

Олена Булгакова,доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри дошкільної педагогіки,Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»,
вул. Ніщинського, 1, м. Одеса, УкраїнаORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-1750-0349>**Марія Савченкова,**

викладач-стажист кафедри дошкільної педагогіки,

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»,
вул. Ніщинського, 1, м. Одеса, УкраїнаORCID ID: <https://orcid.org/0000-0009-1904-7713>

ПСИХОЛОГІЧНІ МОЖЛИВОСТІ ПІДТРИМКИ ДІТЕЙ, ЯКІ ПЕРЕНЕСЛИ ТРАВМАТИЧНИЙ ДОСВІД

Стаття присвячена питанню надання ефективної психологічної допомоги дітям, які пережили психотравмуючий досвід. Автори підкреслюють, що успіх психологічної реабілітації дітей і підлітків багато в чому залежить від їх унікальних психологічних рис. Вчені, які займаються кризовою психологією, визначили етапи для надання психологічної підтримки дітям. Для надання психологічної допомоги дітям були виділені етапи, поетапно з урахуванням специфіки пережитих психотравмуючих факторів.

Загалом у статті подано певні інсайти щодо ключових етапів психологічної підтримки дітей, які пережили травматичну подію. Підкреслюється необхідність комплексного та індивідуалізованого підходу, який інтегрує різні види психотерапевтичних втручань, щоб допомогти дітям впоратися з психологічними наслідками травми та запобігти довгостроковим психологічним проблемам. Ефективна психологічна підтримка травмованих дітей вимагає попереднє вивчення індивідуально-психологічних особливостей вираження постстресового стану в життєдіяльності кожної дитини. Запропоновані етапи, які включають: по-перше – побудову зв'язку та встановлення довіри; по-друге – діагностику стану та особистісних особливостей дитини; по-третє – втручання; по-четверте – визначення моніторингу та контроль за станом; по-п'яте – надання психологічної допомоги. Кожен етап детально описаний, а також приклади втручань, які можуть бути використані на кожному з них. Тема висвітлює необхідність раннього втручання та постійного супроводу за дітьми, які пережили травму, з метою сприяння зціленню та позитивним результатам.

Також в статті описана важлива роль батьків у наданні психологічної підтримки своїм дітям під час та після травматичної події. Батьки також постійно можуть допомогти своїй дитині почуватися в безпеці, бути коханою та підтриманою. Відомо, що постійна довіра між дитиною та батьками зберігає спокій та уникає прояв власного почуття страху та тривоги.

Ключові слова: дитина, психологічна підтримка, травматичний досвід, психологічна допомога, реакція дітей на травматичні події, психотравмуючі чинники.

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми. Постановка проблеми полягає у тому, що сучасне суспільство часто стикається з техногенними катастрофами, військовими діями, аваріями та іншими подіями, які можуть спричинити психотравмуючі наслідки. Ці наслідки впливають як на дорослих, так і на дітей. Проте діти не завжди відкриваються про свої проблеми через те, що менше розуміють їх сутність. Але це не означає, що діти не переживають таких труднощів, оскільки емоційність є однією з найбільш характерних рис дитини. Дитина демонструє високий рівень реагування на зміни в їх оточенні, як позитивні, так і негативні. Переживання травматичних подій може мати значний вплив на особистісний і психічний розвиток дитини (Діти та війна, 2014).

Діти особливо вразливі до впливу стресових ситуацій, і кожна дитина може мати унікальний набір реакцій на травматичні події, які вона пережила. Після травматичної події дитина може відчувати страх, тривогу, безнадію, почуття розлучення або невизначеності; може мати

проблеми зі сном, імовірно проявлятиме поведінкові проблеми та можуть з'являтися фізичні симптоми, такі як біль у животі, головна біль; може стати більш підозрілою, відстороненою або агресивною (Мюллер, 2014).

Згадані ознаки можуть проявлятися як відразу, так і через кілька тижнів після травматичного інциденту. Однак слід зазначити, що більшість цих ознак є типовими і очікуваними реакціями психіки дитини на вкрай травматичну подію, що сталася в її житті. Відомо, що в таких умовах організм реагує таким чином, як спроба впоратися з представленими обставинами, використовуючи всі наявні психічні та фізичні ресурси. Зовнішні ознаки дитини виступають сигналом дорослим і оточуючим фахівцям на те, що вони потребують допомоги і підтримки (Психологічна допомога дітям у кризових ситуаціях, 2015; Шебанова, 2017).

