

«Емоційні втрати: ефективні кроки для їх подолання»

практичний психолог
ФРОЛОВА Л.О.

Діти можуть добре навчатися лише тоді, коли добре почуваються. З початком повномасштабної війни стан психічного здоров'я дітей надзвичайно погіршився. Дослідження свідчать про зниження відчуття безпеки, мотивації, здатності до самостійного навчання, вміння планувати свій час. Водночас зросли тривожність і невпевненість.



Емоційні втрати –
це емоційні та психологічні зміни,
які виникають у дітей через тривалий
або раптовий стрес



Ознаки емоційних втрат

- **Уникання спілкування;**
- **Агресія, як форма захисної реакції;**
- **Гіперактивність;**
- **Втрата інтересу до улюблених занять;**
- **Труднощі з навчанням, зниження успішності;**
- **Соматичні проблеми (головний біль, біль у животі тощо).**



Методи підтримки дітей:

поради для класних керівників

- **Анкетування, неформальні бесіди, творчі завдання**
- **Виявлення дітей, які потребують особливої уваги**
- **Формування згуртованого колективу**
- **Години спілкування про дружбу, повагу, довіру**
- **Командні завдання, мікрогрупова робота**
- **Міні-консультації для батьків (адаптація, емоційний розвиток)**

Поради для вчителів-предметників

- **Доброзичлива атмосфера на уроці**
- **Увага на емоційний стан учнів**
- **Індивідуальний підхід**
- **Позитивне підкріплення**
- **Взаємодія з класним керівником і батька**
- **Пошук спільних шляхів підтримки дитини**



Алгоритм співпраці



Батьки



Вчитель



Психолог