ВЕРЕСЕНЬ–ГРУДЕНЬ 2025

ЗВІТ ПРО ПРОГРАМУ «БЕЗПЕЧНИЙ ПРОСТІР» У ДИТЯЧОМУ САДКУ «МРІЙ-ДІЙ»

Проєкт реалізовано за підтримки благодійної організації Restart Foundation у співпраці з Громадською організацією «Слова допомагають» та Центром психічного здоров'я НаУКМА

ДИСКЛЕЙМЕР

Цей звіт підготовлено в межах реалізації програми психосоціальної підтримки для дітей дошкільного віку «Безпечний простір», яка впроваджувалася на базі дитячого садочка «Мрій-Дій».

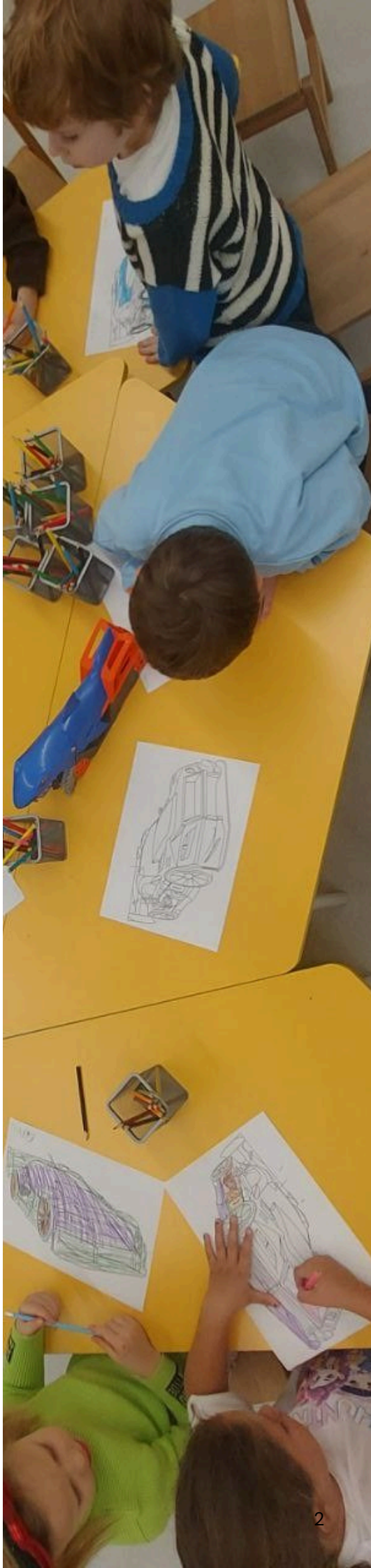
Ініціатива була реалізована за підтримки фонду **Restart Foundation** у партнерстві з **Громадською організацією «Слова допомагають»** та **Центром психічного здоров'я НаУКМА**.

У звіті представлені ключові результати реалізації програми в садочку, що проходила в Києві з **вересня по грудень 2025 року**. Документ охоплює досвід усіх сторін, залучених до програми: батьків, вихователів, адміністрації закладу та спеціалістів, які безпосередньо впроваджували заняття. Вони розповідають про те, як участь у програмі вплинула на дітей — допомогла краще розуміти й виражати емоції, зменшила рівень тривоги, навчила регулювати складні почуття, зокрема справлятися з агресією. Водночас у звіті показано виклики та складнощі підтримки дорослих — батьків і педагогів. Команда Безпечного простору стикнулася з бар'єрами в реалізації програми, як-от виснаження батьків, незацікавленість вихователів, різниця в підходах до дитини та принципах організації навчального процесу.

Окремий акцент зроблено на рефлексії проблемних моментів впровадження проєкту і виробленні рекомендацій як для садочку (щодо подальшої роботи психолога закладу і покращення роботи з вихователями), так і для самого проєкту (удосконалення правил впровадження, оцінювання спроможності садочка впроваджувати проєкт, та узгодженості філософії Безпечного простору з філософією закладу).

Також звіт торкається теми професійного зростання стажерів, які брали участь у реалізації програми: вони мали змогу пройти практичне навчання, здобути нові інструменти для роботи з дітьми в умовах стресу та травматизації.

Звіт підготовлено командою проєкту: **Оксаною Залеською** (супервізорка), **Аллою Янсонс** (Генеральна директорка Restart Foundation), **Євгенією Заворотинською** (менторка проєкту).



ЗМІСТ

Дисклеймер 2

Вступ 4

Інформація про програму 5

Підготовчий етап 6

Організаційні виклики впровадження проєкту в закладі 6

Впровадження програми: групова робота з дітьми 7

Робота з батьками 9

Відгуки батьків про програму 10

Взаємодія зі стажерами 12

Відгук від стажера Юлії Ярчевської 13

Відгук вихователькі Зоряни Михайлової 15

Загальний висновок 15

Рекомендації 16

ВСТУП

Кожен наш звіт починається з опису контексту, в якому реалізовувалася програма «Безпечний простір». Кожен раз ми нагадуємо про складні умови воєнного часу, у яких українці намагаються зберігати природні ритми свого життя — ходити на роботу, виховувати дітей, вчитися, грати, радіти, любити. Водночас, треба вміти швидко добігти до укриття, звикнути до браку сну, кожного дня опанувати страх під час масованих обстрілів. Постійна готовність і пильність щодо небезпеки. Це фон, у якому живуть дорослі, які намагаються створити умови, щоб діти, що зростають поруч, менше відчували його вплив. Звісно, це помилкова ідея: діти відчувають і бачать війну на власні очі й також пильні до небезпек, але часто пристосовуються до батьківських переконань і ховаються за поганою поведінкою, психосоматичними проявами або ж відчуженням.