Така реакція дитини на травматичні події також залежить від різних факторів, включаючи її вік, особистість, попередній досвід, механізми подолання, характер і тяжкість самого травматичного досвіду. Відомі

факти про те, що молодші діти можуть мати обмежене розуміння травматичної події, що призводить до розгубленості, страху та відчуття безпорадності. Старші діти, з іншого боку, краще зрозуміють ситуацію, але також проявляють такі не бажані психоемоційні стани, як почуття провини або сорому. До цього слід додати, що діти, які раніше пережили травму, можуть бути більш уразливими до наслідків наступних травматичних подій.

Крім того, культурні та екологічні фактори теж можуть виступати певними психотравматичними умовами. Культурне походження та соціально-психологічний розвиток дитини може впливати як на інтерпретацію небажаних подій, так і на власне самопочуття. Фактори навколишнього середовища, такі як бідність, наявність насильства та соціальна ізоляція, можуть як самотійно виступати психотравмуючим фактором, так і ускладнювати ті, які виникають в інших умовах.

Задача психолога, який працює з дитиною, – розпізнати і розуміти ці фактори при наданні психологічної підтримки дітям, які пережили травму. Особливо беручи до уваги індивідуальні потреби та обставини кожної дитини. Відомо, що різні фахівці, які працюють в сфері психічного здоров'я в консолідації, можуть разом визначити більш ефективні стратегії як профілактики, так і подолання негативних станів у дітей. Надання такої своєчасної та відповідної психологічної підтримки, як правило, дозволяє полегшити негативний вплив травматичних подій, а також закладає основи певної їх психологічної стійкості до подолання небажаних травмуючих чинників (Діти та війна, 2014; Perry, 2017).

Мається позитивний досвід таких підходів вітчизняними вченими, як В. Зливков (Зливков, 2016), З. Кісарчук (Кісарчук, 2015), С. Лукомська (Лукомська, 2016), Н. Оніщенко (Оніщенко, 2014) та О. Федан (Федан, 2016), які розкрили аспекти надання своєчасної психологічної допомоги, враховуючи індивідуально-психологічні особливості дітей, використовуючи комплекс психореабілітаційних заходів, спрямованих на відновлення психоемоційного стану дитини після травматичної події.

Зарубіжні науковці Б. Перрі (Perry, 2017), М. Клойтр (Cloitre, 2011) пропонують цілісні стратегії з профілактики та корекції травматичного впливу, які враховують широкий спектр як індивідуальних орієнтаційних підходів, так і групових. При цьому особливу увагу звертають на взаємодію психолога з дитиною.

Враховуючи актуальність зазначеної теми та наявність досить широкого кола дітей в Україні, які піддавалися психотравмуючим факторам військового стану, нами була поставлена мета статті: розкрити ключові етапи психологічної підтримки дітям, які перенесли травматичний досвід.

Для досягнення поставленої мети ставились такі завдання:

1. Розкрити стан психологічної сутності травматичного досвіду дитини.

2. Визначити оптимальні етапи комплексу психологічної підтримки дітям в подоланні небажаних психоемоційних станів.

Відомо, що травматичний досвід – це подія або серія подій, які становлять загрозу фізичному або психологічному благополуччю дитини, що призводить до сильної емоційної реакції, яка може мати тривалий вплив на здатність індивіда справлятися і функціонувати (Діти та війна, 2014; Мюллер, 2014).

Зважаючи на думку В. Зливкова (Зливков, 2016), С. Лукомської (Лукомська, 2016) та О. Федан (Федан, 2016) про те, що суть травматичного досвіду дитини полягає не тільки в переживанні зовнішньої події, а й у суб'єктивній емоційно-пізнавальній інтерпретації цієї події, травматичні події порушують відчуття безпеки та захищеності дитини, що може призвести до відчуття безсилля, безпорадності та вразливості. Також у дитини в результаті травми можуть виробитися негативні переконання про себе, оточуючих, навколишній світ. Ці включає почуття провини, сорому і страху.

