

ПРОГРАМА РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ДІТЕЙ  
ПСИХОСОЦІАЛЬНА ПІДТРИМКА В ШКОЛІ ТА ПОЗА НЕЮ



# Розуміння добробуту дітей



International Federation  
of Red Cross and Red Crescent Societies



From  
the People of Japan

## ПОСІБНИК: РОЗУМІННЯ ДОБРОБУТУ ДІТЕЙ

---

м. Київ, 2017 р.  
Товариство Червоного Хреста України  
вул. Пушкінська, 30  
м. Київ  
01004  
Україна  
[www.redcross.org.ua](http://www.redcross.org.ua)

---

Матеріали адаптовано та надруковано Товариством Червоного Хреста України на основі матеріалів Методичного Центру Міжнародної Федерації Товариств Червоного Хреста та Червоного Півмісяця, оригінальна назва - «The children's resilience programme. Psychosocial support in and out of schools. Understanding children's wellbeing»  
Посібник перекладено та адаптовано в рамках проекту «Підтримка довгострокової соціальної стабільності в Україні», який фінансується Урядом Японії через Міжнародну Федерацію Товариств Червоного Хреста та Червоного Півмісяця

---

Даний посібник розроблено Центром психосоціальної підтримки МФТЧХ та ЧП за підтримки Данського представництва міжнародної організації «Врятуємо дітей». Погляди, виражені в документі, жодним чином не можуть сприйматися як відображення офіційної думки організацій, які брали участь у розробці оригіналу книги. Вони, так само, не несуть відповідальності за будь-яке можливе використання інформації, яка тут міститься.

Зміст цієї публікації може бути використано в освітніх цілях з посиланням на джерело інформації.

---

Оригінальний збірник посібників англійською мовою можна отримати на сайті [www.ifrc.org/psychosocial](http://www.ifrc.org/psychosocial) та [www.savethechildren.dk](http://www.savethechildren.dk)

Діти, зображені на фотографіях, використаних в даному посібнику, не є особами, які постраждали від обставин, описаних у заняттях.

## **ПЕРЕДМОВА**

Із задоволенням представляємо вам цей адаптований збірник методичних посібників для планування і впровадження програм розвитку емоційної стійкості дітей. Ці матеріали були розроблені Методичним Центром Міжнародної Федерації Товариств Червоного Хреста та Червоного Півмісяця у співпраці з та за підтримки міжнародної організації «Врятуємо дітей» (Save the Children). Ці посібники побудовані на досвіді цих організацій з надання психосоціальної підтримки та захисту дітей в надзвичайних ситуаціях, а також багаторічному досвіді роботи цих організацій, їх місцевих та міжнародних партнерів і агентств ООН.

## ЗМІСТ

Вступ

5



### Безпека та добробут дітей 6



### Що таке «психосоціальна підтримка»? 7

Психосоціальна підтримка та емоційна стійкість	12
Психосоціальна підтримка на рівні громад	13
Психосоціальна підтримка у школі та поза школою	14
У школі	14
Поза школою	17



### Захист дітей 20

Насильство, жорстоке поводження та експлуатація дітей	22
Реакції на горе у дітей	26
Хто захищає дітей?	28
Права і потреби дітей	29

4



### Як допомогти дітям 30

Отримання додаткової інформації 38

Організаційні завдання 39

## Вступ

У сучасному світі перед дітьми постають різноманітні проблеми. Здатність дітей до подолання надзвичайно складних життєвих обставин та їхня емоційна стійкість залежать від низки чинників. Посібник «Розуміння добробуту дітей» був створений для осіб, які піклуються про дітей за складних обставин, вивчають реакцію дітей на кризи та шукають шляхи допомоги.

Цей посібник можна використовувати як окремий ресурс або як складову частину програми розвитку емоційної стійкості дітей. Він створений для батьків, учителів, працівників соціальних служб, інструкторів — людей, які безпосередньо доглядають за дітьми, і людей, які підтримують або навчають інших осіб роботі з дітьми. У посібниках розглядаються питання психосоціальної підтримки та захисту дітей, описуються способи реалізації заходів, передбачених програмою розвитку емоційної стійкості дітей, у формальному шкільному середовищі та поза школою в усіх просторах дружніх до дітей.

«Програма розвитку емоційної стійкості дітей: Психосоціальна підтримка у школі та поза нею» — це спільна ініціатива міжнародної організації «Врятуємо дітей» і Центру психосоціальної підтримки Міжнародної Федерації Товариств Червоного Хреста та Червоного Півмісяця. Вона була розроблена для організацій, що беруть участь у плануванні та реалізації психосоціальних заходів за участю груп дітей та їхніх опікунів. Окрім цього посібника, комплект ресурсів містить два посібники зі структурованими тренінгами для дітей, які постраждали від жорстокого поводження та експлуатації, збройних конфліктів, стихійних лих, або проживають у громадах із високим рівнем ВІЛ. Комплект також містить довідник менеджера програми та електронний банк заходів.

## Безпека та добробут дітей

Коли перед дітьми постають надзвичайно складні життєві обставини, вони потребують особливого догляду та захисту. Незалежно від того, опиняються діти у зоні стихійного лиха чи збройного конфлікту або зазнають тривалого впливу епідемії ВІЛ у громадах, важливо зосередитися на потребах і добробуті дітей. На всіх етапах кризової ситуації діти особливо уразливі — на жаль, кризи підвищують ризик втрати опіки, експлуатації та завдання дітям іншої шкоди. Саме тому захист дітей інтегрований у заходи програми розвитку емоційної стійкості дітей.



### ДИТИНА

Поняття «дитина» застосовується до кожної людини віком до 18 років, окрім випадків, коли відповідно до національного законодавства повноліття досягається раніше. Конвенція про права дитини проголошує, що діти мають право на освіту, безпеку та захист.

Здатність дітей долати складні життєві обставини та їхня емоційна стійкість залежать від низки чинників. До них належать сімейні та життєві обставини, почуття приналежності до громади та визнання у громаді, а також їхній вік і стать. Іноді діти, які пережили надзвичайно важкі часи, потребують особливого догляду і підтримки, щоб мати змогу впоратися з ситуацією та усунути її наслідки. Допомога дітям у певний момент їхнього життя може повернути їх до повсякденної діяльності, підвищити їхню стійкість у подоланні труднощів, що може запобігти тривалим негативним психосоціальним наслідкам.

Саме цьому присвячений цей посібник і програма розвитку емоційної стійкості дітей.



*Програма розвитку емоційної стійкості дітей зосереджена на ситуаціях, за яких діти потребують особливого догляду та захисту.*

## Що таке «психосоціальна підтримка»?

Психосоціальна підтримка зосереджена на соціальних та психологічних аспектах життя людей. Термін «психосоціальний» стосується динамічного взаємозв'язку та взаємодії між психологічними та соціальними аспектами. Психологічні аспекти включають внутрішні, емоційні та розумові процеси, почуття та реакції. Соціальні аспекти включають стосунки, сімейні і соціальні зв'язки, соціальні цінності та культурні норми.

Психосоціальна підтримка передбачає зміцнення систем, які забезпечують захист дітей. Це означає підвищення потенціалу дорослих, включаючи батьків, учителів, громадських активістів і представників уряду, які є «носіями обов'язків», для адекватного реагування на потреби дітей та забезпечення їхнього права на захист від жорстокого поводження, відсутності опіки та заподіяння шкоди. В розділі, присвяченому захисту дітей, докладніше розглядається допомога, що надається дітям за таких обставин, і захист дітей від шкоди та страждань шляхом надання психосоціальної підтримки.



## СПІЛКУВАННЯ З ДІТЬМИ

Діти, які опинилися у кризових ситуаціях, потребують інформації. Вони мають знати, що сталося і чому, щоб відновити чи вибудувати нове розуміння світу і себе у ньому. Заохочуйте опікунів спілкуватися з дітьми про те, що сталося, якщо діти активно шукають інформацію.

Діти, так само як і дорослі, реагують на стресові події та кризові явища по-різному. Хоча від кризових явищ страждають цілі громади, зазвичай спеціалізованих послуг потребують лише одиниці через розвиток важких реакцій. Більшості людей можна допомогти шляхом надання базових послуг і забезпечення безпеки, разом із психосоціальною підтримкою.

Наведена нижче піраміда ілюструє багаторівневу систему додаткової підтримки. Різнокольорові рівні представляють різні види підтримки, якої можуть потребувати люди під час кризи, на ранній стадії післякризового відновлення або у кризових ситуаціях, які тривають протягом багатьох років.

## СЛУЖБИ ПІДТРИМКИ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ТА ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ ДОПОМОГИ

Запропоновані заходи

Вплив на населення через кризові явища



Ця ілюстрація ґрунтується на піраміді заходів для психологічної та психосоціальної підтримки у надзвичайних ситуаціях, наведених у Керівних принципах МПК (2007 р.).



