

Державна установа «Український науково-дослідний інститут  
медичної реабілітації та курортології МОЗ України»



**ВОЄННИЙ КОНФЛІКТ ТА ДІТИ:  
РЕСУРСИ ДЛЯ РЕАБІЛІТАЦІЇ**

Методичні вказівки

Одеса • Поліграф • 2023

**Установа-розробник:** ДУ «Український науково-дослідний інститут медичної реабілітації та курортології МОЗ України».

**Установа-співвиконавець:** КУ «Одеський інклюзивно-ресурсний центр №1».

**Автори:** Степанова В. С., Пастерначенко В. В.

**Рецензенти:**

**Гуриєнко Катерина Олександрівна**, кандидат медичних наук, національний тренер UNICEF Ukraine.

**Буйневич Олена Валеріївна**, директор Департаменту освіти та науки Одеської міської ради, психолог-методист вищої категорії.

*Рекомендовано до друку Вченою радою ДУ «Український науково-дослідний інститут медичної реабілітації та курортології МОЗ України»  
(протокол № 6 від 20 червня 2023 року).*

**В63** Воєнний конфлікт та діти: ресурси для реабілітації: методичні вказівки / за заг. ред. В. С. Степанової, В. В. Пастерначенко – Одеса: Поліграф, 2023. – 32 с.

В цих рекомендаціях ми пропонуємо розглянути можливості реабілітації дітей, постраждалих внаслідок воєнного конфлікту в Україні.

Методичні вказівки та програму розроблено лікарями поліклініки ДУ «Український науково-дослідний інститут медичної реабілітації та курортології МОЗ України» спільно із фахівцями КУ «Одеський інклюзивно-ресурсний центр №1» в рамках договору про співпрацю від 17 травня 2022 року, на основі клінічних спостережень та результатів індивідуальних програм фізичної та медико-психологічної реабілітації дітей, проведених мультидисциплінарною реабілітаційною командою протягом 2022-2023 років.

Методичні вказівки призначені для педіатрів, сімейних лікарів, неврологів, медичних психологів лікувально-профілактичних закладів, фахівців центрів психолого-педагогічної реабілітації та корекції, ІРЦ, реабілітаційних центрів, студентів закладів вищої освіти медичного та педагогічного напрямків.

## ЗМІСТ

Список умовних скорочень .....	4
Вступ .....	5
1. Мета та завдання програми реабілітації дітей, постраждалих внаслідок воєнного конфлікту в Україні ....	6
2. Планування реабілітації .....	7
3. Реабілітаційні підходи	9
4. Оцінка ефективності	12
Висновки	13
Список використаної літератури	14
Додаток «Набір МКФ-ДП для оцінки стану дітей, постраждалих внаслідок воєнного конфлікту в Україні»	16

## СПИСОК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ

ІРЦ	інклюзивно-ресурсний центр
КПТ	когнітивно-поведінкова терапія
ЛФК	лікувальна фізична культура
МКФ	Міжнародна класифікація функціонування, обмеження життєдіяльності і здоров'я
МКФ-ДП	Міжнародна класифікація функціонування, обмеження життєдіяльності і здоров'я дітей та підлітків
HoNOSCA	Health of the Nation Outcome Scales for Children and Adolescents.

## ВСТУП

Коли інтереси великої кількості дітей поставлені під загрозу, державні інституції повинні знайти способи захистити їх та забезпечити їх благополуччя. Це вимагає розробки нових стратегій реабілітації та вдосконалення існуючих методик. Співпраця між різними закладами реабілітації, такими як медичні та освітні, є важливою для забезпечення комплексного підходу до реабілітації. Це дозволяє забезпечити задоволення потреб пацієнтів у всіх аспектах їх життя. Наприклад, така співпраця може допомогти дитині в отриманні необхідної медичної допомоги та психологічної підтримки, а також надати можливість продовжувати свою освіту. Оптимізація реабілітаційної допомоги може бути досягнута шляхом розвитку спільних програм та сприянням обміну інформацією заради поглиблення знань фахівців, залучених до реабілітації.

Пережиті ракетні атаки, постійні повітряні тривоги та зміни місця проживання можуть мати серйозні наслідки для дітей. Це може призвести до стресу, тривоги та психологічних травм. Діти можуть відчувати страх, невпевненість та безпорадність у таких ситуаціях.

Також довготривале перебування у зоні конфлікту може призвести до порушення розвитку дитини. Важливо зазначити, що зміна соціального оточення може бути складною для дітей. Вони можуть втратити контакт з друзями та родичами, а також зазнати стресу та тривоги через нестабільну ситуацію. Наприклад, довготривала відсутність відвідування закладів освіти або недостатнє харчування можуть негативно вплинути на фізичне та розумове здоров'я дитини.

Діти завжди вважаються як особливо вразлива група населення, яка виключно сприйнятлива до травмуючих чинників під час військових конфліктів та катастроф, має більш обмежене розуміння навколишнього світу та володіє меншими навичками справлятися з проблемами. Травма під час критичних періодів розвитку може мати згубні соціальні, освітні та фізичні наслідки. Сучасні реабілітаційні заходи, засновані на доказах, в основному досліджувалися на дорослих, проте дитячі тривожні розлади ще недостатньо досліджені.

Наразі в умовах воєнного конфлікту в Україні частіше за все у дітей ми стикаємося з комбінованим біопсихологічним розладом із широким спектром поведінкових, емоційних, когнітивних і соматичних проявів. Стресові розлади можуть проявлятися з раннього дитинства та часто демонструють більш погану ремісію з часом порівняно з дітьми старшого віку. Дослідження показали, що існують значні відмінності у проявах симптомів ПТСР між дорослими та дітьми шкільного віку, особливо дуже маленькими. Наприклад, маленькі діти виявляють тривогу розлуки, страх перед незнайомцями, а також демонструють регресивну поведінку.

У випадках, коли психологічний дистрес дитини після травматичної події зберігається та значно заважає її психосоціальному функціонуванню, її реакція

перевищує параметри, які становлять «нормальну» реакцію на травму, і може викликати патологію.

Участь у відновлювальних заходах полегшує подолання, допомагаючи в емоційному сприйнятті катастрофи та сприяючи почуттю контролю.

Реабілітаційні послуги дітям, постраждалим внаслідок військового конфлікту, повинні бути комплексними та спрямованими на забезпечення фізичного, психологічного та соціального благополуччя дитини. Такий підхід має включати медичну та психологічну реабілітацію, соціальну адаптацію тощо.

## 1. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ РЕАБІЛІТАЦІЇ

Програма реабілітації дітей, постраждалих внаслідок війни, має на меті допомогти їм повернутися до повноцінного життя. Це має бути досягнуто за допомогою комплексного підходу, який включає медичну (фізичну) і психологічну реабілітацію та соціальну підтримку. Цей інструмент спеціально розроблений для українських дітей та підлітків, які постраждали внаслідок воєнного конфлікту та потребують комплексної реабілітації для повернення до нормального життя.

