

3. Fostering mediation skills in language learners – Sanako. URL : <https://sanako.com/fostering-mediation-skills-in-language-learners>
4. Як інтегрувати медіацію в уроки англійської мови? URL : <https://linguist.ngl.com.ua/yak-integruvaty-mediatsiyu-v-uroky-anglijskoyi-movy/>
5. MEDIATION IN TEACHING, LEARNING & ASSESSMENT. URL : <https://www.ecml.at/Portals/1/documents/ECML-resources/METLA-teaching-guide-EN.pdf>
6. Mediation: The What, Why & How Explained - Ellii (formerly ESL Library). URL : <https://ellii.com/blog/mediation>
7. Activities For Mediation Sample | PDF | Translations | Communication – Scribd. URL : <https://www.scribd.com/document/987647869/Activities-for-Mediation-Sample>

ЗАРУБІЖНА ЛІТЕРАТУРА ЯК ПСИХОЛОГІЧНА ОПОРА ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ (З ДОСВІДУ РОБОТИ ЛІТЕРАТУРНО- МЕТОДИЧНОГО КЛУБУ ВЧИТЕЛІВ ЗАРУБІЖНОЇ ЛІТЕРАТУРИ)

Олена РЕВНИВЦЕВА,

*методист науково-методичної лабораторії суспільно-гуманітарних та
естетичних дисциплін комунального закладу «Кіровоградський обласний
інститут післядипломної педагогічної освіти імені Василя Сухомлинського»*

Незалежно від щільності бою,
Не хвилюйся – все буде, як треба.
Що б не сталося, знаєш, завжди над тобою
Твої діти утримають небо.
Гліб Бабіч

Сучасні соціокультурні виклики, зумовлені станом повномасштабної війни, поставили перед українською освітою завдання, що виходять далеко за межі суто дидактичної площини. Сьогодні освітній процес, зокрема викладання зарубіжної літератури, інтегрує в собі функції психологічної реабілітації, ціннісної орієнтації та формування стресостійкості (резильєнтності) особистості. В умовах хронічного стресу художнє слово стає не просто об'єктом аналізу, а «безпечним простором» і потужним терапевтичним ресурсом.

Актуальність теми зумовлена необхідністю переосмислення ролі предмету як інструменту психологічної підтримки. Зарубіжна література, що акумулює світовий досвід подолання кризових станів, пропонує учневі універсальні архетипи стійкості, моделі поведінки в межах ситуацій та алгоритми збереження людської гідності. Вітчизняна методика літературної освіти на сучасному етапі потребує розробки таких стратегій викладання, які б дозволили трансформувати читацьку діяльність у процес внутрішнього зцілення.

У контексті сучасної війни ми розглядаємо літературу не лише як заспокійливий засіб, а як активну інтелектуальну опору. Класичні твори світового канону (від античної драми до літератури втраченого покоління) дають змогу дистанціюватися від травми, подивитися на неї крізь призму художнього образу, що є ключовим етапом у подоланні посттравматичних станів.

Метою цієї статті є обґрунтування методичних підходів до викладання зарубіжної літератури як засобу психологічної підтримки здобувачів освіти та презентація позитивного досвіду вчителів-філологів. Ми ставимо за завдання проаналізувати, як саме робота з текстом допомагає впорядкувати емоційний стан, знайти відповіді на болючі питання сьогодення та зберегти віру в гуманістичні ідеали, коли навколишній світ руйнується.

Серед безлічі способів подолання стресу читання є одним із найефективніших. Дослідження Університету Сассекса довело, що всього 6 хвилин із книжкою знижують рівень стресу на 68%, що є дієвішим за прогулянку чи прослуховування музики. Цей процес має потужний подвійний ефект: за кілька хвилин читання в людини сповільнюється частота серцевих скорочень і знімається м'язова напруга, а занурення в сюжет запускає процес «транспортування» – психологічного перенесення у вигаданий світ. Це допомагає тимчасово відключитися від тривожної реальності, суттєво знижує рівень тривожності та покращує настрій. У контексті зарубіжної літератури цей ефект посилюється, адже знайомство з іншими культурами та досвідом героїв, які долають кризу, дає відчуття, що ми не самотні у своїх переживаннях. Інновація тут у зміні фокусу: ми вивчаємо зарубіжну літературу не заради біографій авторів чи сухих літературних термінів, а як практичний посібник із ментальної стійкості (резильєнтності).