Усі ресурси програми розвитку емоційної стійкості дітей спрямовані на забезпечення підтримки на 3 і 4 рівнях.

Це означає, що заходи психосоціальної підтримки відкриті для будь-якої дитини, яка зазнала впливу кризи.

Цей посібник не охоплює спеціалізованих послуг або сфокусованої підтримки для дітей. Проте надається інформація про перенаправлення, яке може бути необхідним.

**СПІЛКУВАННЯ З ДІТЬМИ**  
 Заохочуйте дітей ставити питання й орієнтуйтеся на них. Важливо надавати дітям чесні пояснення, що відповідають їхньому віку, і заспокоювати дітей стосовно їхніх ситуацій.

3 сфери — навички та знання, емоційний і соціальний добробут — забезпечують основу для розуміння того, яким чином програми і заходи психосоціальної допомоги здатні вплинути на добробут дітей, наприклад:

**Навички та знання**

- навчання вирішенню конфліктів;
- покращення зв'язку з однолітками;
- вміння зробити правильний вибір.

**Емоційний добробут**

- надія на майбутнє;
- почуття безпеки та контролю;
- самооцінка та самоповага.

**Соціальний добробут**

- здатність взаємодіяти;
- вирішення проблем з іншими;
- почуття приналежності до громади.

Заходи, які забезпечують психосоціальну підтримку, численні та різноманітні. Ось деякі приклади: перша психологічна допомога після кризи (заспокоєння та активне слухання постраждалого), гарячі лінії підтримки, дискусійні групи, допомога вдома, практичні курси реагування на кризові явища, заходи у школі та поза школою (під час яких діти можуть гратися і відновлювати довіру та впевненість) і професійна підготовка.



Заходи психосоціальної підтримки варіюються залежно від потреб постраждалого населення.



### ПОГЛЯД ІНШИМИ ОЧИМА

Захід під назвою «Погляд іншими очима» (With Different Eyes), що відбувся у місті Бам, Іран, після землетрусу, є гарним прикладом відновлення почуття власної гідності та контролю. 55 дітей взяли участь у фотосемінарі, під час якого вони мали можливість продемонструвати власний погляд на стихійне лихо та викликані ним почуття. Їхні фотографії та коментарі були опубліковані у книзі.



«Я зробив фото свого брата. Відколи стався землетрус, він завжди сидить у наметі засмучений. Він думає про людей, які втратили свої життя, а іноді навіть плаче за ними. Я почувався недобре, коли робив цю фотографію. Я боявся, що наша ситуація завжди буде такою. Я сподіваюся, що за два роки Бам відбудують і місто буде міцнішим, ніж раніше».

**Аюб Пурджамшиді (Ayoub Pourjamshidi), 11 років.**

«Я зробив фото нашого табору. Там я побачив дітей, які гралися. Я сфотографував їх, щоб показати їхнє щастя. Тієї миті я відчув надію на майбутнє, я хотів бачити більше дітей, які граються. Я знаю, що у нас буде гарне майбутнє, що люди працюватимуть задля кращого життя. Я не втратив найближчих родичів, але втратив багатьох інших членів нашої родини».

**Сайдех Амандаді (Saideh Amandadi), 12 років.**

**Іранський Червоний Півмісяць та МФТЧХ та ЧП, 2004 р.**



Два методичні посібники та електронний банк заходів у рамках програми розвитку емоційної стійкості дітей передбачають безліч різноманітних заходів для сприяння добробуту дітей у трьох сферах. Ці заходи можна проводити у школах або за інших умов і регулярно залучати певні групи дітей.

На наступній сторінці представлено один із заходів Методичного посібника 2: Практичні курси.



### СПІЛКУВАННЯ З ДІТЬМИ

Кажіть позитивні речі, наприклад: «Ти маєш хист до багатьох різних речей...» або «Я бачу, що ти зробив усе можливе...», замість негативних речей, таких як: «Ти не маєш хисту до...» або «Ти завжди знаєш невдач у...».

### 8.3. Що сталося з нашою громадою?



60 хвилин



**Заохочувати дітей ділитися власним досвідом, розповідаючи історії про те, що сталося з їхньою громадою в результаті стихійного лиха.**



**Простір для групової роботи.**

Попросіть дітей поділитися на групи з 4 або 5 осіб.

Поясніть, що вони мають близько 10 хвилин, щоб підготувати історію-пантоміму, яку вони потім покажуть іншим групам. Пантоміма має тривати близько 3–5 хвилин і розповідати історію про те, що сталося з громадою в результаті стихійного лиха.

За 10 хвилин попросіть кожну групу показати свою історію-пантоміму. Попросіть дітей, які дивляться виступ, одночасно озвучувати пантоміму. Наприкінці виступу кожної групи присвятіть певний час його обговоренню. Ставте питання, щоб стимулювати розмову, наприклад:

Що сталося? Хто і що зробив?

Які почуття мали люди у цій історії?

Подія сталася на всій території громади чи лише у деяких місцях?

Що, на вашу думку, можна було б зробити іншим чином, якби це сталося знову?

Завершуйте вправу, ставлячи такі питання:

Що ви відчували, коли показували пантоміму?

Про що це змусило вас замислитися з точки зору вашої громади і наслідків катастрофи?



*Діти беруть участь у рольовій грі, щоб продемонструвати, що з ними сталося під час кризи.*

## Психосоціальна підтримка та емоційна стійкість

Емоційна стійкість — це здатність позитивно реагувати або адаптуватися до складних подій, випробувань або життєвого досвіду. Це здатність повернутися до норми після складної події або пройти крізь важкий життєвий досвід із позитивним налаштуванням.



*Дружба — дуже важливе джерело підтримки для всіх дітей.*

Хоча діти дуже сильно відрізняються між собою, в їхньому житті існують певні фактори і можливості, які впливають на рівень їхньої емоційної стійкості. Вони називаються «захисними факторами». Ці фактори забезпечують людям психологічне «прикриття» і допомагають знизити ймовірність негативних психологічних наслідків пережитих труднощів або страждань.

Наведемо декілька прикладів захисних факторів:

**Індивідуальні особливості**, такі як почуття власної гідності, навички здорового міжособистісного спілкування і позитивні стосунки з дорослими дорослими, які здійснюють турботу.

**Позитивне сімейне середовище**, яке забезпечує прихильність, любов, турботу, підтримку, позитивну взаємодію, дисципліну, справедливість і позитивні приклади для наслідування.

**Друзі**, які є гарними прикладами для наслідування і джерелом задоволення та прийняття.

**Позитивний досвід у школі**, отриманий за підтримки вчителів і наставників. Він сприяє загальному добробуту дітей, надаючи їм можливості для розвитку та вдосконалення навичок, знань і впевненості у собі.

**Здорова громада** відіграє вирішальну роль у забезпеченні визнання та захисту, а також у сприянні зростанню та розвитку шляхом залучення дітей як цінних членів громади.



**«Психосоціальна підтримка - це процес сприяння розвитку емоційної стійкості в окремих осіб, сімей і громад».**

Міжнародна Федерація Товариств Червоного Хреста та Червоного Півмісяця. Рамкова програма МФЧХ із надання психосоціальної підтримки на 2005–2007 рр.



### РОЗЛУЧЕНІ ТА ВОЗЗ'ЄДНАНІ

У Демократичній Республіці Конго тисячі людей були змушені залишити свої домівки через бойові дії. Під час втечі батьки часто гублять дітей. Діти йдуть слідом за групами дорослих на самоті, оскільки не знають, куди йти. Крім того, багатьох дітей забирають і вербують до збройних угруповань.

Джибу було лише 5 років, коли він загубився і був розлучений з батьками під час втечі від бойових дій в їхньому селі. Джибу жив у прийомній родині. Міжнародна організація «Врятуймо дітей» знайшла його батьків і після 2 років розлуки Джибу возз'єднався зі своїм батьком. «Я радий повернутися додому. Але мені також сумно йти від мами (його прийомної матері), тому що вона дуже добре до мене ставиться. Щойно я буду вдома, я скажу батькам, щоб відвезли мене назад навідати маму. Я також сумуватиму за своїми друзями».

Батько Джибу ніколи не думав, що знову побачить свого сина. «Я не можу описати свої почуття і здивування, коли одного дня, 2 тижні тому, ваші люди прийшли і сказали мені, що знайшли мого Джибу. Я не міг повірити, що мій син живий. Він має здоровий вигляд і виріс. Я присягаюся, що більше ніколи його не залишу».

**«Врятуймо дітей».**



Здебільшого діти отримують користь від відвідування школи. Крім користі від навчання, шкільне середовище може підвищити почуття впевненості у собі, а відтак і добробут, за умови підтримки вчителів і батьків. Окрім того, діти, які ходять в школу, з меншою ймовірністю стануть жертвами торгівлі людьми або будуть завербовані до збройних угруповань.

