

Вадим Кобильченко,

доктор психологічних наук,
головний науковий співробітник відділу освіти дітей з порушеннями
сенсорного розвитку,
Інститут спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка

Ірина Омельченко,

докторка психологічних наук,
головна наукова співробітниця відділу психолого-педагогічного супроводу
дітей з особливими потребами,
Інститут спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка

ФОРМУВАННЯ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ В УМОВАХ ІНКЛЮЗІЇ

Проблема життєстійкості натеper є вкрай актуальною, позаяк в Україні через повномасштабну війну у дітей з особливими освітніми потребами (ООП) зростає рівень стресу та напруги, тривога та агресія.

Життєстійкість є саме тим сприятливим особистісним ресурсом, що дозволяє дитині з ООП швидко та ефективно пристосовуватись до будь-яких зовнішніх змін. Крім того, розвиток життєстійкості можна вважати певним внутрішнім гарантом збереження особистісного потенціалу дитини з ООП.

Зауважимо, що життєстійкість не є генетично заданою, вона може розвиватись, починаючи з ранніх періодів дитинства й пізніше. Дослідженнями доведено можливість формування, навчання дітей навичкам життєстійкості у спеціальних психолого-педагогічних умовах [1].

Молодший шкільний вік є сприятливим періодом для становлення самооцінки, критичності по відношенню до себе й навколишніх, формування життєстійкості [5, с. 1383–1396].

Ті або інші психічні новоутворення, конкретні психологічні навички дитини з ООП не існують самі по собі. Вони виникають (формується, розвиваються) в тому випадку, якщо створене особливе середовище, особлива система стосунків з дитиною, що формують потребу, інтелектуальну готовність [3]. Потрібні вони школяру теж не самі по собі, а тільки у зв'язку із певними системами його стосунків зі світом, іншими людьми, самим собою, позаяк саме тоді ці якості або процеси набувають цінності. Відповідно різноманітні проблеми в навчанні, спілкуванні, психологічному розвитку виникають у школяра тоді, коли йому не були створені сприятливі умови, в яких він міг би розвинути певні особистісні якості.

Допомагати йому на цьому шляху мають дорослі, які в силу своєї соціальної, професійної або особистої позиції можуть виявити школяру різноманітну підтримку та надати необхідну допомогу. Це передусім батьки, педагоги і шкільний психолог.

Дбайливе ставлення дорослих до процесу формування життєстійкості учнів, з одного боку створює необхідні умови для безпечного набуття життєвого досвіду молодшими школярами з ООП, а з іншого поліпшує якість міжособистісної взаємодії в освітньому середовищі, знижуючи агресивність, ворожість та маніпулятивність відносин в інклюзивному середовищі.

Зрозуміло, що задля того, щоб забезпечити сприятливі умови для розвитку та зміцнення життєстійкості молодших школярів з ООП необхідно мати достатній рівень життєстійкості як батьків, так і освітян.

Важливим аспектом створення психологічно безпечного простору в шкільному середовищі є система емоційної підтримки і плекання професійного розвитку самих педагогів, які працюють в умовах інклюзивного середовища. Така система передбачає кілька рівнів допомоги і починається із навчання педагогів методам самодопомоги в ситуації стресу та допомоги колезі зі свого навчального закладу. Коли дорослі мають досвід конструктивного подолання труднощів, відповідальності та мають активну життєву позицію в них більше шансів надати необхідну підтримку школяру з ООП під час освітньо-виховного процесу. Однак, зміцнення життєстійкості в сучасних умовах це тривалий процес і йому потрібно вчитися впродовж всього життя.

Роль педагога зводиться, в самому загальному вигляді, до чіткої і послідовної орієнтації молодшого школяра з ООП на певні шляхи розвитку, перш за все – інтелектуального і етичного («кожна людина повинна знати те і те, уміти поводитись так і так»). Саме педагог задає більшість параметрів і властивостей інклюзивного середовища, створюючи й реалізуючи (часто несвідомо) концепції навчання та виховання, норми оцінювання поведінки та навчальної успішності, стиль спілкування тощо.

Як зазначалось, компоненти життєстійкості розвиваються у дитинстві й, частково, в підлітковому віці, хоча їх можна розвивати й пізніше. Їх розвиток вирішальним чином залежить від відносин батьків з дитиною. Позитивно на формування життєстійкості впливають відчуття самоцінності; виховання впевненості у власних силах. Негативно на розвиток життєстійкості в дитинстві впливають стреси, серйозні хвороби, матеріальні труднощі, розлучення батьків, брак підтримки близькими людьми; дефіцит уваги, відчуженість від значущих дорослих.