Оскільки фізичні, психологічні та соціальні аспекти педіатрії тісно переплетені, біопсихосоціальний підхід із мультимодальним втручанням, яке виконується мультидисциплінарною командою, є «золотим стандартом» реабілітації.

Конкретними цілями програми є:

- формування єдиного реабілітаційного простору навколо дитини через створення спільної програми для медичних та освітніх реабілітаційних установ;
- утворення у відповідності до міжнародних стандартів системи комплексної реабілітації, яка забезпечить покращення здоров'я та функціонування відповідно до індивідуальних потреб дитини;
- розробка цільових заходів, спрямованих на збереження і зміцнення здоров'я дитячого населення, зменшення стресу та тривожності, покращення соціальної адаптації.
- розробка індивідуального плану реабілітаційних заходів, спрямованих на надання дітям можливості повернутися до повноцінного життя.

Завдання програми:

- застосування системи критеріїв оцінки стану дитини з використанням МКФ-ДП (Міжнародна класифікація функціонування, обмеження життєдіяльності і здоров'я дітей та підлітків), що базується на адаптації шкали оцінки психологічного благополуччя дітей HoNOSCA (Health of the Nation Outcome Scales for Children and Adolescents);

- використання розробленої системи критеріїв МКФ-ДП в якості базису для роботи мультидисциплінарної команди при оцінюванні реабілітаційного потенціалу, створенні індивідуальної програми реабілітації та реабілітаційного прогнозу дитини, постраждалої внаслідок війни;

Для ефективної реалізації програми, координації лікувальних та реабілітаційних заходів, всі заходи здійснюються за допомогою співпраці з фахівцями психолого-педагогічного напрямку, які мають необхідну кваліфікацію та досвід для проведення таких заходів.

### *Цільова аудиторія – діти та підлітки з 4 до 18 років:*

- які прибули з тимчасово окупованих територій, місць проведення активних бойових дій,
- які зазнали впливу ракетних атак на території постійного проживання;
- з сімей, які понесли втрати внаслідок військової агресії Росії в Україні;
- з сімей військовослужбовців.

## **2. ПЛАНУВАННЯ РЕАБІЛІТАЦІЙНИХ ЗАХОДІВ**

- **Оцінка фізичного здоров'я.** Перед початком реабілітації важливо виключити наявність органічної патології. Лікар-педіатр проводить медичне обстеження, щоб переконатися, що у пацієнта немає фізичних захворювань або порушень, які можуть вплинути на його стан здоров'я та реабілітацію. Це може включати загальний огляд, аналізи крові та інші діагностичні процедури. Виключення органічної патології дозволяє лікарю сконцентруватися на лікуванні психологічних проблем та розробці плану реабілітації, який враховує індивідуальні потреби пацієнта. Це також допомагає уникнути непотрібного медикаментозного лікування.
- **Оцінка психологічного здоров'я.** Оцінка рівня тривожності, депресії, визначення травм та втрат, які дитина зазнала внаслідок конфлікту, та інших психологічних проблем. Спостереження за поведінкою, спілкування з дитиною та її батьками, а також використання спеціальних тестів та опитувань для оцінки рівня стресу, тривожності та інших психологічних проблем.
- **Оцінка сімейного середовища.** Оцінка ситуації в сім'ї, наявності психологічної підтримки з боку батьків.
- **Оцінка соціальних факторів.** Вивчення соціального оточення дитини, наявності друзів та підтримки з боку суспільства.
- **Оцінка можливостей отримання освіти** – доступу до шкільної програми та інших освітніх ресурсів.
- **Оцінка безпеки** – врахування рівня безпеки дитини в її поточному середовищі, наявності загроз та можливостей захисту.

«Червоні прапорці» – попереджувальні сигнали, які можуть вказувати на наявність стресових розладів у дитини або підлітка.

- Зміни у фізичному здоров'ї: скарги на головний біль, порушення сну, біль у животі, нудота, нетримання сечі та калу або інші фізичні симптоми.
- Зміни у поведінці: замкнутість, агресивна поведінка, надмірна або недостатня емоційність.
- Зміни у настрої: сумніть, зневіреність або роздратованість.
- Зміни у шкільному житті: проблеми з навчанням, зосередженням або взаємодією з однокласниками.
- Зміни у соціальному житті: втрата інтересу до друзів, ігор, хобі або інших соціальних активностей.

Важливо провести комплексний аналіз ситуації кожної дитини щоб розробити індивідуальний план реабілітації, який враховує всі її потреби.

Оцінювання стану тривожності дитини, яке можна використовувати для реабілітації, може бути здійснено за допомогою різних шкал і тестів, таких як HoNOSCA (Health of the Nation Outcome Scales for Children and Adolescents), Стресовий опитувальник для дітей (Child Stress Disorders Checklist), Шкала тривожності Гамільтона (HAM-A), Загальна шкала тривожності (GAD-7) тощо.

Важливо, щоб лікарі та фахівці з педагогічною освітою брали до уваги всю доступну інформацію про стан дитини при плануванні реабілітаційних заходів.

У запропонованих рекомендаціях ми обрали HoNOSCA як інструмент для оцінки психологічного благополуччя дітей, постраждалих внаслідок воєнного конфлікту, оскільки він краще за інших підходить для наших потреб та цілей. HoNOSCA складається з 15 шкал, які оцінюють різні аспекти психологічного здоров'я дитини, такі як поведінка, симптоми, соціальне функціонування та інші. Цей інструмент може бути використаний як лікарями так і немедичними фахівцями для оцінки потреб дитини та планування реабілітаційних заходів.

Для створення індивідуального реабілітаційного плану ми пропонуємо провести оцінку потреб дитини, використовуючи інструмент МКФ-ДП. Це дозволить визначити рівень функціонування дитини у різних областях життя та виявити можливі проблеми. Важливо зазначити, що кожна дитина є унікальною, тому результати оцінки можуть бути різними для кожного. Також слід зазначити, що МКФ-ДП слугує саме для опису та моніторингу функціонування і насамперед корисний у планування реабілітаційних заходів.

Щоб перетворити результати HoNOSCA на категорії МКФ, було розроблено спеціальну таблицю взаємозв'язку між цими двома інструментами. Така таблиця дозволяє визначити, яким категоріям МКФ відповідають результати HoNOSCA.

Наступним кроком визначаються заходи, спрямовані на покращення функціонування та здоров'я дитини, а саме медична реабілітація, психологічна підтримка, соціальна адаптація та, за необхідністю, медикаментозне лікування.



### 3. РЕАБІЛІТАЦІЙНІ ПІДХОДИ

Традиційно в реабілітації дітей, постраждалих внаслідок військових конфліктів, психотерапія є основним методом втручання. Існує багато різних варіантів психологічних інтервенцій, рекомендованих при стресових станах у дітей. Переважно в доказовій реабілітаційній практиці застосовують когнітивно-поведінковий підхід, вважаючи, що переказ травмуючої події необхідний для вирішення симптомів. Але цей метод має певні недоліки, які обмежують його використання саме в педіатричній реабілітації:

- КПТ є часово та фінансово витратною – курс реабілітації триває від 12 до 20 тижнів.
- Процес терапії включає розгляд болючих спогадів або вражень, внаслідок чого діти часто емоційно перевантажуються або просто не можуть знайти слів для переказу.
- Для досягнення успіху дитина повинна активно приймати участь в процесі лікування та виконувати завдання, що може бути складно для деяких дітей, особливо якщо вони мають проблеми з мотивацією або самоконтролем.

