

5. Організаційні засади діяльності асистента вчителя в інклюзивному класі: метод. посіб. / уклад. О. В. Коган та ін. Харків: «Друкарня Мадрид», 2019. 110 с.

УДК: 376.1-056.37

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМИ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОГО РОЗВИТКУ ВНАСЛІДОК ПСИХОТРАМАТИЧНОГО ВПЛИВУ

Чеботарьова О. В.

У статті розкривається актуальність проблеми оптимізації психоемоційного стану дітей з порушеннями інтелектуального розвитку в умовах військових подій у країні. Представлено аналіз літературних джерел сучасних вітчизняних досліджень щодо психоемоційного розвитку дітей з особливими освітніми потребами в умовах кризових викликів. Репрезентовано методичні поради щодо гармонізації психічного стану дітей з порушеннями інтелектуального розвитку в умовах воєнного стану в країні.

Ключові слова: діти з порушеннями інтелектуального розвитку, психоемоційний стан дітей, психотравматичний вплив, гармонізація психофізичного розвитку.

The article reveals the relevance of the problem of optimizing the psycho-emotional state of children with intellectual disabilities in the conditions of military events in the country. An analysis of literary sources of modern domestic research on the psycho-emotional development of children with special educational needs in the context of crisis challenges is presented. Methodical advice on harmonizing the mental state of children with intellectual development disorders in the conditions of martial law in the country is represented.

Key words: children with intellectual disabilities.. psycho-emotional state of children, psychotraumatic influence, harmonization of psychophysical development.

Вступ. Військові події в нашій країні, викликані воєнною агресією Росії проти України, призвели до численних людських втрат, вимушених переміщень, економічних потрясінь, дезадаптації серед населення. Війна вплинула на усі сфери життя, в тому числі і на освіту.

Нині, усім учасникам освітнього процесу, дітям, педагогам, батькам, необхідна вчасна психолого-педагогічна підтримка і допомога, щоб вистояти і зберегти своє емоційне і психічне здоров'я, вберегти себе і близьких, продуктивно працювати на благо нашої країни задля перемоги.

Особливо вразливими до кризових ситуацій та військових подій є діти з особливими освітніми потребами (ООП). Внаслідок психотравматичного впливу

вони відчують постійний страх, розгубленість, тривогу, здригаються від вибухів, не розуміють нове переміщення у безпечне місце (бомбосховище), опиняються в ступорі або виявляють істерики під час сирен повітряної тривоги, мають інші негативні психічні прояви.

У кризових ситуаціях саме дорослий стає опорою для дітей, допомагає контролювати їхній психоемоційний стан. За цих умов педагог є не лише носієм знань, а й джерелом психологічної підтримки та корекційної допомоги. Учитель може зробити досить багато для учнів: заспокоїти, переключити їхню увагу від тривожних новин, дати відчуття захищеності, створити психологічний комфорт, зменшити напругу та стрес. Зрештою, вже саме повернення до навчання, постійний контакт з педагогами та однокласниками допоможе дітям відчувати стабільність та відновити відчуття безпеки.

Аналіз попередніх досліджень і публікацій. Питання впливу військових подій на освітній процес дітей з ООП в Україні висвітлено у наукових працях вітчизняних вчених (О. Бабяк, Н. Баташева, В. Засенко, В. Кобильченко, С. Кульбіда, С. Литовченко, І. Омельченко, О. Орлов, Л. Прохоренко, О. Чеботарьова, Н. Ярмола та ін.)

Автори акцентують увагу на варіативності форм навчання дітей з ООП в умовах воєнного стану в країні, широкому використанні інформаційно-комунікаційних технологій під час дистанційного навчання, використанні мобільних застосунків як засобу підтримки пізнавальної діяльності дітей, наголошують на важливості дотримання спеціальних умов корекційно-розвивального супроводу учнів в умовах кризових викликів, окреслюють шляхи підвищення інформаційно-комунікаційної компетентності педагогів, які працюють з дітьми в умовах спеціального та інклюзивного навчання.

У зарубіжних дослідженнях акцентується увага на наслідках збройних конфліктів для ментального здоров'я дітей (Stuart L. Lustig, Maryam Kia-Keating, Wanda Grant Knight, Paul Geltman, Heidi Ellis, J David Kinzie, Terence Keane, Glenn N Saxe, 2007; Betancourt, Theresa S., et al. 2013; . Charlson, Fiona,

2019). Зокрема, дослідження висвітлюють вплив травмуючих подій, пов'язаних з війною, на психіку дітей, що в цілому призводить до порушення психічного здоров'я, а в деяких випадках – до тривалої психопатології у дітей і підлітків. Автори наголошують на ознаках емоційного неблагополуччя, зокрема стресі, депресії, підвищеній тривожності, страхах, фобіях, поведінкових проблемах та пропонують напрями психокорекційного впливу з метою подолання негативних станів у дітей.

