

УДК 378.046.4:376

Лариса ТУРЧИНА,
старший викладач кафедри педагогіки та психології ВІППО

Готовність педагогів до надання психологічної підтримки дітям з ООП в умовах війни



Пропонується досвід роботи з педагогами Волинського інституту післядипломної педагогічної освіти з формування в них психологічних компетентностей щодо запобігання стресових перевантажень у дітей з різними нозологіями та надання психологічної підтримки в умовах війни.

Ключові слова: діти з особливими освітніми проблемами, нозологія, стрес, перша психологічна допомога, психологічна підтримка, гандикапність, інтолерантність, резильєнтність, посттравматичне зростання, дезадаптація, посттравматичний синдром.

Larysa Turchyna. Readiness of Teachers to Provide Psychological Support to Children with SEN in War Conditions.

The experience of working with teachers of the Volyn In-Service Teachers Training Institute on the formation of psychological competences in the prevention of stress overload in children with various nosologies and provision psychological support in war conditions is offered.

Keywords: children with special educational problems, nosology, stress, psychological first aid, psychological support, handicap, intolerance, resilience, post-traumatic growth, maladaptation, post-traumatic syndrome.

Постановка питання. Реалізація «Закону про освіту» шляхом її реформування вимагає від сучасних педагогів оволодіння новими психологічними компетентностями. Саме глибокі й системні знання з сучасної вікової та педагогічної, соціальної психології, психології особистості дозволять досягнути поставлених мети і завдань на цінностях Нової української школи. А впровадження інклюзивної освіти в Україні зумовило необхідність оволодіння педагогами базовими компетентностями зі спеціальної психології: осіб із затримкою психічного розвитку (олігофренопсихологія), дітей із проблемами слуху (сурдопсихологія), дітей з вадами зору (тифлопсихологія), осіб із порушеннями мовлення (логопсихологія), дітей з порушеннями опорно-рухового апарату (ортопсихологія) та інші.

Особливі завдання перед українськими педагогами постали з початком повномасштабного вторгнення ворога на територію України. Освітні заклади з перших годин війни стали волонтерськими центрами надання допомоги ЗСУ, внутрішньо переміщеним особам, центрами територіальної оборони. Освітянам екстрено потрібно було навчитися справлятися як зі своїми емоційними

станами, так і навчитися надавати допомогу тим, хто її потребує. Значної уваги потребували діти з ООП та їхні родини.

За даними агентств ООН, сьогодні кожна українська сім'я стикається з проблемами збереження ментального здоров'я, тож одним із головних завдань педагогічних працівників є повсякденна психологічна допомога та емоційна підтримка учнів.

Для вдосконалення професійних компетентностей освітян у цьому напрямі прийнято Закон України «Про внесення змін до статті 51 Закону України „Про повну загальну середню освіту” щодо підвищення кваліфікації педагогічних працівників у питанні надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу», де мова йде, що не менше 10 відсотків загальної кількості годин підвищення кваліфікації освітян має відводитися на вдосконалення знань, умінь і практичних навичок у частині надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу [8].

Для забезпечення реалізації МОН розробило ряд нормативних документів [6–9] та затвердило Типові програми підвищення кваліфікації практичних психологів закладів освіти «Психолого-педагогічні

методи та інструменти роботи з психологічною травмою, обумовленою воєнним станом» (наказ від 15.05.2023 № 560), «Плекання резиліентності в закладі освіти» (наказ МОН від 05.06.2023 № 672), Типову програму підвищення кваліфікації педагогів ЗДО «Психолого-педагогічна підтримка дітей, батьків та педагогів в умовах надзвичайної ситуації» (наказ від 21.04.2023 № 461), наказом МОН від 23.04.2021 № 457 затверджено Типові програми підвищення кваліфікації щодо надання підтримки в освітньому процесі дітям з особливими освітніми потребами.

