

# Звіт

Еко-простір психоемоційного розвантаження дітей  
с.Михайлівка-Рубежівка Ірпінської громади

---



# Діяльність Еко-простору

**Тривалість:** 21 – 23 серпня 2023 року

**Кількість дітей:** 38

**Кількість експертів:** 6

Війна має руйнівні наслідки, особливо для дітей, які зазнали її травматичних наслідків. Реабілітація та реінтеграція цих дітей у суспільство є складним завданням, яке вимагає інноваційних підходів. Під час проекту діти були залучені до когнітивно-поведінкової терапії, арт-терапії, еко- та садової терапії, психологічного супроводу з профілактики вигорання, інших індивідуальних інструментів. Подорожі та відвідування нових безпечних місць стали потужним інструментом у цьому відношенні, пропонуючи унікальні можливості для зцілення, освіти та особистісного зростання. Це сприяє реабілітації дітей, постраждалих від війни, підкреслюючи трансформаційну силу цього досвіду.

Залучаючись до нового досвіду, діти, які постраждали від війни, можуть поступово подолати травму, яку вони пережили. Подорожі та навчальні поїздки дозволяють їм протистояти своїм страхам, відновити довіру та розвинути механізми подолання в сприятливому та безпечному середовищі. В рамках проекту організовано комплексну психологічну реабілітацію дітей Ірпінської громади, які постраждали від війни, застосовуючи еко-терапії шляхом проведення щоденних екологічних просторів. Зокрема, в рамках проекту було проведено 3-денний Еко-простір для 38 дітей.

Основною метою навчально-реабілітаційного Еко-простору було допомогти дітям Ірпінської громади подолати травму війни, стабілізувати психоемоційний стан, повернути радість дитинства після травматичних подій. Позитивні результати в подоланні дитячої травми були досягнуті завдяки допомозі фахівців із застосуванням безпечних та не травматичних психологічних втручань.

Цільовою аудиторією було охоплено 38 дітей села Михайлівка-Рубежівка Ірпінської громади віком від 9 до 12 років. У цей період діти проходили когнітивно-поведінкову терапію, арт-терапію, еко- та садову терапію, психологічний супровід для профілактики вигорання та інші індивідуальні засоби.





Для дітей проводились різноманітні заходи психосоціальної підтримки та реабілітації, зокрема психологічні консультації, групові та індивідуальні психологічні заняття, заняття за методиками «Діти і війна» та «Безпечний простір», сеанси арт- та пісочної терапії та інші лікувально-оздоровчі заходи. Діти подолали свої страхи, без вагань висловили свої занепокоєння, змогли відволіктися від хвилювань і висловити свої емоції. Програма працювала з дітьми та для дітей.

Для 38 дітей Ірпінської громади було проведено 3-денний дитячий Еко-простір. Ірпінська громада з перших днів війни зазнала значної шкоди від російської агресії, перебуваючи під окупацією 23 дні. Було сильно зруйновано житлову інфраструктуру. Вся соціальна інфраструктура Ірпінської громади була майже зруйнована. В Ірпіні зруйновано або пошкоджено 20 шкіл і дитсадків. 7 тисяч дітей не мають можливості відвідувати школу і змушені навчатися офлайн. Подібна ситуація в усіх українських громадах, особливо в прифронтових чи окупованих. В Україні майже немає дітей, яких не торкнулася війна. Багато з них були змушені покинути свої домівки, багатьох розлучили з батьками, а деякі втратили можливість отримати необхідне лікування чи реабілітацію. Необхідність періодично ховатися в бомбосховищах під час авіанальотів сильно вплинула на дітей. Вони пасивно спостерігають за воєнними подіями в новинах, і це суттєво впливає на психічний стан дитини. Тому реабілітація та створення освітнього середовища для дітей були вкрай необхідні. Програма Патріотичного дитячого Еко-простору була насиченою та включала кілька блоків за темами: Сила Землі, Сила біорізноманіття, Сила води, Сила підтримки.

Під час діяльності простору діти не лише отримали нові знання про природу рідного краю, а й брали участь у різноманітних екологічно чистих заходах. Вони грали в захоплюючі еко-ігри, створювали різноманітні вироби, наприклад, екологічне мило, горщики для квітів, віночки із сухих квітів, малювали в різних техніках. Важливо було якісно та весело провести час, що сприяло покращенню настрою та створенню позитивних емоцій.

Додатково була організована екскурсія до замку Радомисль та краєзнавчого музею в Радомішлі, що на Житомирщині. Це дозволило дітям побачити пам'ятки історії та культури та збагатити знання про рідний край.



Крім того, одним із незабутніх моментів стала пінна вечірка, де діти мали змогу насолодитися піною та потанцювати на жвавій дискотеці. Це залишило незабутні враження та запам'яталося як час, проведений з радістю та хвилюванням.

Усі ці заходи не лише сприяли психологічній реабілітації дітей, а й допомогли їм відновити радість та відчуття дитинства після пережитих травматичних подій.