Аналіз практичного досвіду засвідчує вагомість вчасної допомоги, психолого-педагогічного супроводу та можливості навчання дітей з ООП в умовах кризових викликів, в результаті яких стає можливим подолання психоемоційних розладів у дітей, подолання обмежень та розширення меж психосоціальної підтримки.

Діяльність педагогічних працівників спеціальних закладів загальної середньої освіти та закладів з інклюзивним навчанням в умовах воєнного стану спрямована на виконання низки завдань:

- забезпечення психолого-педагогічного супроводу дітей та їхніх родин;
- навчання та підтримку дітей та їхніх родин, які переміщені із зони бойових дій;
- проведення комплексу психологічних і соціальних заходів, спрямованих на профілактику і реабілітаційну роботу з дітьми з ООП;
- реалізацію консультативно-психологічної, психокорекційної, психотерапевтичної роботи з дітьми з ООП і їхніми родинками;
- проведення профілактичної роботи з подолання травматизації та емоційного вигорання дітей та дорослих, які отримали травматичний досвід в умовах війни;
- розроблення навчально-методичного забезпечення щодо навчання, розвитку і підтримки дітей з ООП та ін.

Поряд з цим, важливим кроком на потреби сьогодення стало узагальнення отриманого практичного досвіду навчання та допомоги дітям з порушеннями

інтелектуального розвитку (ППР) в умовах кризових викликів. Такі діти є особливо вразливими і незахищеними, на їхніх очах відбуваються страшні події, і більшість з них перебуває у стресі. Вони не можуть прийняти нову реальність, у яку вони потрапили.

Фахівці, які працюють з такими дітьми, відчують значні труднощі у роботі та потребують методичної підтримки щодо навчання дітей з порушеннями інтелектуального розвитку саме в умовах кризових викликів.

Забезпеченню психолого-педагогічної підтримки, корекційного супроводу та навчання як реалізації права особистості на рівний доступ до освіти сприяли розроблені МОН України нормативні документи, що надають загальні рекомендації закладам загальної середньої освіти щодо організації освітнього процесу в умовах воєнного стану в країні. Також важливим є узагальнення позитивного досвіду навчання дітей з порушеннями інтелектуального розвитку у закладах освіти на основі використання спеціальних методів та технологій навчання, використовуючи вагомі психокорекційні техніки та прийоми.

Виклад основного матеріалу. В умовах кризових викликів необхідно враховувати психоемоційний стан дітей, обумовлений стресовими чинниками: втрата рідних, повітряна тривоги, вибухи, обстріли, перехід та перебування у бомбосховищі, евакуація, вимкнення світла тощо. Особливо вразливими до стресових подій є діти з ППР, які потребують особливої підтримки дорослих, адже вони не вміють регулювати свої емоції.

Вони можуть мати непередбачувані реакції, які обумовлені особливостями їхнього сприймання та обробки інформації. У таких випадках украй важливо, щоб дорослий, який перебуває поруч, знав, що робити, аби підтримати дитину та запобігти негативним наслідкам.

Наслідки стресу є помітними у емоційних, поведінкових, когнітивних та соматичних проявах у дітей.

Для того, щоб стресова подія не спричинила руйнівних змін в організмі та психіці, необхідно вчасно розпізнавати їх та захистити дитину. Необхідно

розрізняти симптоми стресу у дітей з ППР для вчасного надання психолого-педагогічної допомоги та підтримки.

Емоційні симптоми стресу у дітей можуть включати:

- ✓ тривожні стани, занепокоєння;
- ✓ загострення страхів (страх розлуки, страх темряви, страх залишитися на самоті, страх перед незнайомцями);

- ✓ агресивність;
- ✓ плаксивість;
- ✓ пригніченість;
- ✓ схильність до бурхливого прояву емоцій;
- ✓ збіднення емоційних проявів

Поведінкові прояви стресу передбачають:

- ✓ порушення сну, нічні кошмари;
- ✓ втрата апетиту;
- ✓ застрягання;
- ✓ регресивні форми поведінки;
- ✓ гіперактивність;
- ✓ пасивність;
- ✓ замкнутість;
- ✓ відмова від контакту;
- ✓ поганий настрій;
- ✓ нехтування обов'язками;
- ✓ відмова від їжі;
- ✓ скарги на погане самопочуття.

Когнітивні прояви у дітей з ППР при стресі включають:

- ✓ зниження концентрації уваги, часте відволікання від завдання;
- ✓ погіршення діяльності процесів пам'яті, мислення;
- ✓ погіршення запам'ятовування навчального матеріалу;
- ✓ зниження мовленнєвої активності;

- ✓ зниження працездатності під час заняття, уроку, виконання домашнього завдання;

- ✓ проблеми у спілкуванні з однолітками, членами родини;
- ✓ значне зниження мотивації до навчання;
- ✓ неконтрольованість поведінки.

