

ранньому виявленню ознак психологічної травми та інших психологічних станів, попередженню появи посттравматичного стресового розладу, тривожних розладів та депресій, попередженню девіантної поведінки та профілактиці суїциду серед дітей, що пережили психотравмуючі події. Повністю позбутися стресу під час війни навряд чи вдасться. Але якщо ми будемо піклуватись про себе і своїх учнів, про ментальне та фізичне здоров'я, то нам буде значно легше пережити усі випробування цього важкого періоду.

Список використаних джерел

1. Закон "Про внесення змін до статті 51 закону "Про повну загальну середню освіту" щодо підвищення кваліфікації педагогічних працівників у питанні надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу від 11 квітня 2023 року № 3051-IX.
2. Психологічна самодопомога під час війни URL: <https://arpp.com.ua/blog/psychological-self-help-during-the-war/>
3. Ройз Світлана Стресостійке дитинознавство URL: <https://otd.dniproprada.gov.ua/stresostiyke-dytynoznavstvo/>
4. Стрес під час війни URL: <https://arpp.com.ua/blog/stress-during-the-war/>

УДК 159

Аліна Задко,

практичний психолог

Новгородівського опорного закладу

загальної середньої освіти I-III ступенів № 7

Новгородівської міської ради Донецької області

УПРАВЛІНСЬКІ ПІДХОДИ ТА СТРАТЕГІЇ НАДАННЯ ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ В ОСВІТНІЙ СФЕРІ В УМОВАХ ВІЙНИ ТА ПІСЛЯВОЄННИЙ ЧАС

Життя навколо нас визначається багатьма факторами, і війна, на жаль, може бути одним із найскладніших випробувань. У цей час освітній простір перетворюється на поле боротьби, а вчителі та здобувачі освіти – на справжніх героїв. Адже, крім

навчання, їм доводиться вчитися, жити в умовах стресу, невизначеності та страху.

Звісно, що освіта є одним із фундаментальних аспектів суспільного розвитку. Однак в сучасному світі ми, на жаль, стикаємося з викликами, які мають потенціал негативно впливати на освітню систему, зокрема, в умовах війни та після неї. Завдання управлінців освітніх закладів і влади полягає в тому, щоб розробляти ефективні стратегії та підходи до забезпечення психосоціальної підтримки для всіх учасників освітнього процесу. Крім того, управління в освітній сфері в умовах війни вимагає не тільки сили та витримки, але й мудрості. Сучасний менеджмент повинен базуватися на гнучкості та здатності адаптуватися до змін. Саме в ці часи виявляється важливість емпатії та лідерських якостей. Директори та педагоги мають бути готовими слухати, розуміти та відповідати на потреби кожного учасника освітнього процесу [1].

Один із ключових аспектів – це створення безпечного та сприятливого середовища для навчання та розвитку. Умови війни та післявоєнного періоду часто призводять до стресових ситуацій, які можуть серйозно впливати на психічне здоров'я учасників освітнього процесу. Тому важливо вдосконалювати методики управління, розробляти ефективні стратегії психосоціальної підтримки. При цьому важливо пам'ятати, що не лише діти, а й дорослі можуть потребувати допомоги. Групові та індивідуальні консультації, психологічна підтримка та тренінги є важливою частиною педагогічної роботи в умовах кризи. Освіта має стати не лише місцем навчання, а й часткою Земної кулі, де кожен відчує турботу та підтримку. Важливо розвивати учнівські та педагогічні команди, які будуть допомагати один одному в труднощах. Також потрібно залучати батьків до процесу та створювати партнерські відносини для підтримки дітей у навчанні та поза ним. [1]

Ще однією ключовою складовою є професійна підготовка педагогічного колективу до роботи в умовах війни та після неї. Педагоги повинні мати не лише професійні знання, але й навички ефективної психосоціальної підтримки. Тренінги та семінари є необхідним елементом є необхідним важливим елементом удосконалення їхньої готовності працювати в

