

Як допомогти дитині подолати страх під час війни?

У статті розповідається як підтримати та не злякати дитину під час війни. Як зробити щоб у дитина не залишився стрес після закінчення війни. Поради батькам, як себе поводити з дитиною, допомогти опанувати страх і стрес.

Ключові слова: психологічна підтримка, допомога, стрес, війна.

Книга виховує дитину, надає насаги, допомагає жити, всебічно розвиває.

От і ми до 24 лютого 2022 року тільки читали, переглядали фільми та слухали розповіді старших людей про війну. І ніколи не думали що таке може трапитися у вік комп'ютеризації, сучасних технологій.

Війна! Що ми знаємо про цю страшну трагедію? Руйнування, страх, жаль, біль, смуток.

Наша Україна пізнала всі ті страшні події наяву. Війна увірвалася в життя без попередження, підступно, нахабно. Неможливо передати словами, що пережив кожен: дитина, доросла людина, людина старшого віку. Бо ми завжди чули – ніколи, тільки б не було війни. Нажаль війна у моїй рідній країні. З перших днів ми були розгублені, не знали що робити, як діяти, що буде далі. Багатьом довелося покинути рідні домівки, залишитися без роботи, роз'єдналися родини, припинилося навчання. Але найстрашніше, що багато українців залишилися в окупації. Загарбники нав'язують свої правила: позбутися рідної української мови та саме страшне для мене, як вчителя, змушують навчатися на російській мові. Але вони не знають який українській народ – непереможний, неперевершений та нескорений.

Війна виснажує нас фізично та психічно. Попри те, що наша психіка здатна адаптуватися під будь-які складнощі, кожен день бойових дій у рідній країні пережити надзвичайно складно. У цей непростий час варто підтримувати себе, рідних та близьких. Це життєво необхідно для того, щоб зберегти здоров'я – фізичне та психічне.

Сьогодні ми навчилися працювати онлайн, навчатися онлайн, а у кого так і є - життя онлайн. Саме головне сьогодні для дитини це її батьки, які завжди підтримують, допоможуть, підкажуть. А ми у свою чергу хочемо допомогти порадами як підтримати дитину у такий важкий час. Діти дуже важко переносять звуки сирен,

вибухи, обстріли. Якщо дорослі можуть опанувати себе то дитину одразу охоплює паніка, розгубленість і страх . Це я знаю не по розповідях, а сама це бачу кожного разу, коли з дітками ідемо в укриття. Вони своїм поглядом чекають від тебе порятунку, допомоги. Тож декілька порад нам, вчителям, як підтримати дитину у таку мить.

Поради для вчителів

1. Не показувати, що вам також страшко.
2. Спокійно і впевнено скерувати дії дитини.
3. Не підвищувати голос, але говорити чітко.
4. Дати зрозуміти що дитина в безпеці бо ти завжди поруч.
5. Пояснити, що батькам повідомили де ви знаходитесь.
6. В укритті зацікавити дітей різними формами діяльності (почитати, помалювати, заспівати).
7. Бути завжди поруч.

Наші діти – це головне в нашому житті і ми повинні не допустити того щоб у них залишилася психологічна травми на все життя. Тому не тільки вчителі та вихователі мають підтримувати дитину, а саме і батьки. Декілька порад для батьків як себе поводити з дитиною у такі часи.

Поради для батьків

1. Бути прикладом для дитини. Ділитися і говорити про те, що нам допомагає.
2. Спілкуватися: це так важливо для дітей, щоб ви допомагали зрозуміти, що відбувається і як вистояти у цій війні.
3. Задіювати: ми не знаємо, наскільки довгими будуть ці випробування війни – але час життя безцінний – і ми маємо жити, що б не було – ми маємо Жити. І звісно, ми не можемо не слідкувати за новинами, але ми не потребуємо бути безперервно в новинах – треба зосередитися на корисній дії. Для дітей, звісно, ці дії дуже різні і залежать від того, де ми зараз: вдома, в сховищі – це і вчитися, і малювати, читати. Корисна діяльність приносить добрий плід. Зосереджує увагу і допомагає інтегрувати енергію стресу.
4. Турбуйтеся про те, щоб дитина завжди відчувала вашу любов.
5. Відновлюватися: це випробування може бути тривале, а відтак брати чимало енергії – а тому потрібен багато часу на регулярне відновлення сил. І ми, і діти. А тому так важливо мати в режимі дня ті активності, які поповнюють сили – як зарядження телефону – коли стрес є більшим, заряджати треба частіше. Тож

подбаймо, щоб у режимі дня дітей обов'язково були і сон, і корисна їжа, і час на гру. Дуже добре мати домашнього улюбленця на рухову активність. І обов'язково щоденний дотик до рідних і дорогих людей.

