

ХІБУКІ-ТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ ТЕАТРАЛЬНО-ІГРОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ПСИХОЛОГІЧНІЙ ПІДТРИМЦІ ДІТЕЙ З ООП В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Тушинська Оксана Олександрівна

асистент кафедри теорії та методик дошкільної й інклюзивної освіти
Житомирський державний університет імені Івана Франка
м. Житомир, Україна

Вступ. / Introductions. Сучасні соціальні виклики, зумовлені воєнним станом в Україні, актуалізують проблему збереження психічного здоров'я дітей дошкільного віку, зокрема дітей з особливими освітніми потребами. Травматичний досвід, пов'язаний із небезпекою, вимушеним переміщенням, частими повітряними тривогами та нестабільністю середовища, негативно впливає на емоційний стан дитини, спричиняє підвищену тривожність, страхи, труднощі у спілкуванні та поведінкові порушення. У таких умовах особливої значущості набуває пошук ефективних психолого-педагогічних засобів підтримки, інтегрованих в освітній процес закладів дошкільної освіти. Театральна педагогіка як складова освітнього простору ЗДО має значний потенціал для емоційного розвитку дитини, формування навичок самовираження, розвитку уяви та комунікативної компетентності. Спираючись на положення про провідну роль гри в психічному розвитку дошкільника, а також концепцію «перехідного об'єкта», можна розглядати ігрового персонажа як безпечного посередника між внутрішнім світом дитини та дорослим. У цьому контексті особливої уваги заслуговує Хібуки — м'яка іграшка-собачка, що використовується як засіб психологічної підтримки дітей, які пережили стресові події.

Хібуки як засіб театральної-ігрової діяльності виконує функцію емоційного посередника та сценічного персонажа, через взаємодію з яким дитина отримує можливість символічно програвати власні переживання. Турбота про іграшку, наділення її почуттями та переживаннями сприяє

механізму проєкції, що дозволяє дитині опосередковано говорити про власні страхи та тривоги. У межах театральної педагогіки така взаємодія набуває форми лялькової драматизації, рольової гри та імпровізаційної діяльності, що створює безпечний простір для емоційного самовираження.

Особливої актуальності використання Хібуки як засобу театральної-ігрової діяльності набуває в роботі з дітьми з особливими освітніми потребами, для яких характерною є підвищена вразливість до стресових чинників, труднощі у вербалізації емоцій та соціальній взаємодії. Театралізована форма взаємодії з персонажем забезпечує м'яке включення дитини в комунікативний процес, сприяє розвитку емпатії, формуванню навичок саморегуляції та зниженню рівня тривожності.

Мета роботи. / Aim. Метою дослідження є теоретичне обґрунтування та визначення педагогічного потенціалу Хібуки як засобу театральної-ігрової діяльності у психологічній підтримці дітей з особливими освітніми потребами в умовах воєнного стану.

Матеріали та методи./Materials and methods. У дослідженні використано м'яку іграшку Хібуку як основний засіб театральної-ігрової діяльності, а також допоміжні матеріали для організації драматизації (картки емоцій, елементи сюжетно-рольової гри, терапевтичні казки, сенсорні засоби для створення безпечного середовища). Теоретичну основу становили наукові праці з театральної педагогіки, ігрової діяльності та психологічної підтримки дітей з ООП.

Під час дослідження було використано наступні методи:

Теоретичні: аналіз, узагальнення та систематизація психолого-педагогічної літератури з проблеми театральної-ігрової діяльності та психологічної підтримки дітей в умовах воєнного стану.

Емпіричні: педагогічне спостереження та бесіда з дітьми з елементами рольової взаємодії у процесі театралізованої гри з Хібуки.

Якісного аналізу: інтерпретація емоційних і поведінкових реакцій дітей, оцінювання рівня їхньої залученості та проявів тривожності під час ігрової

взаємодії.

Результати та обговорення./Results and discussion. Хібукі-терапія була розроблена в Ізраїлі для підтримки дітей, які постраждали від воєнних конфліктів. Ідея вперше створити м'яку терапевтичну іграшку Хібукі належить ізраїльському доктору Шай Хен-Галю [1, с. 149]. Характерною особливістю даної терапії є використання іграшки-собаки Хібукі, яка має сумний вираз обличчя та довгі м'які вуха. Хібукі-терапія сприяє зниженню рівня стресу і тривожності у дітей з ООП, формуванню почуття захищеності, розвитку емоційної регуляції та самовираження, поліпшення соціальних навичок та комунікації. Хібукі-терапія активно вивчалася та вивчається в умовах кризових ситуацій у різних країнах, зокрема в Ізраїлі, Японії та Україні. На теперішній момент ізраїльські експерти на чолі з Дафною Максим (Шарон) та українськими психологами активно використовують модель «Хібукі-терапія» з тисячами дітей, які постраждали від різних стресових ситуацій пов'язаних з воєнними діями.

З початку повномасштабного вторгнення держави-терориста в Україну, Хібукі терапія була впроваджена в багатьох містах країни. За даними на 2023 рік, понад 20 тисяч українських дітей отримали психологічну допомогу за цією методикою. Програма реалізується в закладах дошкільної освіти, школах, реабілітаційних центрах та тимчасових притулках для внутрішньопереміщених осіб. У рамках програми також проводяться навчання для українських психологів, педагогів, арт-терапевтів та волонтерів.