### Психосоціальна підтримка на рівні громад

Соціальні та культурні норми і практики у громадах впливають на всі аспекти життя людей. Саме тому наслідки кризових явищ, способи та моделі подолання втрат і горя в різних культурах, селах і навіть сім'ях можуть відрізнятися. Наприклад, втрата членів родини, загроза постійної інвалідності або подолання психологічного шоку, ймовірно, будуть інтерпретуватися з суттєвими відмінностями. Щоб досягти успіху, будь-

який програмний захід має ґрунтуватися на розумінні існуючих норм.

Громада має максимально долучитися до виявлення проблем, обговорення й ухвалення рішень щодо конкретних заходів. Імовірно, що за умови використання знань, цінностей і практик громад психосоціальні заходи будуть більш значущими й ефективними. Також можна досягти більш високого рівня відповідальності та співучасті. Співучасть посилює почуття власної гідності, значущості та впливу.

### Психосоціальна підтримка у школі та поза школою

#### У школі

Школи були визнані ідеальним середовищем для надання психосоціальної підтримки у багатьох країнах, як точки входу до громад і для надання допомоги дітям після кризової події.

Школа є точкою входу до громади, оскільки вона зазвичай розташована в територіальному центрі та є установою, що високо цінується громадою. Викладачі користуються повагою, тож їхня участь у психосоціальній діяльності часто мобілізує до участі батьків та інших членів громади.

✓ Під час циклону Сидр у Бангладеші діти сприяли реагуванню на надзвичайні ситуації, виявляючи уразливих дітей у своїх громадах та організовуючи розповсюдження непродовольчих товарів та заходів у просторах дружніх до дітей. «Врятуймо дітей», 2007 р.



*Психосоціальна підтримка може бути інтегрована у шкільну програму та у повсякденну практику.*



Надання дітям можливості повернутися до школи є важливим аспектом нормалізації життя після кризової події. Школа відновлює певну передбачуваність у повсякденному житті, воз'єднує дітей з іншими дітьми і вчителями, а також надає контекст, у якому діти можуть проаналізувати досвід, крізь який вони нещодавно пройшли. Оскільки викладачі також мають потребу в подоланні власних втрат і труднощів, широко практикується надання допомоги викладачам, що, у свою чергу, сприяє підвищенню їхнього потенціалу для підтримки учнів.



Багато шкіл і селищ у дельті річки Іраваді розпочали реалізацію психосоціальних програм, щоб допомогти людям подолати наслідки циклону Нургіс, який пройшов країною у травні 2008 р. Співробітники і волонтери Червоного Хреста М'янми регулярно відвідували батьків, які втратили своїх дітей; вони організували ігри та заходи для цілих селищ і навчали вчителів, ченців і громадських активістів психосоціальної підтримки. В одній школі вчитель склав нову пісню, кожен куплет якої діти мали співати голосніше і швидше, при цьому щоразу вистукуючи сильніше і швидше по партах. Ідея полягала в тому, щоб показати їм, що вони контролюють ситуацію, що їхній стукіт по партах є голоснішим, ніж стукіт дощу по гофрованих шматках заліза, якими вкриті дахи будинків. Цей звук лякав багатьох дітей протягом декількох місяців після циклону.

**Червоний Хрест М'янми, 2008 р.**



### СПІЛКУВАННЯ З ДІТЬМИ

Підтримуюче спілкування передбачає визнання почуттів дитини щодо ситуації, відсутність поспіху у відповідях на питання та уважне вислуховування всієї історії. Будуйте спілкування на одному рівні з дитиною, м'яко заохочуйте її розповісти про досвід та почуття у її власному темпі.

Якщо освіта добре організована, школа є безпечним і надійним середовищем, яке гарантує:

- певний режим і структуру;
- зосередженість і надію на майбутнє;
- діяльність і стимулювання;
- взаємодію з друзями;
- підтримку з боку вчителів.

Школи також відіграють життєво важливу роль у захисті дітей. Часто освіта є альтернативою вербуванню до збройних сил або експлуатації. Слід вживати заходів, щоб школи гарантували безпеку і захист. Вчителі можуть відігравати важливу роль як приклади для наслідування, яким можуть довіряти діти.

Як доводить приклад вчителів у місті Джок'якарта в Індонезії, вчителі також отримують користь від участі в заходах психосоціальної підтримки та захисту дітей.

Дослідження показали, що в результаті вчителі застосовують підхід, зосереджений на дитині. Це, в свою чергу, може призвести до покращення стосунків між учителями та учнями.

Школа — це також місце, де діти знаходять нових друзів і граються з іншими дітьми. Близькі дружні стосунки вкрай важливі для розвитку емпатії, довіри, тісного спілкування та конфіденційності.

Вчителі також можуть виявляти і повідомляти про випадки насильства в сім'ї та жорстокого поводження з дітьми. У надзвичайних ситуаціях школи можуть реєструвати дітей, які потребують особливого догляду, захисту або підтримки з боку спеціалізованих служб, таких як психіатричні клініки. Рекомендовано навчати співробітників і волонтерів виявленню дітей з особливими потребами.



У місті Джок'якарта, Індонезія, вчителі повідомили про те, що навчання та підтримка, які вони отримали у межах психосоціальних заходів Індонезійського Червоного Хреста після землетрусу в травні 2006 року, допомогли зменшити їхню власну внутрішню напруженість, одночасно покращуючи взаємодію з учнями. Проведена у 2008 році оцінка показала, що програма отримала вельми позитивні відгуки вчителів, які вважали, що покращили стосунки з учнями завдяки змінам у практиці та ставленні, новим перспективам і впевненості в собі. Заходи із забезпечення готовності до надзвичайних ситуацій зменшили тривогу, а симуляції отримали високу оцінку.

**Індонезійський Червоний Хрест, 2008 р.**





## Поза школою

Крім того, можна проводити структуровані заходи поза межами традиційного шкільного середовища. «Простори дружні до дітей» широко використовуються за надзвичайних ситуацій як перша відповідь на потреби дітей і точка входу для роботи з постраждалими громадами. Оскільки вони швидко організуються та відповідають правам дітей на захист, психосоціальний добробут і неформальну освіту, простори дружні до дітей зазвичай використовуються як тимчасова підтримка, яка сприяє догляду за дітьми і їхньому захисту за надзвичайних ситуацій.



*Заходи психосоціальної підтримки можна проводити в безпечному середовищі, поза школою.*



### «ПОЧУТТЯ МІСЦЯ»

Основним наслідком кризової події часто буває руйнівне «почуття втрати місця» — горе, дезорієнтація, гнів та відчуження. У цьому контексті школа є фізичним та емоційним простором, знайомим дітям. Якщо шкільні будівлі зруйновані або недоступні, відновлення викладацької діяльності в іншому тимчасовому просторі матиме те саме значення. Структурована корисна діяльність полегшує біль, знімає напругу та сприяє виникненню «почуття місця», не лише серед дітей, але й серед усієї спільноти. «Втрата почуття місця» призводить до психосоціального стресу та розгубленості, а «відновлення почуття місця» призводить до покращення психосоціального добробуту. Тому психосоціальні заходи підтримки на базі шкіл допомагають дітям відновити «почуття місця» і подолати втрати, спричинені кризою.

**Дж. О. Діаз Превіт, А. Даял. «Відчуття місця: модель спільноти, яка будується на програмах з психосоціальної підтримки». («The Australasian Journal of Disaster and Trauma studies». № 2008-1.)**

Вони також є шляхом до швидкого відновлення та довгострокової підтримки для уразливих дітей. Хоча різні установи називають ці простори по-різному — простори дружні до дітей, безпечні простори, зосереджені на дітях простори, центри захисту дітей або резервні простори для дітей, — ідея та мета є однаковою: допомогти дітям упоратися з кризовими явищами та сприяти позитивному подоланню труднощів шляхом створення безпечних місць, де вони можуть гратися, навчатися та відчувати підтримку.

Таким чином, простори дружні до дітей переслідують такі цілі:

- забезпечити дітям можливість гратися, розвивати навички й отримувати соціальну підтримку;
- мобілізувати громади у питаннях захисту та добробуту всіх дітей, включно з найбільш вразливими дітьми.



### ДИТЯЧІ КЛУБИ

«Моя тітка б'є мене, коли я питаю, чи можу я зробити домашнє завдання замість того, щоб мити посуд. А у школі мій учитель б'є мене, коли я не виконую домашнє завдання. Але я ХОЧУ ходити до школи. Розумієте, це моє право!»

14-річна Дженеба живе у Грей Буш, бідному кварталі Фрітауну, Сьєрра-Леоне. Щосуботи у другій половині дня вона відвідує місцевий дитячий клуб, створений міжнародною організацією «Врятуємо дітей». Тут діти зустрічаються, щоб обговорити свої проблеми, дізнатися про свої права, погратися та знайти нових друзів.