екстремальних умовах та допомагати іншим. Також, особиста стійкість педагогів під час надзвичайних ситуацій воєнного характеру надважлива в умовах сьогодення. Емоційний стан педагогів важливий для викладання і якості результатів навчання учнів. Адміністрації закладу освіти варто тримати на контролі стан здоров'я, рівень тривожності кожного педагога. Бо самопочуття педагога відіграє значну роль у формуванні сприятливого освітнього середовища для здобувачів освіти. Щоб зібрати цю інформацію, можна проводити онлайн-опитування анонімно або через особисті інтерв'ю. Управлінням освітніх закладів освіти необхідно активно співпрацювати з місцевими громадами, громадськими організаціями та медичними установами для створення інтегрованих систем підтримки. Тільки взаємодія всіх зацікавлених сторін може забезпечити повноцінну та ефективну допомогу тим, хто потребує. Також необхідно враховувати гендерні та культурні аспекти при плануванні роботи. Кожна група має свої унікальні потреби, і тільки індивідуальний підхід може забезпечити ефективну допомогу.

Після завершення конфлікту виклики залишаються. Потрібно розглядати післявоєнний період як час відновлення, відбудови та зміцнення освітнього середовища. У цьому важливо застосовувати інновації, створювати програми реабілітації та розвитку, які сприятимуть відновленню емоційного та психологічного стану всіх учасників освітнього процесу [2]

Психологічна підтримка відіграє важливу роль у допомозі людям подолати стрес, складні обставини та інші емоційні труднощі. Існує кілька стратегій надання психологічної підтримки, які ефективні в різних ситуаціях:

- слухання та емпатія: важливо дозволити собі висловити свої почуття та думки, послухати без суджень і розуміти позицію іншої людини.
- надання підтримки важливих людей: забезпечити можливість близьким або друзям допомогти в розмові чи діях; спільнота та підтримка оточення можуть мати значущий вплив.
- виявлення ресурсів: допомога особі виявити свої внутрішні

та зовнішні ресурси для подолання труднощів, пошук можливостей для саморозвитку та самозміцнення.

- робота зі стресом та релаксація: використання технік релаксації, таких як дихальні вправи, медитація чи йога; навчання технікам самодопомоги.
- побудова рефреймінгу: допомога в переосмисленні ситуації; сприяння в розвитку позитивного мислення та віри у власні можливості.
- едукація: надання інформації про емоційне благополуччя та стрес, щоб навчити особу розуміти власний стан; вчити підбирати ефективні стратегії подолання проблем.
- професійна підтримка: заохочення звернення за допомогою до професійних психологів чи консультантів, підтримка від експерта може бути особливо корисною в складних ситуаціях.
- створення безпечного середовища: забезпечення безпечного вільного простору для вираження емоцій [2].

Треба пам'ятати, що тільки спільними зусиллями ми зможемо побудувати стійке, гнучке та підтримуюче освітнє середовище для наших дітей та майбутніх поколінь.

Список використаних джерел

1. СТОЛИЧНА ОСВІТА: ЯКІСТЬ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ ПОРАДНИК IV. З досвіду роботи освітян міста Києва Частина 1 Департамент освіти і науки виконавчого органу Київської міської ради (Київської міської державної адміністрації) Київський університет імені Бориса Грінченка Інститут післядипломної освіти Педагогам, учням, батькам, керівникам закладів освіти. Київ – 2023. – Режим доступу до ресурсу: https://drive.google.com/file/d/1Et-AY_50Vbz0tG0UADHlg1jB4cZbHRZc/view
2. СТОЛИЧНА ОСВІТА: ЯКІСТЬ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ ПОРАДНИК IV. З досвіду роботи освітян міста Києва Частина 2 Департамент освіти і науки виконавчого органу Київської міської ради (Київської міської державної адміністрації) Київський університет імені Бориса Грінченка Інститут післядипломної освіти Педагогам, учням, батькам, керівникам закладів освіти. Київ – 2023. – Режим доступу до ресурсу: <https://drive.google.com/file/d/1olwY8tMT3febemiDswTyLiHlvgeta5-Z/view>