

С. М. Харитонова,

завідувач навчально-методичного центру психологічної служби комунального навчального закладу «Черкаський обласний інститут педагогічних працівників Черкаської обласної ради»



ПСИХОЛОГІЧНИЙ ПРАКТИКУМ «ДИТИНА В ЧАСИ ВІЙНИ: БЕЗПЕКА, ПІДТРИМКА, ДОПОМОГА»

Наразі в освітньому середовищі мають місце такі явища, як погіршення умов для навчання та праці, а іноді і неможливість створення таких умов, зниження навчальної успішності та трудової ефективності, прогалини в опануванні навчальних програм та побудові продуктивних стосунків між членами освітньої спільноти, погіршення емоційного стану учасників освітнього процесу, руйнація звичних життєвих опор та механізмів подолання стресу та кризи. Все це пов'язано з безпековою нестабільністю, фізичними, економічними, моральними та освітніми втратами, спричиненими військовою агресією росії. Тому в освітньому середовищі виникла ідея компенсаційної освіти.

Педагоги наразі відчувають нагальну потребу в опануванні способів надання психосоціальної допомоги дітям у складних життєвих обставинах внаслідок воєнного стану, забезпечення психологічного супроводу та підтримки дитини у випадку втрати близьких та рідних [3, с.5].

Саме тому для компенсаційної освіти педагогів працівники Навчально-методичного центру психологічної служби нашого інституту започаткували функціонування Психологічного практикуму «Дитина в часи війни: безпека, підтримка, допомога», метою якого є надання педагогічним працівникам освітніх послуг комплексного підтримуючого характеру (рис. 1):

на меті, **по-перше**, знизити емоційне навантаження на учасників освітнього процесу, зокрема на педагогічного працівника у складний період його праці. **По-друге**, навчання антистресовим, антикризовим методам і прийомам допоможе педагогічному працівнику бути самодостатнім, вправним у складних професійних та життєвих ситуаціях, а також бути тією підтримуючою ланкою у житті закладу, що дає змогу зміцнювати психічну стабільність інших учасників освітнього процесу.

Вибрана тема «Дитина в часи війни: безпека, підтримка, допомога» не випадкова. Адже тема дітей на сьогоднішніх воєнних реаліях надзвичайно актуальна. Тому саме для учнів освітніх закладів педагоги і психологи спрямовують свою освітню діяльність і психологічний супровід. І саме від його рівня залежить нормальне життя і здоров'я наших вихованців.

Завдяки роботі педагога над собою будуть створюватися умови для підтримки дитини, такі як уміння педагога володіти собою в критичних ситуаціях; навички надання першої психологічної допомоги дитині в умовах війни; застосування прийомів та вправ для саморегуляції свого емоційного стану та стресостійкості. Завдяки цим знанням, умінням, навичкам, які вчитель отримуватиме в роботі нашого психологічного практикуму буде створюватись підґрунтя для продуктивної роботи педагога з дитиною в умовах воєнного стану і післявоєнний період.

Психологічний практикум «Дитина в часи війни: безпека, підтримка, допомога» забезпечує надання педагогам компенсаційних психологічних послуг через реалізацію навчальної (здійснення тематичних навчань із актуальних питань фахового супроводу освітнього процесу на засадах освіти дорослих упродовж життя), просвітницької (здійснення роз'яснювальної роботи серед педагогічних працівників щодо способів та технологій професійного та емоційного відновлення учасників освітнього процесу), профілактичної (запобігання емоційному вигоранню та професійним деформаціям), розв'язкової (формування стійкості до стресу та оволодіння навичками надання психологічної підтримки; сприяння оволодінню

"Дитина в часи війни: безпека, підтримка, допомога" для педагогічних працівників	
Психологічний практикум	Віртуальний кабінет
I. Масові форми	
Методично-профілактичні заходи	Інформаційно-просвітницькі заходи
II. Колективні форми	
Тренінгова діяльність	Лекційна робота
III. Групові форми	
Супервізійні зустрічі	Групові зустрічі, динамічні групи
Інтервізійні зустрічі	
IV. Індивідуальна діяльність	
Консультації «Тет-а-тет»	Індивідуальні програми розвитку та відновлення

Рис. 1. Психологічний практикум «Дитина в часи війни: безпека, підтримка, допомога»

Психологічний практикум базується на ідеї співпраці на протилегу звичній практиці підпорядкування та має

компетентностями адаптивно-компенсаційного та відновлювального спрямування) та відновлювальної (підтримання стану психологічного благополуччя та балансу ресурсів та відчуття внутрішньої гармонії) функцій (рис.2).