Реабілітація дітей, постраждалих внаслідок військових конфліктів, – незалежно від клінічних проявів – вимагає як психологічних втручань, які допомагають відновити регуляцію стресових систем мозку, так і фізичних втручань, спрямованих на незліченну кількість факторів: фізичні та когнітивні порушення, вегетативна дисрегуляція та функціональні соматичні симптоми, тривога і депресія, якість сну, апетит тощо.

Впровадження мультидисциплінарного реабілітаційного втручання з психологічно обґрунтованою фізичною терапією як одним із ключових компонентів лікування призводить до усунення симптомів тривоги та повернення здоров'я та благополуччя у переважній більшості дітей, включаючи повне відновлення освітніх можливостей. Це дозволяє дитині повернутися до повноцінного життя та розвиватися у всіх сферах.

Фізичні соматичні втручання добре сприймаються дітьми та підлітками, оскільки вони вивчають своє тіло та способи відновлення контролю. Такі реабілітаційні заходи «працюють» безпосередньо з тілом і не вимагають від дитини використання мови та когнітивних функцій. Вони особливо зручні та ефективні для дітей, які не люблять стороннє втручання або мають труднощі комунікації.

Ще однією перевагою соматичної терапії є обмеження в часі, можливість запровадження на коротші терміни та наступного самостійного продовження за межами медичних реабілітаційних центрів.

Залежно від реабілітаційного діагнозу та сформованих цілей та задач реабілітації до індивідуального плану дитини може бути обрано лікувальну фізкультуру, релаксаційні техніки, такі як медична йога, дихальні вправи та вправи на уважність, лікувальний масаж, сенсорну інтеграцію щоб допомогти ди-

тині заспокоїтися та зменшити рівень стресу. Також доцільним є надання рекомендації щодо корекції дієти, використання питних мінеральних вод.

**Фізична терапія** активує складні нейрофізіологічні процеси, які сприяють відновленню нормальних патернів рухів та формуванню фізичної витривалості. Окрім покращення фізичних функцій, загального стану здоров'я та самопочуття, фізичні вправи зменшують функціональні симптоми, пов'язані з вегетативною дисрегуляцією, підвищують стресостійкість, зменшують тривогу, депресію та порушення сну.

Інтеграція музики, пісні та інших видів гри, що відповідають віковим особливостям дитини, у заняття з фізичної терапії значно підвищує мотивацію. Ігрова діяльність сама по собі є «дуже корисною», і вона сприяє фізичному, емоційному, когнітивному та соціальному розвитку.

**Йога** – медична йога-терапія – це індивідуальний, персоналізований підхід до пацієнта, який можна інтегрувати з будь-якою поточною терапією чи медичним режимом.

Використання йоги для реабілітації може мати різні застосування. Практика йоги може принести користь дітям, покращивши їхні розумові здібності, а також рухову координацію та соціальні навички, знизити аномальний рівень тривожності, а також зменшити фізіологічне збудження. Практики йоги, з особливим акцентом на уважності, пропонують безпечне та ефективне втручання для пацієнтів педіатричного профілю, особливо для тих, хто має проблеми з психічним здоров'ям.

**Дихальні вправи** можуть бути включені в реабілітаційний план як ефективне втручання для покращення суб'єктивного самопочуття та управління симптомами тривоги. Оскільки дихальні вправи порівняно легко освоїти та виконувати, вони можуть бути особливо корисними для дітей.

Переваги контрольованого дихання були виявлені на багатьох рівнях фізіології, пов'язаної зі стресом, включаючи оптимізацію функціонування вегетативної нервової системи, функціонування серцево-легеневої, нейроендокринної систем, зменшення тривоги й збудження та підвищення релаксації, витривалості.

Заохочують до виконання вправ на повільне дихання нескладність та невисока вартість виконання. Крім того, дуже мало побічних ефектів, про які повідомляється в ході досліджень (наприклад, запаморочення), що є додатковим стимулом їх використання в практиці дитячої реабілітації.

### **Вправи на уважність**

Медитація усвідомленості є корисним доповненням до психологічних втручань для управління низкою симптомів, включаючи психологічні та фізичні реакції на стрес, тривогу, депресію та руйнівну поведінку.

Вправи на уважність позитивно впливають на нервову систему дитини, допомагають зосередитися, знизити рівень стресу та покращити настрій, можуть сприяти нормалізації соціального поведіння, емоційного контролю та формуванню особистості. Це досягається за допомогою активації та розвитку нейронних зв'язків префронтальної зони кори мозку, які відповідають за увагу та самоконтроль.

Під час навчання усвідомленості здібності до саморегуляції тренуються за допомогою практик із фокусуванням внутрішньої уваги, як-от усвідомлення дихання або фокусування на зовнішньому об'єкті, як-от звук.

### **Лікувальний масаж.**

Низкою досліджень було доведено вплив масажу на індикатори стресу. Можна стверджувати що масаж стимулює розслаблення, призводить до зменшення емоцій, пов'язаних зі стресом, таких як занепокоєння. Масажні процедури допомагають зменшити м'язову напругу, нормалізувати сон, поведінку тощо. У сукупності ці дослідження свідчать про ефект пом'якшення стресу (зниження кортизолу) та активуючий вплив (підвищення рівня серотоніну та дофаміну) масажної терапії на різноманітні захворювання та стресові переживання.

### **Сенсорна інтеграція.**

Досвід Ізраїлю показує, що травматичні події, такі як війна, за визначенням є сенсорними стимулами, що викликають високу відразу та неприязнь. Оцінка сенсорної модуляції дитини може служити важливим інструментом скринінгу для виявлення осіб, які вразливі до симптомів, пов'язаних з травмою. Впровадження стратегій сенсорної модуляції як частини реабілітаційного плану для дітей, постраждалих внаслідок воєнного конфлікту, може бути досить ефективним.

Труднощі сенсорної модуляції впливають на щоденне функціонування та якість життя.

Було задокументовано дві основні моделі труднощів сенсорної модуляції. Перший складається з високої сенсорної чутливості, яка передбачає реагування на щоденні невеличкі сенсорні стимули з великою інтенсивністю та протягом більш тривалого часу, а також сприйняття нешкідливих стимулів як неприємних і навіть болючих. Ця модель, пов'язана з невротизмом та може не тільки негативно впливати на досвід дитини, але й призвести до дезадаптивних реакцій, таких як імпульсивність, агресія, тривога, уникнення.

Друга модель труднощів сенсорної модуляції складається з низької сенсорної чутливості, яка відображає гіпочутливість до стимулів і призводить до того, що людина пропускає або ігнорує сенсорні стимули. Діти з таким типом реакції можуть не ідентифікувати загрозливу ситуацію, в якій вони опинилися в реальному часі, а натомість відреагувати затримкою або послабленою реакцією. Низька сенсорна чутливість дійсно має несприятливі наслідки

в контексті впливу травми, але ці наслідки більш виражені в довгостроковій перспективі.