За період впровадження проєкту ми стикнулися не лише з постійними обстрілами, а й з енергетичною кризою, блекаутами, відсутністю теплопостачання, перебоями зі зв'язком. Садочки ставали місцем, де завдяки надзусиллям (додатковому резервному живленню, генераторам, альтернативному опаленню) було тепло та світло. Але це було додатковим навантаженням на адміністрацію садочка, та викликом для всієї команди. Також поблизу садочка було кілька влучень у житлову забудову. У ніч на 23 жовтня ворожі дрони атакували Подільський район, зокрема пошкодили один із житлових комплексів[1]. Загалом по місту, на той момент повідомляли про 32 потерпілих[2].

1 Атака Києва 23 жовтня: найбільше пошкоджень у Подільському районі. https://suspilne.media/kyiv/1146034-zitlovi-i-ofisni-budivli-ta-sinagoga-najbilse-poskodzen-pisla-rosijskih-obstriliv-u-podilskomu-rajoni-kieva/

2 Ворожа атака на столицю в ніч проти 27 грудня. (Офіційний портал КМДА-Головна)

ІНФОРМАЦІЯ ПРО ПРОГРАМУ

Програма «Безпечний простір», розроблена Центром психічного здоров'я НаУКМА, — це комплексна психосоціальна ініціатива, спрямована на підвищення стресостійкості дітей, підтримку їхнього емоційного здоров'я_та розвиток навичок саморегуляції в умовах війни. У період **вересень 2025 — грудень 2025 року** програма була реалізована на базі дитячого садочка у Києві в партнерстві з Restart Foundation та ГО «Слова допомагають». Початок реалізації проєкту в цьому закладі припав на складний період — осінь 2025 року, коли на загальну ситуацію суттєво впливали інтенсивні обстріли, тривалі відключення електроенергії, труднощі з опаленням та загальна нестабільність організації повсякденного життя, що створювало додаткове навантаження як для команди закладу, так і для команди Безпечного простору і реалізації самого проєкту. На старті співпраці було помітно, що перша зустріч із командою закладу відбувалася на досить високому емоційному рівні, особливо з боку адміністрації. Звучала виражена позиція про те, що заклад уже багато робить для безпеки дітей і водночас прагне посилити цю складову ще більше. Така мотивація виглядала позитивною, однак у подальшій роботі стало видно, що за нею не було достатньо сформованої організаційної опори для впровадження проєкту. Надалі ми окреслимо, з якими складнощами у спільній роботі стикнулися команда проєкту і фахівці закладу.

До реалізації програми було залучено команду із чотирьох фахівців:

- супервізорка — Оксана Залеська;
- менторка — Євгенія Заворотинська;
- 2 стажерки — Іраїда Мухіна, Юлія Ярчевська

Обидві стажерки були психологами. Одна зі стажерок є психологом закладу, інша — студентка магістерського курсу з психології.

Програма охопила учасників, зокрема:

- 21 дитину, з них 7 дівчат і 14 хлопців
- 1 вихователя
- 28 батьків
- 1 керівниця садка
- 1 методистка садка
- 2 стажерок.

ПІДГОТОВЧИЙ ЕТАП

ОРГАНІЗАЦІЙНІ ВИКЛИКИ ВПРОВАДЖЕННЯ ПРОЄКТУ В ЗАКЛАДІ

Однією з ключових труднощів стала недостатня адміністративна підтримка. У закладі фактично не було окремої людини, яка могла б супроводжувати організаційні процеси проєкту: відповідати за підготовку матеріалів, координацію розкладу, комунікацію зі співробітниками та виконання інших рутинних, але критично важливих завдань. Формально ці функції були зосереджені на директорці, однак для керівника великого закладу такий обсяг додаткової операційної роботи є надмірним. Попри її включеність і готовність підтримувати проєкт, було очевидно, що така модель є вразливою та не забезпечує достатньої стійкості процесу. Ймовірно, це відображає ширшу організаційну проблему закладу — недостатню побудованість адміністративних процесів і відсутність розподілу відповідальності за практичну координацію.

У щоденній роботі це проявлялося в тому, що команді проєкту часто доводилося самостійно вирішувати базові організаційні питання: готувати приміщення, шукати матеріали, забезпечувати обладнання та узгоджувати технічні деталі проведення занять. Окремою складністю була також комунікація з батьками. Команда не мала прямого контакту з батьківською спільнотою, і вся передача інформації відбувалася опосередковано — через адміністрацію закладу. Частина матеріалів доходила до батьків, частина — ні, що послаблювало стабільність комунікації та ускладнювало формування повноцінного партнерського контакту.

Ще одним важливим спостереженням стало те, що заклад виявився чітко орієнтованим на навчально-академічну модель. У просторі садочка практично були відсутні іграшки, вільні ігрові матеріали та неструктуровані творчі ресурси, які є важливими для емоційного розвитку, символічної гри та психологічної переробки досвіду дітьми. У деяких випадках діти були змушені приносити іграшки з дому. Можна припустити, що частково це було пов’язано з відносно недавнім відкриттям закладу та тим, що середовище ще не було достатньо облаштованим. Однак, імовірно, це також відображало загальнішу педагогічну орієнтацію закладу — на структуровані заняття, керовану дорослим активність і мінімальний простір для вільної гри. Вільна спонтанна активність дітей, за спостереженнями, займала дуже обмежене місце (до 30 хвилин на день).

