

Систематично й найбільш послідовно до проблем дипломатії поріднених міст і більш ширше – міської дипломатії – звертаються дослідники, політики й дипломати із США, Канади, КНР, України, Грузії, Молдови, Румунії, Франції, Німеччини, Іспанії, Італії, Великої Британії, Бразилії та ін.

Такий політико-дипломатичний інтерес до питань дипломатії поріднених міст та міст-інституцій у цілому в зовнішньополітичній діяльності провідних держав світу обумовлюється набутих значним досвідом в практиці застосування інструментів міської дипломатії, і зокрема – традиційно великою роллю міст-інституцій як в суспільному житті, так і в зовнішньополітичній та політико-дипломатичній діяльності цих держав.

Дипломатія поріднених міст – це діяльність держав, урядів, спеціальних зовнішньополітичних інституцій (як офіційна, так і неофіційна) по реалізації завдань зовнішньої політики посередництвом підготовки, організації, проведення та участі в міжнародних і національних заходах на рівні міст за участі делегацій міст, професіоналізованих команд, творчих колективів, освітян, науковців, міських інституцій та їх досягнень (державні актори / недержавні актори).

Резильєнтність міст-побратимів в умовах війни довела, що солідарність на рівні громад є ефективнішою за будь-які бюрократичні надбудови. Це не просто допомога ресурсами, а створення глобальної мережі безпеки, де український досвід виживання під обстрілами поєднується із західними технологіями та фінансовою підтримкою.

У 2025 році це партнерство залишається фундаментом, на якому тримається спроможність українського тилу чинити опір та розвиватися попри тривалу агресію. У 2026-2028 роках партнерство міст-побратимів інституціоналізується у відновлювальну дипломатію в регіонах України. Дипломатія поріднених міст (міст-партнерів / міст-побратимів) це новий тренд галузевої дипломатії XXI століття.

Перспективи подальших досліджень соціально-гуманітарних трансформацій в умовах поліцентричного світоустрою нададуть можливість створити цілісну системну картину інституціонального, соціокультурного й політико-дипломатичного розвитку українських традицій та національних особливостей унікального європейського явища – українського ідентифікаційного пошуку, українського культурного колу щодо самоутвердження, як інституціонального кластеру політики, дипломатії і культури Європи в історичній ретроспективі та перспективі (футурологія міжнародних відносин; футурологія дипломатії).

1. Rofe J.S. Sport and diplomacy: A global diplomacy framework. *Diplomacy & Statecraft*. 2016. 27(2), P. 212-230.
2. Ritzer G., Dean P. *Globalization: Conceptualization, Origins, and History*. 2nd Edition. Oxford, 2019. 606p.
3. Циватий В.Г. Дипломатичний протокол, церемоніал та етикет міжнародної ввічливості: модель, інструментарій і національні особливості сучасної дипломатії (теоретико-методологічний аспект). *Гуманітарний корпус. Збірник наукових статей з актуальних проблем філософії, культурології, психології, педагогіки та історії* / За ред. С.С. Русакова. Вінниця–Київ: «ТВОРИ», 2022. С. 43-47.
4. Циватий В.Г. Публічна дипломатія в Україні та світі: соціально-гуманітарний, міжнародно-політичний і практичний виміри зовнішньої політики у сфері культури (1991-2025 рр.). *Соціально-гуманітарні відносини в сучасній Україні: виклики та перспективи: колективна монографія* Харків: СГ НТМ «Новий курс», 2025. Розділ 3 (3.2). С. 73-88.
5. Циватий В.Г. М'яка сила («soft power») і модель публічної дипломатії Європейського Союзу XXI століття: міжнародно-політичний і регіональний аспекти. *Нотатки сучасної науки: електронний мультидисциплінарний науковий часопис*. Харків: СГ НТМ «Новий курс», 2023. Номер 9. С. 13-15.
6. *Modern Diplomacy in Practice*. Robert Hutchings, Jeremi Suri. Palgrave Macmillan, 2020. 260 p.
7. *Global Diplomacy: An Introduction To Theory And Practice*. Thierry Balzacq, Frédéric Charillon Frédéric, Frédéric Ramel, Nicole Snow. Palgrave Macmillan, 2020. 350 p.
8. Циватий В.Г. Кроскультуральність, інституціональні витоки та особливості формування моделі дипломатії Грецької Республіки: глобалізаційний і міжнародно-політичний аспекти. *Глобальний світ: виклики сьогодення: кол. монографія*. Харків: СГ НТМ «Новий курс», 2025. С. 51-65.
9. Циватий В.Г. Дипломатичний протокол, церемоніал та етикет міжнародної ввічливості. Київ, 2026. 396 с.
10. Гуменюк Б.І., Мартинов А.Ю. *Футурологія міжнародних відносин*. Київ: «Українські пропілеї», 2025. 376 с.