Соматичними проявами стресу у дітей з ППР є:

- ✓ підвищена втомлювальність, сонливість;
- ✓ зниження апетиту, зміна в харчових звичок;
- ✓ головний біль;
- ✓ нетримання сечі;
- ✓ порушення сну;
- ✓ болі у шлунку;
- ✓ розлади дихання;
- ✓ розлади у роботі серця;
- ✓ нудота, блювання;
- ✓ загострення хронічних хвороб та ін.

Усі перераховані ознаки слід враховувати при виявленні стресу у дітей та наданні їм вчасної допомоги та підтримки.

Під час воєнних дій психіка дітей перебуває в постійному напруженні. На підтримку та екстрену допомогу дітям з ООП розроблено пам'ятки рекомендаційного характеру, які містять певний алгоритм дій при стресі, зазначають, як діяти в тій чи ситуації та надати допомогу, яку потребують діти та підлітки.

Реакції на стрес можуть бути різноманітними, викликати різний спектр негативних емоцій та почуттів, зміну поведінки, страх, тривогу або агресію, викликати явища регресії та зменшення самостійності.

Для того, щоб підтримати дітей з ППР у кризових ситуаціях, батькам дітей або дорослим, які опікуються такими дітьми, слід дотримуватися наступних рекомендацій:

- *Забезпечити безпечний простір* для дитини та базові фізіологічні потреби у воді, їжі, теплі.
- *Залишатися поряд із дитиною*, відповідати за фізичну безпеку дитини. У кризовій ситуації її поведінка може бути непередбачуваною і загрожувати життю та здоров'ю.
- *Пояснювати дитині ситуацію* доступною для неї мовою, не приховуючи правди. Слід підбирати прості слова та фрази, знайомі сюжети з улюблених історій чи мультиків як аналогію.
- *За потреби використовувати візуальну підтримку* за допомогою малюнків, простих символів для спілкування та можливості вираження власних переживань дитини.
- *Складати та розказувати дитині план дій*. Передбачаючи можливість виникнення кризової ситуації, протягом певного часу проговорювати із дитиною, як їй треба поводитися та що буде відбуватися надалі. Цей план може мати вигляд казки про улюблених персонажів, поведінку яких дитині зараз необхідно перейняти, а саме: бути мужньою, слухняною, відповідальною.
- *Дотримуватися правил інформаційної гігієни*. Важливо донести до дитини реальну інформацію, але уникати складних деталей та подробиць. Відповідна надмірна емоційна залученість дорослих може зашкодити дитині коректно сприймати інформацію. Побойовання та тривога у голосі може спровокувати гостру поведінкову реакцію, коли дитину захоплять емоції та страхи. Такого варто уникати, розповідаючи лише загальні факти.
- *Використовувати найпростіші техніки заземлення*. Дорослий має бути заздалегідь озброєний дихальними вправами, релаксаційними техніками, іграми, спрямованими на підвищення концентрації уваги чи її перемикання тощо, які варто запропонувати у кризовій ситуації. Вони мають бути підібрані для дитини з урахуванням її пізнавальних можливостей та доступними для виконання.

- *Мати під рукою сенсорну коробку.* Така коробка може містити різноманітні іграшки, предмети, завдання тощо. Вони відвернуть увагу дитини й сприятимуть розвантаженню та стабілізації її емоційного стану.

- *Завжди підтримувати комунікацію.* Комунікація – це важливий елемент встановлення та утримання контакту з дитиною. Вона містить вербальні й невербальні елементи. Необхідно ставити запитання дитині та відповідати їй, навіть якщо одне й те саме запитання звучало вже багато разів.

- *Слід підтримувати тактильний й зоровий контакт із дитиною, обіймати її.*

- *Бути прикладом для дитини.* Зберігати спокій. Якщо важко це вдається, попікнутися про себе: зробити паузу, попити води, звернутися до технік заземлення тощо.

Необхідно пам'ятати, що діти з інтелектуальними порушеннями мають право знати, чому в їх житті відбуваються зміни: Тому не потрібно применшувати їхні можливості зрозуміти причини; необхідно пояснювати ситуацію у доступній для них формі; домовлятися про безпечний спосіб життя; складати разом візуальний план дій тощо.

Дотримуючись цих простих рекомендацій, можна надати якісну психологічну підтримку дитині з ППР. Завдяки цьому вона зможе подолати кризову ситуацію без великої загрози для свого психологічного стану. Це означатиме, що вона так само продовжуватиме радіти життю, опановувуючи нові навички без тенденції до втрати старих та навчаючись встановлювати контакт з довкіллям.