Під час спостереження за взаємодією дорослих з дітьми також були помічені форми взаємодії, які вказують на високий рівень зовнішнього контролю та недостатню опору на саморегуляцію, діалог і суб’єктність дитини. Для реалізації проєкту «Безпечний простір» це мало принципове значення, оскільки сама логіка програми передбачає інший тип педагогічної присутності — більш чутливий, підтримувальний і такий, що сприяє розвитку внутрішньої регуляції дитини.

Окремо важливо визнати, що частина труднощів була пов’язана і з нашими власними організаційними рішеннями. На етапі запуску ми самі недооцінили частину ризиків і поспішали з початком, оскільки прагнули встигнути розгорнути проєкт до новорічного періоду і не переривати роботу з дітьми на тривалий час. У результаті адміністрація закладу також опинилася під додатковим тиском — необхідно було швидко змінювати розклад, інтегрувати нові активності, залучати вихователів і організовувати супровід процесу. Для будь-якого закладу включення в проєкт «Безпечний простір» означає не лише запрошення зовнішньої команди, а й певну внутрішню перебудову: перегляд режиму, готовність дорослих до участі, включення вихователів та адміністрації до спільного процесу. У цьому випадку такий перехід виявився надто різким.

Це, своєю чергою, призвело до напруження у взаємодії з вихователями. Частина з них взяла участь у першому тренінгу та на початковому етапі була присутня на заняттях з дітьми, однак надалі частина вихователів фактично відмовилася від активної участі в проєкті. Було помітно, що вони не погоджуються з окремими принципами роботи, зокрема з менш директивним способом ведення дитячої групи, нижчим рівнем зовнішнього дисциплінування та іншим типом рамкування дитячої активності. У результаті команда проєкту мала обмежені можливості впливати на щоденне середовище дітей через педагогів, що істотно звужувало потенційну глибину впровадження програми в закладі. Прикро це визнавати, але робота з вихователями в закладі зовсім не вдалася. Втім, завдяки зусиллям директорки та команди Безпечного простору, а також зовнішнім супервізіям з експертами, робота з дітьми відбулася на достатньо високому рівні. Попри всі складнощі, вдалося побудувати стабільний процес занять і досягти результатів.

ВПРОВАДЖЕННЯ ПРОГРАМИ: ГРУПОВА РОБОТА З ДІТЬМИ

У рамках програми «Безпечний простір» у садочку «Мрій-Дій» було створено три дитячі групи, що налічували 21 дитину дошкільного віку. Заняття з програми проводилися щотижня протягом 10 тижнів у форматі терапевтичної групи, яка передбачала психологічне інформування дітей, ігрові активності, творчі вправи, фізичні руханки та роботу з емоціями в метафоричному форматі.

На початку програми батьки дітей, які погодилися на участь, заповнили анкету, що містила запитання про загальний стан дитини, родинні обставини та її психологічне благополуччя. Так, у програмі «Безпечний простір» взяла участь 21 дитина. Серед них:

14 хлопчиків і 7 дівчат;

4 дітей є внутрішньо переміщеними особами;

5 дітей є членами родини військового;

Майже всі діти мають підтримуюче коло спілкування — за словами батьків, вони щодня взаємодіють із турботливими дорослими;

Усі діти мають досвід тривог, укриття і звуків обстрілів та шахедів.

У кожній групі було по 7–8 дітей. Але не завжди вони могли бути всі присутні на заняттях. Іноді діти були відсутні через хворобу, іноді відвідування садка заважали обстріли. У середньому більшість дітей відвідала 8 занять, деякі — 7, деякі — 6. Дітям, які відвідали до 6 занять, рекомендовано повторити програму ще раз. Заняття проходили як після тихих ночей, так і після масованих атак, що мало суттєвий вплив на стан дітей. Початок у деяких групах був досить нелегкий — діти були збуджені, активні й не одразу заспокоювалися. У всіх групах відчувалася жага до вільної гри. Вони начебто голодні — на початку кожного заняття потребували простору для гри. Кожного разу ми адаптували заняття, щоб задовольнити цю потребу.

Упродовж циклу занять у трьох дитячих групах загалом спостерігалася позитивна динаміка. На початку діти входили в процес із настороженістю, перевіркою правил і меж, труднощами з утриманням спільної рамки, а в частині груп — також із підвищеним збудженням, імпульсивністю, шумом, жартами на тілесно-туалетну тематику або, навпаки, з обережним спостереженням і відходом від спільної активності. У подальшому діти поступово краще витримували коло, пригадували правила, довше залишалися в спільному процесі, активніше долучалися до ритуалів і починали виражати переживання не лише через поведінку, а й через малювання, гру, історії та обговорення почуттів. У всіх групах з'явилися теми страху, злості, радості, втрати, невідомості, потреби в підтримці та безпеці, що свідчить про зростання здатності до символічного опрацювання досвіду.

