



МІНІСТЕРСТВО
ОСВІТИ І НАУКИ
УКРАЇНИ



М.З.Н.

United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization

Мала академія наук
України під егідою
ЮНЕСКО



Національний
технічний університет
ДНІПРОВСЬКА
ПОЛІТЕХНІКА
1899



Міністерство освіти і науки України
Національна академія наук України
Національний центр «Мала академія наук України»
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»
Київський національний університет
будівництва і архітектури
Національний університет «Запорізька політехніка»
Національний технічний університет
«Дніпровська політехніка»
Національний університет «Львівська політехніка»

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

**ХVІІІ МІЖНАРОДНОЇ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
«АКАДЕМІЧНА Й УНІВЕРСИТЕТСЬКА
НАУКА: РЕЗУЛЬТАТИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ»**

09 – 12 грудня 2025 року
Полтава

УДК УДК 159.922.7:615.851:355.48

ВПЛИВ «ХІБУКІ-ТЕРАПІЇ» НА РОЗВИТОК ДІТЕЙ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ ПІД ЧАС
ВІЙНИ

Шевчук В.В., к. псих. н., доцент

Рубан Т.В., студентка

Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

На сучасному етапі розвитку психологічної науки загально визнано, що своєчасне надання дітям, які зазнали впливу воєнних дій, втрати житла або вимушеного переселення, кваліфікованої психологічної підтримки має ключове значення для зниження рівня психоемоційної напруги та профілактики віддалених психологічних порушень. У випадках, коли травматичні події охоплюють значні соціальні групи або цілі спільноти, першочерговим завданням стає створення системи масштабної, скоординованої та своєчасної допомоги максимально можливій кількості дітей з метою мінімізації наслідків психотравмального досвіду [3].

Слоун М. і Манн М., спираючись на результати власних емпіричних досліджень, пропонують упровадження комплексного підходу, спрямованого на підтримку, збереження та захист психічного здоров'я дітей. Це передбачало б реалізацію превентивних програм, орієнтованих на зміцнення психологічної стійкості та розвиток адаптивних ресурсів дитячої психіки. Автори наголошують на необхідності впровадження таких програм на рівні місцевих громад із залученням різних соціальних інституцій, і освітніх зокрема. Психосоціальні втручання, на їхню думку, мають охоплювати кілька рівнів впливу та бути гнучкими, щоб їх можна було адаптувати до потреб різних вікових і соціальних груп. Своєчасна реалізація превентивних заходів та системна підтримка дітей здатні суттєво знизити ризик розвитку психічних порушень і мінімізувати наслідки травматичного досвіду в майбутньому [2].

Діти зіштовхуються з викликом війни в різних країнах по всій земній кулі. І різні країни в різний спосіб намагаються забезпечити дітям психологічну підтримку. Так країна Ізраїль впровадила і широко застосовує програму «Хібукі-терапії». «Хібукі-терапія» є різновидом лялькотерапії, а точніше, арт-терапії з використанням ляльок. Тобто методу, що заснований на механізмах ідентифікації дитини з улюбленим ігровим персонажем. Лялька в цьому контексті виконує функцію посередника між дитиною та дорослим (психологом, педагогом чи лікарем), створюючи безпечний простір для вираження емоцій і переживань [1].

Наша країна, яка вже котрий рік, у війні відстоює своє право на існування, з піклування про прийдешнє покоління, переймає досвід Ізраїльських психотерапевтів. Україна запроваджує «Хібукі-терапію» не тільки як цілісну терапевтичну методику, а і переформатує і впроваджує її в школи [4]. Але в основі складу методів Хібуку-терапії включені не лише інструменти, що сфокусовані на подолання в дітей результатів травмуючих ситуацій, чи ПТСР, а і методики, які каталізують формуванню у них компетенцій, які в подальшому, з дорослішанням, допоможуть їм поглибити і збільшити свої погляди на оточуюче світоформування, і це, безумовно, допоможе їм бути більш гнучкими, пристосованими до несприятливих, нестабільних, змінних, які пропонує світ.

