



ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

В умовах воєнного стану в країні важливою є постійна підтримка осіб з особливими освітніми потребами як однієї з найбільш вразливих категорій, зокрема забезпечення можливості продовження навчання в онлайн-форматі за місцем проживання або тимчасового перебування, надання їм необхідного психологічного та якісного корекційно-розвивального супроводу.

В ухваленій Кабінетом Міністрів України постанові від 29.04.2022 р. № 493 «Про внесення змін до Положення про інклюзивно-ресурсний центр» розширено коло завдань на період дії воєнного стану. Відповідно до вище зазначеного 26 інклюзивно-ресурсних центрів у Кіровоградській області проводять комплексну оцінку та здійснюють системний кваліфікований супровід дітей з особливими освітніми потребами, які вимушено змінили місце проживання (перебування) та були зараховані в інклюзивні класи (групи) або здобувають освіту з використанням технологій дистанційного навчання; надають інформаційну підтримку батькам дітей з особливими освітніми потребами щодо закладів, у яких дитина може продовжувати навчання та одержувати інші додаткові послуги. Психологи інклюзивно-ресурсних центрів надають психологічну підтримку дітям, які переживають психологічну травму.

З метою надання психологічної допомоги педагогам і батькам у роботі з дітьми щодо особливостей в освітній діяльності і взаємодії в сучасних нових обставинах працівниками ресурсного центру підтримки інклюзивної освіти розроблені методичні рекомендації «Психолого-педагогічна підтримка дітей з особливими потребами у воєнний час» (<https://bit.ly/371NNr1>).

Пріоритетним завданням ресурсного центру підтримки інклюзивної освіти є підвищення професійної компетентності фахівців, які працюють з дітьми з особливими освітніми потребами, зокрема розроблені та проведені практичні заняття (<https://bit.ly/3a9bEXc>):

- «Про психологічну безпеку в умовах воєнного



стану та навички психологічної підтримки дітей» під час онлайн-практикуму «Корекційно-розвиткова робота з учнями, які мають особливі освітні потреби» для учителів, які проводять корекційно-розвиткові заняття в рамках інклюзивної форми навчання;

- «Діти з особливими освітніми потребами в умовах воєнного часу: психолого-педагогічна допомога» під час тренінгу «Нейропсихологія писемного мовлення учнів початкових класів» для вихователів груп подовженого дня.

Увага акцентувалася на наданні першої психологічної допомоги,

особливостях застосування діагностичних технік у роботі з дітьми, які постраждали від воєнних дій, розкритті способів створення ресурсного стану та ознайомлення із кроками для підтримання емоційної стабільності у дітей з особливими освітніми потребами.

Також створена та постійно наповнюється методичними матеріалами сторінка сайту для педагогічних працівників та батьків дітей з особливими освітніми потребами, особливо з числа внутрішньо переміщених осіб «Допомога дітям з особливими потребами у надзвичайних ситуаціях» (<https://bit.ly/3xfCuXf>). Постійно висвітлюється інформація на створеній в Facebook групі «Педагогічна сторінка: інклюзія для всіх» щодо психолого-педагогічного супроводу дітей з особливими освітніми потребами в складних ситуаціях (<https://www.facebook.com/groups/547481532922086>).

Варто звернути увагу, що педагогу в разі негативних переживань важливо стабілізувати власний ресурс, щоб бути позитивним, відкритим, доступним, чуйним, а уже потім продовжувати роботу з дітьми. Перебуваючи в екстремальних умовах, природно, що і діти відчувають страх та паніку, а тому потребують розуміння, підтримки, відчуття безпеки. У нагоді педагогам та дітям стануть короткі анімаційні відео із 10-20 секундними вправами-практиками, що допоможуть заспокоїтися і психологічно себе підтримати. Проект «Стійкість для стійких – як



повернути собі спокій» створений міжнародною волонтерською командою за участі психологині Світлани Ройз (<https://bit.ly/3wA6NWt>).

Під час війни діти з особливими потребами постійно перебувають у стані невизначеності. Звук повітряної тривоги та вибухів, дорога та незнайоме середовище у випадку евакуації – усе це викликає страх, розгубленість і тривогу. Оскільки ці діти мають обмежені можливості швидко реагувати та обробляти інформацію з навколишнього простору, важливо вчасно запроваджувати кроки підтримки, які допоможуть зменшити наслідки психологічної травми.

Дитина, котра перебуває у ступорі, може чути та бачити, її необхідно вивести із цього стану розмовляючи чітко, тихо та повільно. Можна зігнути пальці на обох руках та притиснути до основи долоні, великі пальці мають бути виставлені назовні; кінчиками великого та вказівного пальця масажувати точки, що розташовані на лобі, над очима рівно посередині між лінією волосся та бровами.

Якщо у стані страху дитина говорить, треба вислухати її, проявляючи інтерес, розуміння, співчуття поклавши руку дитини на своє зап'ястя так, щоб вона відчувала ваш спокійний пульс, це буде сигналом, що вона не одна; дихання повинно бути глибоким і рівномірним, зробити легкий масаж напружених м'язів тіла, який заспокоїть дитину.

Дитину, яку лихоманить і яка перебуває у нервовому тремтінні, треба взяти за плечі та сильно струсити протягом 10-15 секунд чітко та спокійно розмовляючи. Виконати вправу: упертися ногами в підлогу та рівномірно дихати: довгий вдих, довгий видих, повторити кілька разів. Легко постукаєти по грудях – один раз за секунду, зі словами: «Я є», «Я стою», «Зі мною все гаразд». По можливості огорнути дитину пледом, ковдрою та зав'язати спереду – дати тілу міцний, теплий каркас.