Зарубіжна література дозволяє читачеві поглянути на людські страждання, боротьбу та подолання криз через досвід інших культур і епох (наприклад, через твори Ульфа Старка, Джона Бойна, Маркуса Зузака чи класичну європейську прозу та поезію). Це створює так звану «безпечну дистанцію»: людина проживає власні важкі емоції не напряду, що могло б призвести до ретравматизації, а через історію вигаданого або далекого персонажа. Такий підхід допомагає легітимізувати власний біль («я не один у цьому світі відчуваюся так») і знижує рівень тривожності.

Інноваційність полягає в переосмисленні уроків зарубіжної літератури не як суто академічного матеріалу, а як кейсу психологічних стратегій. Твори у жанрі антиутопії, екзистенціалізму чи навіть якісного фентезі дають готові метафори для опису «чорно-білого» воєнного світу. Вони вчать знаходити сенс у безглузді, зберігати людяність в нелюдських умовах і дають психологічну опору там, де звичні раціональні пояснення безсилі. Це перетворення уроку літератури на простір бібліотерапії (лікування читанням).

Під час війни виникає ризик психологічної ізоляції та замикання у власному горі. Зарубіжна література руйнує ці кордони. Вона нагадує, що цінності, за які ми боремося – мир, свобода, гідність, любов, справедливість є універсальними для всього цивілізованого світу. Це дає відчуття масштабу,

причетності до глобального людського досвіду та зміцнює внутрішній психологічний каркас, показуючи, що світ за межами війни існує, і він стоїть на стороні світла. Тому під час методичної роботи з вчителями зарубіжної літератури ця проблема стала особливо актуальною.

Для вчителів-словесників проводяться практичні заняття під час навчання за програмами (2024-2026 роки) за темою «Актуальні для школярів твори зарубіжної літератури для патріотичного виховання та психологічної адаптації людини в сучасному полікультурному суспільстві», 14-15 травня 2026 року проведено семінар-практикум літературно-методичного клубу вчителів зарубіжної літератури з теми «Зарубіжна література як психологічна опора під час воєнного стану». З матеріалами семінару можна ознайомитися за посиланням: <https://padlet.com/revnivceva/padlet-zuihj7ogp4kk933c>. Змістом семінару-практикуму було передбачено розгляд ролі літературних творів у формуванні емоційної стійкості, підтримці психологічного благополуччя учнів та розвитку навичок емпатії й критичного мислення в умовах сьогодення. Учасники вдосконалювали вміння добирати твори зарубіжної літератури для обговорення важливих морально-етичних проблем, застосовувати сучасні методичні підходи та інтерактивні технології під час аналізу художніх текстів, створювати безпечний освітній простір для емоційної підтримки здобувачів освіти.

Вчитель зарубіжної літератури Бережинського ліцею «Лідер» Первозванівської сільської ради Кропивницького району Кіровоградської області Галина КОНОНОВА вважає, що під час війни люди переживають складні емоційні стани. Художня література стає для них справжньою емоційною опорою – вона допомагає знайти внутрішню силу, зрозуміти власні почуття та не втрачати надії. Для учнів пропонується літературна аптечка, де кожному емоцію лікує відповідний літературний твір а також спостерігаються рівні взаємодії з текстом, що мають терапевтичний ефект:

1. Ідентифікація: можливість знайти співзвучність власних переживань із почуттями героїв, що зменшує відчуття самотності в горі.
2. Катарсис: емоційне розвантаження через співпереживання художньому конфлікту.
3. Сенсопошук: вивчення творів, де людина перемагає обставини, що стимулює розвиток життєстійкості.



Літературна аптечка

Кожній емоції — свій твір. Ці книги допомагають зрозуміти себе й знайти вихід із найскладніших душевних станів.

	Тривога → «Полліанна» <i>Уміння бачити добро навіть у найскладніших обставинах</i>		Невіра → «Синій птах» <i>Щастя часто знаходиться зовсім поруч із нами.</i>
	Втома → «Старий і море» <i>Сила духу та боротьба до кінця попри все.</i>		Страх → «Айвенго» <i>Сміливість, честь і гідність у часи випробувань</i>
 Самотність → «Маленький принц» <i>Цінність дружби та відповідальності за тих, кого любимо</i>			



«Полліанна»

Елеонор Портер

Навчає знаходити світло навіть у найскладніші часи — через просту, але дієву «Гру в радість».