Дитячі клуби допомагають дітям, які пережили стихійні лиха або конфлікти. Клуби відкриті для всіх, включно з найбільш уразливими дітьми. Вони допомагають дітям ділитися досвідом і повертають їм почуття нормального життя. Клуби корисні у тих громадах, де багато дітей не відвідують школу або порушуються їхні права. Тут вони можуть навчитися важливих життєвих навичок, яким вони не навчаються у школі або вдома. Клуби також допомагають дітям зрозуміти свої права і віднайти впевненість у собі, щоб брати участь в ухваленні рішень у громадах разом із дорослими.

У Сьєрра-Леоне до деяких дітей було упереджене ставлення через участь у війні, а дитячі клуби допомогли їм віднайти зв'язок із громадою і знову відчутти себе її частиною. Дитячі клуби навчають дітей цінувати кожного члена громади і поважати одне одного.

**«Врятуємо дітей».**



### ДІТИ РОЗПОВІДАЮТЬ...

«Одразу після землетрусу було моторошно. Ми жили у таборі, де було дуже холодно. І моя сестра померла. Я був щасливий, коли у таборі відкрилася школа. Приємно бути з іншими дітьми, і мені подобається вчитель. Добре щось робити щодня».

#### 7-річний хлопчик у Пакистані після землетрусу в 2005 році.

«Найкраще було, коли знову відкрилися школи. Участь у цій програмі дуже допомогла мені. Тепер я можу виступати перед групою, не відчуючи страху. Ми також ходили на пляж, щоб знову подивитися на океан. До того ніхто не наважувався піти туди. Тепер ми вже не боїмося. Крім того, ми розробили план дій на той випадок, якщо велика хвиля знову повернеться, але я досі трохи нервуюся, коли погода псується і починається шторм. Я не думаю, що зможу забути про те, що сталося під час цунамі. Усі діти повинні мати можливість долучитися до такої програми. Я почуваюся набагато щасливішою, відколи почала брати у ній участь».

#### Дівчинка у Банда-Ачех після цунамі 2004 року.

## Захист дітей

Насильство та жорстоке поводження з дітьми може відбуватися у багатьох місцях: вдома, у школі, у дитячих будинках, у релігійних установах, в'язницях, лікарнях і таборах для біженців. Коли трапляється збройний конфлікт або стихійне лихо, діти піддаються підвищеному ризику перетворення на жертв насильства з боку членів сім'ї та громади, а також сторонніх осіб. Важливо зрозуміти, що ці особливі ризики можуть поставити під загрозу дитячий психосоціальний добробут.



Узгоджене міжвідомче визначення «захисту дітей (у надзвичайних ситуаціях)» таке: «Запобігання і реагування на жорстоке поводження з дітьми, відсутність піклування, експлуатація та насильство щодо дітей (у надзвичайних ситуаціях)».

**Робоча група з питань захисту дітей, 2010 р.**

Вплив кризових явищ і складних обставин на дітей залежить від:

- характеру і тривалості події (тривалий конфлікт або кризова подія, наприклад, землетрус, тайфун, цунамі);
- чи вважається криза такою, що загрожує життю;
- впливу і серйозності кризи, враховуючи можливість заподіяння фізичних травм дитині, втрати її близьких, травми, викрадення або смерті її близьких;
- емоційної стійкості дитини;
- наявності і доступу до функціонуючої системи захисту дітей;
- ресурсів і можливостей сімей для задоволення потреб дитини.

20



### ТРУДНОЦІ В СІМ'Ї

Безпека і добробут дитини під загрозою, якщо:

- виникає конфлікт між батьками або опікунами;
- діти зазнають насильства або експлуатації у сім'ї;
- батьки або опікуни хворі (психічна або фізична хвороба, зловживання алкоголем або наркотиками тощо);
- батьки страждають від сильного стресу або занепокоєння;
- відбувається жорстоке поводження з дітьми (фізичне, сексуальне, словесне або емоційне насильство, відсутність піклування);
- методи виховання дітей наражають дитину на небезпеку, наприклад, надмірний захист, надто м'яке або надто суворе поводження, обтяження дитини надмірною відповідальністю.

Діти більш уразливі до зловживань владою, ніж дорослі, через вік, зріст, брак зрілості, відсутність досвіду, обмеження знань та залежності. Тому діти потребують захисту.

Зазвичай діти належать до групи підвищеного ризику в складних ситуаціях. Проте їхня уразливість часто підвищується одразу ж після стихійного лиха або раптового конфлікту. В хаосі діти можуть загубитися, бути розлучені з батьками, переїздити від однієї сім'ї до іншої або від однієї лікарні до іншої, що наражає їх на більший ризик перетворення на жертв усіх видів зловживань і жорстокого поводження.

Загрози можуть включати:

- емоційне насильство;
- фізичне насильство, включаючи насильство у сім'ї;
- сексуальне насильство, включаючи зґвалтування, масові зґвалтування та інші форми експлуатації;
- комерційну експлуатацію (небезпечна дитяча праця);
- шкідливі практики та звичаї;
- торгівлю людьми, викрадення для роботи або сексу;
- вербування до збройних сил або угрупувань;
- завдання тяжких тілесних ушкоджень, травм, смерть;
- розділення сім'ї;
- затримання у місцях позбавлення волі;
- вимушену міграцію.

Хоча усі діти піддаються ризику насильства та інших загроз, для деяких дітей ризик є більшим, ніж для інших, тому вони потребують особливого захисту та заступництва, — зокрема, безпритульні діти, діти з інвалідністю та діти, які проживають у лікарняних та освітніх установах. Уразливі діти можуть потребувати особливої уваги протягом певного періоду часу, але їм також потрібен постійний догляд, щоб не почуватися інакшими.



*Діти — це особливо вразлива група, яка потребує захисту від заподіяння шкоди.*

**КАТЕГОРІЇ ОСОБЛИВО  
ВРАЗЛИВИХ ДІТЕЙ**

- безпритульні діти, які загубилися або були розлучені з батьками, сироти;
- діти в медичних або освітніх установах;
- діти, не зареєстровані після народження;
- діти, які мають проблеми із законом;
- діти, які живуть на межі бідності;
- діти, які працюють;
- діти, які не мають доступу до освіти;
- діти з обмеженими можливостями або особливими потребами;
- маргіналізовані діти;
- діти у надзвичайних ситуаціях;
- діти-матері;
- підлітки;
- діти, які є головами сімей;
- діти з важкими емоційними і соціальними реакціями.

**Насильство, жорстоке поводження з дітьми та експлуатація дітей**

Жорстоке поводження з дітьми — це будь-яка форма фізичного, сексуального або емоційного неналежного поводження або відсутності догляду, яка завдає шкоди дитині. Види жорстокого поводження з дітьми: насильство в сім'ї, емоційне насильство, фізичне насильство, відсутність піклування та сексуальне насильство. Діти, які стали жертвами жорстокого поводження, найчастіше зазнають шкоди від поєднання різних форм жорстокого поводження і відсутності піклування.

Насильство щодо дітей є широко поширеною проблемою. Воно наявне в усіх етнічних групах і всіх громадах у більшості країн і культур. Частота випадків насильства і жорстокого поводження часто зростає після стихійних лих і у ситуаціях збройного конфлікту.

**Вербування до збройних сил та угруповань.** У ситуаціях збройного конфлікту діти регулярно вербуються до збройних сил або угруповань. Вербування може бути примусовим або добровільним; діти виконують цілу низку ролей, у тому числі солдатів, шпигунів або кур'єрів, кухарів і носіїв, а також використовуються для сексуальних потреб. Вербування наражає дитину на низку надзвичайних ризиків, таких як смерть, заподіяння тілесних ушкоджень, психологічна шкода і сексуальне насильство. Повернення до цивільного життя може становити чимало проблем як для дітей, так і для громад. Психосоціальні програми довели свою здатність надавати допомогу у відновленні зв'язку з громадою.

**Насильство у сім'ї.** Це будь-які дії, що завдають фізичної, сексуальної або емоційної шкоди іншій особі у сім'ї, включно з побиттям, приниженням чи ізоляцією. Алкоголізм, наркоманія, агресивна поведінка і переконання у тому, що насильство є прийнятним способом зняття стресу, сприяють підвищенню ризику насильства у сім'ї. Діти, які стають свідками насильства між членами сім'ї, можуть вирішити, що насильство є прийнятним, і що побиття менших і слабших може бути припустимим. Це може призвести до залякування і знущань серед дітей. Інші діти можуть зазнати значного впливу насильства і бути травмовані.

**Емоційне насильство** складається з постійних нападів на почуття гідності дитини. Це психологічно руйнівна поведінка людини, яка має владу, повноваження або користується довірою. Фізичні шрами загоюються, а емоційний біль після жорстокого поводження може завдавати шкоди ще дуже довго. Емоційне насильство може включати несприйняття або ігнорування, відмову визнати, почути або підтримати дитину, позбавлення дитини основних емоційних потреб. Емоційне насильство також може включати приниження дитини шляхом образ, критики, глузування, імітації або обзивання. Ізоляція дитини від інших і переривання її нормальних соціальних стосунків також є формою емоційного насильства. Іншою формою є тероризування (примушування або залякування дитини до граничного страху) або розбещування за допомогою постійної демонстрації або заохочення до антисоціальної, шкідливої або незаконної поведінки.