Дисфункція сенсорної модуляції пов'язана з підвищеним психологічним стресом і тривогою. Дослідження, проведені серед дітей, які зазнали тривалої травми, показують зв'язок між дисфункцією сенсорної модуляції та посттравматичним стресовим розладом.

Застосування стратегій спрямованих на покращення сенсорної модуляції дітей як частини реабілітаційних втручань може бути ефективним для полегшення стресових розладів.

#### **Харчова підтримка.**

Рекомендована дієтична корекція включає додавання більшої кількості цільнозернових продуктів, горіхів, фруктів і овочів, а також більше продуктів із підвищеним вмістом білка та омега-3 жирних кислот. Замість простих вуглеводів рекомендовано вживати складні.

Також рекомендується виключити кофеїно-вмісні та газовані напої.

**Застосування питних мінеральних вод** із вмістом магнію та бромю позитивно впливають на роботу нервової системи і надають заспокійливого ефекту.

## **4. ОЦІНКА ЕФЕКТИВНОСТІ**

Оцінка ефективності реабілітаційних дій має проводитися з використанням психологічних критеріїв за допомогою спеціально розроблених оцінних шкал, набором інструментів на основі МКФ, відповідних до розробленого набору МКФ-ДП для дітей, постраждалих внаслідок військового конфлікту.

## ВИСНОВКИ

Діти забезпечують виживання суспільства. Дорослим довірено їхнє благополуччя, включно з важким завданням захисту дітей від насильства війни. Психічне здоров'я та реабілітація мають вирішальне значення, оскільки діти мають дуже високий ризик розвитку широкого спектру психічних розладів, включаючи посттравматичний стресовий розлад, важкі тривожні/депресивні розлади та суїцидальні думки/поведінку з ймовірними довгостроковими наслідками.

Лікарі та педагогічні фахівці мають відігравати провідну роль у захисті дітей від руйнівних наслідків війни. Зусилля щодо захисту дітей від війни необхідно зосередити на профілактиці та реабілітації. Для надання ефективної допомоги неповнолітнім необхідно створити мультидисциплінарну систему реабілітації.

Враховуючи масштаби поточної кризи, це вимагає всебічної підтримки з боку держави та виділення достатніх ресурсів для надання допомоги.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Питання організації реабілітації у сфері охорони здоров'я : Постанова КМУ № 1268 від 03.11.2021. URL. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1268-2021-%D0%BF#Text>
2. Про затвердження форм індивідуальної програми реабілітації дитини-інваліда та порядку їх складання : Наказ МОЗ України № 623 від 08.10.2007. URL. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1197-07#Text>
3. Про затвердження перекладу Міжнародної класифікації функціонування, обмежень життєдіяльності та здоров'я та Міжнародної класифікації функціонування, обмежень життєдіяльності та здоров'я дітей і підлітків : Наказ МОЗ України № 981 від 23.05.2018. URL. <https://medprosvita.com.ua/nakaz-moz-ukrayini-vid-23-05-2018-981-pro-zatverdzhennya/>
4. Шкали оцінки здоров'я нації для дітей і підлітків (HoNOSCA) © Королівський коледж психіатрів, 1999 р.
5. (Le Roux, IH, Sobham, VE Психологічні втручання для дітей, які переживають посттравматичний стресовий розлад після впливу стихійного лиха: огляд огляду. *Clin Child Fam Psychol Rev* 25, 249–282 (2022). <https://doi-org.sire.ub.edu/10.1007/s10567-021-00373-1>)
6. Kim YN, Gray N, Jones A, Scher S, Kozłowska K. The Role of Physiotherapy in the Management of Functional Neurological Disorder in Children and Adolescents. *Semin Pediatr Neurol*. 2022 Apr; 41:100947. doi: 10.1016/j.spen.2021.100947.
7. Galantino ML, Galbavy R, Quinn L. Therapeutic effects of yoga for children: a systematic review of the literature. *Pediatr Phys Ther*. 2008 Spring; 20(1):66–80. doi: 10.1097/PEP.0b013e31815f1208. PMID: 18300936.
8. Galantino ML, Galbavy R, Quinn L. Therapeutic effects of yoga for children: a systematic review of the literature. *Pediatr Phys Ther* (2008) 20(1):66–80. doi:10.1097/PEP.0b013e31815f1208
9. Research Review: The effects of mindfulness-based interventions on cognition and mental health in children and adolescents – a meta-analysis of randomized controlled trials – Dunning – 2019 – *Journal of Child Psychology and Psychiatry* <https://doi.org/10.1111/jcpp.12980>
10. Rebekah Jane Kaunhoven, Dusana Dorjee. How does mindfulness modulate self-regulation in pre-adolescent children? An integrative neurocognitive review, *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, Volume 74, Part A, 2017, Pages 163–184, ISSN 0149-7634, <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2017.01.007>.
11. Effects of voluntary slow breathing on heart rate and heart rate variability: A systematic review and a meta-analysis. Laborde S., Allen M.S., Borges U., Dosseville F., Hosang T.J., Iskra M., Mosley E., (...), Javelle F. (2022)

Neuroscience and Biobehavioral Reviews, 138 , art. no. 104711.  
<https://doi-org.sire.ub.edu/10.1016/j.neubiorev.2022.104711>

12. Ina Stephens, Case report: The use of medical yoga for adolescent mental health, *Complementary Therapies in Medicine*, Volume 43, 2019, Pages 60-65, ISSN 0965-2299, <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2019.01.006>.
13. Sheleigh P. Lawler, Ph.D., Linda D. Cameron, Ph.D., A randomized, controlled trial of massage therapy as a treatment for migraine, *Annals of Behavioral Medicine*, Volume 32, Issue 1, August 2006, Pages 50–59, [https://doi.org/10.1207/s15324796abm3201\\_6](https://doi.org/10.1207/s15324796abm3201_6)
14. Grasser LR, Al-Saghir H, Wanna C, Spinei J, Javanbakht A. Moving Through the Trauma: Dance/Movement Therapy as a Somatic-Based Intervention for Addressing Trauma and Stress Among Syrian Refugee Children. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*. 2019 Nov; 58(11): 1124-1126. doi: 10.1016/j.jaac.2019.07.007. Epub 2019 Jul 23. PMID: 31348987.
15. Charny S, Cao G, Gafter L, Bar-Shalita T, Lahav Y. Sensory modulation and trauma-related symptoms during rocket attacks. *Eur J Psychotraumatol*. 2023;14(2):2213110. doi: 10.1080/20008066.2023.2213110. PMID: 37227216; PMCID: PMC10215018.
16. Preschool Israeli Children Exposed to Rocket Attacks: Assessment, Risk, and Resilience – Wolmer – 2015 – *Journal of Traumatic Stress*, 28: 441-447- Wiley Online Library. <https://doi-org.sire.ub.edu/10.1002/jts.22040>