6. Говорити з дитиною так, щоб не залишалось жодного сумніву в тому, що Ви керуєтеся турботою і тривогою за неї.

7. Будьте навіть у дрібницях правдивими і чесними зі своїми дітьми.

8. Пишайтеся і хваліть своїх дітей навіть за маленьке досягнення.

Пам'ятайте, вашу дитину виховують кожна хвилина життя, кожен її крок, слово, з яким вона стикається мимоволі.

Часто ми себе запитуємо, а чи потрібно говорити з дитиною про війну. Багато скажуть – ні, але все ж такі – так.

- Будьте відкриті до обговорення теми війни з дітьми

Навіть якщо ми не знаємо відповідей – дітям важливо знати, що вони можуть з вами поговорити на цю тему.

- Спробуйте разом з дитиною знайти відповіді на питання

Можна відповісти швидко і бігло, можна сказати щось бездумно – та це не буде корисним у відносинах з дитиною. А можна разом поміркувати, разом шукати розуміння. Діти потребують ясності і правди.

- Відповідайте не лише на запитання, але й на почуття дитини

За запитаннями дітей стоять часто почуття – це і тривога за майбутнє, і за життя батька, який служить у ЗСУ; і сум за другом, який залишився в іншій частині України чи за кордоном. Коли почуття дитини приймають, розділяють – вона тоді не є наодинці сама з собою.

- Пам'ятайте минуле, мрійте про майбутнє, живіть «тут і тепер».

Після хвилі емоцій, які ми всі пережили, наша психіка поволі стабілізується. Ми думаємо про те, що буде далі, як діяти в новій реальності, звикаємо до невизначеності та все одно будуємо плани на майбутнє. Усвідомлюємо, що все змінилось і треба жити відповідно до нових умов. Дуже важливо вийти на фазу адаптації, у якій ми діятимемо раціонально, усвідомлено та більш стійко.

Зараз кожен із нас – опора для іншого. І саме зараз для дітей ми – значно більше, ніж учителі. Будь-який дорослий, який перебуває поруч із дитиною, який може відчувати стабільність, обличчя якого зберегло жвавість, хто знаходить у собі сили дивитися в очі, може пояснювати, що відбувається, витримати погляд того, кому складно, витримати напруження, – є маяком і джерелом зцілення. Зараз ми всі – маяки та джерела зцілення для тих, хто поруч із нами.

Ми – українці нація непереможна, сильна, вірна. Тому нікому не дозволимо знущатися над собою. Україна – понад усе!

Список використаних джерел та літератури

1. Інтернет платформа «На урок»
2. Інтернет платформа «Коло сім'ї»
3. Інформаційні ресурси по темі психологічна допомога.

Борита Ірина,

Вихователь-методист

Городоцького закладу дошкільної освіти(ясла-садок) «Берізка»

Городоцька ОТГ

Педагогіка партнерства – новий рівень взаємовідносин між учасниками освітнього процесу

Анотація. У статті розкривається питання педагогічної взаємодії з учасниками освітнього процесу в сучасних умовах функціонування та розвитку дошкільної освіти.

Ключові слова: педагогіка партнерства, співробітництво, партнерство, взаємодія педагогів із батьками.

Вступ

Для кращого виховання дітей дошкільного віку, треба починати виховувати їх батьків. Дорослі дуже мало часу приділяють своїм дітям. «Педагогіка партнерства» - на сучасному етапі розвитку, один із факторів ефективної взаємодії учасників освітнього процесу. [1]

Організація повноцінної взаємодії педагогів і батьків є сьогодні одним із найважливіших завдань, що стоять перед колективами сучасних навчальних закладів освіти. Вивчення цієї проблеми показує, що в багатьох навчально-виховних закладах відбувається активний пошук і впровадження таких форм взаємодії з родинами вихованців, які дали б змогу досягти реального співробітництва.

Партнерство у дошкільному закладі має базуватися на засадах добровільності, рівності, порозуміння та взаємодопомоги. Права та обов'язки дошкільнят, батьків та вихователів треба чітко формулювати, а головне – усвідомлювати і захищати. Саме так зусилля кожного з них будуть спрямовані на досягнення спільної мети. Адже саме поведінка дорослих, їхні слова та вчинки є для