**Фізичне насильство** трапляється, коли людина, яка має владу або користується довірою, цілеспрямовано завдає шкоди чи погрожує завдати шкоди дитині, наприклад, шляхом ударів, поштовхів, припалювання, ляпасів або побиття ногами. Фізичне насильство зазвичай пов'язане з фізичним покаранням і може бути сплутане з фізичною дисципліною.

Діти, з якими трапляються нещасні випадки у повсякденному житті, часто отримують удари або рани в таких областях, як лоб, коліна та лікті. Діти, яким завдають тілесних ушкоджень, часто мають удари і порізи в незвичайних або несподіваних областях, таких як спина, обличчя і скроні, сідниці, верхня частина стегон, нижня частина ніг і нижня частина живота. Один підозрілий синець не обов'язково означає наявність жорстокого поводження, але серії підозрілих синців можуть свідчити про жорстоке поводження.

**Відсутність піклування** — це свідоме незабезпечення основних потреб дітей, таких як житло, харчування, пристойний одяг, освіта, медичне обслуговування, відпочинок, безпечне довкілля, фізичні вправи, нагляд, турбота або піклування. Потреба у здоровому, уважному піклуванні виникає ще до народження і триває, поки дитина не подорослішає. Позбавлення дітей основних фізичних та емоційних потреб на будь-якій стадії дитинства може мати сильні негативні наслідки, включно з поганим розвитком, поганим станом здоров'я і навіть смертю. Однак, відсутність піклування не слід плутати з відсутністю доступу до послуг охорони здоров'я, освіти тощо через бідність.



### **ДІТИ БЕЗ СУПРОВОДУ ДОРΟΣЛИХ ТА ДІТИ, РОЗЛУЧЕНІ З БАТЬКАМИ**

Діти без супроводу дорослих — це діти, які були розлучені з батьками та іншими родичами і не перебувають під опікою дорослої особи, яка, за законом або звичаєм, несе відповідальність за догляд за дитиною.

Діти, розлучені з батьками, — це діти, які були розлучені з батьками або попереднім законним або звичаєвим опікуном, але не обов'язково з іншими родичами.



**Сексуальне насильство** трапляється, коли старша або сильніша дитина, підліток або дорослий використовує молодшу, слабшу особу для сексуальних цілей. Діти і підлітки не можуть дати згоду на статевий акт із дорослим, тому що вони не є рівними за силою або знаннями, або тому що вони бояться або залежать від дорослого.



### СЕКСУАЛЬНЕ НАСИЛЬСТВО

#### КОНТАКТНЕ СЕКСУАЛЬНЕ НАСИЛЬСТВО:

- доторкання до інтимних ділянок тіла дитини;
- примушення дитини доторкатися до інтимних ділянок тіла іншої особи;
- тримання або обіймання дитини сексуальним чином;
- вагінальний, анальний або оральний секс;
- катування дитини статевим шляхом;
- використання об'єктів для статевого проникнення у тіло дитини.

#### БЕЗКОНТАКТНЕ СЕКСУАЛЬНЕ НАСИЛЬСТВО:

- демонстрація дитячої порнографії;
- примушення дитини дивитися на статеві акти, слухати сексуальні розмови або дивитися на інтимні частини тіла іншої людини;
- примушення дитини позувати для спокусливих або сексуальних фото або відео;
- спроби дражнити дитину, згадуючи інтимні частини тіла;
- перетворення дитини на об'єкт небажаного спостереження;
- настирливі питання до дитини або коментарі щодо неї.

**Канадський Червоний Хрест: RespectED**

Сексуальне насильство зраджує довіру; воно позбавляє дітей дитинства.

Коли винна особа отримує економічний або соціальний прибуток від сексуального насильства, – це називається сексуальною експлуатацією. Існують дві категорії сексуального насильства над дітьми: контактне і безконтактне.

Особа, винна у сексуальному насильстві, - це найчастіше особа, якій дитина довіряє й яку вона знає. Часто трапляється так, що дитина захищає таку особу і щосили намагається зберегти сексуальне насильство у таємниці. У багатьох випадках ніхто не втручається, в результаті чого дитина залишається залежною від особи, яка завдає їй болю.

Особа, винна у сексуальному насильстві, часто використовують процес, який називають «грумінг» (входження в довіру до дитини з метою схилення до вчинення розпусних дій), щоб зробити дитину залежною від себе.

Грумінг починається з того, що злочинець вдає з себе друга дитини. Встановивши зв'язок, він робить перший крок до схилення дитини до статевого акту. Він переконує дитину в тому, що все нормально. Він може дарувати подарунки. Він може казати щось на кшталт: «Це наш секрет. Ніхто інший не має знати». Він може погрожувати скривдити жертву або сім'ю жертви і казати, що це провина дитини.

### РЕАКЦІЇ ДІТЕЙ НА НАСИЛЬСТВО І ЖОРСТОКЕ ПОВОДЖЕННЯ

Діти можуть не розмовляти про жорстоке поводження, якого вони зазнали, тому що можуть бути налякані або намагаються вдавати, що цього не відбувається. Вони можуть вірити, що насильство — це нормально, або можуть заперечувати власну причетність до цього. Також дитині важко розповісти про насильство, якщо їй подобається або вона любить особу, яка завдає їй шкоди. Діти можуть думати, що це їхня власна провина, і тому не хочуть розповідати про насильство, щоб не бути осором-



леними. Діти також можуть побоюватися, що вони зруйнують сім'ю або потраплять у халепу. Вони можуть не розуміти, що те, що відбувається, неправильно, або можуть просто не знати, кому розповісти.

Діти, які пережили насильство з боку опікуна або когось іншого, кому вони довіряли, зазвичай мають двоїсті емоції та ставлення до цієї людини. Це означає, що гнів і прагнення помсти, а також почуття любові та вірності до винної особи можуть бути присутні одночасно.

У таких випадках дітям важче виражати почуття гніву, порівняно з випадками, коли злочинець — це чужа людина.

Здатність дитини довіряти може зазнати серйозної шкоди, якщо дитина була об'єктом жорстокого поводження. Знадобиться чимало чуйності та терпіння, щоб допомогти таким дітям створити зв'язки з надійними і відповідальними дорослими.

### РЕАКЦІЇ ДІТЕЙ НА СТРЕСОВІ ПОДІЇ

Способи реагування на стресові події у дітей часто відрізняються від способів реагування у дорослих. Ці відмінності слід визнавати та брати до уваги під час надання допомоги дітям.

Деякі діти стають замкненими і не можуть говорити про подію або переживають періоди заперечення, діючи так, ніби подія не відбувалася. Інші безперестанку говорять про подію або програють в уяві певні моменти стресового досвіду. Діти часто плутають факти і власні почуття, тому можуть потребувати допомоги з розумінням. Стресові події порушують їхню віру в надійне та передбачуване середовище; дітям може знадобитися певний час, щоб відновити втрачену довіру. Проте за адекватної підтримки більшість дітей матимуть змогу продовжити розвиток у здоровий і позитивний спосіб.

Діти мають такі ж емоції, що й дорослі, але можуть висловлювати їх по-різному. Реакції залежать від стадії їхнього розвитку (див. наступну сторінку). Діти можуть відтворювати потужні візуальні образи подій, демонструвати повторювану поведінку, яка може відтворюватися через гру, мати пов'язані з травмою побоювання та змінене ставлення до людей і життя.

Діти можуть мати дуже сильні реакції на фото чи відео події у засобах масової інформації. Діти, які дивляться телевізійні новини про ураган або землетрус за декілька тижнів після фактичної події, можуть відчути сильний страх, що все це відбудеться знов.



#### ПОДРОБИЦІ, ЯКІ МАЮТЬ ЗНАЧЕННЯ

Віну та її подруга, обидві 7-річного віку, стали жертвами захоплення заручників. Після цього вони не хочуть ходити до школи самостійно. Батьки у цьому районі по черзі супроводжують дітей до школи. Дівчатка щасливі, за винятком випадків, коли їх супроводжує до школи один із батьків. Волонтери вислухали розповіді дітей про їхні страхи і зрозуміли, що цей чоловік йде позаду дівчаток, що нагадує їм про захоплення заручників. Проблема вирішили тоді, коли запропонували чоловікові йти попереду дівчаток.



## ПОШИРЕНІ РЕАКЦІЇ НА СТРЕС У РІЗНИХ ВІКОВИХ ГРУП

### Немовлята (від народження до 2 років)

Навіть незважаючи на те, що немовлята не можуть описати подію або свої почуття словами, вони можуть зберегти спогади про конкретні видовища, звуки і запахи. Вони можуть плакати більше, ніж зазвичай, не відпускати дорослих від себе, бути дратівливими, пасивними або емоційними.