**Перелік категорій МКФ-ДП відповідно до Шкали оцінки здоров'я нації  
для дітей і підлітків (HoNOSCA)**

№	HoNOSCA	Опис проблеми	<i>Категорії МКФ-ДП</i>
1	Деструктивна, антисоціальна або агресивна поведінка	антисоціальна поведінка, непоко-ра, істерики, гіперкінетичний розлад, депресія, фізична або вербальна агресія, фізичне чи сексуальне насильство над іншими дітьми	<i>b126, b1261, b1263</i>
2	Надмірна активність	гіперкінетичний розлад, пробле-ми з неспокоєм, метушливістю, неуважністю або поганою конче-нтрацією з будь-якої причини	<i>b140, b1400, b1401, b1402, b1403</i>
3	Навмисне самотравмування	самопошкодження, спроби само-губства	<i>d570</i>
4	Зловживання алкоголем, іншими речовинами	проблеми, пов'язані зі зловжи-ванням алкоголем та іншими речовинами, враховуючи поточний вік і соціальне становище	<i>b130</i>
5	Навчальні чи мовні навички	проблеми з читанням, орфографією, арифметикою, мовленням або мовою, проблема розвитку на-вчання, зниження успішності в школі, пов'язане з емоційними або поведінковими проблемами	<i>b167, b1670, b16701, b1671, b16711, b172, b1720, b330, b3300, b3302</i>
6	Фізичні захворювання або втрата працездатно-сті	фізичне захворювання або про-блеми з функціонуванням, які обмежують або перешкоджають рухам, рухові розлади, побічні ефекти від ліків, фізичні ефекти від вживання наркоти-ків/алкоголю або фізичні усклад-нення психологічних розладів	<i>b755, b760, b7600, b7601, b7602, b765, b7650, b7651, b7652, b7653</i>
7	Галюцинації та марення	галюцинації, марення або анома-льне сприйняття, дивна поведінка, пов'язану з галюцинаціями та маренням, ілюзії або псевдогалю-цинації	<i>b110, b1102, b114, b1140, b1141, b1142</i>



8	Неорганічні соматичні симптоми	проблеми шлунково-кишкового тракту, такі як нудота, неорганічна блювота, серцево-судинні симптоми, неврологічні симптоми, неорганічний енурез/енкопрез, проблеми зі сном, хронічна втома	<i>b134, b1340, b1341, b1342, b1343, b280, b455, b4552, b460, b525, b535, b5350, b5352, b620, b6202, b780, b7800, b7801,</i>
9	Емоційність та пов'язані з нею симптоми	депресія, тривога, занепокоєння, страхи, фобії, нав'язливі ідеї, включаючи розлади харчування	<i>b130, b1300, b1301, b1302, b1303, b152, b1520, b1521, b1522</i>
10	Стосунки з однолітками	проблеми з однокласниками та соціальним оточенням, пасивне або активне уникнення соціальних стосунків, проблеми з надмірною нав'язливістю	<i>d710, d7102, d7104, d7105, d720, d7200, d7202, d7203, d7204, d750, d7504, d920, d9200</i>
11	Самообслуговування та незалежність	проблеми з основними діями самообслуговування, такими як годування, миття, одягання, туалет, а також складні навички, такі як управління грошима, самостійні подорожі, покупки тощо з урахуванням норми хронологічного віку дитини	<i>d230, d450, d455, d510, d530, d540, d550, d560</i>
12	Сімейне життя та стосунки	проблеми стосунків між батьками та дітьми, братами та сестрами, ревності, проблеми з емоційним насильством, такі як погане спілкування, суперечки, словесні чи фізичні, ворожість, нехтування батьків, сексуальні та/або фізичні зловживання, проблеми, пов'язані з сімейною втратою	<i>d760, d7601, d7602</i>
13	Погане відвідування закладу освіти	прогули, відмову в закладі освіти, відрахування з будь-якої причини, домашнє навчання	<i>d815, d820</i>

<b>ФУНКЦІЇ ОРГАНІЗМУ</b>		
Фізіологічні функції систем організму (включаючи психологічні функції)		
<b>b110</b>	<b>Функції свідомості</b>	Функції свідомості Загальні психічні функції стану усвідомлення та уваги, що включають ясність та безперервність стану бадьорості. Включено: функції ясності, безперервності та якості свідомості, втрата свідомості, кома та вегетативний стан, фу-ги, стан трансу, підкорений стан, свідо-мість, змінена дією лікарських препаратів, делірій, ступор
<b>b1102</b>	<b>Якість свідомості</b>	Ясність свідомості Психічні функції, пору-шення яких призводить до таких станів як плутаність свідомості, ступор або кома
<b>b114</b>	<b>Функції орієнтації</b>	Функції орієнтації Загальні психічні функції усвідомлення себе та визначення став-лення до себе, до інших, до часу та до на-вколишнього середовища. Включено: фун-кції орієнтації в часі, на місці та особистос-ті; орієнтування щодо ставлення до себе та інших; дезорієнтація в часі, просторі та особистості
<b>b1140</b>	<b>Орієнтація в часі</b>	Орієнтація у часі Психічні функції, що відповідають за усвідомлення дня тижня, числа, місяця та року
<b>b1141</b>	<b>Орієнтація на місці</b>	Психічні функції, що відповідають за усві-домлення свого місця розташування, як, наприклад, свого безпосереднього оточен-ня, свого міста, країни.
<b>b1142</b>	<b>Орієнтація в особистості</b>	Психічні функції, які забезпечують усвідо-млення своєї власної особистості та особи-стостей в безпосередньому оточенні
<b>b126</b>	<b>Темперамент і функції особистості</b>	Функції темпераменту та особистості Зага-льні психічні функції конституціональної схильності особи особливим чином реагува-ти на ситуації, включаючи набір психічних характеристик, що створює її індивідуальну відмінність від інших. 52 Включено: функції екстраверсії, інтраверсії, компромісу, стар-анності, психічної та емоційної стабільнос-ті, відкритості для досвіду; оптимізму; по-шуку нового; впевненості; надійності