Все вищеперераховане зумовило необхідність Волинському інституту післядипломної педагогічної освіти оперативно робити зміни у підвищенні кваліфікації педагогів Волині.

Виклад основного матеріалу. Війна вносить корективи у трактування деяких понять, які пов'язані з наданням психологічної допомоги та підтримки в сучасних умовах. Для розуміння специфіки кожного з них важливо зупинитися на кожному, що ми й робимо на заняттях із педагогами.

Тривалий час у психології важко було розрізнити поняття «підтримка» і «допомога». У багатьох визначеннях вони ототожнювалися або одне визначалося через інше (то підтримка через допомогу, то допомога через підтримку). Ось кілька прикладів: «Психологічна підтримка передбачає психологічну допомогу особистості в складних життєвих обставинах, ситуаціях, сприяє налагодженню життя та адаптації в суспільстві» (Панок, Чаплак, Андреева, 2019). І вже в наступному абзаці: «Психологічна допомога являє собою психологічну підтримку особам із використанням методів психологічної допомоги, реабілітації, психотерапії, психоконсультавання» (Васьківська, 2004) [4]. Залишимо з'ясовувати специфіку понять у площині клінічної психології психологам-науковцям. Нам же для практичного і конструктивного здійснення підтримки і допомоги педагогами учнів в умовах війни потрібні прості й зрозумілі визначення.

Тож нами психологічна підтримка розуміється як здійснення особою, яка пройшла спеціальну підготовку, взаємодії з постраждалим, який перебуває в стресовій ситуації і не може самостійно впоратися зі стресом, адаптуватися до змін. Підтримка може бути одноразовою, надаватися не обов'язково психологом, а будь-ким, хто має сформовані навички (педагог, соціальний працівник, медик, волонтер). Тому так важливо, щоб кожен педагог оволодів навичками надання такої підтримки. Важливо, що підтримка включає в себе не тільки психологічну допомогу, але й вирішення нагальних потреб у воді, їжі, відпочинку... «Відновлення біологічного функціонування організму – перший крок у психологічному відновленні», – стверджує доктор медичних наук психотерапевт Олег Чабан.

Маємо необхідність ввести поняття «перша психологічна допомога (ППД)»: це сукупність заходів загальнолюдської підтримки та практичної психологічної допомоги людям, які зазнали впливу значних стресорів. Її надання не передбачає значної професійної підготовки, достатньо педагогічних знань, отриманих в межах загальноосвітнього психологічного інформування, і природної здатності проявляти співчуття, людяність. Важливою характеристикою першої психологічної допомоги є її простота» [9].

ППД включає такі елементи: ненав'язливе надання практичної допомоги та підтримки; оцінювання потреб і проблем; надання допомоги в задоволенні базових потреб (наприклад, їжа, вода, інформація); слухання людей, не примушуючи їх говорити; розрада та заспокоєння людей; надання допомоги в отриманні інформації, встановленні зв'язку зі службами та структурами соціальної підтримки; захист людини від подальшої шкоди [9].

Завдання ППД: формувати відчуття безпеки, зв'язку з іншими людьми, спокою і надії; сприяти доступу до соціальної, фізичної та емоційної підтримки; зміцнювати віру в можливість допомогти собі та навколишнім [9].

Оскільки і психологічна допомога, і психологічна підтримка надаються у ситуаціях, пов'язаних із проживанням особою стресу, то значну увагу в формуванні навичок підтримки ми приділяємо розумінню суті стресу й особливостей поведінки у стресових ситуаціях. Стрес як захисна реакція організму на зовнішні чи внутрішні подразники завжди був у полі уваги медиків, психологів, педагогів. Йому присвячено системні дослідження. До угорського медика Ганса Сельє, який увів поняття *стрес* і розглядав його як неспецифічну (тобто не пов'язану з конкретною причиною), універсальну, або загальну, реакцію організму на зовнішні впливи (зокрема й патологічні), що потребують змін (назвав спочатку «загальним адаптаційним синдромом», а потім перейменував на «стрес») фізіологічні, психологічні, соціальні реакції досліджували сотні вчених, але не називали їх стресом. Уважається, що вперше цю реакцію описав у 1932 році психолог Волтер Кеннон, який назвав стрес «реакцією боротьби» або «втечі».