Група 1 продемонструвала динаміку від вираженого хаосу й перезбудження до часткової стабілізації через спільну гру та поступове прийняття рамки. На початку діти, особливо хлопчики, активно перевіряли межі, важко дотримувалися правил, потребували великої кількості руху, а напруга в групі часто проявлялася через шум, боротьбу за увагу, сміх і труднощі з зосередженням. Надалі група почала краще реагувати на ритуали, руханки та предметні медіатори, зокрема на машинки, автомийку, халабуду, блейди. Хоча перезбудження повністю не зникло, з'явилися епізоди більшої зібраності, спільної гри та повернення до контакту після від'єднання. Індивідуальні реакції дітей у цій групі добре ілюстрували загальний процес: частина дітей входила в групу через надмірну активність, а частина — через вразливість до шуму й потребу в більш делікатному долученні. Наприкінці циклу особливо виразно проступили теми покинутості й потреби в батьківській присутності, однак навіть у цих складних епізодах діти могли повернутися до спільної діяльності за умови підтримки й гри.

Група 2 виявилася найбільш рівною та структурованою за своєю динамікою. Уже на ранніх етапах діти проявляли інтерес до формату занять, відносно добре приймали правила і були здатні включатися в обговорення емоцій, рухливі ігри, малювання та ритуали. У середині циклу помітно зросла здатність дітей називати власні переживання і говорити про страхи, зокрема про темряву, небезпеку, невідомість і воєнний досвід. Навіть у випадках, коли окремі діти залишалися на периферії процесу або потребували додаткової індивідуальної підтримки, група загалом утримувала спільну рамку й не руйнувалася. Наприкінці циклу діти демонстрували більше спокою, передбачуваності, самоорганізації та інтересу до власних робіт і тем почуттів. Ця група найбільш послідовно рухалася від знайомства з мовою емоцій до активного її використання в груповій взаємодії.

Група 3 розвивалася від початкової зацікавленості й доброго контакту до глибшого прояву тем імпульсивності, втрати, образи та сепараційної тривоги. На старті діти охоче йшли на контакт, активно долучалися до правил, компліментів, гри й ритуалів. Згодом у групі сильніше проявилися імпульсивні способи реагування, конфлікти між дітьми, епізоди агресії, труднощі з регуляцією та жарти, пов'язані з тілесністю. Водночас саме в цій групі особливо виразно відкрилися глибші емоційні теми: смерть домашніх тварин, біль, образа, потреба в підтримці, тривога через відсутність мами. До завершення циклу група стала спокійнішою, діти краще йшли за ведучою, а переживання дедалі частіше виражалися через історії, халабуду, листівки, спільні ігри та звернення по підтримку. Окремі складні прояви вже менше руйнували групу і більше ставали матеріалом для спільного опрацювання.

Завершальні зустрічі з батьками підтвердили, що груповий процес мав не лише ситуативний, а й ширший підтримувальний ефект. У спільній взаємодії з батьками діти демонстрували більше радості, зацікавленості, здатності до кооперативної гри, ділитися спогадами й приймати підтримку дорослого. У деяких випадках саме присутність батьків або допоміжного дорослого дозволяла пом'якшити тривогу, пережити засмучення чи покинутість і повернути дитину до спільного процесу. Батьки також відзначали позитивні зміни поза заняттями, зокрема зниження напруги, покращення сну та більшу відкритість дітей до контакту й почуттів.

Загалом динаміка трьох дитячих груп свідчить про поступове формування безпечнішого емоційного простору, в якому діти змогли перейти від перевірки меж, імпульсивного реагування, хаотичного збудження або обережного відсторонення до більшої довіри, емоційного усвідомлення і символічного опрацювання власного досвіду. Попри різний стартовий рівень груп, до кінця циклу в усіх них спостерігалося зміцнення здатності бути в контакті, брати участь у спільній діяльності, краще дотримуватися правил, говорити про складні переживання та спиратися на дорослого і групу як на джерело підтримки.

РОБОТА З БАТЬКАМИ

Аналіз відповідей батьків показує, що війна залишається постійним фоном у житті сімей і впливає на емоційний стан дітей, навіть коли зовні їхня поведінка виглядає спокійною. У відповідях простежуються страх, тривога, напруження під час повітряних тривог, а також досвід втрат, переїздів і невизначеності. Найчастіше батьки описують у дітей страх гучних звуків, тривожність перед сном, побоювання за дім і близьких. Діти говорять: *«мені страшно», «а ми точно переможемо?», «чи не влучить ракета в наш будинок?», «чому на нас нападають?», «Коли це скінчиться?»*. Для частини дітей ці переживання мають ситуативний характер, для інших — стають більш стійким емоційним фоном. Після обстрілів батьки відзначають у дітей дратівливість, плач, підвищену емоційність, труднощі із засинанням і страх залишатися наодинці. У деяких випадках переживання війни входять у гру і творчість: дитина «стає більш роздратованою і емоційною», а її «ігри, малюнки, мовні ігри–фантазії стали про агресію, страх смерті, агресор–захисник, вбити–врятувати». Водночас навіть у тих дітей, які зовні реагують спокійно, тривога може проявлятися непрямо — через потребу бути ближче до дорослих, небажання залишатися насамоті або зміни у поведінці. Батьки намагаються підтримувати стабільність і не посилювати тривогу дитини*: «паніки не піднімаємо», «тримаю себе в руках, не показую дітям свого хвилювання», «намагаюсь мінімізувати їхній стрес»*. Водночас за цим часто стоять власні важкі переживання — *«тривожний сон», «недосипання», «було дуже страшно, не за себе, а за своїх дітей»*. Попри це, багато батьків демонструють ресурсну позицію: відповідають на запитання дітей, підтримують їх, допомагають виражати емоції через гру і творчість.

