Людмила,
доцент кафедри теорії та методик
суспільно-гуманітарних дисциплін
Хмельницького ОІППО імені Анатолія Назаренка,
кандидат психологічних наук

Роль дитячої літератури і читання в особистісному розвитку дітей та збереженні їх психічного здоров'я в умовах війни

У тезах акцентується увага на дієвості позитивного впливу читання на всі сфери особистісного розвитку дітей інтелектуального, емоційного, соціального, поведінкового. Відзначено роль книг як практичних інструментів, що можуть допомогти стабілізувати психічні стани дітей та зберегти психічне здоров'я дітей. Наголошено на необхідності дотриманні певних правил і рекомендацій щодо тематики і змісту літературних творів для читання в умовах стресу війни

The theses focuses on the effectiveness of the positive impact of reading on all spheres of children's intellectual, emotional, social, and behavioral personal development. The book's role as practical tools that can help stabilize children's mental states and preserve children's mental health is noted. It is emphasized the need to observe certain rules and recommendations regarding the subject matter and content of literary works for reading under the stress of war

Ключові слова: дитяча література, читання, особистісний розвиток. психічне здоров'я дітей

Keywords: children's literature, reading, personal development. mental health of children

Про те, що книга є потужним засобом формування свідомості дитини та здійснення її виховання в свій час констатували видатні філософи: Аристотель, Г. Гегель, І. Кант, Конфуцій, Сократ, Г. Сковорода й ін..

Виховному впливу на особистісне становлення дітей та підлітків книги надавали великого значення корифеї української педагогічної думки (Г. Ващенко, С. Русова, Г. Сковорода, В. Сухомлинський, К. Ушинський та ін.) [1].

Психологи-науковці та практики також одностайні в міркуваннях про те, що саме книга і читання є важливими чинниками саморозвитку дітей різних вікових категорій. Про що повідомляють в ряді публікацій І.Бех, Т. Дуткевич, О. Киричук, Г. Костюк, С. Максименко, Ю. Приходько, В. Рибалка, М.Савчин та ін..

Необхідно зазначити, що науковці вказують на дієвий позитивний вплив читання на всі сфери особистісного розвитку дітей: інтелектуальну, емоційну, соціальну, поведінкову.

Щодо розвитку інтелектуальної сфери - читання книг активізує розвиток всіх пізнавальних процесів: мислення, уяви, уваги, сприйняття, пам'яті. А також розширює обсяг знань про навколишній світ, допомагає самостійно відслідковувати причинно-наслідкові зв'язки між подіями, збагачує словниковий запас, розвиває інтуїцію.

Особливе значення мають книги на емоційний стан та розвиток дітей.

Оскільки книги знайомлять дітей з розмаїттям і багатством емоцій та почуттів персонажів і героїв казок, оповідань, легенд та інших літературних дитячих творів; дозволяють зрозуміти, що інші діти, й дорослі люди думають і відчувають подібні емоції; стрес і внутрішнє напруження. На прикладі поведінки персонажів літературних творів діти мають можливість побачити зразки того, яким чином можна переборювати сильні страхи, відчуття високої тривожності.

Читання дитячої літератури допомагає вивчати і розуміти правила соціальної поведінки, а отже позитивно впливає на соціальний розвиток та соціальну адаптацію дітей в соціумі.

Щодо поведінкової сфери – то завдяки читанню, ознайомленню з особливостями поведінки літературних персонажів дітей учать оцінювати моральні стосунки, роз'яснюють шкідливі наслідки певних дій і вчинків, таким чином, здійснюють профілактику негативних поведінкових явищ в майбутньому, попереджують, формують навички розпізнавати небезпеку та грамотно захищатись від неї.

Основою впливу дитячої літератури на психіку дитини є процес її ототожнення з позитивним героєм. Така ідентифікація стимулює моральний розвиток і дозволяє наслідувати бажані соціальні моделі поведінки. Дитина намагається зрозуміти мотиви дій героїв. Це допомагає їй оцінити власну поведінку й керувати нею.

Важливо зауважити, що впродовж крайніх років науковці були стурбовані тим якими засобами та методами підтримувати інтерес дітей до читання, який витіснявся засиллям сучасних технічних засобів комунікації, беручи до уваги значущу роль книг і читання в особистісному становленні і гармонійного розвитку здобувачів освіти.

В сьогodнішніх умовах викликів війни роль дитячої літератури посилюється ще й тому контексті, що книги можуть виконувати роль тих практичних інструментів, які можуть допомогти стабілізувати психічні стани дітей та зберігати психічне здоров'я дітей.

Війна, яку розв'язали росіяни, руйнує мирний, сповнений світлих пригод та подій світ дітей. У їхніх життях різко з'являються повітряна тривога, вибухи, правила поведінки в укриттях, еміграція за кордон, внутрішнє переміщення в більш безпечні регіони України.

В умовах війни діти є однією з найбільш вразливих категорій населення і потребують особливої підтримки від дорослих: педагогів, батьків.

А батькам, вчителям для того, щоб надавати якісну підтримку дітям, важливо бути обізнаними щодо вікових особливостей реагування дітей на стрес та оптимальних форм та засобів надання допомоги у кризових ситуаціях.

Тому, педагоги і батьки, як зауважує дитяча та сімейна психологиня з великим досвідом надання практичної допомоги дітям в умовах війни - С.Ройз, мають бути підготовленими щодо того як використовувати книги в якості практичних інструментів, що можуть допомогти стабілізувати психічні стани дітей; обізнаними з питань що і як читати під час війни, аби не нашкодити, а допомогти [2].