DOI: 10.61718/nsn32.02

Денисенко Катерина Ігорівна

Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького

Науковий керівник: Медвідь Інна Василівна,

Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького

ІГРОТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ДІТЯМ, ЯКІ ПЕРЕЖИЛИ ТРАВМАТИЧНИЙ ДОСВІД

Травматичний досвід негативно впливає на емоційний розвиток дитини, її здатність будувати безпечні стосунки, довіряти дорослим та адаптуватися до повсякденного життя. Діти рідко можуть прямо описати свої переживання словами, тому потребують альтернативних способів вираження емоцій. Одним із найбільш ефективних та природних методів є ігротерапія – форма психотерапевтичної допомоги, що використовує гру як інструмент для лікування, відновлення та емоційної стабілізації.

Ігрова діяльність є природним і оптимальним способом, через який внутрішні переживання дитини проявляються зовні. Гра та творчість є природними формами самовираження, що дозволяють дитині розвиватися та відновлюватися в безпечному середовищі. У центрі ігрової терапії завжди знаходиться дитина.

У звичайному житті прояви її емоцій можуть зустрічати контроль або неприйняття, що ускладнює переживання травматичного досвіду. Гра створює безпечний простір, де дитина може відчувати прийняття, тепло та підтримку, навчитися довіряти та відновлювати внутрішню рівновагу. Сучасні дослідники підкреслюють значення дитиноцентричного підходу в ігровій терапії, де емпатійність терапевта стає ключем для формування впевненості дитини та розвитку її соціально-емоційних навичок [6, с. 10].

Ігротерапія – це метод психологічної підтримки, при якому гра виступає засобом для вираження внутрішніх переживань, зниження напруги та відновлення почуття контролю. Гра для дитини – це природна мова, тому через ігрові дії вона може проявляти те, що ще не може висловити словами.

Основні особливості ігротерапії:

- 1) надання дитині безпечного середовища;
- 2) можливість самовираження без тиску та оцінювання;
- 3) символічне проживання травматичних подій;
- 4) розвиток навичок емоційної регуляції;
- 5) допомога у відновленні відчуття захищеності.

Діти, які пережили травматичні події (втрату, насильство, війну, переїзд, аварії, стихійні лиха), можуть зіткнутися з такими наслідками як: підвищена тривожність; замкнутість або агресивність; порушення сну та апетиту; регрес у поведінці; страхи, нав'язливі образи; труднощі у спілкуванні [3, с. 60].

Ігротерапія допомагає м'яко відновити емоційний баланс, уникнувши прямої конфронтації з важкими спогадами.

До основних видів ігротерапії належать:

- Недирективна ігрова терапія – це цілеспрямована терапевтична система, центром якої є дитина як самостійна особа, здатна до саморозвитку. Психолог лише створює простір і підтримує дитину, не втручаючись у процес гри. Дитина сама обирає іграшки та сюжети, а через них поступово проявляє свої переживання.