Сенс травматичного досвіду дитини тісно пов'язаний з специфікою вікового періоду розвитку дитини та індивідуально-психологічними особливостями. Травматичні події можуть порушити нормальну траєкторію розвитку дитини, змушуючи її відчувати труднощі з емоційною регуляцією, прихильністю, формуванням ідентичності. Також вони обертаються змінами світогляду дитини, приводять до труднощів з довірою і відносинами з оточуючими (Cloitre, 2011).

На думку вчених: І. Біла, З. Кісарчук, Г. Лазос, Л. Литвиненко, Я. Омельченко та Л. Царенко, важливо прийняти комплексний підхід до вирішення травматичних переживань дітей та підлітків. Такий підхід передбачає системне розуміння нормальних і симптоматичних процесів, які відбуваються у травмованих дітей, а також підбір комплексу методів, які будуть працювати екологічно і послідовно для вирішення деструктивних психоемоційних станів молодого клієнта, що виникають внаслідок значних травмуючих факторів (Психологічна допомога дітям у кризових ситуаціях, 2015).

За словами М. Мюллера (Мюллер, 2014), травматичні спогади відрізняються від повсякденних спогадів за кількома ознаками. Травматичні спогади часто переживають з почуттям сильного страху або безпорадності, тоді як повсякденні спогади зазвичай не пов'язані з такими сильними емоціями. Травматичні спогади також мають тенденцію бути фрагментованими та дезорганізованими, з яскравими сенсорними деталями, які можуть бути спровоковані, здавалося б, не пов'язаними між собою сигналами. Навпаки, повсякденні спогади, як правило, більш узгоджені та контекстуалізовані, і часто викликаються більш передбачуваними та релевантними сигналами. Крім того, травматичні спогади можуть бути по-різному закодовані в мозку, що призводить до труднощів з пригадуванням та нав'язливим повторним переживанням.

Як зазначається вище, адекватна є та психологічна підтримка, яка може розгортатися в кілька етапів. Виходячи з нашого досвіду, пропонуємо її реалізацію в п'ять таких етапів.

Що стосується першого етапу – це психологічна підтримка дітей, первинна оцінка і оцінка потреб дитини. Психолог оцінює психологічний стан дитини, виявляє її потреби, розробляє початковий план втручання.

Першим кроком на цьому етапі є встановлення відносин з дитиною для завоювання її довіри та співпраці. Психолог, який працює з дитиною оцінює симптоми дитини, включаючи її емоційні, когнітивні та поведінкові реакції. Використовуючи такі інструменти, як анкетування, інтерв'ю або спостереження, щоб зібрати інформацію про досвід і симптоми дитини.

На основі цієї інформації виявляються конкретні потреби дитини і розробляється початковий план співпраці з дитиною. Включаючи методи, як ігрова терапія: арт-терапія, когнітивно-поведінкова терапія або інші підходи, в залежності від індивідуальних потреб і переваг дитини.

Загалом, перший етап психологічної підтримки дітей має вирішальне значення для створення фундаменту для успішної роботи та забезпечення задоволення унікальних потреб дитини (Мюллер, 2014; Шебанова, 2017).

Що стосується другого етапу психологічного супроводу дітей, до якого відноситься психологічна корекція. На цьому етапі психолог працює безпосередньо з дитиною, щоб скорегувати її негативні емоційні переживання та поведінкові патерни, що виникають в результаті травматичної події.

Ключові завдання даного етапу передбачають побудову довіри та зв'язку з дитиною, допомогу їй у регулюванні своїх емоцій та розробку позитивних стратегій подолання. Психолог також має на меті виправити негативні переконання та уявлення про те, що дитина, можливо, розвинулася в результаті травми

До арсеналу методів, які можуть бути використані на цьому етапі, слід віднести такі, як: ігрова терапія, арт-терапія, когнітивно-поведінкова терапія та експозиційна терапія. Ігрова терапія передбачає використання ігрових заходів, щоб допомогти дитині висловити свої емоції та почуття, тоді як арт-терапія використовує творчу діяльність для сприяння самовираженню та емоційному зціленню. Когнітивно-поведінкова терапія використовується для виявлення та зміни негативних моделей мислення та поведінки, тоді як експозиційна терапія використовується для поступового впливу дитини на переляканий об'єкт або ситуацію в безпечному та контрольованому середовищі для зменшення тривоги та страху.

Спрямованість етапу допомогти дитині розвинути здорові механізми подолання, сформувані стійкість та відновити емоційне благополуччя (Психологічна допомога дітям у кризових ситуаціях, 2015; Шебанова, 2017).

