

Криза буде подолана, війна закінчиться, а здобутий досвід допоможе українцям впевнено рухатися вперед і реалізувати високі освітні, наукові й особисті цілі кожного.

Інна ПЕТРЕНКО

Рівне

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНА ПІДТРИМКА УЧНІВ У ПЕРІОД ВІЙНИ: НОВІ ПІДХОДИ ТА МЕТОДИКИ

Повномасштабна війна в Україні призвела до кардинальних змін у житті дітей та підлітків: масове переміщення, втрати, тривожність, дестабілізація звичного освітнього середовища. За таких умов психолого-педагогічна підтримка учнів набуває першочергового значення. Вона покликана не лише зберегти їхнє психічне здоров'я, а й сформувати в них здатність до адаптації, емоційної стійкості та навчання в умовах невизначеності.

У контексті воєнного стану освітня система України потребує нових, науково обґрунтованих і водночас гнучких підходів до підтримки учнів. Вони спрямовані на збереження психічного здоров'я, забезпечення освітньої безперервності та формування внутрішніх ресурсів у дітей, які опинилися у кризових обставинах.

Травма-інформований підхід (trauma-informed approach). Цей підхід ґрунтується на усвідомленні впливу психотравми на розвиток, поведінку та навчальні досягнення учнів. Основним завданням школи є створення безпечного, стабільного та емпатійного середовища, в якому дитина не боїться проявити емоції й отримати підтримку [2]. Вчителі проходять спеціальне навчання із розпізнавання ознак психоемоційного стресу: раптові зміни поведінки, зниження мотивації, агресія або емоційне «відключення». У школах впроваджуються протоколи безпечної комунікації, ведуться «м'які» ранкові зустрічі, де дозволяється говорити про емоційний стан. Пріоритет – не оцінка, а підтримка і присутність, що сприяє емоційному відновленню учня.

Соціально-емоційне навчання (Social and Emotional Learning, SEL). Це довготривалий процес розвитку у дітей та підлітків навичок, необхідних для здорового спілкування, саморефлексії та

відповідального прийняття рішень [7]. В умовах війни SEL виступає інструментом зниження рівня тривожності, підвищення згуртованості класу та підтримки моральної стійкості. Навчання включає вправи з розвитку емпатії, самоповаги, здатності до співпереживання, що реалізуються через рольові ігри, історії, дискусії.

Інтеграція SEL у міжпредметний простір дозволяє вивчати, наприклад, цінність миру, гідності, відповідальності навіть на уроках мови, історії чи мистецтва. Важливою складовою є партнерство з батьками, які залучаються до заходів з емоційного розвитку дитини вдома.

Гнучкість і гуманізація освітнього процесу. В умовах воєнного стану значна частина учнів опинилася у статусі ВПО, проживає за кордоном або має обмежений доступ до стабільного освітнього середовища. Відтак актуалізуються підходи, що передбачають: індивідуальні освітні траєкторії – врахування психоемоційного стану дитини при плануванні темпу навчання, обсягу завдань, способу зворотного зв'язку; адаптивний розклад – гнучкий графік занять, можливість синхронного й асинхронного навчання для дітей, які навчаються в іншому часовому поясі або перебувають в укриттях; зменшення когнітивного навантаження – відмова від перевантаження контентом, пріоритет на розвиток ключових навичок, повторення матеріалу, позитивне підкріплення; психологічна підтримка як частина освітнього процесу – впровадження коротких сесій емоційної розрядки, вправ на майндфулнес, створення моментів позитиву під час уроків [4].

Ці підходи сприяють формуванню в учнів внутрішньої стійкості, поліпшенню психоемоційного клімату в освітньому середовищі, а також підтримують освітню мотивацію в умовах невизначеності та тривоги. Інтеграція таких практик потребує підвищення педагогічної компетентності вчителів, міжвідомчої співпраці та підтримки з боку держави.

Виокремимо декілька найбільш ефективних методик та інструментів підтримки:

Методика «Психологічна перша допомога» (PFA): надання емоційної підтримки одразу після травматичних подій. Актуалізується для вчителів, які часто стають першими дорослими, що фіксують дестабілізацію дитини.

Методики арттерапії та казкотерапії: використовуються у молодшій школі та початкових етапах роботи із тривожними дітьми. Допомагають у м'який спосіб опрацювати емоції, зняти напругу, відновити відчуття безпеки.

Методика кола безпеки (Circle of Security): застосовується для учнів молодшого шкільного віку, дає змогу вибудувати довіру до дорослого як «опори» у кризових ситуаціях.

Ресурсні практики майндфулнесу: короткі вправи на увагу до дихання, тіла, почуттів, що сприяють зниженню тривожності. Підходять для середньої та старшої школи.

Створення «тихих кімнат», онлайн-просторів для психологічного розвантаження: використання чатботів, віртуальних кабінетів, сторінок на платформах ZOOM або Google Classroom для емоційної підтримки.

Новітні підходи та методики психолого-педагогічної підтримки учнів у період війни висвітлюються у багатьох наукових джерелах [1; 3].