### Діти дошкільного віку (2-6 років)

Після кризи діти дошкільного віку часто почуваються безпорадними і безсилими. Зазвичай вони бояться розлучення з батьками і знову починають смоктати палець, страждати енурезом або боятися темряви. Ігри можуть включати аспекти пережитої події, яку дитина розіграє знову і знову. Деякі маленькі діти демонструють ознаки заперечення і відстороненості.

### Діти шкільного віку (6-10 років)

Такі діти здатні зрозуміти складніші проблеми та випадки. Це може призвести до широкого спектру реакцій, таких як почуття провини, почуття невдачі або гніву, що подію не попередили, або приміряння на себе ролі рятувальника. Їхня поведінка може здатися примхливою, оскільки вони намагаються впоратися зі зростаючим почуттям власної неповноцінності та потребою у встановленні контролю. Деякі діти прагнуть говорити про подію безперервно.

### Підлітки (11-18 років)

Підлітки можуть демонструвати відповіді та реакції, аналогічні дорослим. Ізоляція, роздратування, несприйняття правил і агресивна поведінка є поширеними явищами. У деяких підлітків може розвиватися небезпечна, ризикована поведінка, наприклад, безвідповідальне керування автомобілем, зловживання алкоголем або наркотиками, самоскалічення; можуть розвиватися розлади харчування, страхи.

### Вплив на навчання у школі

Зазвичай діти демонструють зниження продуктивності у шкільних і робочих завданнях, або ж перетворюються на перфекціоністів, докладаючи максимум зусиль, щоб бути досконалими і таким чином запобігти повторенню пережитої ситуації.

## Реакції на горе у дітей

Діти демонструють явні ознаки горя в дуже ранньому віці. Немовлята 6-8-місячного віку починають демонструвати ознаки горя, коли їх розлучають із матір'ю на тривалий період часу; вони шукають її, виявляють відчай або пасивність. Немовлята віком до 6-8 місяців можуть демонструвати ознаки стресу, такі як дратівливість, порушення сну або розлади харчування. Вони можуть не шукати матір, із якою були розлучені, але демонструють стресові реакції, коли встановлений нею щоденний режим раптово порушується.

Діти мають такі самі типи емоційних реакцій на втрати, що й дорослі, а саме: шок, гнів, смуток, почуття провини, тривоги, страху тощо. Проте, з точки зору дорослого, дитячі реакції, спричинені смутком і жалем, можуть іноді здаватися дивними, оскільки дитяче горе може бути стрибкоподібним і нетривалим. Діти можуть різко «перемикатися» з інтенсивних реакцій горя та смутку на ігри й отримання задоволення. Маленькі діти часто не можуть висловити своє горе. Вони зазвичай висловлюють свої почуття через поведінку та гру. Також діти можуть демонструвати надмірне занепокоєння, коли їх розлучають із батьками, опікунами або іншими важливими для них особами, які про них дбають.



### ДИТЯЧЕ ГОРЕ

Педро, 8-річний хлопчик, який втратив свою матір в автокатастрофі, присутній на її похороні. Він стоїть поруч із могилою і голосно плаче, аж раптом з'являється кошени. Він одразу ж припиняє плакати і починає гратися з кошеням, поки похорон триває. Після того, як усі пішли, Педро сідає на могилу і читає своїй мамі казку на ніч.

Він відмовляється залишати кладовище, поки його дядько не пропонує піти і взяти велику свічку, щоб поставити на могилі.



### СПОСОБИ ОПЛАКУВАННЯ

Бірсен, 10-річна дівчинка, батько якої наклав на себе руки, не була присутня на похороні. За декілька днів вона пише листа своєму батькові та йде на кладовище, щоб зарити листа в землю на могилі батька. Мігель, 16-річний хлопець, плює з дуже високого моста на честь покійного друга, який мріяв про це за життя.

Ритуали допомагають «підтримувати контакт» із образом померлої людини, а також долати почуття провини. Для померлої людини можна зробити певну річ, наприклад, виконати завдання, яке вона не змогла виконати за життя.

**Хто захищає дітей?**

Діти можуть відігравати вирішальну роль у власному захисті, якщо вони володіють знаннями про добробут і захист. Сім'я зазвичай є джерелом щоденного догляду і підтримки; за умови нормального функціонування вона забезпечує захист дітей. У стресовій ситуації діти схильні звертатися до осіб, які про них дбають, за порадою щодо слушної реакції на події. Діти молодшого віку, зокрема, звертаються до батьків та інших членів сім'ї по підказки. Батьки або опікуни — головний ресурс безпеки для дітей; у післякризовий період діти постійно потребують їхніх вказівок і догляду. Зазвичай діти долають кризу з таким самим успіхом, що й їхні батьки. У таких ситуаціях одним із найкращих способів надання допомоги дитині є допомога батькам або опікунам.

**ЩИРА РОЗПОВІДЬ**

«У сім'ї, яка мешкає поруч зі мною, батько і матір били своїх дітей. Тому я пішла до них додому. Батько сказав мені забиратися геть, бо це мене не обходить, але я не пішла і сказала, що він неправий. Спочатку мені було страшно, але я сама взяла на себе такий обов'язок і дала слово учнівській раді, тому просто мала зробити це. Я думаю, що зараз дітям краще, але немає жодної гарантії».

Завдяки створенню учнівських рад у рамках проекту «Школа без насильства» в Афганістані діти отримали платформу для висловлення власних думок. 9-річна Азада з Мазарі-Шаріфа в провінції Балх — член учнівської ради, органу дитячого самоврядування, участь у якому дозволяє дітям формувати власну думку і впливати на свою особисту ситуацію. Азада та інші діти продемонстрували відвагу, і це спрацювало. До дітей дослухаються дорослі.

**«Врятуймо дітей».**

Громада несе відповідальність за виявлення і надання допомоги дітям, які піддаються ризику. Це можна робити за допомогою школи, поліклініки або інших місцевих організацій. Загальна нормативно-правова база, створена місцевими та центральними органами державної влади, забезпечує захист і добробут дітей за допомогою законів, політик і стандартів.

Захист дітей включає «заходи і структури для запобігання і реагування на жорстоке поводження, відсутність піклування, експлуатацію та насильство, яких зазнають діти» («Врятуймо дітей», 2007 р.). Він включає захист дітей від різних видів шкоди, наприклад, фізичного насильства, небезпечної дитячої праці, словесних образ і будь-яких інших ситуацій, за яких діти ризикують зазнати шкоди. Його не слід плутати із захистом прав дітей, за який відповідають усі, хто працює з дітьми.

У плануванні та реалізації будь-якої програми або заходів, спрямованих на захист дітей, існують три важливі пріоритети:

- профілактика має вирішальне значення;
- координація між секторами є життєво важливою;
- заходи мають бути інтегровані таким чином, щоб бути корисними усім дітям.

Це означає, що слід розглянути всі наявні місцеві механізми захисту та психосоціальної підтримки і визначити шляхи направлення і звернення по поради.

Це гарантуватиме, що програма інтегрована у локальну мережу захисту дітей.

## Права і потреби дітей

Заходи із забезпечення прав дітей і надання їм можливості для кращого життєвого старту визнані найефективнішим способом досягнення позитивних і тривалих змін для дітей.

Конвенція про права дитини — це міжнародний механізм сприяння правам дітей, ухвалений Організацією Об'єднаних Націй. Ця Конвенція є найбільш ратифікованим документом в усьому світі. Всі країни світу, крім двох, є її учасницями. Після ратифікації Конвенції на державному рівні згідно з міжнародним правом держава зобов'язана зробити все можливе для реалізації прав усіх дітей, які перебувають під її юрисдикцією.

Діти розглядаються як «правовласники», а права дитини охоплюють усі аспекти життя, зазвичай класифіковані за 4 загальними розділами:

- недопущення дискримінації;
- врахування інтересів дитини;
- право на життя, виживання і розвиток;
- право на участь.

У Методичному посібнику 1: Початок роботи, який є складовою частиною комплексу ресурсів програми розвитку емоційної стійкості дітей, ви знайдете детальнішу інформацію про права дітей, а також пропозиції для тренінгів та інших заходів.

Зауважте, що у деяких країнах недоречно підвищувати обізнаність про права дитини, особливо у контексті недотримання прав багатьох дітей та нездатності їхніх батьків і опікунів змінити цю ситуацію. Підвищення обізнаності про права може призвести до ситуації, коли батьки й опікуни почуватимуться неповноцінними і безсилими, що може мати негативні наслідки для їхніх стосунків із дітьми.

