

ІНСТРУМЕНТИ РОЗБУДОВИ ЗЦІЛЮЮЧОГО СЕРЕДОВИЩА В ДІЯЛЬНОСТІ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА

Луценко Ю.А.

науковий співробітник Українського науково-методичного центру
практичної психології і соціальної роботи
Національної академії педагогічних наук України
ORCID 0000-0003-2348-6624
тел. +38 067 4959209, E-mail: Yuriy_lko@ukr.net

З початком війни в Україні функції та завдання психолога зазнали серйозних змін. Такі зміни пов'язані з великою кількістю внутрішньо переміщених дітей, батьків, які потребують психосоціальної допомоги, загрозами обстрілів усієї території України, необхідністю навчатися в укриттях чи бомбосховищах, які не завжди прилаштовані для перебування дітей. Ці та інші фактори негативно впливають на психо-емоційний стан учнів, вчителів, батьків, представників адміністрації, що в свою чергу призводить до конфліктів, негативному мікроклімату, переходу на авторитарну систему управління. Водночас психолог системи освіти також перебуває у цих самих умовах і відчуває вплив всіх негативних факторів на собі, що загрожує його ефективній професійній діяльності.

В умовах війни пріоритетними завданнями психолога стають: швидке і достатньо точне визначення групи дітей, які потребують психологічної допомоги в закладі освіти та тих, хто потребує спеціалізованої медичної допомоги; проведення профілактичних та превентивних заходів з дітьми з групи ризику, які схильні до розвитку ПТСР внаслідок перебування в надзвичайних ситуаціях, пов'язаних з війною; підготовка учителів до впровадження моделі зцілюючих класів та особистісно-фокусованого навчання з урахуванням травматичного досвіду, який пережила дитина; здійснення психологічної просвіти для батьків з питань взаємодії з дитиною в умовах війни.

Ці завдання є відносно новими та нетиповими для мирного часу, а тому пов'язані з низкою викликів, зокрема щодо відповідної підготовки психолога до роботи у нових реаліях. Одним з таких викликів є знання та практичні навички застосування моделі «зцілюючих класів» та програм примирення (відновних практик) у закладі освіти як інструментів розбудови мирного освітнього середовища. Як вказує професор Гаральд Каруц: «Школа – це місце де хочеться навчатися і працювати».

Модель «зцілюючих класів» знаходиться на перетині дидактики, психології та педагогіки. Основну роль у її впровадженні відіграє вчитель, який озброєний належними знаннями з питань психологічної травми, її природи та проявів, навичками застосування у роботі з дітьми технік стабілізації, дистанціювання та експрес-діагностики. Такий учитель менш звертає увагу на зовнішні прояви та зміни у поведінці учнів, а більше концентрується на вивченні причин такої поведінки, пошуку ресурсів та збережених сторін особистості дитини. Традиційна модель навчання в умовах війни може не спрацювати, так запевняють кризові педагоги та дослідники з Німеччини. Концепція моделі «зцілюючих класів» полягає у тому, що сама атмосфера у класі, школі, яку створює та підтримує вчитель, сприяє профілактиці та попередженню психологічного травмування, опрацюванню отриманого травматичного досвіду разом. У такій моделі освітній процес передбачає не лише передачу та отримання знань, а й організацію певного простору для соціально-емоційного навчання, розвитку, прояву творчості та музично-мистецьких форм самовираження, як засобів опрацювання травматичного досвіду та профілактики ускладнень.

До основних принципів організації зцілюючого середовища у класі відносять:

1. Під час війни та колективної кризи всі є постраждалими. Не важливо як далеко вчитель та учні знаходяться від зони бойових дій. В умовах сучасної війни ризик обстрілів та

окупації є достатньо високим. Це означає, що всі учасники освітнього процесу відчувають страх, напруження та високий рівень стресу, що не може не проявлятися у стосунках та взаємодії.

2. Спостереження та поміркованість. Цей принцип декларує можливість відхилення від звичного способу викладання навчального предмету «від дзвінка до дзвінка». Вчитель має приділити певний час обговоренню актуальних для дітей питань - від безпеки до самопочуття, стосунків вдома та контактів з ровесниками. Для цього вчитель використовує 5 хвилин уроку і застосовує різні інструменти для швидкого скринінгу психо-емоційного стану дітей, як наприклад «термометр настрою». Перед вчителем постає дилема врівноваженості між традиційним навчанням та гнучкого навчанням з відхиленням від основного завдання – передачі знань.

3. Дозвіл на обговорення питань війни та її наслідків в класі разом з вчителем. Молодші діти у більшості випадків ретранслюють ставлення і переживання своїх батьків, натомість підлітки мають своє. Однак вони не завжди можуть розповісти про це батькам. Тому вчитель є надійним і толерантним другом в обговорення подій, що пов'язані з війною. Тут важливо передати дітям основний меседж, що використовується травмотерапевтами: «Це нормальна реакція на ненормальну ситуацію!». Звичайно ж вчитель має володіти навичками ведення групового обговорення та навичками швидкої психологічної стабілізації дитини у випадку прояву надмірних емоцій, переживань.

4. Продовження навчання, яке саме по собі є одним з перевірених способів профілактики і опрацювання травмивного досвіду. Занурюючись в навчання діти комунікують, діляться думками, виконують домашні завдання. Такі рутинні справи повертають учня в «тут і тепер», що є основним із завдань в опрацюванні травмивного досвіду. Завдяки цьому відбувається дистанціювання від травмивної події..