Варто бути поруч з дитиною, яка плаче, щоб вчасно покласти їй руку на плече, на спину, взяти за руку, обійняти, не перебиваючи дати їй можливість плакати та говорити, не ставити запитань, не давати поради, а використовувати засоби «активного слухання»: співчувати, повторювати фрагменти фраз, в яких дитина висловлює свої почуття.

Неадекватні бажання дитини в істеричному стані слід ігнорувати. По можливості перейти разом з дитиною у спокійне місце, де немає сторонніх людей, розмовляючи із нею впевнено короткими фразами, запропонувати випити води, вмити обличчя.

Рухове збудження у дитини зазвичай триває недовго й може перейти в інші стани: нервове тремтіння, плач чи агресивну поведінку. Але

потрібно пам'ятати, що у такому стані дитина може завдати шкоди собі та оточуючим. Розмовляти про почуття, які дитина відчуває в цьому стані потрібно спокійно, уникаючи фраз з часткою «не» (наприклад: «Не біжи», а «Ходи повільно»). Можна використовувати техніку «захоплювання»: перебуваючи позаду, притиснути дитину до себе й злегка підняти.

Агресію у дитини можна нівелювати ситуацією з кумедними коментарями чи діями, при цьому бути доброзичливим, не звинувачувати дитину, дати їй можливість заспокоїтися, збільшивши фізичне навантаження та зменшивши кількість оточуючих.

Дитині у стані панічної атаки запропонуйте випити води, теплою напоєм або потримайте її руки під струменем теплої води. Також допоможуть дихальні вправи: рахувати та здійснювати вдих через ніс на рахунок 4, видих через рот на – 8 та заспокійливі техніки: назви 5 речей, які бачиш; 4 речі, до яких можеш доторкнутися; 3 речі, які можеш почути.

Взаємодія фахівців з дітьми та допомога їм має будуватися на повазі до їхніх почуттів, безумовному прийнятті та цінуванні особистості дитини, позитивному та гідному ставленні до неї. Необхідно надавати дитині можливість висловлювати свої почуття та емоції, вислуховувати думки та ідеї, підтримувати та допомагати у реалізації, відзначати невеликі успіхи та позитивні зміни, залучати дитину до допомоги іншим.

Дитину з порушенням зору важливо ознайомити з навколишнім середовищем (надати описову характеристику, можливість хоча б мінімально обстежити приміщення); залучайте до щоденних цікавих справ (грайтеся, читайте, обговорюйте), підтримуйте тактильний контакт із дитиною, обіймайте її, коли їй страшно, сумно.

В умовах воєнного стану необхідно враховувати психологічний стан дітей з порушенням слуху, створити зону комфорту, яка асоціювалася б з мирним життям, відволікала від тривожних новин, не перевантажувати їх, відволікати їх на конструктивну діяльність, емоційно підтримувати.

Позитивним є наявність варіантів організації освітнього процесу: уроки проводити у спрощеній формі, не навантажувати завданнями, не створювати стресових ситуацій, робити записи уроків та занять з можливістю їх перегляду у зручний час, передбачити менше нового матеріалу, більше звернути увагу на повторення, використання творчих завдань, що сприяють нормалізації емоційного стану, дитина відволікається, пропонувати дитячу літературу, розповідати та інсценувати казки, використовувати елементи лялькового театру про природу, тварин з позитивним сюжетом.



Діти з порушеннями інтелектуального розвитку є особливо вразливими до надзвичайних ситуацій. Вони здригаються від вибухів, виявляють істерики під час повітряної тривоги, відчувають постійний страх, повільно знайомляться із приміщенням у безпечному місці (укритті). Через це важливим є застосування необхідної підтримки та допомоги, враховуючи максимально їхні інтелектуальні можливості.

З метою зменшення занепокоєння та підвищення впевненості у дітей на початку дистанційного навчання та онлайн спілкування можна використовувати вітання (враховуючи їхні побажання), запитуйте про послідовність дій протягом дня: «Чим займалися вранці?», «Чим будуть займатися в обід?». Наголошуйте, що вони перебувають у безпечному місці. Заняття бажано проводити з увімкненою камерою на пристрої, задля спостереження за станом дитини, розпізнавання різних емоцій та реакції дітей. У перервах пропонуйте дітям виконати вправи, зокрема масажувати кінчики пальців, пучки вух, напружити та розслабити ноги, вдих носом та повільний видих ротом.

Під час спілкування з дітьми з особливими освітніми потребами варто формувати у них позитивне світосприйняття, запевняти, що ми повернемося до мирного життя.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Допомога дітям з ООП під час війни. Поради для батьків. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://nus.org.ua/articles/dopomoga-dityam-z-ooop-pid-chas-vijny-porady-dlya-batkiv/>
2. Психологічна підтримка дітей в умовах війни [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=VUQFJCcojOg>
3. Постанова Кабінету Міністрів України від 29.04.2022 р. № 493 «Про внесення змін до Положення про інклюзивно-ресурсний центр» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/493-2022-%D0%BF#Text>
4. Як працювати з дітьми з ООП та підтримувати їх під час війни [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://www.youtube.com/watch?v=jSXdfVyb6_s&t=4s