В умовах військового стану в країні кожному педагогу необхідно знати основні напрями урегулювання психоемоційного стану дітей, що спрямовані на зменшення стресу та надання їм позитивних життєвих стратегій, які підтримують їхню життєдіяльність.

Зазначимо, що обставини, пов'язані з війною, можуть викликати у дітей появу різних реакцій на стресові обставини (порушення режиму сну та

харчування, дратівливість, тривожність та ін.). Відтак, підтримка емоційного благополуччя дітей у кризовій ситуації полягає у створенні безпечного фізичного та емоційного середовища через спілкування з дитиною, рутини, активності, які допомагають із саморегуляцією, що сприятимуть зменшенню стресу, підтримці її життєдіяльності та здатності адаптуватися в мінливих умовах соціального життя.

Отже, необхідно використовувати наступні методи підтримки психоемоційного стану дітей:

- *проведення бесід*. Обговорення з дітьми теми війни незалежно від того, які особливості має дитина та якого вона віку. Зміст та способи інформування про війну залежать від віку дитини, індивідуальних пізнавальних можливостей розуміння та сприймання мовлення.

- *запровадження рутин* (необхідних та передбачуваних щоденних задач, що доповнюють правила та звільняють час для навчання). Запровадження рутин – одна зі складових ефективного управління групою або класом.

- *активне використання ігрової діяльності* (рухливі ігри та вправи як в урочний, так і поза урочний час, сенсорні ігри, дидактичні ігри та ін.), що сприяє розвитку та підтримці соціальних, комунікативних, когнітивних навичок. Ігрова діяльність є доступним і ефективним засобом зняття психологічної напруги.

- *використання психокорекційних технік та вправ*, спрямованих на зняття емоційної напруги та саморегуляції (дихальні вправи, арт-терапевтичні техніки, психогімнастика тощо).

Висновки: Отже, урахування особливостей психоемоційного стану дітей з особливими освітніми потребами сприятиме попередженню виникнення різних негативних реакцій на стресові обставини. Дотримання фахівцями методичних порад поліпшить взаємодію та підтримку дітей в умовах кризових викликів, сприятиме подоланню проявів стресу, тривожності, негативної поведінки. У цей складний час фахівці та батьки дітей з ООП повинні мати силу витримки, терпіння у роботі з дітьми, які зазнали психотравматичних впливів.

Література:

1. Сучасні технології психолого-педагогічного супроводу дітей з порушеннями інтелектуального розвитку в умовах кризових викликів/ авт.: О.В. Чеботарьова, Г.О. Блеч, І.В. Гладченко, І.В. Бобренко, С.В. Трикоз, О.І. Мякушко, І.В. Сухіна та ін.: За наук. ред. О.В. Чеботарьової – К., ІСПП імені Миколи Ярмаченка НАПН України, 2023. 664 с. <https://lib.iitta.gov.ua/737146>
2. Психолого-педагогічний супровід навчання дітей з інтелектуальними порушеннями/навчально-методичний посібник: науково-популярне видання / О. В. Чеботарьова та ін. Харків. Видавництво «Ранок», ВГ «Кенгуру», 2020. 256с. Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/722281/1/>
3. Чеботарьова О.В Стратегії і технології навчання дітей з порушеннями інтелектуального розвитку в умовах кризових викликів //Освіта осіб з особливими потребами в умовах миру і війни. м. Київ, Україна, 2023. С.357-362. <https://lib.iitta.gov.ua/737622/>
4. Інститут спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка Національної академії педагогічних наук України (2022с, 19 березня). Допомога та підтримка дітям з порушеннями інтелектуального розвитку в умовах воєнного стану в країні. <https://ispukr.org.ua/?p=8705#.Yoa9mahBw2x>

УДК 371.9(075.8)

ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ВМІЛОСТІ ТА СТИМУЛЮВАННЯ ОСОБИСТІСНОГО РОЗВИТКУ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ У ГАЛУЗІ СПЕЦІАЛЬНОЇ ОСВІТИ

*Чистобородова К. В.,
Супрун М. О.,
Супрун Д. М.*

У статті розкрито шляхи формування професійної компетентності майбутніх фахівців у галузі спеціальної освіти. Акцент робиться на важливості саморозвитку та самовиховання у вищій освіті. Описано сучасні тенденції підготовки майбутніх психокорекційних педагогів та спеціальних психологів.

Ключові слова: мотивація, професійна освіта, саморозвиток, спеціальна освіта, суспільний запит.

The article reveals the ways of forming the professional competence of future specialists in the industry of special education. The emphasis is on the importance of self-development and self-education in higher education. Current trends in the preparation of future psycho-corrective teachers and special psychologists.

Key words: motivation, professional education, self-development, special education, public inquiry.

Актуальність. Позиціонування ментально-філософського бачення складних соціальних процесів з урахуванням життєвих запитів полягає у