

Книга «Війна очима дітей» - приклад осмислення воєнного часу дітьми та дорослими, який поєднує невимушеність і доступність **художнього твору** з працюючими та дієвими **психологічними методиками**.

Книга складається з двох частин. Перша частина – це досить доступне для сприйняття оповідання, історія родини, яка стикається з викликами перших днів та місяців війни. Розповідь centruє увагу на дитячих емоціях, переживаннях, страхах та сподіваннях. В родині діти різного віку, і ми можемо побачити, як війну сприймають діти в залежності від віку, психічного складу, характеру. Неабияку роль у допомозі дітям прийняти і пережити виклики війни відіграють батьки. Автор висвітлює важливість їхнього досвіду, впливу на дітей, авторитету і, головне, міцного емоційного зв'язку у родині. Авжеж, батьки не є психологами, але вони є найближчим колом дітей і вони інтуїтивно вірно допомагають дітям пережити важкі часи, знайти опору, створити безпечне середовище і знайти нові сенси.

Друга частина книги – це аналіз особливостей дитячої психіки в умовах критичних ситуацій, а також програма прикладних психологічних методів для роботи з дітьми в умовах війни.

Психологічна робота з дітьми базується на принципах вікової доступності, єдності вікового і індивідуального в розвитку дитини, діяльнісного принципу здійснення корекції. Ключовими аспектами роботи з дітьми автори визначають **розмови** про війну, **розпізнання** психологічної **травми**, **підтримку** під час травмуючих подій, **адаптацію** до нових умов, а також надають прості та доступні **практичні вправи** для подолання психологічної травми та її профілактики. Базуючись на знаннях вікової та дитячої психології, психології критичних ситуацій, психології війни, автори пропонують такі методи для роботи з дітьми:

- вправи по роботі з емоціями (страху, провини, непевності тощо),
- казкотерапія,
- робота з втратами,
- тілесні та дихальні практики,
- нейролінгвістичне програмування.

Книга «Війна очима дітей» - слушний, необхідний і доступний для використання посібник, який стане у нагоді батькам, опікунам, практичним психологам. Вона базується на інтегративному, комплексному підході до психологічної підтримки і корекції.

Дитяча психіка гнучка, податлива та схильна до адаптації, тому вчасна професійна допомога є ідеальним інструментом та важливою умовою підтримки дитини в умовах війни.