Науковців усе більше цікавить психологічна площина цього процесу: аналізуються зміни в мотиваційній, емоційній, когнітивній структурах особистості, індивідуальні прийоми компенсації й подолання труднощів. Л. М. Аболін, В. А. Бодров, О. М. Валуйко, Н. Є. Водоп'янова, Р. М. Грановська, Л. Джуелл, Л. А. Китаєв-Смик, Т. Кокс, І. Д. Ладанов, Р. Лазарус, Л. Є. Паніна, Р. А. Тигранян, О. Я. Чебикін, Ю. В. Щербатих – це неповний перелік тих науковців, які здійснили значимий внесок у дослідження стресу. Вивченню особливостей різноманітних стресових

станів присвятили свої роботи Е. І. Бистрицька, В. А. Бодров, Дж. Віткін, Л. А. Китаєв-Смик, О. С. Копіна, Н. В. Самоукіна, В. А. Татенко, О. Я. Чебикін, О. М. Черепанова, М. Борневасер, Д. Грінберг, Г. Купер, Л. Леві [5].

Особливе місце займає дослідження стресу в освітньому процесі дітей з різними нозологіями в умовах війни.

Важливо диференціювати запобігання стресових перевантажень у педагогів, батьків, учнів. Адже якщо більшість дорослих психічно здорових людей мають ресурси витримувати потрясіння, то у дітей, особливо з ООП, таких ресурсів немає. Дослідження свідчать, що лише 8 % чоловіків та 20 % жінок, які зазнали травматичної події, потерпають через посттравматичні стресові розлади (ПТСР), а для 25 % дітей характерні негативні наслідки травматичної події. Переважна кількість дорослих людей (70 %) вважають, що вони можуть впоратися з травмою та відновитися без сторонньої допомоги. Разом із тим, своєчасна перша психологічна допомога важлива для прискорення відновлення після отримання травматичного досвіду людей, які були учасниками або свідками травматичних подій, для запобігання посттравматичного стресового розладу. Діти ж потребують особливої допомоги і психологічного супроводу в умовах війни. Щодо дітей з різними нозологіями, то їм потрібен особливий підхід у стресових ситуаціях, адже кожен діагноз має свої особливості прояву в цих складних умовах. Саме на ознайомлення з особливостями поведінкових реакцій дітей з ООП спрямовано роботу на 8-годинних сертифікованих семінарах з теми «Запобігання стресовим перевантаженням усіх учасників освітнього процесу в умовах інклюзії».

В усіх джерелах щодо психологічного супроводу в умовах війни наголошується, що той, хто надає допомогу іншим, має перш за все подбати про свій психічний стан. Стресостійкість дорослого базується на його емоційній зрілості, батьківській чи педагогічній компетентності та відповідальності. Тому, реалізуючи цілий ряд завдань щодо психологічної підтримки освітнього процесу в умовах війни [6–9], першочергову увагу приділяють формуванню психологічних компетентностей у педагогів, сприянню появі у них резильєнтності – здатності людини або соціальної системи вибудовувати нормальне, повноцінне життя в складних умовах. Саме резильєнтність забезпечує можливість успішно адаптуватися до нової ситуації і вийти на рівень посттравматичного зростання. В іншому випадку будуть усі ознаки дезадаптації й можливий посттравматичний синдром. Дуже важливо, щоб дорослі, які дбають про безпеку дітей, у першу чергу подбати про себе, бо саме їх стратегії й моделі

поведінки у стресі (конструктивні, деструктивні, нейтральні) мають найбільший вплив на дітей. Діти ніби зчитують стан дорослого і відтворюють його.