Загалом, результати свідчать, що війна продовжує впливати на емоційний стан дітей і дорослих. Батьки хочуть бути для дитини опорою й створювати відчуття безпеки, але водночас відчувають втому, виснаження та напругу.

У межах роботи з батьками було проведено серію зустріч**ей (3 спільні зустрічі і 10 зустрічей зворотного зв'язку з родинам**и) у змішаному форматі (офлайн зустріч у садку та онлайн): вступна презентація програми, тренінгова зустріч на тему дитячих реакцій на стрес, завершальна зустріч спільна з дітьми й окрема зустріч зі зворотним зв'язком для родин. Загальна мета зустрічей — ознайомлення з програмою, просвітницька робота щодо впливу стресу, підтримка батьківського розуміння процесів у дітей та надання підсумкового зворотного зв'язку після завершення програми.

Обговорення розгорталося поступово — від первинної настороженості та запитів на безпеку/контроль до більшої довіри і включеності. На першій зустрічі (презентації) у батьків найбільше напруження викликала тема можливих розмов із дітьми про війну, а також питання адаптації дітей до нових дорослих (троє нових психологів, «чи не забагато дорослих»). Важливо, що були проговорені мета такої структури, а також можливість дитини не включатися, спостерігати, відмовлятися від вправ, мати час на адаптацію, а також право сім'ї припинити участь, якщо стає некомфортно. Окремий пласт запитань стосувався доказовості програми й попереднього досвіду впровадження; після обговорення батьки загалом були готові надати згоду на участь дітей, тобто старт програми відбувся на фоні помірної тривоги, яка частково контейнувалася через чіткість правил і передбачуваність процесу. Надалі залученість батьків була здебільшого низькою, зокрема через адміністративні складнощі. У цьому садочку ми не мали прямого контакту з батьками, і інформація про батьківські зустрічі та заняття з дітьми передавалася через адміністрацію. У зворотному зв'язку батьки говорили про загальне невчасне або відсутнє інформування про події.

Друга зустріч (тренінг) показала типову для нового формату групову динаміку: на початку — «недовіра», обережність і не до кінця сформульоване розуміння, «як саме це може допомогти», далі — поступове включення, і до завершення — активна участь усіх. Батьків прийшло небагато, і вийшла глибока робота з їхніми запитами.

Завершальна зустріч відбулася на тлі зовнішніх стресорів (перебоїв з електроенергією, тривог і обстрілів напередодні), що впливало на загальний стан батьків і дітей. Загалом, батьки виглядали втомленими в кожній з груп. Спільні ігри з дітьми сприймали позитивно. Під час занять і спілкування після занять піднімалися такі теми: як бути, коли дитина активно себе проявляє в громадських місцях; вдячність за проведення «Безпечного простору» та покращення стану дітей у процесі занять; як ставитися до дитячих ігор у війну.

ВІДГУКИ БАТЬКІВ ПРО ПРОГРАМУ

Аналіз батьківських відгуків свідчить про загалом позитивне сприйняття програми як з боку дорослих, так і з боку дітей. Батьки відзначають цінність програми як простору підтримки для дитини, так і можливості для власного навчання, осмислення емоційних процесів і кращого розуміння способів взаємодії з дитиною. У відгуках повторюються такі характеристики, як інформативність, своєчасність, конструктивність, атмосфера прийняття, взаємоповага та підтримка. Один із батьків лаконічно підсумував це як *«корисно з точки зору навчання батьків»,* інша мати наголосила на *«неймовірній атмосфері прийняття, розуміння, підтримки»*. Для частини батьків особливо значущим був сам факт того, що в умовах війни приділяють увагу психічному здоров'ю дітей. У фідбеку це прямо названо *«дуже інформативно і вчасно»* та *«неочікувано і цінно, що до ментального здоров'я наймолодших українців було приділено стільки уваги»*. Загалом, батьки сприймали програму як безпечний, корисний і доречний формат підтримки дітей у складних обставинах.

Найчастіше батьки відзначали цінність ігрового, м'якого та ненав'язливого формату роботи, в якому діти могли взаємодіяти, обговорювати важливі теми та проживати емоції у доступний для них спосіб. Позитивно оцінювалися спільні ігри, групова взаємодія, можливість говорити про важливе в ігровій формі, а також фокус на теплих, підтримувальних аспектах досвіду.

У відгуках наголошується, що заняття допомагали дітям *«звертати увагу на приємні і теплі речі і події», «відчувати, що вони не самі»,* а також сприяли стабілізації психоемоційного стану. Для батьків корисними були також зустрічі й інформаційна частина програми, де вони могли отримати поради психологів, поставити власні запитання та подивитися на труднощі «під іншим кутом». Учасники відзначали, що під час групових зустрічей для батьків вони відчували *«комфорт і свободу самовираження»,* а також отримували *«корисні поради від психологів».* Окремо звучить цінність участі батьків разом із дітьми, коли можна не лише спостерігати за процесом, а й бути в контакті з дитиною під час спільної діяльності.