Що стосується третього етапу психологічної підтримки дітей, то він спрямований на відновлення психічного здоров'я дитини та допомогу їй в реінтеграції в звичне життя. Під час цього етапу дитину вчать новим способам справлятися зі своїми емоціями і здорово керувати своєю поведінкою.

Реалізація цього етапу ґрунтується на визначенні сильних сторін дитини та допомога їй розвинути почуття власної гідності та впевненості; дитину навчають новим способам впоратися зі своїми емоціями та поведінкою, такими як глибокі дихальні вправи або позитивні розмови про себе; експерт допомагає дитині вирішити будь-які негативні або шкідливі думки, пов'язані з травматичною подією, такі як почуття провини або сорому; дитина поступово знову вводиться в ситуації або середовища, які, можливо, раніше викликали травматичні спогади, при цьому терапевт надає підтримку та керівництво протягом усього процесу.

Втручання на третьому етапі можуть включати навчання дітей методам релаксації, допомогу їй у переосмисленні негативних думок та поступове піддаючи їх страшним ситуаціям, надаючи підтримку та перевірку. Все це робиться для того, щоб допомогти дитині відчувати себе уповноваженою та впевненою у своїй здатності керувати своїми емоціями та поведінкою, а також реінтегруватися у своє звичайне життя (Зликов, 2016; Оніщенко, 2014).

Четвертий етап психологічної підтримки спрямований на активне соціально-психологічне залучення дитини до участі в різних спеціально організованих заходах з метою відновлення їх емоційної зрілості.

Як правило, в якості таких соціально-психологічних заходів можуть бути використані: тренінги, експозиційна терапія, арт-терапія, когнітивно-поведінкова та ігрова терапія.

Тренінг соціальних та емоційних навичок: дитина бере участь у заходах, які допомагають їй розвивати соціальні та емоційні навички, такі як напористість, спілкування, вирішення проблем та емоційна регуляція. Вони також можуть дізнатися про вплив травми на їхні емоції та поведінку та про те, як впоратися з цими почуттями здоровим способом.

Експозиційна терапія: дитина бере участь у заходах, які поступово піддають її страху або травматичному досвіду в безпечному та контрольованому середовищі, щоб допомогти їм розвинути майстерність та контроль над своїми емоціями та поведінкою. Це може включати такі дії, як рольові ігри, керовані зображення або моделювання в реальному житті.

Арт-терапія: дитина займається арт-терапевтичними заходами, такими як малювання та ліплення, щоб допомогти їй обробити свої емоції та проявити себе в безпечному та сприятливому середовищі.

Когнітивно-поведінкова терапія: дитина бере участь у когнітивно-поведінковій терапії, яка допомагає експертам виявляти та кидати виклик негативним

або дезадаптивним думкам та поведінці, пов'язаним з травматичним досвідом, а також розвивати більш позитивні та адаптивні моделі мислення.

Ігрова терапія: дитина бере участь у заходах ігрової терапії, таких як ігри, рольові ігри або інші творчі дії, щоб допомогти їй висловити свої емоції та розробити стратегії подолання у веселий та захоплюючий спосіб.

Таким чином, даний етап зосереджений на тому, щоб допомогти дитині розробити адаптивні стратегії подолання, розвинути стійкість та сприяти емоційному відновленню та зростанню після травматичного досвіду (Зливков, 2016; Шебанова, 2017).

Щодо п'ятого етапу психологічної підтримки дітей, який передбачає моніторинг і спостереження за наслідками попередніх корекційних заходів. Важливо оцінити ефективність втручань, наданих на попередніх етапах, і скорегувати психологічну підтримку, якщо це необхідно.

Психолог також може періодично спілкуватися з дитиною, щоб контролювати її прогрес і виявляти будь-які потенційні довгострокові наслідки травми (Психологічна допомога дітям у кризових ситуаціях, 2015; 6).

Метою психологічної підтримки дітей після травматичного досвіду є сприяння загоєнню та відновленню, зменшення негативного впливу травми на розвиток дитини, підтримка загального самопочуття дитини.

Батькам важливо забезпечити послідовні та структуровані процедури, які можуть допомогти їхній дитині відчувати себе більш захищеною та контрольованою. Батьки повинні бути терплячими і розуміючими, визнаючи, що їхній дитині може знадобитися час, щоб обробити свої емоції і відчувати себе краще.

