

Перспективними напрямами дослідження вважаємо розробку методичного забезпечення для оптимізації співпраці фахівців ІРЦ з батьками дітей з ООП в умовах воєнного стану.

Вовченко Ольга Анатоліївна

доктор психологічних наук,
старший дослідник,
старший науковий співробітник
відділу освіти дітей з порушеннями слуху
Інститут спеціальної педагогіки
і психології імені Миколи Ярмаченка
НАПН України

**ПСИХОЛОГІЧНА ТРАВМОВАНІСТЬ ТА СТРЕС ДІТЕЙ
З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ ЗА УМОВ ВІЙНИ**

Актуальність. З початку війни психологами все активніше обговорюється поняття стресу, стресовитривалості, стресостійкості, травматизації найбільш незахищеної категорії українців – дітей, що переживають нині війну в Україні разом із дорослим населенням. Вище згадані поняття багато в чому визначають, чи виникне у дитини дистрес у відповідь на певні події, чи характеризується її психічний стан витривалістю, стійкістю.

В даний час, стрес є і був дуже серйозною проблемою, практично протягом всього життя особистості, але загострився він саме за умов війни, коли ніхто з дорослого оточення не був до цього готовим, відповідно і діти також. *Мета.* Від так, метою нашої публікації буде огляд основних аспектів сутності стресу, стресостійкості дитини з особливими освітніми потребами (**далі діти з ООП*), можливості пристосування до такого явища та роль у психологічній підтримці дитини з ООП дорослим поколінням, зокрема найблищим – батьками, рідними.

Тому ми вважаємо, що формувати стресостійкість необхідно починаючи ще у дошкільному віці, щоб у подальшому житті було легше адаптуватися до будь-яких зовнішніх і внутрішніх факторів, що провокують стан стресу, в тому числі і такого явища, як війна.

Виклад основного матеріалу. Стресостійкість дитини – це вміння долати труднощі, регулювати емоції та поведінку (як самостійно, так і з допомогою дорослого), розуміти настрої оточуючих, у відповідних ситуаціях виявляти витримку, бути компетентним у своїх емоціях в складних, напружених ситуаціях війни.

Відмітимо, що дитини з ООП за будь-якого віку переживає нині два типи стресу: фізіологічний та психологічний:

– фізіологічний стрес пов'язаний із реальним побутовими подразником, відсутністю звичних речей чи умов, місця проживання, знайомих людей, друзів тощо;

– психологічний стрес характерний тим, що особистість, зокрема з особливими освітніми потребами оцінює майбутню ситуацію на основі індивідуальних знань та досвіду як загрози, важку.

У свою чергу психологічний стрес поділяється на інформаційний та емоційний. Інформаційний стрес розвивається тоді, коли виникає інформаційне навантаження, тобто дитина не справляється із завданням, не встигає приймати вірні рішення у необхідному темпі за умов високого ступеня відповідальності (принести воду в новому помешканні, швидко одягнутися та ін.). Для цього виду стресу характерно погіршення пам'яті, зниження концентрації уваги та посилення відволікання. Емоційний стрес з'являється в ситуаціях загрози, небезпеки, образи, погроз, або серед найближчого оточення особи з ООП або серед того, яке нині є актуальним для дитини (тимчасовим новим колом спілкування).

Стрес та пристосування до нього у дитини з ООП проходить кілька стадій:

1. Стадія мобілізації чи тривоги, яка ще має назву аварійної. У цей період відбувається мобілізація всіх захисних функцій організму та ресурсів дитячого організму.

2. Стадія резистентності, стійкості є стадією своєрідного опору. Якщо причини стресу/стресів на першій стадії не вдалося усунути, в організмі дитини відбувається перебудова і починається витрачання особистісних ресурсів на боротьбу зі стресором, функції організму починають працювати на виснаження.

3. Стадія виснаження подібна до заціпеніння, позбавлення сил і можливостей руху. Дитина не здатна адекватно оцінювати ситуацію в якій нині опинилась, себе як особистість та приймати певні рішення, діючи автоматично.

Проходження кожної стадії стресу або її «проживання» залежить від: рівня стійкості дитини, інтенсивності та тривалості впливу стресора, адаптивної гнучкості.

На нашу думку, за умов стресу виникають складні фізіологічні та біохімічні зрушення, зміни – це прояв стародавньої, що сформувалася під час еволюції оборонної реакції, або як її називають, «реакції боротьби та втечі». Ця реакція миттєво

активувалася у наших предків за найменшої загрози, забезпечуючи з максимальною швидкістю мобілізацію сил організму, необхідних боротьби з ворогом чи втечі від нього.

Термін «стрес» відображає три основні аспекти стресу, на яких сконцентровано увагу сучасних досліджень у спеціальній психології. Це:

– стрес як ситуація або властиві їй фактори, які потребують додаткової мобілізації та змін у поведінці особистості з ООП;

– стрес як стан, що активізує цілу низку специфічних фізіологічних та психологічних проявів;

– стрес як відтерміновані негативні наслідки гострих переживань, що порушують дієздатність та здоров'я дитини з ООП.

Висновки. Підсумовуючи важливість та необхідність практичного впливу на стрес дитини фахівців психологів, окреслимо основні наслідки, які він може спричинити особистості дитини:

– суб'єктивні – занепокоєння, агресія, депресія, втома, погіршення настрою тощо;

– поведінкові – схильність до самогубства, алкоголізму, токсикоманії, емоційних спалахів, імпульсивної поведінки та інше;

– пізнавальні – порушення функцій уваги, зниження розумової діяльності, зниження рівня концентрації ;

– фізіологічні – збільшення рівня глюкози у крові, підвищення артеріального тиску, розширення зіниць, змінне відчуття спекотності тіла на холод чи навпаки, неврологічні розлади тощо.

Шановні батьки, рідні, навіть за умов війни, болю та переживань, будьте уважні до своїх дітей! Вони потребують Вашої уваги та турботи набагато більше ніж за умов мирного часу!

Грудій Наталія Олексіївна

Магістрантка спеціальності

Спеціальна освіта

(Олігофренопедагогіка. Логопедія)

Сумського державного педагогічного
університету імені А. С. Макаренка

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ОСІБ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ТРУДНОЩАМИ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Актуальність. Одним із орієнтирів становлення особистісних характеристик школярів є їх здатність усвідомленого вираження власних почуттів, думок, потреб, здатність вести діалог з іншими людьми й досягати з ними порозуміння. Феноменом, який інтегрує