- «Гра в радість»**
 Щодня знаходити хоча б одну хорошу подію — навіть найменшу радість, яка трапилася сьогодні.
- Розвиток оптимізму**
 Свідоме фокусування на позитивному формус емоційну стійкість і підтримує позитивне мислення навіть у кризові моменти.
- Емоційна стійкість**
 Дослідження підтверджують: практика вдячності й пошуку хорошого знижує рівень тривоги та зміцнює психологічне здоров'я.

Works with GEMMA



«Маленький принц»

Антуан де Сент-Екзюпері

- **Основна підтримка**
Навчає берегти тих, кого любимо, і відповідати за свої стосунки.
- **Психологічний сенс**
Турбота, дружба, відповідальність, підтримка близьких — ці цінності зберігають людяність навіть у найтемніші часи.
- **Творче завдання**
«Намалюй свою планету спокою» — місце, де тобі добре і безпечно.

Найголовнішого очима не побачиш

Storia with GAMMA

«Айвенго» та «451° за Фаренгейтом»

✎ «Айвенго» — Вальтер Скотт

Навчає мужності. Нагадує, чому не можна втрачати гідність навіть у найскладніші моменти

Інтерактив: «Кодекс лицаря світла» — складіть власні правила честі.

🔥 «451° за Фаренгейтом» — Рей Бредбері

Твір допомагає цінувати свободу слова й думки, не піддаватися страху

Запитання до дискусії: Чому книга сильніша за зброю?
Як вільна думка змінює світ?



Storia with GAMMA

«Синій птах»

Моріс Метерлінк

- 1 **Основна підтримка**
Щастя часто знаходиться поруч — потрібно лише навчитися його помічати в повсякденному житті.
- 2 **Допомагає**
 - Помічати добро: знаходити світлі моменти навіть у важкі дні
 - Цінувати родину: відчувати силу близьких людей поруч
 - Вірити в майбутнє: зберігати надію й рухатися вперед
- 3 **Ідея для учнів**
«Скринька радості» — щодня записувати або малювати хороші моменти, які трапилися сьогодні.



Storia with GAMMA

За спостереженнями психологів, учень у своєму розвитку проходить низку стадій: молодший (ранній) підлітковий вік (5-6 класи); старший (зрілий) підлітковий (7-9 класи) і період ранньої юності (10-11 класи). На відміну від підлітка, який у значній мірі зосереджений на пізнання самого себе, учень старших класів бажає пізнати цей внутрішній світ з метою пошуку в ньому свого місця, а також для того, щоб отримати опору для поглядів і переконань, які в ньому (учневі) формуються. Розмову про літературний твір необхідно організовувати з урахуванням вікових особливостей учнів.

5-6 класи

Учитель Приватного закладу загальної середньої освіти «Кропивницька гімназія «Приватна двомовна школа «Академія» Оксана ЄРЬОМІНА пропонує для своїх учнів «Тематичний хайлайт» (від англ. *highlights* – основні моменти, яскраве), де в яскравих та інформаційно насичених постерах концентрується увага учнів на основних моментах літературного твору.