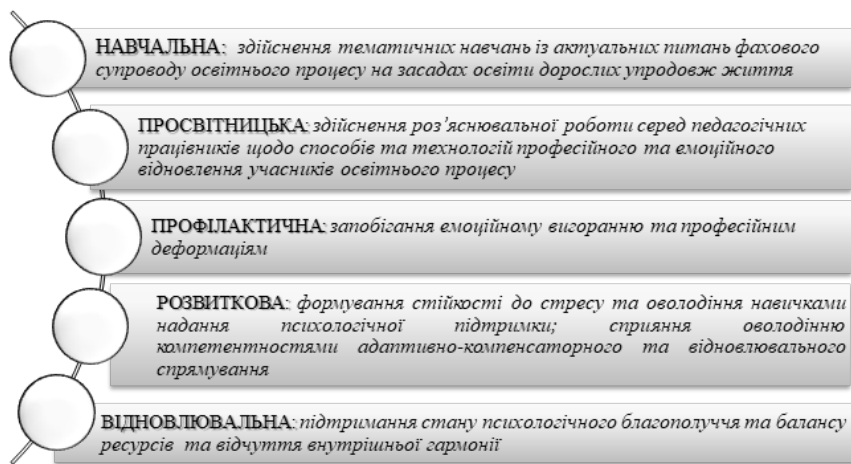


Рис.2. Основні функції компенсаційних психологічних послуг

Реалізація перелічених функцій здійснюється шляхом проведення таких форм компенсаційної освіти педагогів, як психологічні практикуми, тематичні коворкінги, майстер-класи, відкриті діалоги, інтерв'ї, супервізії, коучингові сесії, робота на е-платформах тощо. На нашу думку, такі форми освітньої взаємодії є найбільш виправданими, оскільки роботу педагогів можна організувати як очно, так і дистанційно, в режимі реального часу чи в асинхронному:

Очна форма проведення:

- підвищення рівня психологічної компетентності;
- актуалізація знань, навичок для роботи в сучасних умовах;
- оволодіння методами та прийомами побудови безпечного професійного простору, самопомоги та саморозвитку.

Дистанційна форма проведення (онлайн, офлайн формат):

- зміна змісту професійної взаємодії та оптимізація способів емоційного реагування на стрес;
- розширення кордонів для навчання;
- системний супровід процесу самовдосконалення.

Оскільки мета психологічних практикумів – надати фахову підтримку педагогу в умовах кризової ситуації сьогодення, то і тематика тренінгів, практикумів відповідає запитам освітян у цьому аспекті.

Зокрема, педагогам пропонується така тематика психологічної складової компенсаційної освіти, а саме:

- перша психологічна допомога: «Допомогти і не нашкодити. Перша допомога в кризі»; «Надання психосоціальної допомоги дітям у складних життєвих обставинах (СЖО) внаслідок воєнного стану»; «Кризова підтримка учасників освітнього процесу»; «Психологічний супровід та підтримка дитини у випадку втрати близьких та рідних»; «Надання невідкладної психологічної допомоги під час воєнного стану»;
- безпечне освітнє середовище: «Проєкт «Безпечний простір» - надання психосоціальної підтримки шкільним вчителям «SAFE – SPACE»; «Розвиток життєстійкості та стресостійкості учасників освітнього процесу»; «Проєкт «Коли світ на межі змін: психологічна підтримка вчителів та дітей у часи війни» в рамках програми USAID «Мріємо та діємо»; «Організаційні та психологічні аспекти протидії булінгу в закладі освіти»; «Психопрофілактика стресу і посттравматичного стресового розладу здобувачів освіти»;
- соціально-психологічний супровід діяльності педагога: «Інструменти комунікації педагогів та дітей у стресових ситуаціях»; «Психологічні основи професійного спілкування учасників освітнього процесу»; «Психологічні умови становлення комунікативної культури в освітньому процесі»; «Емоційний інтелект: методи та способи зняття нервової напруги»; «Емоційний стан дітей - вимушених

переселенців»; «Особливості адаптаційного процесу здобувачів освіти в перехідний період»; «Нормативно-правове забезпечення діяльності закладів освіти в сучасних умовах».