У такому випадку як альтернативу можна організувати тренінги, зосереджені на потребах дітей. Ці тренінги спрямовані на підвищення рівня інформованості про те, чого потребують діти, щоб бути здоровими і сильними, як вони можуть допомогти одне одному для досягнення цієї мети, яку підтримку вони можуть отримати від своєї громади, і якими є їхні власні відповідні обов'язки.



*Підвищення обізнаності про права дітей слід проводити з обережністю, застосовуючи делікатний підхід, щоб батьки й опікуни не почувалися винними, якщо вони не мають змоги забезпечувати дотримання всіх прав дітей*

## Як допомогти дітям



*Надавайте дітям максимально можливу кількість інформації, що відповідає їхньому віку.*

30

Усі види діяльності та заходи мають базуватися на виборі найкращого способу допомоги, з урахуванням проблем, які постають перед дітьми. Цей заключний розділ містить загальні вказівки щодо надання допомоги і спілкування з дітьми за складних обставин.

### **НАДАВАЙТЕ ДІТЯМ ІНФОРМАЦІЮ**

Діти під час кризових подій, потребують інформації. Вони мають знати, що сталося і чому, щоб відновити розуміння світу та себе у ньому. Часто члени сім'ї уникають розмови з дітьми про смерть і труднощі. Вони можуть вважати, що це лише погіршить ситуацію. У цьому є сенс. Повідомлення дитині зовеликої кількості фактів може бути проблематичним. Якщо дитина стала жертвою насильства або сексуального насильства, конфронтація може бути дуже шкідливою.

Проте проблеми також можуть виникати, якщо не надаються чіткі відповіді на питання. Якщо залишити незрозумілими певні моменти або взагалі нічого не пояснювати, дитина може втратити довіру до дорослого, стати мовчазною та замкненою.

Якщо діти активно шукають інформацію, знайдіть час, щоб поговорити з ними і допомогти їм зрозуміти те, що сталося. Водночас будьте дуже обережні, щоб не перевантажувати дітей інформацією, яку вони не просили. Заохочуйте дитину ставити питання та орієнтуйтеся на них. Ви маєте створити середовище, в якому дитина зможе почуватися у безпеці та висловити свої почуття.

Важливо дати дитині відповідь, що відповідає її віку, але пояснення і запевнення про втрату мають бути чесними. За можливості, дитину слід переконати, що члени її сім'ї / групи / громади будуть триматися разом і допомагатимуть одне одному подолати втрату.

### СПОСТЕРІГАЙТЕ ЗА ДИТИНОЮ

Щоб розпізнати ознаки страждання чи стресу в дітей, ви маєте слухати їх і спостерігати за їхньою поведінкою. Порівняйте поведінку дитини з поведінкою інших дітей за тих самих обставин. Вона така сама, як і поведінка інших дітей?

Спостерігайте за дитиною під час гри:

- Дитина грається у спосіб, який є типовим для її віку?
- Дитина демонструє надто сильний гнів, страх або розчарування?
- Дитина знову страждає енурезом?
- Дитина багато плаче і ні на крок не відходить від вас або інших осіб?
- Дитина замкнена, відлюдькувата або агресивна?

Спостерігайте за реакцією дитини, розмовляючи з нею про повсякденні речі:

- Чи дитина слухає і розуміє?
- Розуміння дитини є відповідним її віку?
- Чи має дитина засмучений та збентежений вигляд?
- Чи може дитина зосередитися або відповісти на питання?

Поговоріть із батьками та іншими дорослими, які знають дитину:

- Чи змінилася поведінка дитини?
- Чи помітні зміни в особистості, поведінці або поглядах дитини на життя?
- Чи вважають дорослі, що дитина потребує допомоги?



*Спостерігаючи за поведінкою дітей, можна помітити ознаки стресу.*



### СПІЛКУВАННЯ З ДІТЬМИ

Виявляйте повагу - не кричіть на дитину та не ображайте її. Не припускайте, що ви вже знаєте думку дитини. Заохочуйте і підтримуйте зусилля дитини, розмовляйте з такою самою повагою, з якою ви спілкуєтеся з іншими — кажіть «будь ласка» і «дякую». Слухайте дитину, дивіться на дитину, коли вона розмовляє, будьте уважні.



### ВИКОРИСТОВУЙТЕ ПІДТРИМУЮЧЕ СПІЛКУВАННЯ

Коли діти відчувають певний стрес, вони зазвичай стають більш уразливими і можуть почати поводитися більш агресивно або чіплятися до своїх опікунів. Дорослі можуть спілкуватися з дітьми у критичному, негативному тоні. Такий підхід не допоможе. Замість реагування на неслухняну або дратівливу поведінку дітей необхідно підтримати і зосередити увагу на підвищенні їхньої самооцінки.



### ПІДТРИМУЮЧЕ СПІЛКУВАННЯ

- є ключем до дверей у внутрішній світ дитини. Дитина, яка відчуває розуміння і підтримку, почуватися в безпеці, більш впевнена у собі та має сильніше почуття власної гідності — ці якості допомагатимуть їй протягом усього життя.
- є настільки ж ефективним і важливим для підлітків і дітей, як і для дорослих. Якщо дорослий слухає дитину уважно, не засуджуючи, це сприятиме одужанню та розвитку дитини.
- з дітьми включає визнання їхніх почуттів щодо ситуації, вміння уважно вислухати всю історію і відповісти на всі питання без поспіху. Також не слід «допитувати» дитину. Будуйте спілкування на одному рівні з дитиною, м'яко заохочуйте її розповісти про досвід і почуття у її власному темпі.

Діти відрізняються від дорослих у способах подолання страхів. Тому вкрай важливо спочатку зрозуміти точку зору дитини. Дайте дітям змогу висловитися.

Поясніть, що їхні реакції є нормальними і зрозумілими за даних обставин.

Не давайте нездійснених обіцянок; натомість спробуйте відновити почуття довіри і безпеки, важливі для добробуту дитини. Не просіть дитину забути про те, що сталося, або не розповідати про її досвід, натомість заохочуйте питання. Діти часто мають багато питань, які за потреби можуть ставити знову і знову. Це вимагає терпіння та постійного заохочення.





## ПІДТРИМУЮЧЕ СПІЛКУВАННЯ З ДІТЬМИ

### Будьте позитивними

Використовуйте позитивні підтримуючі вислови, такі як:

- «Ти маєш хист до багатьох різних речей...»
- «Я бачу, що ти зробив усе можливе...»

**НЕ** використовуйте негативні вислови, такі як

- «Ти не маєш хисту до...»
- «Ти завжди зазнаєш невдач у...»

### Давайте чіткі та позитивні інструкції

Використовуйте позитивні слова набагато частіше і пояснюйте речі просто й обмежено, щоб і ви, і дитина мали реалістичні очікування.

**НЕ** використовуйте «**НЕ**» увесь час.

**НЕ** очікуйте, що діти знають, як робити якісь речі самостійно.

### Виявляйте повагу

Заохочуйте і підтримуйте зусилля дитини, звертайтеся до неї з такою самою повагою, як і до інших — кажіть «будь ласка» і «дякую».

Слухайте дитину, дивіться на дитину, коли вона розмовляє, будьте уважні.

**НЕ** принижуйте дитину в усній формі. Не кричіть на дитину та не ображайте її.

**НЕ** припускайте, що ви вже знаєте думку дитини.

**НЕ** недооцінюйте інтелект дитини.



## ЗАБЕЗПЕЧУЙТЕ ДОДАТКОВИЙ ДОГЛЯД І ПІДТРИМУЙТЕ РЕЖИМ

Після кризової події діти потребують посиленої допомоги, щоб відновити довіру. Опікуни мають дозволити дітям бути більш залежними від них протягом певного періоду часу. За можливості, це може включати більше фізичного контакту, ніж зазвичай, дозвіл не спати на самоті, з увімкненим світлом тощо. Важливо дати дітям час на подолання смутку і туги. В окремих випадках протягом певного періоду часу можна підтримувати поведінку, більш характерну для дітей молодшого віку.

Звичні щоденні процедури і режим, які підтримують опікуни в родині, повинні бути якомога ближчими до нормального життя, оскільки це дає дітям почуття безпеки та контролю. Заохочуйте дітей продовжувати навчання.



*Надання дітям можливості висловлювати власну думку важливе для їхнього почуття гідності та цінності у громаді.*

## ДОЗВОЛЬТЕ ДІТЯМ БУТИ АКТИВНИМИ І БРАТИ УЧАСТЬ У ЗАХОДАХ

У дуже важких умовах діти можуть почуватися особливо безпорадними й уразливими. Дозвіл на активну участь у процесах відбудови й ухвалення рішень дуже важливий для повернення почуття власної гідності та контролю. Тому дорослі мають дати дітям нагоду активно впливати на своє середовище, висловлювати свої почуття і приймати власні рішення завжди, коли це можливо.