УРОК: РОАЛЬД ДАЛ. «ЧАРЛІ І ШОКОЛАДНА ФАБРИКА»
ТЕМА: ГІДНІСТЬ У ЧАСИ ДЕФІЦИТУ



НОВИЙ ФОКУС: ВНУТРІШНІЙ СТЕРЖЕНЬ ТА ЕМПАТІЯ

- ЯК ЗАЛИШАТИСЯ ЛЮДИНОЮ, КОЛИ РЕСУРСІВ ОБМАЛЬ
- ПЕРЕМОГА НЕ ЧЕРЕЗ СПРИТНІСТЬ, А ЧЕРЕЗ ДОБРОТУ

МУЖНІСТЬ: ГЕРОЇЗМ У ПОБУТІ

- ВМІННЯ ДІЛИТИСЯ ОСТАННЬОЮ ПЛИТКОЮ ШОКОЛАДУ
- ЯКОСТІ, ЯКІ НЕМОЖЛИВО ВІДІБРАТИ

АКТИВНІСТЬ: «МОЯ НЕВИДИМА ФАБРИКА»
 КАРТА КРОКІВ: ВНУТРІШНІ ЯКОСТІ

1. УСВІДОМЛЕННЯ ЦІННОСТЕЙ
2. ЗАХИСТ ГІДНОСТІ
3. ЕКСТЕРІОРИЗАЦІЯ ЕМПАТІЇ
4. СТВОРЕННЯ НАДІЇ
5. ЗАКРІПЛЕННЯ

УРОК: ТУВЕ ЯНССОН. «КОМЕТА ПРИЛІТАЄ»
ТЕМА: СПІЛЬНОТА ПЕРЕД ОБЛИЧЧЯМ НЕМИНУЧОЇ ЗАГРОЗИ



НОВИЙ ФОКУС: ВНУТРІШНІЯ РОЛЬ КОЖНОГО

- МУМІ-ТРОЛЬ — ЗБИРАЄ ДРУЗІВ
- ЧМІХ — БОЙТЬСЯ
- НЮХМУМРИК — ЗБЕРІГАЄ СПОКІЙ
- ХТОСЬ, ЯК ТИ, ОПАНОВУЄ ТРИВОГУ

ВИТРИВАЛІСТЬ: ДОДОМУ, ЯКИЙ ЗАХИЩАЄМО

- ДІМ — НАША КРІПОСТЬ ТА СИМВОЛ
- МИ — ЙОГО ЧАСТИНА
- ПОВЕРНЕННЯ — ОБО'ЯЗКОВЕ

АКТИВНІСТЬ: «РЮКЗАК НЮХМУМРИКА»
 КАРТА КРОКІВ: РЮКЗАК ІДЕНТИЧНОСТІ

1. СПОГАДИ
2. МЕЛОДІЇ
3. ЦІННОСТІ
4. ВКАЗІВНИКИ
5. ПРИВ'ЯЗКА ДОДОМУ

ЗВБЕРЕЖЕННЯ ВНУТРІШНЬОГО СВІТЛА



7-9 класи

Книга – це те, що читає нас. У цьому легко переконатися, якщо згадати видання, яке ми читали в одному, а перечитували зовсім в іншому віці. Текст ніби один і той самий, але рівні та сенси, на яких він розкривається, можуть нас вразити.

Учитель комунального закладу «Бобринецький ліцей №1» Бобринецької міської ради Кіровоградської області Наталія МОГИЛЕНКО пропонує тематичні завдання «Віз, який не зупинити: Тев'є-молочник як символ життєвої сили». Маршрут незламності Тев'є-Тевеля. Створення «Карти життєстійкості».

Зупинка №1. Центральний образ. «Сміх крізь сльози – це мій хліб».

Головна ідея: Життестійкість – це не відсутність страждань, а вміння продовжувати рух після кожного удару долі. Тев'є вчить нас не «завмирати» у горі, а йти далі, покладаючись на віру, працю та гумор.

Зупинка №2. Матеріальні втрати. Гроші – річ кругла.

Подія: Тев'є втрачає всі заощадження через афериста Менахема-Мендла.

«Гроші – сьогодні там, завтра тут. Аби здоров'я було».

Психологічна порада:

Не ототожнюйте себе зі своїми втратами. Ваша цінність – це ви самі, ваші знання та вміння, а не те, що можна відібрати.

Зупинка №3. Гнучкість проти жорстких правил.

Подія: Дочка Цейтл відмовляється від багатого Лейзера-Волфа заради кохання.

«А проте вони щасливі, як королі!»

Психологічна порада:

Вміння відпускати старі плани та приймати нову реальність (навіть якщо вона не ідеальна) – це запорука збереження стосунків у кризі.

Зупинка №4. Внутрішня опора. Збереження власного «Я».

Подія: Трагедія з дочкою Хавою (найтяжчий іспит цінностей). «Чому світ так влаштований? ...Але ж Тев'є – це Тев'є»

Психологічна порада: Навіть коли світ навколо руйнується, тримайтеся за свої базові цінності. Це ваш «корінь», який не дасть бурі вас здути.

Зупинка №5. Дорога в невідоме. Горизонт майбутнього. «Поїдемо далі! Світ великий. Поки душа в тілі – не треба впадати у відчай».

Психологічна порада: Не фокусуйтеся на тому, що залишилося позаду. Дивіться вперед на дорогу. Рух – це життя.

Зупинка №6. Порада сучасному українцю. Рецепт стійкості від Тев'є.

- Говори про свій біль (не тримай у собі).
- Шукай привід для посмішки (гумор – це ліки).
- Працюй (маленькі справи рятують від великої тривоги).
- Бережи людяність (це те, що ворог не може відібрати).