У більшості відгуків діти описуються як такі, що добре включалися в заняття і сприймали їх позитивно. Батьки зазначають, що дітям було цікаво, весело, вони з радістю згадували ігри, фотографії із занять, розповідали вдома про зустрічі з психологами. Наприклад, одна з матерів пише, що дитина *«кожен раз розповідала з радістю про урок з психологом»,* інша — що донька *«з захватом, проглядаючи фото з занять, згадувала, що з психологами грали в ігри і їй було весело».* В іншому випадку дитина прямо казала, що вони *«цікаво гралися».* Для більшості дітей заняття не викликали супротиву і сприймалися природно, як гра або простір приємної взаємодії. Водночас в одному з відгуків зафіксовано, що дитині «було не дуже цікаво», що вказує на різний рівень залученості дітей і нагадує про потребу враховувати індивідуальні особливості, вік, формат занять та групову динаміку.

Частина батьків описує помітні позитивні зміни у стані та поведінці дітей. Серед них найчастіше згадуються зменшення напруження, покращення сну, краща регуляція емоцій, зниження фіксації на темі війни, а також більш відкрите і тепле спілкування. В одному з відгуків мати пише, що дитина *«перестала повторювати слова про війну, ворога, дрони», «стала спокійнішою і краще спати».* Також окремо відзначено *«кращий сон і кращу регуляцію емоцій».* У деяких випадках батьки помічали ознаки кращого емоційного усвідомлення: дитина могла назвати свій стан, наприклад, сказати *«мені тривожно»* або *«я злюсь»* і виразити це у прийнятний спосіб. Такі зміни не завжди описуються як різкі чи однозначно пов'язані лише з програмою, однак свідчать про посилення здатності дитини помічати й виражати власні переживання.

Разом із цим частина батьків не відзначила виразних змін або не була впевнена, наскільки вони пов'язані саме із заняттями. Це стосується насамперед тих випадків, коли дитина відвідувала не всі зустрічі, або коли батьки не мали змоги долучитися до батьківського формату. У кількох анкетах прямо зазначено: *«не помітили істотних змін», «важко відповісти», «окремий вплив важко відчути».* Така стриманість у відповідях є важливою, оскільки показує не лише позитивний настрій щодо програми, а й реалістичне сприйняття її ефектів.

Окремим важливим результатом є те, що частина батьків відзначає позитивні зміни у стосунках із дітьми. У відгуках з'являються формулювання про більшу теплоту, відкритість, близькість у спілкуванні. Одна з матерів зазначає: *«Стали тепліші і більш відверті відносини»,* інша пише, що її стосунки з донькою *«стають ближчими»*, а сама дитина *«частіше проявляє розуміння замість впертості».* Також деякі батьки звернули увагу на те, що вони застосовують вдома практики «Безпечного простору», пов'язані з вдячністю, згадуванням приємних моментів, спільним малюванням чи розмовами про день. Це дозволяє припустити, що для частини сімей програма стала не лише підтримкою дитини, а й поштовхом до більш уважного емоційного контакту в родині.

Загалом, батьківський фідбек свідчить про високу суб'єктивну цінність програми. Найважливішими її сторонами для батьків стали безпечна й підтримувальна атмосфера, ігровий формат роботи з дітьми, можливість говорити про емоції, а також практична користь для самих дорослих. У частини дітей батьки помітили покращення емоційного стану, сну, регуляції переживань і зниження напруги, пов'язаної з темою війни. Водночас частина відповідей була стриманішою, що вказує на різний рівень включеності сімей і неоднакову вираженість змін. У сукупності відгуки дозволяють зробити висновок, що програма сприймалася батьками як корисна, доречна й психологічно підтримувальна, а її цінність виходила за межі окремих занять, поширюючись також на якість батьківсько–дитячої взаємодії та емоційний клімат у сім'ї.

Відгук Колодюк Вероніки Віталіївни (без фото) *«Сподобалася участь у іграх з дитиною. Корисна інформація під час лекції. Після програми син перестав повторювати слова про війну, ворога, дрони і ін. Став спокійнішим і краще спати і регулювати емоції. Стали тепліші і більш відверті відносини з ним. Хотілося би ще прийняти участь у проєкті. Зрозуміла, що важливо ділитися своїми переживаннями, щоб відчувати себе у безпеці. Зрозуміла, що можна планувати майбутнє і мріяти в будь-яких умовах, а також залишитися чуйними до близьких і уважними до своїх емоцій і переживань».*

ВЗАЄМОДІЯ ЗІ СТАЖЕРАМИ

Стажерок у садочку «Мрій-Дій» було двоє — Іраїда Мухіна, психолог закладу, та Юлія Ярчевська, психологиня, студентка, магістрантка. Іраїда Мухіна вже мала досвід стажування з іншою менторкою, тож ми очікували від неї підтримки і більшої залученості з точки зору адміністрування проєкту, через те, що інші керівники закладу були долучені обмежено.

Обидві стажерки отримали досвід спостереження за заняттями та асистування менторці під час їх проведення. Іраїда проводила заняття самостійно. Варто додати, що стабільний склад стажерів встановився не зразу: був період на початку, коли брала участь ще одна стажерка, тьютор із закладу, яка виявила бажання долучитися, але їй було складно прийняти правила програми: вона проявляла занадто багато контролю і оцінювала дітей, їхні роботи, що прямо впливало на безпеку. Вона не погодилася на пропозицію менторки бути спостерігачем і не вести заняття та вийшла з проєкту. Після цього процес стабілізувався. Стажування продовжили Юлія і Іраїда.

Важливою складовою їхнього навчання були менторські обговорення, на яких стажерки вчилися аналізувати групову динаміку, поведінку дітей і рефлексували свої дії під час проведення занять.