Війна трансформувала й ролі учасників освітнього процесу: учитель та шкільний психолог вже не лише освітяни, а і ключові постаті у сфері психосоціальної підтримки дітей. Їхній функціонал розширюється до ролі посередників між освітнім середовищем, сім'єю та соціальною реальністю, що постійно змінюється. Їхня діяльність базується на нормативно-правових актах, методичних рекомендаціях і практичних інструментах, що дає змогу ефективно реагувати на виклики, спричинені війною, та сприяти збереженню психічного здоров'я учасників освітнього процесу [6].

Учитель у нинішніх умовах сприймається як фасилітатор емоційної стабільності, він виступає провідником безпеки та довіри, створює у класі простір прийняття, спокою і підтримки. Важливою складовою професійної ролі педагога стало емоційне моделювання: його власна врівноваженість, толерантність до стресу, здатність говорити про емоції допомагають учням вчитися саморегуляції. Учитель має вміти проводити ранкові зустрічі, кола довіри, мініопитування про самопочуття, а також бути готовим делегувати складні випадки психологу. Зростає значення педагогіки турботи, коли освітній процес будується навколо людяності, розуміння потреб кожної дитини, гнучкості до обставин.

Шкільний психолог у нинішніх умовах є координатором підтримки і змін. Він стає ключовою фігурою у мультидисциплінарній команді, що включає у себе класних керівників, батьків, адміністрацію, іноді лікарів чи соціальних працівників; координує індивідуальні плани психоемоційної підтримки, організовує бесіди, групові заняття, кризові інтервенції, психоедукацію для вчителів і батьків. Психолог розробляє інформаційні матеріали, електронні ресурси (наприклад, сторінки з порадами, мінігайди для батьків, відеоінструкції). У кризових випадках він здійснює первинну діагностику та скеровує до відповідних фахівців: психотерапевтів, соціальних служб, НГО.

З огляду на нові виклики, зумовлені війною, педагогічні працівники дедалі частіше проходять тренінги зі стрес-менеджменту; курси щодо психологічної першої допомоги; вебінари з тем травматичних наслідків ПТСР у дітей, підтримки ВПО, роботи з дітьми, які зазнали втрати.

Освітні платформи та організації (сайт МОН, «Освіторія», «На Урок», ЮНІСЕФ, платформа «Гаряча лінія підтримки вчителів») пропонують актуальний контент, що формує емоційний інтелект педагогів [Пріоритети МОН: психологічна підтримка учасників освітнього процесу на всіх рівнях. https://mon.gov.ua/news/prioriteti-mon-psikhologichna-pidtrimka-uchasnikiv-osvitnogo-protsesu-na-vsikh-rivnyakh?utm_].

Учитель і психолог в умовах війни – це люди підтримки, довіри, безпеки, що разом з учнями проходять крізь спільний досвід невизначеності. Розширення їхніх ролей вимагає інституційної підтримки, нормативного забезпечення та сталого професійного розвитку.

Таким чином, в період війни система освіти виконує не лише освітню, а й соціально-терапевтичну функцію. Своєчасна психолого-педагогічна підтримка дає змогу знизити рівень психотравматизації, підтримати розвиток дитини як особистості, зберегти її мотивацію до навчання та віру в майбутнє. Надалі важливо забезпечити інституційну сталість таких підходів та інтегрувати їх в освітні політики на державному рівні.

ЛІТЕРАТУРА

1. Діти і війна: навчання технік зцілення. URL: https://ipz.org.ua/wp-content/uploads/2017/10/dity_fin_ispp-1.pdf
2. Коли світ на межі змін: школа, чутлива до психічного здоров'я : посіб. / заг. ред. Л. Залюбовська. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/news/2023/04/13/GG-posibnyk.web.2.13.04.2023.pdf>
3. Матеріали для використання в роботі під час воєнних дій. URL: <https://imzo.gov.ua/psycholohichnyj-suprovid-ta-sotsialno-pedahohichna-robota/materialy-dlia-vykorystannia-v-roboti-pid-chas-voiennykh-diy/>
4. Організація освіти в умовах війни: рекомендації міжнародних організацій / Локшина О., Глушко О., Джурило А., Кравченко С., Максименко О., Нікольська Н., Шпарик О. *Український педагогічний журнал*. 2022. № 2. С. 5–18.
5. Про забезпечення психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану в Україні. URL: https://osvita.ua/legislation/Ser_osv/86164/?utm
6. Типова програма підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладів дошкільної освіти «Психолого-педагогічна підтримка дітей, батьків та педагогів в умовах надзвичайної ситуації». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0461729-23?#Text>
7. Що таке програма соціально-емоційного та етичного навчання і як вона працює. *НУШ: Нова українська школа : веб-сайт*. URL: <https://nus.org.ua/articles/shho-take-programa-sotsialno-emotsijnogo-ta-etychnogo-navchannya-i-yak-vona-pratsyuje/>

Оксана ПЕТРЕНКО

Рівне

ПСИХОЕМОЦІЙНА ПІДТРИМКА ЗДОБУВАЧІВ І ВИКЛАДАЧІВ В УМОВАХ КРИЗИ: ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ В ОСВІТНЬОМУ МЕНЕДЖМЕНТІ

Системна нестабільність, зумовлена повномасштабною війною в Україні, суттєво вплинула на освітній процес у закладах вищої освіти. Поряд з фізичними загрозами, одним із