Можна стверджувати, що батьки мають вирішальне значення в наданні психологічної підтримки своїм дітям після травматичної події. Вони можуть допомогти своїй дитині відчувати себе в безпеці та коханні, залишаючись спокійною, забезпечуючи структуру та послідовність, уважно слухаючи та звертаючись за професійною допомогою, якщо це необхідно.

Висновки.

1. Показано, що проблема пізнання психотравмуючого впливу на дітей в сучасних умовах є надзвичайно актуальним. Водночас особливо актуальним стає питання визначення стратегічного підходу до технологій, які дозволять успішно відновлювати психоемоційний стан дитини після перенесених травмуючих подій.

2. На основі узагальнення різних підходів обрана система, яка дозволяє здійснити психологічний супровід дітей, що піддавалися посттравматичному впливу, а саме:

Перший етап – первинне оцінювання психологічного стану дитини та розробка початкового корекційного плану.

Другий етап – корегування негативних емоційних переживань дитини.

Третій етап – використання нових засобів, за допомогою яких дитина зможе справлятися зі своїми емоціями.

Четвертий етап – комплекс заходів, спрямованих на формування у дитини емоційної регуляції та стійкості.

П'ятий етап – оцінка ефективності втручань та можливе корегування психологічного підходу.

3. Надання ефективної психологічної підтримки може допомогти дітям подолати негативні наслідки травми та вести повноцінне життя, що є свідченням перспективного використання даного підходу.

ЛІТЕРАТУРА

1. Діти та війна: навчання технік зцілення : робочий зошит. Львів : Інститут психологічного здоров'я, 2014. 40 с.

2. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ : Педагогічна думка, 2016. 219 с.

3. Мюллер М. Якщо ви пережили психотравмуючу подію / пер. з англ. Діана Бусько; наук. ред. Катерина Явна. (Серія «Сам собі психотерапевт»). Львів : Видавництво Українського католицького університету: Свічадо, 2014. 120 с.

4. Оніщенко Н.В. Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації : теоретичні та прикладні аспекти : монографія. Харків : Право, 2014. 584 с.

5. Психологічна допомога дітям у кризових ситуаціях : методи і техніки: метод. посіб. / за ред. З.Г. Кісарчук; уклад.: З.Г. Кісарчук, Я.М. Омельченко, І.М. Біла, Г.П. Лазос. Київ : Логос. 2015. 232 с.

6. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / за ред. З.Г. Кісарчук; уклад.: З.Г. Кісарчук, Я.М. Омельченко, Г.П. Лазос, Л.І. Литвиненко, Л.Г. Царенко. Київ : ТОВ Видавництво «Логос», 2015. 207 с.

7. Шебанова В.І. Практики консультування та терапії в кризових ситуаціях. Херсон : ПП Вишемирський В. С., 2017. 136 с.

8. Шебанова В.І. Психологічна допомога дитині, що зазнала насильства. Херсон : ПП Вишемирський В.С., 2017. 252 с.

9. Cloitre M., Courtois C.A., Charuvastra A., Carapezza R., Stolbach B.C., Green B.L. Treatment of complex PTSD: results of the ISTSS expert clinician survey on best practices. *J Trauma Stress*. 2011 Dec;24(6):615-627. doi: 10.1002/jts.20697

10. Perry B.D., Szalavitz M. The Boy Who Was Raised as a Dog, 3rd Edition: And Other Stories from a Child Psychiatrist's Notebook : What Traumatized Children Can Teach Us About Loss, Love, and Healing. *Basic Books*. 2017. 448 p.

REFERENCES

1. Ditya viyna: navchannya tekhnik ztsilennya : robochyy zoshyt [Children and War: Teaching Healing Techniques: Workbook]. Lviv: nstytut psykhoholichnoho zdorovya, 2014. [in Ukrainian]

2. Zlyvkov V. L. & Lukomska S. O. & Fedan O. V. (2016). Psykhodiahnostyka osobystosti u kryzovykh zhyttyevykh sytuatsiyakh [Psychodiagnosics of personality in crisis life situations]. Kyiv : Pedahohichna dumka. [in Ukrainian]