Крім того, батьки в значній мірі впливають на вибір дитиною конкретних мети й завдань шкільної життєдіяльності. Часто очікування батьків, навіть з найкращими намірами, можуть мати величезний тиск на дітей. Замість того щоб фокусувати свою увагу на отриманні дитиною високих оцінок у школі, необхідно вчити її ретельно працювати, докладати зусилля й ніколи не здаватись. Такі установки допоможуть їй розвивати життєві навички, необхідні для досягнення мети та вирішення проблем, і не дозволять опускати руки й засмучуватися із приводу кожної поганої оцінки.

Створення безпечної, сприятливої й турботливої домашньої обстановки також важливе для того, щоб дати дитині міцну опору у випадку виникнення стресових чи складних ситуацій. Батькам слід докладати зусиль, щоб дитина з порушеним зором завжди відчувала себе в безпеці й любові. Однак, потрібно визначити межу, щоб вона знала, що добре, а що ні, і бути послідовними у власних висловлюваннях, очікуваннях і наслідках учинків дитини.

Навіть коли батьки дуже зайняті й життя рясніє безліччю подій, часто важких внаслідок війни, не слід нехтувати часом для сім'ї. Адже це теж важлива частина створення турботливої, безпечної обстановки для дитини.

Захищати свою дитину, особливо натеper, в умовах жахів війни – це природний інстинкт кожної матері та кожного батька. Але виконати це непросто, особливо, коли діти дорослішають і стають більш незалежними. Крім того, сучасні діти відчують величезний тиск через необхідність бути успішними у школі й т. п. Численні стреси можуть призвести до негативних фізичних та емоційних наслідків для фізичного та психічного здоров'я дітей.

Зазвичай дитина реагує на стрес доволі гостро, через що і виникають емоційні та поведінкові проблеми. Проявами травматичного стресу в дітей є такі розлади [1]:

1) фізичні – порушення сну (від безсоння до постійної сонливості), порушення апетиту (відмова від їжі або постійне відчуття голоду), нескінченні скарги на головний біль, біль у ділянці серця, нудоту; періодичні травми, надмірна незграбність, нервові тики (сіпання повік, часте ковтання, смикання, куйовдження волосся тощо), поява шкідливих звичок, нетримання сечі, нечітка дикція або заїкання, швидка втомлюваність;

2) емоційні – надмірна стурбованість своїм здоров'ям, невмотивовані спалахи гніву, небажання спілкуватися з друзями (замкнутість, відчуженість), схильність до перфекціонізму (педантизм, максималізм під час виконання домашніх обов'язків, навчальних завдань, доручень, потреба в постійному схваленні), зниження самооцінки;

3) когнітивні – байдужість, відсутність інтересу до усього, труднощі з концентрацією уваги (нездатність зосереджуватися на конкретному предметі), зниження рівня успішності навчальної діяльності;

4) поведінкові – повернення до поведінкових форм більш раннього віку, жорстоке поводження з тваринами та/або людьми, крадіжки, утечі з дому, вандалізм, постійна і безпричинна брехня, уживання психоактивних речовин, значне підвищення рухової активності, метушливість або, навпаки, – завмирання в часі та просторі.

Хоча стреси й невдачі є частиною повсякденного життя, батьки й діти не повинні відчувати себе безпорадними. Тому для здорового, збалансованого та успішного життя дитини батькам необхідно допомагати їй розвивати життєстійкість, упевненість у собі та здобувати навички ефективного реагування на стреси й виклики, які ставить перед нею саме життя.

Таким чином, для формування життєстійкості дітям потрібна надійна опора під ногами: стабільність і відчуття, що дорослі про них піклуються, що батьки чи опікуни контролюють ситуацію. Це навчає дитину бути господарем власного життя, впорядковувати його самостійно й піклуватися про інших людей.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бочкор, Н., Дубровська, Є., Залевська, О. та ін. Соціально-педагогічна та психологічна робота з дітьми у конфліктний та пост конфліктний період: метод рек. Київ. Ла Страда Україна, 2014. 84 с.

2. Кобильченко В., Омельченко І. Життєстійкість особистості дитини з особливими освітніми потребами у вимірах ресурсного підходу. *Становлення особистості дитини в умовах сучасного розвитку суспільства: психолого-педагогічний, корекційно-реабілітаційний, соціальний і медичний аспекти : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнародною участю, м. Полтава, 1-2 трав. 2025 р. / за заг. ред. Н. Г. Пахомової. Полтава, ПНПУ. 2025. С. 74-80.*

3. Кобильченко В., Омельченко І. Спеціальна психологія : підручник. (Серія «Альма-матер»). Київ : ВЦ «Академія», 2020. 224 с..

4. Кобильченко В., Омельченко І. Структурно-функціональна модель життєстійкості особистості. *Перспективи та інновації науки. (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»).* 4(50). 2025. С. 1398–1411. URL : <http://perspectives.pp.ua/index.php/pis/article/view/22791>.

5. Кобильченко В., Омельченко І., Душка А. Шляхи формування життєстійкості у дітей з особливими освітніми потребами. *Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»).* 2025. 8(54) 1383–1396. URL : <http://perspectives.pp.ua/index.php/article/27880>.