

Рецензія на книгу
"Війна очима дитини"

психотерапевтки для дітей, підлітків та дорослих, коуча,
викладачки психології ОДАБА

Ольги Аркадіївни Грицик

Війна – це складна і травматична подія для дітей, котрі сприймають її крізь призму власного емоційного світу. Книга «Війна очима дитини» є не лише зворушливим художнім твором, а й потужним терапевтичним інструментом, що допомагає дітям осмислювати свій досвід, долати страхи та знаходити внутрішні ресурси для відновлення. Використовуючи казкотерапію, метафори, символи та інші психологічні методи, Ольга Аркадіївна створює безпечний простір для роботи з дитячими переживаннями.

У центрі сюжету – хлопчик Владік, який разом із родиною вимушено залишає рідний дім через війну. Через його історію авторка розкриває ключові психологічні аспекти адаптації, роботи з травмою та пошуку нових внутрішніх опор. Психологиня майстерно використовує казкові елементи та символіку, щоб наблизити складні поняття до дитячого сприйняття. Темрява у творі уособлює загрозу, а світло символізує силу, яку необхідно зберегти. Ця алегорія є не лише художнім прийомом, а й важливим терапевтичним інструментом, що дозволяє дітям легше впоратися зі страхами та невизначеністю.

Додаткову глибину надає використання методик ресурсно-орієнтованої психології. Візуалізаційні техніки, дихальні вправи та тілесно-орієнтовані практики спрямовані на формування у дитини навичок саморегуляції, що відіграє вирішальну роль у подоланні деструктивного впливу хронічного стресу. Окремо варто відзначити важливість емоційного інтелекту в сюжеті. Владік вчиться розпізнавати та виражати свої почуття,

а його родина створює атмосферу підтримки та довіри. Це не лише сприяє адаптації, а й допомагає маленьким читачам усвідомити власні емоції, прийняти їхню природність і навчитися виражати їх у гармонійний та конструктивний спосіб.

Книга "Війна очима дитини" є цінним ресурсом, як для психологів і педагогів, так і для батьків, які прагнуть підтримати своїх дітей у складні часи. Вона не лише допомагає у психологічній роботі з дітьми, але й створює можливості для глибокого спільного переживання та зміцнення родинних зв'язків. Це видання варте уваги як фахівців, так і сімей, що шукають засоби говорити з дітьми про війну мовою підтримки та надії.

Кандидат психологічних наук,
доцент кафедри філософії, політології,
психології та права
Одеської державної академії
будівництва та архітектури



Світлана БИКОВА