Означені тренінги та практикуми допоможуть оволодіти комплексом навичок і вмінь кожному педагогічному працівнику, з якими він зможе успішно розв'язувати складні завдання взаємодії з дитиною та її батьками, долати власні труднощі та надавати підтримку колегам у складний період життя нашої держави. Це, так би мовити, «особиста аптечка першої психологічної допомоги

кожного вчителя», у якій є все необхідне для допомоги собі та іншим.

Ми враховуємо, що не кожен педагог зможе прийти до нас на тренінг чи практикум сьогодні. Можливо, для когось єдиною можливістю отримати нашу підтримку є онлайн спілкування. Чудово! Їх ми запрошуємо до нашого Віртуального кабінету, для якого відстань – не завада для взаємодії!

Віртуальний кабінет передбачає освітню взаємодію у двох напрямках:

Напрямок: «З турботою про дитину»:

- Онлайн супервізії зі складних випадків педагогічного та психологічного супроводу освітнього процесу.
- Онлайн консультації з батьками учасників освітнього процесу.
- Дистанційний супровід працівників психологічної служби.

Напрямок: «Піклування про педагога»

- Віртуальний консультант «Тет-а-тет».
- «За Хмарна діагностика» з актуальних для педагога питань.
- Формувальна творчість «Відкриття себе».
- Відновлення через аудіо, візуальні канали «Хвилини релаксу».
- Індивідуальна програма розвитку «Маленькі кроки до великої життєстійкості».

Таким чином, ми сподіваємося, що психологічний практикум «Дитина в часи війни: безпека, підтримка, допомога» забезпечить створення належних умов для опанування педагогами умінь володіти собою в критичних ситуаціях; навичок надання першої психологічної допомоги дитині в умовах війни; застосування прийомів та вправ для саморегуляції свого емоційного стану та стресостійкості. Завдяки цим знанням, умінням і навичкам буде створюватись підґрунтя для продуктивної роботи педагога з дитиною в умовах воєнного стану і післявоєнний період.

Тобто, компенсаційна психологічна освіта сьогодні – це реальна можливість відновити життєвий та професійний баланс, оволодіти новими необхідними навичками життєдіяльності, бути в ресурсі як фахівець та як самодостатня особистість. Дбайливий супровід професійної діяльності педагога у часи великих моральних потрясінь дадуть змогу вийти зі складної ситуації з найменшими втратами для себе та інших, зберегти психологічне здоров'я та інтелектуальний потенціал нації.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Горбунова В., Карачевський А., Климчук В., Нетлюх., Романчук О. Соціально-психологічна підтримка адаптації ветеранів АТО: посібник для ведучих груп: навчальний посібник. Львів: Інститут психічного здоров'я

Українського католицького університету, 2016. 96с. URL: <https://er.ucu.edu.ua/handle/1/1067>

2. Гриньова М. В. Наукова школа «Саморегуляція як основа успішної професійної діяльності». Імідж сучасного педагога. 2017. № 4(2). С. 5–10. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/isp_2017_4\(2\)_3](http://nbuv.gov.ua/UJRN/isp_2017_4(2)_3)

3. Коли світ на межі змін: стратегії адаптації. Психологічна підтримка вчителів та дітей у часи війни. Посібник для вчителів закладів загальної середньої освіти. 2022. 65 с. URL: <https://cutt.ly/17U9PQi>

4. Правила безпеки та можливості отримання допомоги в період конфлікту в Україні: методичні рекомендації. Київ: Агентство «Україна». 2014. 48 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/106565/1/411.pdf>

5. Прайтлер Б. На їхньому боці. Психосоціальна робота з травмованими біженцями. Львів: ВНТЛ-Класика. 2022. 156 с.