Резильєнс є здатністю дорослої людини, яка зазнала впливу окремої потенційно руйнівної події (смерть близької людини або ситуація, що загрожує життю), утримувати відносно стабільні, здорові рівні психологічного та фізичного функціонування, а також здатність відчувати позитивні емоції та навчатись на власному досвіді. Резильєнтні люди мають три характеристики: стійке прийняття реальності; глибока, підкріплена міцними цінностями, віра в те, що життя має сенс; надзвичайна здатність імпровізувати [2]. Тому в роботі з педагогами у курсовий і міжкурсний період у ВІППО ми особливо увагу приділяємо діагностиці та розвитку в освітан стресостійкості, резильєнтності, конструктивних стратегій подолання.

Для педагогів Волині нами розроблено і реалізуються сертифіковані 8-годинні тренінги: «Запобігання стресових перевантажень усіх учасників освітнього процесу в умовах інклюзії», «Психологічні умови благополуччя всіх учасників інклюзивного навчання», «Психологічна підтримка становлення особистості в сучасному освітньому просторі» та 16-годинні тематичні курси «Психологічний супровід становлення особистості в освітньому просторі». На заняттях з педагогами ми працюємо над розумінням фізіологічних основ стресу, аналізуємо різні реакції дитини на стрес та вправляємося в алгоритмі першої психологічної допомоги в різних реакціях дитини на стрес (страх, ступор, істерика, плач, агресія, тремтіння, апатія). Наголошуємо на необхідності доведення навички першої психологічної допомоги до автоматизму.

Важливим є розуміння педагогами найбільш типових причин стресів у дітей: патологічні спадкові фактори; особливості особи; вік; особливі періоди життя (кризи); тяжкі «удари долі» (смерть чи розлучення рідних); негативні потрясіння; стихійні лиха; нездатність вибудувати чи втрата довірливих взаємин зі своїм близьким оточенням; низький рівень чи відсутність соціальної підтримки; фізичні та емоційні перенапруження під час навчання; значимі зміни в сім'ї (розлучення, переїзд або навіть народження нового члена сім'ї); надмірно щільний графік (навчання, заняття спортом, відвідування гуртків тощо) і невеликий перепочинок між різними видами зайнятості; психологічний тиск на самого себе (перфекціонізм у всьому і боязнь робити помилки); шкільний стрес (страх покарання та отримання незадовільної оцінки, нездатність засвоїти шкільний матеріал, перевтома під час навчальних занять).

В умовах війни часто діє комплекс факторів, що викликають стрес, тому педагоги мають оволодіти елементами психологічної підтримки у проживанні

особистістю втрати, знання різних етапів проходження втрати, діагностики станів у дітей та надання ефективної підтримки.

Розуміння особливостей проживання стресу дітьми різного віку дозволить дорослим найбільш відповідно надавати підтримку. Зазначимо, що хоча ми більш детально з педагогами пропрацюємо особливості допомоги дітям різного віку у стресі, але зараз ми зупинимося на загальних характеристиках. Так, діти до 3 років відчувають дратівливість, плачуть, можуть проявляти надокучливу або агресивну поведінку та боятися незрозумілих звуків, криків, різких рухів і потребують фізичної близькості батьків. Тому їм насамперед потрібно забезпечити присутність батьків та їхній тактильний контакт.

Діти 4–6 років: часто відчувають безпорадність та безсилля, страх розлуки, у своїх іграх можуть відбивати аспекти ситуації, відмовлятися визнавати ситуацію та заглиблюватися в себе й не бажати спілкуватися з однолітками та дорослими. Вони потребують насамперед безпеки, тому батькам слід заспокоїти дитину, що і вона, і самі батьки в безпеці.