Проект довів, що дитячі подорожі та навчальні поїздки стали потужним інструментом реабілітації дітей, які постраждали від війни. Забезпечуючи психологічне зцілення, освітні можливості та соціальну інтеграцію, цей досвід пропонує трансформаційні можливості для постраждалих дітей. Наша команда визнає важливість включення подорожей і навчальних турів у реабілітаційні програми, гарантуючи, що цим дітям буде надано шанс вилікуватися, рости та реінтегруватися в суспільство. Роблячи це, ми можемо сприяти довгостроковому благополуччю та розвитку цих дітей, дозволяючи їм стати активними та заангажованими громадянами, які можуть перебудувати своє життя та зробити позитивний внесок у свої громади.



Усі вищезазначені заходи мали терапевтичний ефект у плані відновлення після пережитого стресу та слугували ефективним середовищем для розвитку та навчання дітей. Потужний ефект еко-терапії полягає у відновленні здоров'я через спілкування з природою, що не тільки значно покращує фізичний і психічний стан дітей, а й підвищує їх інтелектуальні здібності. Крім лікувально-просвітницького ефекту, еко-терапія також дозволяє розвивати у дітей почуття зв'язку з природою та відповідальне ставлення до навколишнього середовища. Загалом усі заходи, включно з когнітивно-поведінковою терапією, арт-терапією, еко-терапією, садовою терапією, психологічним супроводом з профілактики професійного вигорання та іншими індивідуальними методами, дали позитивні результати. Крім того, діти долали свої страхи, розповідали про те, що хвилює, відволікалися від хвилювань, не соромлячись висловлювали свої емоції. Кожен із 38 дітей отримав нові знання, завів цікаві знайомства, отримав безліч позитивних вражень та емоцій.

Діти, які постраждали від війни, часто стикалися з обмеженим доступом до освіти через зруйновану інфраструктуру та порушення систем навчання. Подорожі та навчальні поїздки надають їм можливість отримати доступ до формальних і неформальних освітніх можливостей, дозволяючи їм отримати знання, навички та компетенції, необхідні для їхнього майбутнього розвитку.

Ця програма об'єднала дітей з різних верств суспільства, які мають спільний досвід війни. Завдяки цій програмі діти можуть завести нових друзів, знайти спільну мову та налагодити мережі підтримки, що має вирішальне значення для їх соціальної інтеграції та емоційного благополуччя.

Війна часто порушує зв'язок дітей зі своєю культурною спадщиною. У рамках проекту ми надали їм можливість повернутися до свого коріння, відновити зв'язок зі своєю культурною ідентичністю та отримати відчуття причетності. Це відновлення зв'язку може сприяти їхньому загальному благополуччю та зміцненню стійкості.



# Результат роботи Еко-простору

*Досягнуті короткострокові результати роботи Еко-простору:*



- Усі проведені заходи 3-денного Еко-простору мали терапевтичний ефект у плані відновлення після пережитого стресу та слугували ефективним середовищем для розвитку та навчання дітей. Потужний ефект еко-терапії полягає у відновленні здоров'я через спілкування з природою, що не тільки значно покращує фізичний і психічний стан дітей, а й підвищує їх інтелектуальні здібності.

Крім лікувально-просвітницького ефекту, еко-терапія також дозволяє розвивати у дітей почуття зв'язку з природою та відповідальне ставлення до навколишнього середовища. Загалом усі заходи, включно з когнітивно-поведінковою терапією, арт-терапією, еко-терапією, садовою терапією, психологічним супроводом з профілактики професійного вигорання та іншими індивідуальними методами, дали позитивні результати. Крім того, діти долали свої страхи, розповідали про те, що хвилює, відволікалися від хвилювань, не соромлячись висловлювали свої емоції. Кожен із 38 дітей отримав нові знання, завів цікаві знайомства, отримав безліч позитивних вражень та емоцій. Також учасники проекту посилили свою екологічну обізнаність, набули нових знань та досвіду. Разом з тим, проведення Патріотичного дитячого еко-простору має ще й опосередкований вплив, зокрема на членів родин безпосередніх учасників заходів.



### *Очікувані довгострокові результати роботи Еко-простору:*

- 38 дітей Ірпінської громади взяли участь у 3-ьох денному Патріотичному дитячому еко-просторі, який став потужною платформою для навчання та розвитку, зняття наслідків стресу, відновлення психічного здоров'я та профілактики посттравматичного стресового розладу. Варто зазначити, що позитивний ефект від простору поширився і на батьків, адже табір дозволив їм провести трохи часу для себе та подолати відчуття втрачених можливостей розвитку для своїх дітей. Довіряючи своїх дітей еко-простору, батьки не тільки мали більше часу для себе, але й відчували, що їхні діти мають умови для росту, навчання та еко-терапевтичних занять, тим самим зменшуючи хвилювання за майбутнє своїх дітей. Відтак 38 сімей отримали позитивний ефект та допомогу у подоланні наслідків стресу.
- Учасники проекту отримали підтримку та можливість відновити своє психічне здоров'я, що дозволить їм швидше адаптуватися до нових умов, позитивно дивитися в майбутнє та ефективніше сприяти зеленому відродженню Ірпінської громади.
- Досягнення проекту та інформація про його діяльність були поширені через різні засоби масової інформації та можуть бути використані освітянами та тренерами для збільшення масштабу та тиражування результатів.
- В рамках проекту створено асортимент продукції з природних матеріалів, композиції фітопродуктів тощо. Вони можуть бути використані в повсякденному житті, слугувати демонстраційним матеріалом і допомагати збагачувати людину емоційно та психологічно.