Окрім безпосереднього терапевтичного впливу, методика «Хібукі-терапії» демонструє високу ефективність у ситуаціях адаптації дітей до нових умов і колективів. Практичний досвід застосування цього підходу фахівцями під час роботи з українськими дітьми в період повномасштабної війни засвідчив, що дана методика є результативним інструментом для стабілізації емоційного стану учнів, налагодження взаємодії в групі та відновлення навчальної активності. Водночас психолого-педагогічний супровід дітей і їхніх родин відіграє вагомий роль у зміцненні психічного благополуччя, створюючи сприятливі умови для ефективного освітнього процесу й гармонійного розвитку дитини [4].

Психологиня по роботі з травмами і посттравмами в дітей і підлітків Дафна Шарон-Максимов говорить, що «найголовніше у Hibuки – сумна мордочка, з якої кожна дитина зчитає цю емоцію. Ми питаємо, як себе почуває собачка, і діти відповідають – їй сумно. Ми говоримо з дитиною про її почуття через Хібукі. Ми питаємо, чому Хібукі сумний. І дитина розповідає власну історію, перенесену через Хібукі. Ми питаємо, чи може дитина допомогти Хібукі, та даруємо песика. Наша ідеологія – у жодному випадку не продавати Хібукі. Його не покупають і не продають. Його просто отримує кожна дитина. І піклується про неї. І так відбувається терапія, коли дитина з пасивного стану переходить до стану сильного, який піклується про слабкого Хібукі. Плюшева собачка Хібукі з довгими кінцівками і сумним виразом обличчя має дивовижну цілющу силу для дітей, які пережили сильну травму. Коли клінічний психолог д-р Шай Хен-Гал почав шукати спосіб допомогти ізраїльським дітям пережити травми Другої Ліванської війни, він навіть не сподівався, що проєкт заживе власним життям. Нині Хібукі є важливим інструментом, який допомагає українським дітям впоратися з травмою війни, що триває [5].

Хібукі-терапія є ефективним психосоціальним інструментом підтримки дітей і підлітків, які переживають наслідки війни, втрат або вимушеного переселення. Використання ляльки як посередника створює безпечний емоційний простір, полегшує вираження переживань і сприяє зниженню тривоги. Досвід країн, зокрема Ізраїлю, та українська практика доводять, що цей метод зміцнює психологічну стійкість, покращує адаптацію в колективі й підтримує навчальну активність. Хібукі-терапія є цінним елементом системної допомоги дітям у воєнний час.

Література:

1. Сиченко, В. В., Гальцева, Т. О., Стояцька, Г. М., Ковальчук, О. С., & Хватова, О. Г. (Ред.). (2022). *Актуальні питання надання психологічної допомоги в системі освіти під час воєнного стану: Матеріали міжнародної науково-практичної конференції (м. Дніпро, 24 листопада 2022 р.) (с. 11–22). Дніпро: КЗВО «ДАНУ» ДОР.*
2. Вааранен-Валконен, Н., & Заварова, Н. (2022). *Психологічна підтримка та допомога дітям, які пережили травматичні події: Навчально-методичний посібник. Київ.*
3. Сміт, П., Дерегова, А., & Юле, В. (2022). *Діти та війна. Навчання технік зіллення. Для дітей віком від 8 до 18 років (О. Антонішин, пер.; К. Явна, наук. ред.). Львів: Галицька Видавнича Спілка.*
4. Шарон-Максимов, Д., Єфімцева, Г., & Сишук, Г. (2023). *Хібукі-терапія: Використання в освітньому процесі та в інтеграції з СЕЕН: Практичний посібник (О. Елькін & О. Маруценко, ред.). Харків.*
5. Шевчук, В. В. (2022). *Використання методу «Хібукі» у психотерапії дітей з особливими освітніми потребами та їхніми батьками. У Сучасні практики навчання та розвитку дітей з особливими освітніми потребами в умовах воєнного стану: Матеріали міжнародної науково-практичної конференції (с. 95–98). Черкаси: Черкаський національний університет.*