<i>b1261</i>	<b>Компромiс</b>	Психiчні функцiї особистiсної схильностi до спiвпрацi, дружельностi та гнучкостi на протипагу ворожостi, опозицiї та непокори.
<i>b1263</i>	<b>Психiчна стiйкiсть</b>	Психiчні функцiї особистiсної схильностi до врiвноваженостi, стабiльностi та стриманостi на протипагу драгiвливостi, неспокою, неврiвноваженостi та примхливостi.
<i>b130</i>	<b>Функцiї волi та прагнення</b>	Загальнi психiчні функцiї фiзiологiчного та психологiчного механiзмiв, якi змушують особу постiйно рухатися до задоволення певних потреб та загальних цiлей. 53 Включено: функцiї вольового рiвня, мотивацiї, апетиту, прагнення (включно з силою бажання речовин, якi можуть привести до зловживання) та контроль iмпульсивних спонукань
<i>b1300</i>	<b>Вольовий рiвень</b>	Психiчні функцiї, що вiдповiдають за силу волi та витривалiсть.
<i>b1301</i>	<b>Мотивацiя</b>	Психiчні функцiї, що вiдповiдають за прагнення до дiї; усвiдомлене або неусвiдомлене прагнення до дiї.
<i>b1302</i>	<b>Апетит</b>	Психiчні функцiї, що вiдповiдають за природнiй потяг та бажання, особливо за природнi бажання, що повторюються, – їсти та пити.
<i>b1303</i>	<b>Прагнення</b>	Психiчні функцiї, що збуджують неврiдкладне вживання речовин, у тому числi тих, якими можна зловживати.
<i>b134</i>	<b>Функцiї сну</b>	Загальнi психiчні функцiї перiодичного, зворотного та селективного фiзичного та психiчного вiдсторонення безпосередньо вiд довкiлля, яке супроводжується характерними фiзiологiчними змiнами. Включено: функцiї кiлькостi сну, засинання, пiдтримання та якостi сну; функцiї, залученi до циклу сну, такi як безсоння, гiперсомнiя та нарколепсiя
<i>b1340</i>	<b>Кiлькiсть сну</b>	Психiчні функцiї, якi визначають час, що проводиться у станi сну в денному циклi та добовому ритмi.

<i>b1341</i>	<b>Засинання</b>	Психічні функції, що забезпечують перехід від неспання до сну.
<i>b1342</i>	<b>Підтримання сну</b>	Психічні функції, що підтримують стан сну.
<i>b1343</i>	<b>Якість сну</b>	Психічні функції, які забезпечують природний сон, приводять до оптимального фізичного і психічного відпочинку та розслаблення.
<i>b140</i>	<b>Функції уваги</b>	Специфічні психічні функції, що зосереджуються на зовнішніх стимулах або внутрішніх переживаннях протягом необхідного періоду часу. Включено: функції стійкості уваги, переключення уваги, розподілу уваги, часткової уваги; концентрації; розсіяної уваги
<i>b1400</i>	<b>Стійкість уваги</b>	Психічні функції, що забезпечують концентрацію уваги на необхідний період часу.
<i>b1401</i>	<b>Переключення уваги</b>	Психічні функції, що дозволяють переключати концентрацію уваги з одного подразника на інший.
<i>b1402</i>	<b>Розподілення уваги</b>	Психічні функції, що дозволяють зосереджуватися на двох і більше подразниках одночасно.
<i>b1403</i>	<b>Зосередження уваги</b>	Психічні функції, що дозволяють зосереджуватися на однакових подразниках двом і більше людям, наприклад, як дитина і вихователь, обидва зосереджені на одній іграшці
<i>b152</i>	<b>Функції емоцій</b>	Специфічні психічні функції, що мають відношення до почуттів та емоційних компонентів у процесах мислення. Включено: функції доречності емоцій, регулювання та діапазон емоцій; афект; смуток, щастя, любов, страх, гнів, ненависть, напруга, занепокоєння, радість, скорбота; нестійкість емоцій; згладжування афекту
<i>b1520</i>	<b>Доречність емоцій</b>	Психічні функції, що забезпечують відповідність почуттів або афекту ситуації, як наприклад, щастя при отриманні хороших новин.
<i>b1521</i>	<b>Регуляція емоцій</b>	Психічні функції, які контролюють переживання і прояв афекту

<i>b1522</i>	<b>Діапазон емоцій</b>	Психічні функції, що забезпечують весь спектр пережитих афектів і почуттів, таких як любов, ненависть, занепокоєння, скорбота, радість, страх і гнів.
<i>b167</i>	<b>Психічні функції мовлення</b>	Специфічні психічні функції розпізнавання і використання знаків, символів та інших компонентів мовлення. Включено: функції сприйняття і розпізнавання усної, письмової чи інших форм мовлення, таких як мова знаків; функції вираження усної, письмової чи інших форм мовлення; функції, що об'єднують усну та письмову форми мовлення, такі як пов'язані з появою афазії сприйняття, вираження, Брока, Верніке і провідникової афазії
<i>b1670</i>	<b>Сприйняття мови</b>	Специфічні психічні функції декодування повідомлень в усній, письмовій чи інших формах, таких як мова знаків для отримання їхнього значення.
<i>b16701</i>	<b>Сприйняття писемної мови</b>	Психічні функції декодування письмових повідомлень для розуміння їхнього значення.
<i>b1671</i>	<b>Вираження за допомогою мовлення</b>	Специфічні психічні функції, необхідні для передачі сенсу повідомлень усною, письмовою, знаковою та іншими формами мовлення.
<i>b16711</i>	<b>Вираження за допомогою писемного мовлення</b>	Психічні функції, необхідні для створення осмислених письмових повідомлень.
<i>b172</i>	<b>Функції обчислення</b>	Специфічні психічні функції визначення, апроксимації та маніпулювання математичними символами і процесами. Включено: функції додавання, віднімання та інші прості математичні обчислення; функції складних математичних дій
<i>b1720</i>	<b>Прості обчислення</b>	Психічні функції рахунку за допомогою цифр, такі як додавання, віднімання, множення і ділення.

<i>b280</i>	<b>Відчуття болю</b>	Неприємне відчуття, що вказує на потенційне або фактичне пошкодження будь-якої структури тіла. Включено: відчуття генералізованого або локалізованого болю в одній або декількох частинах тіла, біль у дерматомі, переймоподібний біль, пекучий біль, тупий біль, ниючий біль; порушення, такі як міальгія, аналгезія і гіпералгезія
<i>b330</i>	<b>Функції плавності та ритму мови</b>	Функції утворення безперервності та темпу мови. Включено: функції безперервності, ритму, швидкості та мелодійності мови; наголосу та інтонації; порушення, такі як заїкання, запинання, незрозумілість мови, браділалія і тахілалія
<i>b3300</i>	<b>Плавність мови</b>	Функції утворення плавності та безперервності потоку мови. Включено: функції плавного зв'язку мови, порушення, такі як заїкання, запинання, незрозумілість мови, порушення швидкості мови, повторення звуків, слів або частин слів і неправильні зупинки в мові
<i>b3302</i>	<b>Швидкість мови</b>	Функції темпу мови. Включено: порушення, такі як браділалія і тахілалія
<i>b455</i>	<b>Функції толерантності до фізичного навантаження</b>	Функції резерву витривалості дихальної та серцево-судинної систем при фізичних навантаженнях. Включено: функції фізичної витривалості, аеробної здатності; витривалості та стомлюваності
<i>b4552</i>	<b>Стомлюваність</b>	Функції, пов'язані з відчуттям втоми при будь-якому рівні навантаження.
<i>b460</i>	<b>Відчуття, пов'язані з функціонуванням серцево-судинної та дихальної систем</b>	Відчуття перебоїв у роботі серця, серцебиття і труднощі дихання. Включено: відчуття здавленості в грудях, нерегулярного серцебиття, задишки, нестачі повітря, задухи, грудки в горлі, спазму і хрипів
<i>b525</i>	<b>Функції дефекації</b>	Функції виділення екскрементів і неперетравленої їжі у вигляді фекалій і пов'язані з цим функції. Включено: функції виділення, консистенція калу, частота дефекації; регуляція дефекації, метеоризм; порушення, такі як закріп, діарея, водянисті випороження і недостатність анального сфінктера або нетримання