5. Афективні прояви під час уроку звичайно ж погіршують навчальний процес, однак вони лише наслідки тієї події, яку пережила дитина. Розуміння такої залежності дозволяє вчителю по іншому подивитися і відреагувати на «дивні» прояви поведінки дитини під час навчання. Можливо так проявляється брак підтримки вдома (з боку батьків), сімейні конфлікти, ізоляція у класі, таврування чи інше. Тому завдання для вчителя - зменшити вимоги!

6. Зниження працездатності та можливостей дітей. Травма забирає у дитини ресурси, а травмивний стрес перешкоджає продуктивній обробці інформації та здатності зосередитися, тому для вчителя важливо проявляти розуміння та забезпечувати періодичні перерви, в тому числі під час уроку: «Регулюйте дозу навчання!», - так звучить механізм реалізації даного принципу на практиці. Пам'ятайте, що сьогодні діти в Україні навчаються в ненормальних умовах, а тому можуть бути не уважними, не посидючими, не слухняними. Для дозування роботи можна використати принцип Помодоро, який полягає у тому, що над одним завданням не варто працювати більше 20 хвилин (для дорослих). Для дітей цей час можна скоротити до 10-15 хвилин.

7. Необхідність понад законом. В умовах війни чи надзвичайної ситуації, встановлені нормативи мають бути переглянуті. В умовах великої країни, такі функції мають бути передані вчителю. Він сам вирішує які нормативи мають бути виконані, показники досягнуті. Як приклад, в умовах пандемії, в одному із закладів освіти Німеччини було прийнято рішення про скорочення кількості контрольних робіт з 6 до 3. Це відбулося завдяки роботі психологів з вчителями та адміністрацією закладу. Не діти для індикаторів та показників, а індикатори і показники для дітей!

8. Простір для творчості – це важливо!. В умовах війни простір для творчості (малювання, спорту, співів, театру) так само важливий, як і власне навчання. Вказані види діяльності є перевіреними засобами опрацювання травмивного досвіду дитиною. Особливу цінність з цієї точки зору мають записи, що роблять діти (ведення щоденника, створення книги про себе, свою історію, комікс або цикл малюнків). У такому випадку ліва

(когнітивна) та права (творча) частини мозку починають працювати одночасно, що допомагає опрацювати травму.

Завдання практичного психолога є донести окреслені вище принципи та відпрацювати практичні кроки щодо розбудови зцілюючого середовища у класі. У такому форматі психолог і вчитель виступають партнерами та забезпечують обмін інформацією щодо кожної дитини, котра потрапила в групу ризику.

До інших дієвих інструментів розбудови зцілюючого середовища в школі відносять відновні практики або програми примирення - кола примирення, медіація, які в свою чергу є елементами проєкту «Мирна школа». Науковим обґрунтуванням програм відновного правосуддя займалися А. Буш, В. Землянська, Г. Зер, Д. Фолджер, М. Райт, Н. Крестовська, Н. Лунченко, Н. Прокопенко, О. Горова, Р. Коваль та ін.

Проєкт «Мирна школа» спрямований на формування в учнів наступних компетенцій:

- конструктивне вирішення конфліктів
- побудова та підтримка стосунків
- чутливість до багатоманіття та недискримінація
- саморефлексія та життєстійкість.

Для розробки Моделі «Мирна школа» було використано чотири успішні методики з міжнародного та українського досвіду:

1. Методика «Відновна школа» - спрямована на формування партнерських стосунків та ефективної комунікації між педагогами, учнями та батьками і покликана сприяти якісному освітньому процесу за сучасних ризиків. Базується на принципах відновного підходу та пропонує загальношкільний підхід до впровадження відновних практик в шкільне життя.

2. Шкільна служба порозуміння - шкільна структура для професійного вирішення конфліктів і навчання конструктивним моделям поведінки та комунікації, що працює за принципом «рівний – рівному» (про те, як створити таку структуру у своїй школі, дивіться у відео).

3. Методика «Стійкість» (Resilience) - спрямована на формування в учнів, педагогів та батьків здатності до позитивного, конструктивного опанування стресовою ситуацією через задіяння внутрішніх і зовнішніх ресурсів для підтримки своєї цілісності, повноцінного функціонування та рівноваги.

4. Підходи програми «Культура добросусідства» щодо формування розуміння та навичок мирного співіснування у культурному різноманітті, недискримінації та поваги до «Іншого» у нашому суспільстві загалом, та шкільному середовищі зокрема.

Впровадження програм примирення та розбудова «Мирної школи» передбачають у якості кінцевої мети створення безпечного середовища у закладі освіти, покращення взаємин, мікроклімату та упередження прояву негативних явищ (конфлікти, булінг, бойкотування), а отже формування нового типу мислення і стосунків.

Традиційно координатором та керівником програм примирення у школі виступає практичний психолог або соціальний педагог. «Діти – це дослідники, як здійснюють мандрівки, та час від часу вони потребують маяків», - стверджує дитячий кризовий психолог з Німеччини Сімон Фінкелдей. Маяки – це дорослі, які знаходяться поруч (вчитель, психолог, батьки).

Таким чином, практичний психолог є ключовим представником закладу освіти, завданням якого є впровадження інструментів розбудови безпечного середовища. «Психоедукація вчителів в умовах війни має ключове та вирішальне значення і може бути визначено у якості головного завдання практичного психолога», - підкреслює доктор, професор Віталій Панок. З огляду на вказане функції та завдання психолога мають бути переглянуті на рівні нормативного закріплення та модернізовані у формат практичних дій, спрямованих на вирішення викликів, пов'язаних з війною в Україні.