Т. К. Андрющенко,

завідувач кафедри дошкільної освіти та професійного розвитку педагогів комунального навчального закладу «Черкаський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних працівників Черкаської обласної ради», доктор педагогічних наук, професор



НЕТВОРКІНГ «РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ПЕДАГОГІВ» У КОНТЕКСТІ КОМПЕНСАТОРНОЇ ОСВІТИ

Війна викликає відчуття емоційної розбалансованості, нестабільності – як у дітей, так і в дорослих. Зважаючи на те, що емоції виступають фундаментом для отримання знань і побудови стосунків між суб'єктами освітнього процесу, вважаємо емоційну нестабільність освітньо-психологічною втраченою.

Педагоги стають опорою для дітей, коли презентують власну витримку, стійкість та врівноваженість, адже емоційний стан педагога безпосередньо впливає на емоційний стан учнів та атмосферу в класі. Реалізувати навчальні цілі у школі без безпечної емоційної середовища неможливо. Відповідно, виникає потреба у проведенні заходів, спрямованих на розвиток у педагогів емоційного інтелекту, що сприяє усвідомленню й регуляції власних емоцій, розумінню й прийняттю почуттів та переживань інших осіб, а також здатності асертивно взаємодіяти з ними.

Аналіз досліджень з психології дає підстави стверджувати, що емоційний інтелект педагогів впливає на ефективність виконання ними професійних обов'язків. Учителі з високим рівнем емоційного інтелекту створюють психологічно комфортне освітнє середовище в закладі освіти [2, 3, 8, 9]. Освіта, яка задіює емоційну сферу людини, сприяє розвитку ціннісного ставлення до знань, до світу, до інших людей. Актуальним є розвиток емоційного інтелекту педагогів і в контексті компенсаторної освіти.

Діяльність з розвитку емоційного інтелекту педагогів ґрунтується на відповідних позиціях сучасних нормативних документів, а саме: Закону України «Про освіту» (2017 р.), Професійного стандарту за професіями «Вчитель початкових класів закладу загальної середньої освіти», «Вчитель закладу загальної середньої освіти», «Вчитель з початкової освіти» (з дипломом молодшого спеціаліста)» (2020 р.), Професійного стандарту «Вихователь закладу дошкільної освіти» (2021 р.), Державного стандарту базової середньої освіти (2020 р.).

У зазначених документах задекларовано перелік трудових функцій учителів і вихователів, однією з яких є «Партнерська взаємодія з учасниками освітнього процесу», що конкретизується професійними компетентностями: «Емоційно-етична компетентність», яка полягає у здатності усвідомлювати особисті відчуття, почуття та емоції, потреби, керувати власними емоційними станами; конструктивно та безпечно взаємодіяти з учасниками освітнього процесу; усвідомлювати та поцінювати взаємозалежність людей і систем у глобальному світі (для вчителів закладів загальної середньої освіти) [7] та «Психо-емоційна компетентність», яка полягає у здатності до самоконтролю, саморегуляції та толерантної взаємодії; до швидкого реагування на зміни, гнучкості, адаптивності і стресостійкості (для вихователів закладів дошкільної освіти) [6], а також одним із наскрізних умінь для усіх ключових компетентностей учнів визначено вміння конструктивно керувати емоціями, що передбачає здатність розпізнавати власні емоції та емоційний стан інших, сприймати емоції без осуду, адекватно реагувати на конфліктні ситуації, розуміти, як емоції можуть допомагати і заважати в діяльності, налаштовувати себе на пошук внутрішньої рівноваги, конструктивну комунікацію, зосередження уваги, продуктивну діяльність [4, 5].

Передумовою нашої роботи з розвитку емоційного інтелекту педагогів є проведення **діагностування педагогів**. Ми користуємося методикою діагностики емоційного інтелекту Н. Холла для виявлення в педагогів здатності розуміти власні емоції і використовувати їх, враховуючи різні аспекти емоційного інтелекту. Методика складається з 30 тверджень і містить п'ять шкал: *шкала 1 – «Емоційна обізнаність»*; *шкала 2 – «Управління власними емоціями»* (емоційна відхідливість, емоційна неригідність); *шкала 3 – «Самотивація»* (довільне керування власними емоціями); *шкала 4 – «Емпатія»*; *шкала 5 – «Розпізнавання емоцій інших людей»* (вміння впливати на емоційний стан інших).