Змістовно зустрічі концентрувалися навколо:
імплементації програми в реалії садка (узгодження розкладів, умов, ролей, усунення адміністративних складнощів);
напруги через брак часу та ресурсів;
ведення документації і звітності;
навчання спостереженню (що саме і як фіксувати, різниця між спостереженням/асистуванням/проведенням заняття, чим психологічні заняття відрізняються від педагогічних, надання зворотного зв'язку вихователям).
рефлексії поведінки дітей і груп: сенсорна чутливість, агресія, імпульсивність, труднощі концентрації;
фокуси на роботі з батьками (тренінг, розбір поведінки як «мови потреб», рутини, підтримка саморегуляції);
підготовці занять;
опрацювання конфліктів в команді

Далі стажерки продовжували своє навчання на супервізіях, до яких готували гострі питання, приносили складні почуття: виснаженості, тривоги, страху, розгубленості, гніву й розпачу, а також відчуття безпорадності. На супервізіях ці почуття опановувалися і контейнувалися, у супервізійної групі шукалися рішення та теоретичні обґрунтування процесів, які відбувалися як у дитячих групах, так і в команді дорослих. Велику частину супервізій ми присвятили опрацюванню конфліктів у команді. Також ми витратили багато часу на адаптацію програми для однієї з груп, яка потребувала більше уваги, додаткового ігрового матеріалу та більших ресурсів для контейнування. Упродовж звітного періоду було проведено **19 супервізійних зустрічей**, які супроводжували впровадження програми в заклади та підтримували фахівців у роботі з дитячими групами.

Супервізійний процес дозволив не лише вчасно виявити ці конфлікти, а й поступово окреслити шляхи їх вирішення. Для цього використовувалися індивідуальні та спільні супервізійні зустрічі, прояснення ролей і меж відповідальності, підтримка фахівців у складних ситуаціях, винесення частини питань на рівень адміністрації, а також розробка більш чітких сценаріїв занять для груп, де контакт із дітьми формувався повільніше. Особливу ефективність показали інструменти, засновані на залученні дітей через гру, цікавість, повагу до їхнього темпу, використання улюблених тем та безпечної взаємодії, а не через примус. Це дало змогу знизити напругу в групах, підвищити включеність дітей і підтримати фахівців у збереженні професійної стійкості навіть у непростих умовах. Психолог закладу Іраїда Мухіна продовжує отримувати щотижневу супервізію щодо психологічної роботи в закладі в межах проєкту.

ВІДГУК ВІД СТАЖЕРКИ ЮЛІЇ ЯРЧЕВСЬКОЇ

Відгук і рефлексивне есе Юлії Ярчевської свідчать, що участь у програмі стала для неї позитивним, професійно значущим і глибоко осмисленим досвідом. Входження в роботу нового садочка супроводжувалося радше інтересом, відкритістю та внутрішньою готовністю до включення, ніж тривогою чи опором. Стажерка підкреслює, що її очікування від практики загалом справдилися, а сам проєкт дав можливість не лише бути присутньою в груповому процесі, а й глибше зрозуміти зв'язок між емоційним станом дитини, її поведінкою та якістю дорослого супроводу. Водночас вона відзначає, що контакт з адміністрацією та педагогічним колективом закладу був обмеженим, тоді як головним простором підтримки, навчання й професійного осмислення для неї стала взаємодія всередині команди та участь у супервізіях.

У роботі з дітьми стажерка особливо підкреслює значення спостереження, гнучкості та здатності враховувати різні потреби груп.

Вона звернула увагу, що більш структурована організація занять позитивно впливала на поведінку дітей, а поєднання правил і свободи створювало умови, за яких дитина могла поступово вчитися дотримуватися правил, взаємодіяти з іншими й залишатися в контакті з власними переживаннями. Хоча її роль переважно залишалася спостережною, стажерка відчула цінність уважної й стабільної присутності дорослого. Особливо значущим для неї став досвід встановлення контакту з дитиною, яка була на зустрічі без батьків: саме через спільну діяльність і послідовну взаємодію вдалося поступово вибудувати довіру. У її сприйнятті це стало підтвердженням того, що навіть обмежена, але надійна присутність дорослого може мати підтримувальне значення для дитини.

Одним із найважливіших спостережень стажерки стало те, що у груповому процесі виразно проявлявся досвід травми — як пов’язаний із війною, так і з дефіцитом батьківської уваги, емоційної присутності та контакту. Вона зазначає, що ці прояви не залишалися поза увагою, а ставали предметом спільного обговорення і супервізійного осмислення. Саме супервізії, теоретичні зустрічі та колективне обговорення допомагали краще помічати приховані аспекти дитячих переживань і знаходити делікатні способи реагування. Важливу роль у роботі відігравали символічні й безпечні форми відреагування, зокрема малювання, аплікація, гра, використання слайму та інші практики, що створювали можливість для вираження складних станів у прийнятний для дитини спосіб.

Поряд із позитивною оцінкою досвіду стажерка досить чесно описує і труднощі. До сильних сторін вона відносить сам задум програми, супервізійну підтримку, можливість спостерігати реальні зміни у поведінці дітей і цінність емоційно орієнтованого підходу. Водночас у відгуку зафіксовано недостатню скоординованість між командою проєкту та закладом, окремі напруження у взаємодії між дорослими учасницями процесу, а також її власне переживання обмеженості професійної ролі, оскільки вона не мала можливості самостійно вести групу через обмеження менторки. Цей момент був для неї емоційно важливим, хоча вона й визнавала його виправданим з огляду на стабільність процесу. У контакті з батьками також відчувалися певна напруга й недовіра до її компетентності, що, ймовірно, посилювало її обережну, спостережливу позицію.

