

Проц Марта,
доцент кафедри початкової та дошкільної освіти
Львівського національного університету імені Івана Франка,
кандидат педагогічних наук, доцент

Скафа Уляна,
студентка 3-го курсу спеціальності
013 «Початкова освіта»
Львівського національного університету імені Івана Франка

Психологічна підтримка учнів початкової школи в умовах повномасштабної війни

Вступ. У час коли наша країна зіткнулася з війною почали страждати і діти. Здобувачі освіти, що тільки пішли в перший клас, чи ті, що вчилися і в інших класах отримали і продовжують отримувати стрес. Підхід до цих дітей та їх підтримка має бути важливою частиною освітнього процесу. На це зорієнтовані й освітні нормативні документи, наприклад: стаття 57 Закону України «Про освіту»; Положення про індивідуальну форму здобуття повної загальної середньої освіти; Наказ № 563 від 15 травня 2023 року Про затвердження методичних рекомендацій щодо окремих питань здобуття освіти в закладах загальної середньої освіти в умовах воєнного стану в Україні.

Виклад основного матеріалу. Після початку повномасштабної війни в Україні освіта знову зазнала змін. На даний момент, у школах ведеться очна або змішана форма навчання. Для дітей кожні зміни це стрес, і важливо слідкувати та підтримувати атмосферу в колективі, для кращої адаптації дітей. В умовах війни навчання учнів початкової школи повинно бути зорієнтоване на розвиток не лише академічних знань, але й вміння зберігати психологічну стійкість, самоконтроль та уміння вмикати механізми адаптації до змін. Війна викликає у дітей різні емоції: стрес, страх, паніку, тривогу, нестабільність, розчарування тощо, що потребує готовності вчителів допомогти учням зрозуміти та пережити їхні емоції, забезпечити їм постійну підтримку та позитивний настрій [3]. Міністерство освіти та провідні фахівці в галузі освіти розробили рекомендації з метою підтримки психолого-емоційного стану здобувачів освіти та педагогів. Такі як: раціонально використовувати час; не нехтувати сигналами тривоги; якщо уночі була тривога, то зменшити навантаження на цей день у школі; створити комфортний простір; давати можливість вибору учням; теми сім'ї та дому обговорювати з обережністю.

Тренінги, що вже були згадані, та ігри на контроль емоцій є важливою складовою навчання. Варто розповісти учням, що робити коли їх накриває паніка. Найкращий варіант це навчитись відволікати себе та дітей. Хорошим методом є учителю разом з учнями називати те, що вони бачать навколо, кольори, речі до яких можна торкатися та інші предмети навколо, задіяти усі органи чуття. Також варто давати учням висловлювати свої почуття та робити мінімальний вибір, завдяки цьому діти не будуть відчувати себе в хаосі та більше контролюватимуть свої дії. Йдучи до укриття під час сигналу тривоги можна співати класом пісню, в такому випадку діти будуть менш схвильовані і більш зосереджені. Література з тренінгами та іграми, яка буде корисна це: «Психологічні перлинки для кожної дитинки» та «Скринька чеснот».

Учителі початкових класів повинні мати плани запасних дій, що дасть їм змогу змінювати програму навчання, залежно від того, які ресурси доступні, та який рівень ризику є на території школи. Наприклад, учителі можуть змінювати кількість матеріалів, що потребують доступу до Інтернету, та зосереджуватися на застосуванні простіших концепцій, що не потребують великої кількості інтерактивних ресурсів [2]. Педагог має вміти адаптуватися у різних моментах і зберігати самоконтроль навіть у стресових ситуаціях. Це важлива частина підтримки, тому що якщо учитель не спокійний, діти не будуть під контролем та не відчуватимуть себе в безпеці.

Психологічну підтримку учнів можна забезпечити також розмовами з батьками. У стресовий період дітям особливо потрібна увага батьків, коли батьки дають їй достатньо та якісно все обговорюють з дітьми, то і у школі їм буде спокійніше. Також є батьки, які мають змогу забирати дітей під час тривоги, варто це завчасно також обговорити. Заняття із шкільним психологом теж будуть актуальні. Педагог із психологом може визначити, хто з учнів може розвивати паніку у колективі і провести бесіду, так як не всі діти навчаться себе контролювати і через місяці. Також особливу увагу варто приділити дітям із інклюзією. У період тривоги варто, щоб і шкільний психолог та медсестра були в укритті і надавали допомогу учасникам освітнього процесу.

Для психічного здоров'я, нормального перебігу різних видів діяльності, найперше навчальної, дитині потрібна збалансованість емоцій. Порушення емоційного балансу, перевага негативних емоційних станів спричиняють виникнення тривоги, емоційних розладів, відхилень у розвитку особистості дитини, порушень у неї соціальних контактів. Так, властиві дитині переживання тривоги,

страху, сумніву, побоювання за відсутності коригуючих заходів закріплюється та перетворюються на рису характеру – тривожність, невпевненість у собі. Такі особистісні якості починають регулювати психічну діяльність та поведінку дитини негативним чином [1].

Висновок. Із приходом війни в Україну освіта зазнала багато труднощів. Всі учасники освітнього процесу зіткнулися з проблемами різного роду. Важливо зібрати всі сили, для забезпечення якісного освітнього процесу та психологічного здоров'я учнів початкової школи. У випадку учителів варто мати плани дій у різних випадках та контролювати себе перед дітьми у стресових ситуаціях. Підтримка дітей шкільним психологом є важливою складовою освітнього процесу в умовах війни. Тренінги, розмови з батьками та навчання дітей контролю емоцій позитивно вплине на емоційний стан та покращить самоконтроль учнів.

Література:

1. Калінкіна, Н. С. Соціально психологічні основи збереження психічного здоров'я дітей молодшого шкільного віку в умовах війни /М-во освіти і науки України, Нац. аерокосм. ун-т ім. М. Є. Жуковського «Харк. авіац. ін-т», Гуманітар.-прав. ф-т, Каф. психології (№ 704); кер. І. А. Бідюк. Харків, 2022.64 с.
2. Шелестова, Л. В. Індивідуалізація навчання у початковій школі в умовах війни. The XII International Scientific and Practical Conference «The process of science formation and its contemporary appearance», March 20 – 21, 2023 Tampere, Finland. С. 52-56.
3. Шелестова, Л. В. Особливості навчання учнів початкової школи в умовах війни. The XI International Scientific and Practical Conference «Implementation of modern scientific opinions in practice», March 20–21, 2023.Bilbao, Spain. С. 204-208.