<i>b535</i>	<b>Відчуття, пов'язані з травною системою</b>	Відчуття, що виникають під час прийому їжі, пиття і пов'язані з іншими функціями травлення. Включено: відчуття нудоти, здуття, кишкової коліки; переповнення шлунку, відчуття грудки, спазмів і газів у животі, печія
<i>b5350</i>	<b>Відчуття нудоти</b>	Відчуття блювотних позовів.
<i>b5352</i>	<b>Відчуття кишкової коліки</b>	Відчуття спастичних або болісних скорочень м'язів гладкої мускулатури шлунково-кишкового тракту.
<i>b620</i>	<b>Функції сечовипускання</b>	Функції випорожнення сечового міхура. Включено: функції сечовипускання, частота сечовипускання, утримання сечі; порушення, такі як при стресовому, імперативному, рефлєкторному, переповненні, постійному нетриманні сечі, дриблінгу, частому сечовипусканні, автономному сечовому міхурі, поліурії, затримці сечі та імперативних позивах
<i>b6202</i>	<b>Регуляція сечовипускання</b>	Функції контролю над сечовипусканням. Включено: порушення, такі як при стресовому, імперативному, рефлєкторному, постійному і змішаному нетриманні сечі
<i>b755</i>	<b>Функції мимовільної рухової реакції</b>	Функції мимовільних скорочень м'язових груп або всього тіла, що викликаються певним положенням тіла, рівновагою та загрозовими подразниками. Включено: функції постуральних реакцій, реакції на виправлення, реакції на зміну положення тулуба, реакції на рівновагу, реакції на підтримку, захисні реакції
<i>b760</i>	<b>Контроль довільних рухових функцій</b>	Функції, пов'язані з контролем та координацією довільних рухів. Включено: функції контролю простих довільних рухів і складних довільних рухів, координації довільних рухів, опорних функцій руки або ноги, моторної координації право - ліво, координації очей - рука і координації очей - нога; порушення, такі як проблеми контролю і координації, наприклад дісдіадохкінезія
<i>b7600</i>	<b>Контроль простих довільних рухів</b>	Функції, пов'язані з контролем та координацією простих або ізольованих довільних рухів.

<i>b7601</i>	<b>Контроль складних довільних рухів</b>	Функції, пов'язані з контролем та координацією складних довільних рухів.
<i>b7602</i>	<b>Координація довільних рухів</b>	Функції, пов'язані з координацією простих і складних довільних рухів, виконанням послідовних рухів. Включено: координація право-ліво, координація візуально спрямованих рухів, таких як координація око-рука і око-нога; порушення, такі як дісдіадохокінезія
<i>b765</i>	<b>Мимовільні рухові функції</b>	Функції ненавмисних, не- або напівцілеспрямованих мимовільних скорочень м'язів або м'язових груп. Включено: мимовільні скорочення м'язів; порушення, такі як тремор, тік, манірність, стереотипії, рухові персеверації, хорія, атетоз, вокальні тіки, дистонічні рухи та дискінезія
<i>b7650</i>	<b>Мимовільні скорочення м'язів</b>	Функції ненавмисних, не- або напівцілеспрямованих мимовільних скорочень м'язів або груп м'язів, що розглядаються як частина психологічної дисфункції. Включено: порушення, такі як хорія та атетоз; порушення рухів, пов'язані зі сном
<i>b7651</i>	<b>Тремор</b>	Функції попереминого скорочення і релаксації групи м'язів навколо суглоба, що призводять до тремтіння.
<i>b7652</i>	<b>Тіки і манірність</b>	Функції повторюваних, квазіцілеспрямованих, мимовільних скорочень групи м'язів. Включено: порушення, такі як голосові тіки, копролалія і бруксизм
<i>b7653</i>	<b>Стереотипні та рухові персеверації</b>	Функції, пов'язані зі спонтанними, нецілеспрямованими рухами такими, як повторюване хитання голови назад і вперед, кивання головою або погойдування.
<i>b780</i>	<b>Відчуття, пов'язані з м'язами та руховими функціями</b>	Відчуття, пов'язані з м'язами або м'язовими групами тіла та їх рухом. Включено: відчуття скутості і здерев'яніння м'язів, м'язового спазму або судом і тяжкості в м'язах
<i>b7800</i>	<b>Відчуття м'язової скутості</b>	Відчуття здерев'яніння і скутості м'язів
<i>b7801</i>	<b>Відчуття м'язового спазму</b>	Відчуття мимовільного скорочення одного м'язу або групи м'язів.



## ДІЯЛЬНІСТЬ ТА УЧАСТЬ

Діяльність – це виконання особою завдання або дії.

Участь – це залучення особи до життєвої ситуації.

<i>d230</i>	<b>Виконання щоденного розпорядку</b>	Виконання простих або складних цілеспрямованих дій з планування, управління і вирішення питань щоденних потреб або обов'язків, наприклад розрахувати свій час і скласти плани виконання окремих справ протягом дня. Включено: управління виконанням і завершенням щоденних рутинних справ; управління власним рівнем діяльності
<i>d450</i>	<b>Ходьба</b>	Пересування вздовж поверхні пішки, крок за кроком, так, щоб одна нога завжди торкалася землі, наприклад, під час прогулянки, ходьби вперед, назад або боком. Включено: ходьба на короткі або довгі відстані; ходьба на різних поверхнях; ходьба навколо перешкод
<i>d455</i>	<b>Рух довкола</b>	Пересування всього тіла з одного місця на інше, в інший спосіб, аніж ходьба, наприклад, лазіння по скелях, біг уздовж вулиці, підскакування, втікання, стрибання або біг навколо перешкод. Включено: повзання, лазіння, біг, біг підтюпцем, стрибки, плавання
<i>d510</i>	<b>Миття</b>	Миття і витирання насухо всього свого тіла або його частин, використовуючи воду і відповідні миючі та просушуючі засоби чи методи, наприклад, прийняття ванни, душа, миття рук і стоп, обличчя та волосся, витирання рушником. Включено: миття частин тіла, всього тіла; витирання себе насухо
<i>d530</i>	<b>Особиста гігієна</b>	Підготовка та здійснення гігієнічних заходів (після менструації, сечовипускання та дефекації) і прибирання після себе. Включено: регулювання сечовипускання, дефекації та гігієни менструації
<i>d540</i>	<b>Одягання</b>	Виконання координованих і послідовних дій та завдань при одяганні та роздяганні відповідно до кліматичних і соціальних умов, наприклад, одягання, примірка, зняття сорочок, спідниць, блузок, брюк, нижньої білизни, сарі,