3. Müller M. (2014) *Yakshcho vy perezhlyly psykhotravmuyuchu podiyu* [If you experienced a psychotraumatic event] / trans. from English Diana Busko; of science ed. Kateryna Yavna. (Seriya «Sam sobi psykhoterapevt»). Lviv: Vydavnytstvo Ukrayinskoho katolytskoho universytetu: Svichado. [in Ukrainian]

4. Onishchenko N. V. (2014) *Ekstrena psykhologichna dopomoha postrazhdalym v umovakh nadzvychaynoyi sytuatsiyi : teoretychni ta prykladni aspekty : monohrafiya* [Emergency psychological assistance to victims in emergency situations: theoretical and applied aspects: monograph]. Kharkiv: Pravo. [in Ukrainian]

5. *Psykhologichna dopomoha dityam u kryzovykh sytuatsiyakh : metody i tekhniky: metod. posib.* [Psychological assistance to children in crisis situations: methods and techniques: method. Manual] / edited by Z. G. Kisarchuk; Kyiv: Logos. 2015. [in Ukrainian]

6. *Psykhologichna dopomoha postrazhdalym vnaslidok kryzovykh travmatychnykh podiy: metodychnyy posibnyk*

[Psychological assistance to victims of crisis-traumatic events: methodical guide] / edited by Z. G. Kisarchuk; Kyiv: Logos. 2015. [in Ukrainian]

7. Shebanova V.I. *Counseling and therapy practices in crisis situations.* Kherson: PP Vyshemirskyi V. S., 2017. [in Ukrainian]

8. Shebanova V.I. *Psychological assistance to a child who has experienced violence.* Kherson: PP Vyshemirskyi V.S., 2017. [in Ukrainian]

9. Cloitre M., Courtois C.A., Charuvastra A., Carapezza R., Stolbach B.C., Green B.L. (2011). Treatment of complex PTSD: results of the ISTSS expert clinician survey on best practices. *J Trauma Stress*, 24(6), 615–627. doi: 10.1002/jts.20697. [in English]

10. Perry B.D., Szalavitz M. (2017). *The Boy Who Was Raised as a Dog, 3rd Edition: And Other Stories from a Child Psychiatrist's Notebook : What Traumatized Children Can Teach Us About Loss, Love, and Healing.* *Basic Books.* [in English]

Olena Bulgakova,

*Doctor of Psychological Sciences, Professor,
Professor of the Department of Preschool Pedagogy,
The State Institution "South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky",
1, Nishchynskoho Str., Odesa, Ukraine
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-1750-0349>*

Maria Savchenkova,

*Teacher-intern of the Department of Preschool Pedagogy,
The State Institution "South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky",
1, Nishchynskoho Str., Odesa, Ukraine
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0009-1904-7713>*

PSYCHOLOGICAL POSSIBILITIES OF SUPPORTING CHILDREN WHO HAVE EXPERIENCED A TRAUMATIC EXPERIENCE

The article is devoted to the issue of providing effective psychological assistance to children who have experienced a traumatic experience. The authors emphasize that the success of psychological rehabilitation of children and adolescents largely depends on their unique psychological traits. Scientists dealing with crisis psychology have identified stages for providing psychological support to children. In order to provide psychological assistance to children, stages have been identified, which are staged taking into account the specifics of the experienced psycho-traumatic factors.

In general, the article provides certain insights into the key stages of psychological support for children who have experienced a traumatic event. It emphasizes the need for a comprehensive and individualized approach that integrates different types of psychotherapeutic interventions to help children cope with the psychological consequences of trauma and prevent long-term psychological problems. Effective psychological support of traumatized children requires a preliminary study of the individual psychological features of the expression of the post-stress state in the life of each child. Proposed stages, which include: first, building a relationship and establishing trust; secondly – diagnosis of the condition and personal characteristics of the child; thirdly – intervention; fourthly – definition of monitoring and monitoring of the condition; fifth – provision of psychological assistance. Each stage is described in detail, as well as examples of interventions that can be used at each stage. The topic highlights the need for early intervention and ongoing support for children who have experienced trauma to promote healing and positive outcomes.

The article also describes the important role of parents in providing psychological support to their children during and after a traumatic event. Parents can also constantly help their child feel safe, loved and supported. It is known that constant trust between a child and parents keeps calm and avoids the manifestation of one's own feelings of fear and anxiety.

Key words: *child, psychological support, traumatic experience, psychological help, children's reaction to traumatic events, psychotraumatic factors.*

Подано до редакції 28.11.2022