Учитель комунального закладу «Ліцей «Науковий» Кропивницької міської ради» Леся ЛИТОВЧЕНКО пропонує за методом дбайливого читання варіант завдання за романом Джона Бойна «Хлопчик у смугастій піжамі» та додає методичний коментар: на початку роботи зауважимо, що Бруно – дитина, яка не розуміє контексту війни, тому його емоції часто «дитячі» (нудьга, образа), незважаючи на масштаб трагедії навколо. Це допоможе дітям не боятися писати про «прості» почуття.

Можна запропонувати дітям малювати емоджі замість слів. Це активує візуальне мислення та знімає психологічну напругу від складної теми. Під час заповнення графі «Чому він мовчав перед дорослими?», акцентуйте увагу на дистанції між світом дітей та дорослих. Доречно обговорити, чи був це страх покарання, чи неможливість бути почутим. Буде влучно перенести увагу учнів із трагічної долі героя на власний досвід подолання труднощів. Це навчає емоційному інтелекту. Цей робочий аркуш можна використовувати як

підготовку до написання твору-характеристики Бруно або як самостійну творчу роботу замість стандартного опитування.

Литовченко Леся Миколаївна КЗ «Ліцей «Науковий» КМР

Дата: _____
 Клас: _____
 Прізвище, ім'я: _____

Джон Бойн «Хлопчик у смугастій піжамі»

ГОДИННИК ЕМОЦІЙ

1. Подія (наприклад, Переїзд з Берліна)
 Емоція (емоджі або слово): _____
 Чому він мовчав перед дорослими? _____

2. Подія (наприклад, Перша зустріч зі Шмуелем)
 Емоція (емоджі або слово): _____
 Чому він мовчав перед дорослими? _____

3. Подія (наприклад, Шторм провини на кухні)
 Емоція (емоджі або слово): _____
 Чому він мовчав перед дорослими? _____

4. Подія (наприклад, Останній крок до загорожі)
 Емоція (емоджі або слово): _____
 Чому він мовчав перед дорослими? _____

ГОДИННИК ЕМОЦІЙ

ЗАПИТАННЯ ДО СЕБЕ: Чи траплялося з тобою схоже «заплутування» в емоціях, коли ти не міг пояснити, що відчуваєш? Як ти це подолав?

Учитель Червонокам'янського ліцею Попельнастівської сільської ради Олександрійського району Кіровоградської області Світлана КОСТИРЯ пропонує завдання для дослідження твору Сью Таунсенд «Таємний щоденник Адріана Моула», які допоможуть створити чек-лист життестійкості від імені літературного героя. Адріан живе в епоху економічної нестабільності, сімейних конфліктів та соціальних змін. Його щоденник – це засіб не «збожеволіти» від реальності.

Завдання: Складіть «Маніфест життестійкості від Адріана Моула». Оберіть 5 ситуацій із твору, де герою було важко (розлучення батьків, нерозділене кохання, бідність...), і випишіть, як іронія та рефлексія допомогли йому триматися.

Завдання: Напишіть есе-роздум «Мужність залишатися інтелектуалом у неінтелектуальному середовищі». Як Адріан плекає свою ідентичність, коли світ навколо здається хаотичним?

Завдання: Створіть сторінку з «Щоденника Адріана у 2026 році». Про що б він писав сьогодні, щоб зберегти внутрішню стійкість?

Завдання: Знайдіть у тексті моменти, де Адріан реагує на новини про військові конфлікти чи політичну жорсткість (наприклад, Фолклендська війна). Порівняйте почуття Адріана з почуттями сучасного підлітка, який змушений дорослішати під час війни. Де межа між «дитячими проблемами» та «дорослими трагедіями»?



10-11 класи

Ця війна має ціннісний вимір. Це не війна двох країн, а війна двох систем — авторитаризму та демократії. І ми боремося, тому що ми обстоюємо цінності, несумісні з російським способом життя. Українці переосмислюють цінності свободи та безпеки, які західні суспільства тривалий час сприймали як даність. Для нас свобода — це не цінність самовираження, а цінність виживання. Ми не протиставляємо свободу та безпеку, нам потрібна свобода для безпеки і

безпека для свободи, бо втрачаючи одне ми неминуче втратимо і інше. Постає питання: як нам про це говорити з учнями на уроках, використовуючи потенціал предмета «Зарубіжна література»? Погрози, залякування, образи ворога – не працюють, або працюють недовго. Потім учні «відключаються» і перемикаються на іншу «хвилю». Так у їхньому середовищі з'являється російська музика, російські блогери, російське кіно. Єдиний правильний тон – tone of voice – це гідність. Гідність дає силу боротися навіть в нестерпних для людини обставинах. Ми не заручники обставин, а учасники цього історичного процесу.