## ПІДТРИМАЙТЕ ДИТИНУ В ЖАЛОБІ

Якщо дитина перебуває в жалобі за померлою особою, слід поговорити з дитиною про померлу особу і допомогти дитині зберегти пам'ять про неї. Дуже важливо уважно спостерігати за реакцією дитини і забезпечити відповідну підтримку. Іноді дитині може знадобитися особистий простір для спокійних спогадів і міркувань.

**БУДЬТЕ ОБЕРЕЖНІ, КОЛИ РОЗМОВЛЯЄТЕ ПРО СМЕРТЬ**

Про смерть близької людини з дітьми слід розмовляти обережно. Підтримання розмови про померлу людину — з інформацією, спогадами та історіями, описом почуттів — це одна з найважливіших речей, бо так діти проходять шлях смутку і туги. Одним із найбільших страхів для дітей є страх забути померлу особу.

Коли діти ставлять складні питання, немає необхідності давати довге пояснення. Часто краще почати з питання: «А що про це думаєш ти?», а потім розвивати розмову на основі відповіді дитини.

Діти молодшого віку можуть бути спантеличені деякими з повсякденних висловів, які люди використовують, коли хтось помирає, наприклад, коли кажуть що хтось «залишив нас» або «пішов від нас». Найкраще розповідати дітям про смерть простою і прямою мовою. Сказати, що хтось «помер» або «мертвий» — це чесно, тобто, допомагає уникнути плутанини і стимулює прийняття.

Іноді краще сказати: «Існує багато вірувань про те, що відбувається після того, як людина помирає. (...) Наприклад, люди вірять, що... і я вважаю, що... Цікаво, у що віриш ти? Ти вирішиш, у що вірити, коли подорослішаєш».

**Winston's Wish:** [www.winstonswish.org.uk](http://www.winstonswish.org.uk)

Оскільки традиції оплакування мертвих у різних культурах сильно відрізняються, важливо зрозуміти вірування про природу смерті та ритуали, які її супроводжують. Діти інтерпретують переконання своїх сімей, а іноді знаходять власні відповіді на речі, які важко зрозуміти.

У кожній культурі ритуали є дуже важливою частиною жалоби. Вони регулюють процес прощання з померлою людиною, а також допомагають упоратися із втратою. Вони також дають зрозуміти, що життя триває, і час рухатися далі. Прості ритуали можуть допомогти дітям упоратися з подіями; крім того, діти часто вигадують власні ритуали. Участь у дорослих ритуалах також має важливе значення для дітей.

**ДІЙТЕ, ЯКЩО ВИНикає ПІДОЗРА НА ЖОРСТОКЕ ПОВОДЖЕННЯ**

У більшості країн жорстоке поводження з дітьми суперечить закону. У статті 19 Конвенції про права дитини зазначається, що діти мають бути захищені від «усіх форм фізичного та психологічного насильства, образи чи зловживань, відсутності піклування чи недбалого і брутального поводження та експлуатації, включаючи сексуальні зловживання, з боку батьків, законних опікунів чи будь-якої іншої особи, яка турбується про дитину».

**СКРИНЬКИ ПАМ'ЯТІ**

Скриньки пам'яті допомагають дітям зберігати приємні спогади про померлу людину. Те, що колись належало цій людині, наприклад, листи, фотографії, можна покласти у скриньку пам'яті. Скажіть дитині, що іноді спогади завдають болю. Скриньку пам'яті можна прибрати на деякий час, але вона має бути доступна у разі потреби. Дорослі також можуть використовувати скриньки пам'яті або інші засоби.



### СПІЛКУВАННЯ З ДІТЬМИ

У спілкуванні з дітьми сиротами або дітьми, які мають травматичний досвід, дорослі іноді забувають, що діти повинні отримувати задоволення і бути щасливими. Для того, щоб одужати, діти повинні мати час на ігри.

Якщо ви, як учитель чи працівник програми, знаєте про жорстоке поводження з дітьми або маєте відповідні обґрунтовані підозри, про ваше занепокоєння слід повідомити безпосередньому керівнику або іншим особам, які відповідають за захист дітей у рамках організації або установи. Також можна зв'язатися з соціальними або поліцейськими службами.

Реакції дітей на насильство і жорстоке поводження розрізняються залежно від віку, статі та культури, але страждають усі діти, які зазнають насильства. Вони живуть з емоційним болем, соромом і самозвинуваченням. Діти мають знати, що у жорсткому поводженні ніколи немає їхньої провини.



У разі підозри або розкриття жорсткого поводження ми маємо ДІЯТИ таким чином:

- 1:** Визнати ситуацію дитини та її почуття. Отримати доступ до підтримки і допомоги: повідомити про випадок.
- 2:** Уважно слухати те, що каже дитина. Заспокоїти дитину; переконати, що вона перебуває у безпеці.
- 3:** Робити нотатки: документувати те, що каже дитина, і те, що ви спостерігаєте.

**Канадський Червоний Хрест: RespectED**

## ПЕРЕНАПРАВЛЕННЯ ДІТЕЙ У РАЗІ ПОТРЕБИ

Реакції дітей на смерть та інші кризові явища можуть значно відрізнятись залежно від контексту, віку й особистості дитини. Хоча більшість дітей адаптуються до ситуації й успішно долають кризу із плином часу, іноді необхідно знайти професійну допомогу для дитини, за можливості. Діти, які перед подією мали емоційні труднощі (наприклад, дитина, з якої знущалися у школі, або дитина, яка має затримку розвитку, а також діти, які перебувають у стані «заціпеніння» або в шоковому стані одразу після кризової події), можуть належати до групи особливого ризику.

Дитина має демонструвати певні ознаки покращення приблизно через 1 місяць після кризової події. Через 6 місяців модель поведінки дитини має нормалізуватися. Проте під час тривалих кризових ситуацій діти не можуть повернутися до нормального життя і поведінки. У цих умовах ви маєте порівнювати дитину з іншими дітьми у такій ситуації. Якщо є певні сумніви щодо одужання дитини, зверніться за порадою до керівника або професійного фахівця. Це може включати звернення за подальшими консультаціями або обмін інформацією з відповідними особами або організаціями.

Якщо дитина значно змінюється і не виявляє жодних ознак покращення, зверніться за професійною допомогою. Деякі ознаки значних змін:

**Емоційні:** безперервна туга; дитина каже, що хоче вкоротити собі віку.

**Фізичні:** збільшення ваги або втрата ваги, головний біль, нудота.

**Психологічні:** нічні жахіття, занепокоєння, проблеми з навчанням або зосередженістю.

**Поведінкові:** небезпечна або ризикована поведінка, вживання алкоголю або наркотиків, гіперактивність або пасивність, небажання брати участь у громадській діяльності або іграх.

Перенаправляючи дитину до спеціаліста, зважайте на стандарти, керівні принципи і правові норми, пов'язані зі службою, про яку йдеться, і завжди беріть до уваги, що перенаправлення має максимально враховувати інтереси дитини.



Що можна і що не можна робити, допомагаючи дітям, які стали жертвами насильства

### МОЖНА

Ставити загальні питання, які передбачають довільну відповідь:

- «Ти хочеш розповісти мені про це?»
- Висловлювати спостереження: «Я бачу, що в тебе на ногах синці».
- Визнавати почуття: «Я бачу, що ти засмучений».
- Висловлювати стурбованість і небайдужість: «Мені потрібно знати, що ти у безпеці; спробуймо отримати доомогу».

### НЕ МОЖНА

Ставити навідні питання, наприклад:

- «Це з тобою зробив твій сусід?»
- Робити висновки, наприклад: «Тебе били?»
- Робити аналіз, висловлюючи зауваження, наприклад: «Ти, мабуть, ненавидиш свого батька за це!»
- Давати обіцянки, наприклад: «Усе буде добре, якщо ти про це повідомиш».

Канадський Червоний Хрест: RespectED

## ЯК ДОПОМОГТИ ДІТЯМ У КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ

Цей посібник є складовою частиною комплексу ресурсів, який містить вказівки щодо планування та реалізації програми емоційної стійкості дітей. Описані в ньому заходи спрямовані на допомогу дітям у розвитку внутрішнього потенціалу й емоційної стійкості з метою успішного подолання важких життєвих ситуацій. Особливу увагу приділено наслідкам збройних конфліктів, стихійних лих, жорстокого поводження й експлуатації та життя у громадах із високим рівнем ВІЛ.

Повний комплект включає посібник про розуміння добробуту дітей, довідник менеджера програми, методичні посібники зі структурованими заходами в рамках шкільних і позашкільних тренінгів для дітей, а також керівництво з проведення зустрічей із батьками й опікунами. Всі 4 посібники та додаткові матеріали і заходи доступні в електронному вигляді на USB-накопичувачі.

Вам не обов'язково потрібні всі 4 посібники, щоб організувати ефективні заходи для дітей. Більшість матеріалів можна використовувати як окремі незалежні ресурси, але весь комплект надасть вам повне уявлення про реалізацію програми розвитку емоційної стійкості дітей.