		кімоно, панчіх, капелюхів, рукавичок, пальто, взуття, високих черевиків, сандалів і шльопанців. Включено: одягання чи знімання одягу і взуття, вибір відповідного одягу
<i>d550</i>	<b>Харчування</b>	Здійснення цілеспрямованих завдань та дій під час вживання приготованої їжі, піднесення її до рота і споживання відповідно до заведених культурних звичаїв, розрізування або розламування їжі на шматки, відкриття пляшок і металевих банок, використання столових приборів, прийом їжі, бенкетування, обід.
<i>d560</i>	<b>Пиття</b>	Прийом і тримання напою, піднесення до рота і споживання напою відповідно до заведених культурних звичаїв; змішування, збовтування і розливання рідини для пиття, відкриття пляшки і металевої банки, пиття через соломинку або пиття води, що біжить, наприклад, з-під крана або з струмка; годування груддю.
<i>d570</i>	<b>Догляд за своїм здоров'ям</b>	Забезпечення фізичного комфорту, здоров'я та фізичного і психічного благополуччя за допомогою підтримання збалансованої дієти, відповідного рівня фізичної активності, підтримання комфортних температурних умов, уникнення шкоди здоров'ю, дотримання безпечної практики сексу, включаючи використання презервативів, отримання щеплень і проходження регулярного медичного обстеження. Включено: забезпечення власного фізичного комфорту; дотримання дієти та підтримання фізичної форми; підтримання власного здоров'я
<i>d710</i>	<b>Елементарні міжособистісні взаємодії</b>	Взаємодія з людьми контекстуально та соціально прийнятним чином, наприклад, демонстрація уваги і поваги, коли це доречно, або реакція на прояви почуттів іншими особами. Включено: прояв поваги, теплоти, вдячності та толерантності у відносинах; реакція на критику та соціальні натяки у відносинах; використання доречного фізичного контакту у відносинах

<i>d7102</i>	<b>Прояв терпимості у відносинах</b>	Прояв і реагування на розуміння та сприйняття чужої поведінки контекстуально і соціально прийнятним чином.
<i>d7104</i>	<b>Соціальні натяки у відносинах</b>	Подавання і реагування належним чином на знаки та натяки, які виникають в соціальних взаємодіях.
<i>d7105</i>	<b>Фізичний контакт у відносинах</b>	Дотик і відповідь на тілесний контакт у відносинах з іншими відповідно до ситуації та в соціально прийнятній формі.
<i>d720</i>	<b>Складні міжособистісні взаємодії</b>	Підтримання та управління взаємодіями з іншими людьми залежно від ситуації та в соціально прийнятній формі, наприклад, контроль емоцій та імпульсивних поривів, контроль словесної та фізичної агресії; діючи самостійно у соціальних взаємодіях та діючи відповідно до соціальних правил та конвенцій. Включено: гра з іншими, налагодження та припинення відносин; контроль поведінки в межах взаємодії; взаємодія відповідно до соціальних правил; дотримання соціального простору
<i>d7200</i>	<b>Налагодження відносин</b>	Початок і підтримання взаємодії з іншими людьми протягом короткого або тривалого часу, контекстуально та соціально відповідним чином, наприклад, знайомство, пошук і встановлення дружніх або професійних відносин; початок відносин, які можуть стати постійними, романтичними або інтимними.
<i>d7202</i>	<b>Регулювання поведінки під час взаємодії</b>	Регулювання емоцій та імпульсів, вербальної та фізичної агресивності під час взаємодії з іншими людьми контекстуально та соціально відповідним чином.
<i>d7203</i>	<b>Взаємозумовлені дії відповідно до соціальних норм</b>	Незалежна поведінка у соціальних взаємодіях з людьми, що відповідає соціальним нормам і відповідно до своєї ролі, положенням або іншим соціальним статусом.
<i>d7204</i>	<b>Дотримання соціального простору</b>	Усвідомлення і дотримання дистанції між собою та іншими, допустимої відповідно до обставин, контекстуально, соціально та культурно відповідним чином.

<i>d750</i>	<b>Неофіційні соціальні стосунки</b>	Вступання у стосунки з іншими людьми, наприклад, випадкові стосунки з людьми, які живуть в одній громаді або в резиденції, зі співробітниками, студентами, товаришами, людьми одного статусу або професії. Включено: неофіційні стосунки с друзями, сусідами, знайомими, спільно проживаючими та рівними особами
<i>d7504</i>	<b>Неофіційні стосунки з рівними людьми</b>	Створення та підтримання неофіційних стосунків з людьми одного віку, чи іншими спільними інтересами та ознаками.
<i>d760</i>	<b>Сімейні стосунки</b>	Створення та підтримання родинних зв'язків, наприклад, з найближчими родичами, сімейним оточенням, прийомними, усиновленими, зведеними родичами, більш далекими, наприклад, троюрідними братами і сестрами, законними опікунами. Включено: стосунки «батьки-діти» та «діти-батьки», стосунки між рідними братами та сестрами і більш далекими родичами
<i>d7601</i>	<b>Стосунки «діти-батьки»</b>	Створення та підтримання стосунків з власними батьками, наприклад, маленька дитина підкоряється своїм батькам або доросла дитина піклується про своїх літніх батьків.
<i>d7602</i>	<b>Стосунки дітей в сім'ї</b>	Створення та підтримання братерських або сестринських стосунків з особою, яка має спільних, одного або обох, батьків від народження чи у зв'язку з усиновленням, або шлюбом.
<i>d815</i>	<b>Дошкільна освіта</b>	Навчання на початковому рівні в домашніх умовах або в освітніх дошкільних установах, спрямоване на залучення дитини до середовища шкільного типу і підготовку дитини до обов'язкового навчання, наприклад, набуття навичок щоденного виконання завдань або у підготовці до школи.

<i>d820</i>	<b>Шкільна освіта</b>	Отримання доступу до школи, освіти; залучення до всіх, пов'язаних зі школою можливостей та привілеїв; вивчення матеріалу курсу, предметів та інших вимог навчального плану в програмі початкової чи середньої освіти, включаючи регулярне відвідування школи; спільна робота з іншими учнями, виконання вимог вчителів, організація, навчання та виконання призначених завдань та проектів, а також перехід на інші етапи навчання.
<i>d920</i>	<b>Відпочинок і дозвілля</b>	Залучення в будь-яку форму гри, розваг або дозвілля, наприклад, неофіційно або офіційно організовані ігри та спорт, оздоровчі програми, програми відпочинку та розваги, відвідування художніх галерей, музеїв, кінотеатрів або театрів; ремесло або захоплення, читання для задоволення, гра на музичних інструментах, огляд визначних пам'яток, заняття туризмом і подорожами для задоволення. Включено: ігри, спорт, мистецтво і культура, ремесло, хобі та спілкування
<i>d9200</i>	<b>Гра</b>	Залучення в ігри з правилами або без чітких правил, в неорганізовані ігри та спонтанні розваги, наприклад, гра в шахи або карти, гра з дітьми.





*Наукове видання*

Воєнний конфлікт та діти:  
ресурси для реабілітації  
Методичні вказівки

Підписано до друку 31.08.2023 р. Формат 60\*90/16  
Ум. друк. арк. 1,25. Зам. № 162. Наклад 300 прим.

Видавництво «Поліграф»  
Свідоцтво: серія ДК №6977 від 14.11.2019 г.  
вул. Польська, 9/13, м. Одеса, 65014