- Директивна ігротерапія – це форма, в якій психолог виступає в ролі організатора, керівника терапевтичного процесу з прийняттям на себе відповідальності за досягнення цілей психотерапії. Фахівець пропонує конкретні ігрові методики чи сценарії, спрямовані на пропрацювання травми: малювання «страху», рольові ігри з безпечним завершенням сюжету тощо.

- Пісочна терапія. Використання мініатюрних фігурок та піску дозволяє дитині моделювати свій внутрішній світ та змінювати його у безпечний спосіб.

- Арт-ігри. Поєднання творчості та гри: малювання, ліплення, створення колажів, фантазійних героїв.

- Рольові та казкотерапевтичні ігри. Допомагають програвати важкі події через казкові образи, що робить процес менш болючим [4].

Ігротерапія працює завдяки кільком ключовим механізмам:

1. Катартичний ефект – дитина «вивільняє» напруження через гру.
2. Символічне проживання – травматичні події переживаються у грі в більш безпечній формі.
3. Відновлення контролю – дитина сама керує сюжетом гри, відчуває силу та вплив.
4. Побудова довіри – через ігрову взаємодію формується терапевтичний альянс.
5. Зміцнення самооцінки – успішне завершення гри повертає відчуття компетентності.
6. Розвиток навичок безпечного вираження емоцій [1].

Практичне застосування ігротерапії у роботі з дітьми, що пережили травму полягає у використанні: м'яких іграшки для вираження тривоги та страху; фігурок сім'ї – для роботи із стосунками та втратами; конструкторів – для відновлення відчуття стабільності; терапевтичних казок для «переписування» травмуючих подій; кооперативних ігор – для розвитку соціальних навичок.

Сесії зазвичай тривають 30-45 хвилин і проводяться регулярно, щоб забезпечити сталі позитивні зміни [5, с. 257].

Ефективність ігротерапії значно зростає за умов співпраці з батьками. Дорослі отримують рекомендації щодо підтримуючої поведінки, безпечної взаємодії, створення стабільного середовища вдома.

Батькам важливо:

- не тиснути на дитину;
- не вимагати розповідати про гру;
- підтримувати позитивні зміни;
- проявляти терпіння та емпатію [2, с. 27].

Підсумовуючи все вищесказане можна дійти до висновку, що ігротерапія є одним із найбільш ефективних і гуманних методів психологічної допомоги дітям, які пережили травматичний досвід. Вона дозволяє дітям виразити складні емоції у природний для них спосіб, допомагає відновити внутрішні ресурси, сформувати почуття безпеки та повернути довіру до дорослого світу. Завдяки гнучкості та м'якості метод добре підходить для роботи з дітьми різного віку та рівня травмованості, забезпечуючи стабільні позитивні зміни у їхньому психоемоційному стані.

1. Бондарук Ю. С. Ігротерапія у роботі з психотравмою у дітей. URL: <https://tinyurl.com/yk9rkhsr> (дата звернення: 02.12.2025).
2. Булгакова О., Савченкова М. Психологічні можливості підтримки дітей, які перенесли травматичний досвід. *Наука і освіта : наук.-практ. журнал*. 2022. № 4. С. 24-28.
3. Загайко Х. Ігротерапія як засіб формування стресостійкості у дітей молодшого шкільного віку. *Магістерський науковий вісник*. Випуск № 43. 2024. 113 с.
4. Шпак Л. Особливості застосування ігрової терапії в роботі практичного психолога. URL: <https://journals.indexcopernicus.com/api/file/viewByFileId/762529> (дата звернення: 02.12.2025).
5. Шпак М., Чайковська Г., Пуйо О. Особливості психоемоційної підтримки дітей дошкільного та молодшого шкільного віку засобами ігрових технологій. *Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти. Серія «Педагогіка. Психологія»* 8 (2025). С. 252-259.
6. Brooks T. P., Cochran J. L., Cochran N. H., Johnson M., Tebo K. The developmental journey of child-centered play therapists: A phenomenological study. *International Journal of Play Therapy*. 2022.No 31(1), P. 10-21.