У контексті воєнного стану особливо важливо, що Хібукі може бути з дитиною навіть під час евакуації та переміщення до безпечних місць у разі виникнення повітряних тривог. Він стає фігурою емоційної опори, здатною частково компенсувати втрату стабільного середовища та підтримки.

Хібукі — це посередник, через який дитина може виражати себе. Під час терапії дана іграшка виступає в різних ролях: в якості самої дитини, друга, наставника, охоронця, рідної людини, помічника, або особи, про яку можна піклуватися. Граючи з песиком, дитина переносить свої тяжкі переживання та

емоції на Хібукі і в такий спосіб запускає процес відновлення після травми [4, с. 53].

Хібукі-терапію можна використовувати в комплексі з іншими арт-терапевтичними техніками та театральними засобами: образотерапією, казкотерапією, музикотерапією, танцювально-руховою терапією, драматизацією. Це дозволяє дітям виражати емоції через різні форми театральної-ігрової діяльності та розвивати креативні та комунікативні навички.

Методика передбачає 8-10 індивідуальних або групових сесій з психологом, під час яких використовуються ігрові та арт-терапевтичні техніки. Особлива увага приділяється залученню батьків до процесу терапії, що сприяє глибшому розумінню та підтримці дитини. Такий вид терапії може проводити тільки кваліфікований Хібукі-терапевт, який пройшовши спеціальні курси, отримує іграшку Хібукі. Дана іграшка унікальна тим, що її не можна купити, Хібукі шиють на замовлення для спеціалізованих фахівців.

Під час першої зустрічі з Хібукі дитині необхідно ознайомитися з іграшкою самостійно. Протягом 10-15 хвилин погратися та поспілкуватися з іграшкою, в той час, коли педагог просто спостерігає за цим процесом, не втручаючись в нього. Під час наступного етапу дитина бере участь в ігровій діяльності. Після гри з Хібукі діти отримують можливість обговорити свої думки, переживання та емоції. Д. Максимов (Шарон) стверджує, що під час такої діяльності з Хібукі замість того, щоб зосередитися на власних тривогах, діти переводять свою увагу на турботу про нового друга [2, с. 66].

Під час взаємодії з Хібукі на психологічному рівні у дитини відбувається зниження тривожності та страху, формується емпатія та турботливість. На біологічному рівні впливу тактильний контакт із м'якою іграшкою сприяє зниженню рівня кортизолу та нормалізації серцевого ритму. Завдяки постійним обіймам з іграшкою стимулюється вироблення окситоцину (гормону прив'язаності), що викликає заспокоєння і формує відчуття довіри. У безпечному середовищі мозок дитини має кращі умови для відновлення та адаптації після травми. На соціальному рівні турбота про Хібукі повертає

дитині відчуття психофізичних сил, здатність елементарного контролю за тим, що відбувається у її житті, що опосередковано допомагає впоратися із переживаннями [3, с. 344].

У роботі з дітьми з ООП терапія з Хібукі адаптується відповідно до специфіки порушень. Наприклад, дітям з аутизмом важливо забезпечити сталість і ритуальність взаємодії з іграшкою; дітям із затримкою психічного розвитку — наочно-образну подачу емоційного досвіду; дітям з порушеннями мовлення — підтримку через невербальну комунікацію.

Висновки./Conclusions. Загалом, Хібукі як засіб театральної-ігрової діяльності є ефективним інструментом психологічної підтримки дітей з особливими освітніми потребами в умовах воєнного стану. Завдяки своїй образності та символічності іграшка дозволяє дитині безпечно проживати емоції, зменшувати тривожність і страхи, розвивати емпатію, турботливість та соціальні навички. Інтерактивна взаємодія з Хібукі у формі сюжетно-рольових ігор, драматизацій та арт-терапевтичних вправ створює безпечний простір для самовираження, стимулює креативність і комунікацію, а також забезпечує адаптацію психологічних і педагогічних підходів до індивідуальних потреб дітей з ООП. Таким чином, Хібукі виступає універсальним засобом емоційної підтримки та розвитку у дошкільному середовищі в умовах нестабільного соціального простору.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Кудак В. Хібукі-терапія — як унікальний інструмент соціально-психологічної підтримки дітей під час війни. *Соціально-психологічна робота: інновації, стратегії та можливості [електронне видання]*: збірник матеріалів круглого столу з міжнародною участю, м. Кам'янець-Подільський – Ломжа, 19 березня 2025 р. Кам'янець-Подільський – Ломжа: MANS w Łomży, 2025. С. 149-151.

2. Максимов (Шарон) Д. Терапія військової травми для дітей та молоді за допомогою ляльки-тропоїда-Нібукі. С. 63-68. *Всеукраїнська науково-практична конференція з нагоди 50-річчя від початку підготовки психологів у*

Харківському Університеті: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції, м. Харків, 08-09 грудня 2022 р. / за заг. ред. О. О. Наливайко, Н. П. Крейдун. Харків, 2022. С. 149-151.

3. Рібцун Ю. В. (2024)Хібукі-терапія як засіб подолання стресів у дітей дошкільного та молодшого шкільного віку із заїканням. *Theoretical and empirical scientific research: concept and trends: Collection of scientific papers «ΛΟΓΟΣ» with Proceedings of the VI International Scientific and Practical Conference, Oxford, February 2. 2024. Oxford, 2024. с. 340-346.*

4. (Шарон) Д. Хібукі-терапія як метод подолання психічної травми у дітей в умовах війни. *Організаційна психологія. Економічна психологія. 2022. (№ 3-4). С. 48-54.*