Науковці одностайні щодо позитивного впливу на стабілізацію психічних станів дітей та дорослих під час війни. Вони зазначають, що читання допомагає знизити тривожність, сфокусуватися на моменті тут і зараз і навіть краще спати. А ще воно знижує стрес. Читаючи, немов ставиш на паузу всі турботи, починаєш більш врівноважено дихати й ніби повертаєшся до звичного життя. Також поновлює емоційний ресурс, допомагає мозку впоратися з невідомістю

Однак при цьому дослідники наголошують на необхідності дотриманні певних правил і рекомендацій, оскільки ми зараз не зможемо спрогнозувати, що саме стане тригером для дітей – яка тема, чи слово, чи образ спровокують негативну болісну емоційну реакцію.

Педагоги й батьки мають пам'ятати, що зараз через вплив стресу концентрація уваги знижена. Тому, як зауважує С.Ройз, тривалість «сеансів читання» для дітей має бути коротшою ніж в мирний час .

Щодо тематики літературних творів. Оскільки війна спричинила регресивний стан у багатьох дітей, і це «нормальне» типове вище для життя в умовах стресу війни, тому ми можемо спостерігати, що частина дітей будуть повертатися до тем та до книжок, які були актуальні для них, коли вони були молодшими за віком..

Психологи-науковці рекомендують взяти до уваги, що стрес та травматизація можуть багатьох дітей тимчасово зробити більш раціональними (така собі спроба відмежуватися від емоцій) – тому може зрости потреба в енциклопедіях, довідниках, у практикумах та ін.

Щодо книг про війну.

З дітьми потрібно говорити про війну. Як би нам не хотілося ізолювати наших дітей від її жахів, нам це не вдасться. Ми маємо проговорювати з дітьми ситуацію, у якій живемо, ділитися нашими емоціями, цікавитися їхніми, нагадувати про необхідність бути обережними і пильними навіть під час прогулянок. Допомогти підібрати слова для таких непростих розмов і прожити цей складний досвід можуть книги, що торкаються тем війни.

Однак важливо пам'ятати, що, з одного боку, дітям потрібні книжки про війну, які б їм допомогли відреагувати емоційний стан та настрої, відрефлексувати. Але, це мають бути книжки, які пройшли експертну психологічну оцінку та створені за підтримки травмотерапевтів.

Наразі приємно відзначити, що сьогодні ми маємо позитивний досвід, коли команди окремих видавців (до прикладу, видавничий портал «Барабука» та ін.) організують серію лекцій, інтерв'ю та публічних обговорень на тему «Як говорити з дітьми про війну»; укладають списки сучасних дитячих та підліткових книжок, які містять сюжети про бойові дії, героїчну поведінку, травми, втрати, а також, що торкаються важливих у контексті війни аспектів життя: вимушеного переселення та адаптації, втрати, підтримки тощо

Зокрема, необхідно відзначити схвальні відгуки науковців-експертів щодо психологічної коректності книг: «Діти повітряних тривог» Лариси Денисенко (це історії про досвіди різних дітей під час повномасштабного вторгнення: волонтерство, переховування в укриттях, переживання за рідних і близьких, але з вірою та надією на краще); «Мої вимушені канікули» Катерини Єгорушкіної (книжка про те, як сім'я однієї дівчинки змушена ховатися у підвалі багатоповерхівки, та про важливість підтримки тих, хто поряд; містить додаток з порадами та заспокійливими практиками).

Узагальнюючи, необхідно зауважити, що науковці засвідчують також необхідність у дотриманні правил і рекомендацій щодо читання дітей в умовах війни, які виявляються за результатами їх взаємодії з психологами-практиками та педагогами:

- підбираючи книжки, звертати увагу на сюжет та вік, для якого вони рекомендовані (наприклад: історії-засинайки для найменших дітей; добрі та заспокійливі історії для дітей від 3 років; веселі та пригодницькі історії для дітей від 6 років; книги про природу, культуру, традиції, історію рідного краю та України для підлітків та старшокласників);

- надавати перевагу добрим історіям про дружбу, традиції, родину, Батьківщину;
- важливо, щоб зміст дитячих книг, літературних творів був оптимістичним; дітям потрібні літературні приклади історій зростання та успішного долавання труднощів;

- дітям потрібні книги, де вони будуть знаходити для себе сюжети, які допоможуть їм відпочити від тривоги та війни – це може бути казка, фантазійно-безпечна реальність;

- доцільно використовувати жанр коміксів; (сучасні діти краще приймають візуальну інформацію і короткі тексти) – особливо про українських супергероїв;

- перед тим, як пропонувати дитині з пережитим гострим травматичним досвідом книгу, варто з'ясувати у психолога, що краще допоможе їй впоратися зі стресом: чи книжка, де ні натяку на війну, чи навпаки щось, що дозволить проговорити свій жах.

Отже, роль та функції дитячої книги і читання лишаються незмінними в будь-які часи: розвиваюче дозвілля, виховна, естетична, пізнавальна; дитяча література і читання мають позитивний вплив на всі сфери особистісного розвитку дітей: інтелектуальну, емоційну, соціальну, поведінкову. В умовах викликів війни книги можуть виконувати роль потужних психологічних інструментів, які допомагають підтримувати психічне здоров'я дітей та підлітків, оскільки, завдяки вмілому використанню терапевтичного потенціалу книжок вони зараз можуть суттєво допомогти стабілізувати психічний стан дітей.

Список використаних джерел та літератури

1. Рябошапка О.В. Вплив книги на формування особистості дитини: історичний аспект URL: http://pedagogy-journal.kpu.zp.ua/archive/2020/70/part_3/5.pdf

2. Ройз С. Коли війна не в книжках... Чи варто дітям про неї ще й читати?

URL: https://tsn.ua/lady/dom_i_deti/deti/koli-viyna-ne-v-knizhkah-chi-varto-pro-neyi-dityam-sche-y-chitati-2074498.html