Саме з такої позиції інтерпретує твір Ернеста Гемінгвея вчитель Ліцею «Дивосвіт» Знам'янської міської ради Кіровоградської області Ірина НЕВКРИТА.



Учитель комунального закладу «Гірнича гімназія Кропивницької міської ради» Наталія РЯБУХА у запропонованій системі роботи над поезією Гійома Аполлінера «Заріzana голубка й водограй» використовує прийоми поетапного аналітичного читання та рефлексивної інтерпретації тексту. Зокрема, увага учнів спрямовується на ключові художні образи – водограй, голубку, солдатів-друзів, що допомагає простежити символічний зміст твору та його емоційну напругу. Ефективним методичним прийомом є заповнення «Щоденника читача», у якому школярі фіксують власні асоціації, пояснюють, на яких деталях зосередили увагу, і аргументують свої висновки. Учитель також застосовує прийом проблемного аналізу через систему запитань («Чому вода «кличе»?», «Чому друзі мовчать?»), що мотивує учнів до глибшого осмислення підтексту поезії. Важливим є встановлення міжтекстових і міжмистецьких зв'язків: використання на етапах рефлексії українських поетичних та музичних творів.

- Вірш Ірини Цілик «Повертайся живим» (<https://starylev.com.ua/blogs/virsh-dnya-iryna-cilyk?srsId=AfmBOoqK0vhxwDa5wt81vxjlmLG4IVWbrygSJtUnOisu3adMyb8ErPw38>);

- Індивідуальна робота - заповнення «Мого щоденника читача» й обговорення результатів:

Ключові моменти поезії	На чому зупинилась увага?	Чому саме на цьому я зупинився? (аналіз)
Згадка про молодих убитих дівчат		
Водограй і голубка над ним	«Водограй кличе», «голубка маревіє»	Вода – «німа», не може кричати! Маревіти – перебувати у миготливому видінні?
Згадка про солдат - друзів	«Ви в сонну воду глядяться»	Вода сонна? Чому?
	«Де» - «десь»	Де -5 разів, дець – 2 рази (відповіді конкретної ніколи не буде, як відлуння!), відповідь – мовчання друзів, значить їх немає

3.4. Зв'язок минулого й теперішнього:

- Прочитати вірш Ірини Цілик «Повертайся живим» <http://surl.li/bpgqpx> або прослухати читання вірша Джамалою https://youtu.be/5uEHxOy3CbE?si=wAinx06_m7Uq2KHx, або прослухати пісню сестер Тельнюк та музичного гурту «Kozak System» <https://youtu.be/UOa2JEXZqjQ?si=zwehiqPR9tscmxX>

- Заповнити словесний ланцюжок потрібними словами: О постаті - водограй..... – голубка - в воду – вмирає – душа..... – вони - перемагай і вертайся..... - просто !

3.5. Сформулювати тему уроку - **Війна не потрібна нікому... (розуміння поезії Г.Аполлінера «Зарізана голубка й водограй» крізь призму сучасних подій)**

Олена Ісаєва відмічає, що виникла «необхідність зміни вектору вивчення художнього твору на уроках літератури так, щоб допомогти юним українцям, які водночас всі стали «дітьми війни», подолати постійні стреси і страхи, залишитися ментально здоровим і пережити отримані травми свідка війни». Таким чином, зарубіжна література в період воєнного стану виступає як надійний міст між особистою трагедією та світовим досвідом стійкості, забезпечуючи психологічний фундамент для збереження ментального здоров'я нації.

Список використаних джерел

1. Ісаєва О. Особливості вивчення літератури в школі під час і після війни. URL: <https://enpuirb.udu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/f17e2105-1347-46cf-b4eb-ad54d9e86f47/content>
2. Післявоєнний світ: люди, проблеми, цінності: зб. матеріалів міжнародної науково-практичної інтернет-конференції. Київ, 15 квітня 2022 р. URL: <https://enpuirb.udu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/fa17345d-74d8-4708-9438-7446aac6b485/content>.
3. Рихальська О. Чому українські діти травмовані назавжди, як їм можуть допомогти батьки та психологи. URL: <https://weukraine.tv/blog/chomu-ukrayinski-dity-travmovani-nazavzhdy-yak-yim-mozhut-dopomogty-batky-ta-psychology/>