Загалом, стажерка розглядає програму значно ширше, ніж просто серію занять із дітьми. У її розумінні це простір, який навчає не лише дитину, а й дорослого — бути уважними до емоцій, краще розуміти власний стан, не зводити виховання лише до контролю, а ставати для дитини опорою і провідником. Вона підкреслює, що вже переносить отримані знання у власну практику, зокрема вміння краще заспокоювати дітей, говорити з ними про почуття, уважніше слухати й залишати простір для індивідуального прояву. Отже, участь у програмі стала для стажерки важливим ресурсом професійного розвитку, а сама програма постає як цінний формат підтримки дітей, батьків і фахівців, що має потенціал для ширшого впровадження в освітніх закладах.

ВІДГУК ВИХОВАТЕЛЬКИ ЗОРЯНИ МИХАЙЛОВОЇ

Попри обмежену залученість, вихователька однієї з груп відчула позитивний вплив програми, який вона вже побачила саме через дітей. Відгук вихователькі свідчить про загалом позитивне сприйняття програми та її практичну цінність у щоденній роботі з дітьми. Вона зазначає, що застосовувала у своїй роботі навички, здобуті під час участі у програмі, і готова продовжувати використовувати їх надалі. Також вихователька рекомендувала б програму іншим педагогам і не виключає повторної участі в майбутньому, якщо відчує таку потребу.

Програма була для неї зрозумілою, переважно узгоджувалася з її особистими цінностями та, на її думку, давала корисні знання і навички для виконання повсякденних професійних завдань. Особливо цінним аспектом вона назвала спілкування з психологом, що вказує на важливість не лише змісту програми, а й самої можливості професійної підтримки та взаємодії.

Відгук вихователькі: “Я бачу, що участь дітей у програмі позитивно вплинула на їхній емоційний стан: діти стали більш упевненими, а також почали більше довіряти одне одному. Це свідчить про покращення емоційного клімату в групі та зростання відчуття безпеки у взаємодії між дітьми. Водночас наші з ними стосунки як були гарними, так і залишилися; суттєвих змін я не помітила. Втім, вважаю програму корисною, доречною і практично значущою як для мене, так і для дітей у групі. Вбачаю, що я самостійно зможу впроваджувати елементи Безпечного простору у заняття з дітьми”

ЗАГАЛЬНИЙ ВИСНОВОК

Реалізація програми «Безпечний простір» у дитячому садочку «Мрій–Дій» підтвердила, що системна психосоціальна підтримка дітей дошкільного віку в умовах війни є актуальною, затребуваною та здатною давати відчутні результати навіть у складному організаційному контексті. У трьох дитячих групах спостерігалася позитивна динаміка: діти поступово краще витримували рамку групи, активніше долучалися до спільної діяльності, частіше виражали переживання в символічній формі та більше спиралися на дорослого і групу як на джерело підтримки.

Водночас досвід реалізації проєкту показав, що ефективність програми залежить не лише від якості безпосередньої роботи з дітьми, а й від організаційної готовності закладу, узгодженості цінностей, стабільної участі педагогів, наявності адміністративної координації та зрозумілої комунікації з батьками. Незважаючи на обмежену включеність частини дорослих учасників, труднощі з координацією та напруження у взаємодії, програму вдалося реалізувати на достатньо доброму рівні завдяки роботі команди, супервізійній підтримці та гнучкій адаптації до реальних умов закладу.

Таким чином, проєкт можна оцінити як змістовно результативний для дітей, корисний для частини батьків і професійно значущий для стажерів, а також як важливе джерело організаційних висновків для подальших впроваджень. Отриманий досвід показав не лише ресурсність моделі «Безпечного простору», а й необхідність чіткіших процедур запуску, відбору партнерських закладів і підготовки всіх дорослих учасників процесу.

РЕКОМЕНДАЦІЇ З ВПРОВАДЖЕННЯ ПРОЄКТУ

На основі складнощів, виявлених під час реалізації цього проєкту, команда посилила підготовчий та організаційний компоненти наступних впроваджень:

• **Розроблено алгоритм запуску проєкту.** Перед стартом роботи визначається покрокова послідовність дій: оцінка готовності закладу, погодження ролей і відповідальностей, узгодження розкладу, каналів комунікації, ресурсного забезпечення та порядку взаємодії з адміністрацією, вихователями і батьками.

• **Посилено підготовку стажерів.** Підготовчий етап для стажерів став більш ґрунтовним і включає чіткіше опрацювання ролі стажера, принципів недирективного ведення групи, меж відповідальності, навичок спостереження, асистування та професійної комунікації з дорослими учасниками процесу.

• **Впроваджено відбір садочків за ціннісними критеріями.** Для участі в проєкті додатково оцінюється, наскільки підходи закладу сумісні з філософією «Безпечного простору», зокрема щодо поваги до суб'єктності дитини, значення вільної гри, емоційного розвитку та готовності до партнерської взаємодії.

• **Підготовлено вступну анкету.** На початковому етапі заклади заповнюють вступну анкету, яка допомагає оцінити адміністративну спроможність, мотивацію команди, наявність базових умов для реалізації програми, особливості комунікації з батьками та потенційні ризики впровадження програми.