Діти 7–10 років: можуть відчувати провини, неспроможність, злість, фантазії, в яких дитина бачить себе «рятувальником», «зацикленість» на подробицях події. Дитина боїться втратити звичне та боїться смерті, досить добре розуміє загрозу, може переживати страх і думає про майбутнє. Тому батькам потрібно обговорювати з дитиною події та переживання і забезпечити їй безпеку та звичний спосіб життя (ігри, спілкування з друзями тощо).

Діти 11–13 років: відчувають дратівливість, страх, депресію, можуть поводитися агресивно та не приймати правила. Вони боятися втратити життя, близьких, дім, звичний спосіб життя. У цьому віці діти розуміють, що відбувається, прогнозують майбутнє, але мінімальний власний досвід викликає тривожність. Батькам можна відкрито говорити про свої переживання, страхи та допомагати дітям відтворювати соціальні зв'язки.

Діти 14–18 років: проявляють небезпечну поведінку, можливі суїцидальні думки та прояви аутоагресії, реакції, що нагадують реакції дорослих. Боятися втратити себе, своє місце, життя, близьких. Можуть радикально сприймати ситуацію, адже підліток тільки стає на ноги, а звичний світ зруйнувався. У цьому віці дорослим важливо не вимагати від підлітка брати на себе роль дорослого. З підлітком слід ділитися досвідом, розмовляти, допомагати знизити емоційне напруження. Поясніть підлітку, що всі почуття та реакції зараз природні, а все, що відбувається, – це тимчасово, не на все життя. Щоб допомогти підлітку зменшити емоційне напруження – спрямовуйте його активність та емоції на конкретні дії.

Зазначимо, що у дітей з особливими освітніми потребами є додаткові стресори, які важливо враховувати і здійснювати профілактику їх появи та проявам. Перш за все це *гандикапність* – індивідуально-психологічна властивість, яка виявляється у поведінці, емоційних станах та експресивних реакціях щодо людей з вадами фізичного або психічного розвитку. Це похідна властивість особистості від соціального явища *гандикапізму* – соціальна установка, атитюд, забобони, стереотипи стосовно осіб із певними відхиленнями від норм. Ще одним травмувальним фактором є *інтолерантність* – негативні, агресивні прояви, спрямовані проти когось, чий спосіб життя, погляди, особистісні або культурні особливості викликають несхвалення чи неприязнь. Інтолерантна особа або група осіб вважає себе кращими, досконалішими, розумнішими за тих, проти кого спрямована їх нетерпимість. *Квазітерпимість* – терпимість, коли мотивами її зовнішнього вияву є користь, конформізм, самореклама, лібералізм, віра у невідворотність подій; *псевдотерпимість* – імітація толерантності з мотивами вигоди, випадки свідомого введення в оману; «негативна» терпимість – терпимість «на показ», злісне невтручання з мотивами помсти. І найгірший варіант прояву всіх перерахованих вище явищ – *булінг* (від англ. *bullying* – залякування, цькування): різновид насильства; навмисне, що не має характеру самозахисту і не є санкціонованим нормативно-правовими актами держави, довготривале (повторюване) фізичне чи психологічне насильство з боку індивіда чи групи, які мають певні переваги (фізичні, психологічні, адміністративні тощо) стосовно індивіда, і що відбувається переважно в організованих колективах з певною особистою метою (наприклад, бажання заслужити авторитет у бажаних осіб). Розуміння педагогами цих явищ дозволить запобігти його проявам у педагогічній, батьківській і учнівських спільнотах щодо дітей з ОПП.

Системна робота з педагогічними колективами щодо обізнаності, методів виявлення, запобігання і подолання цих негативних явищ в освітніх закладах є важливим у профілактиці стресових ситуацій.

Маємо зазначити, що інклюзія під час війни стикається з новими викликами, про які не знають у багатьох країнах. Учителям невдовзі доведеться навчати дітей, які через поранення мають особливі освітні потреби. Таку саму специфіку деякі учні мають через ПТСР (наприклад, втрачають здатність розмовляти через психологічну травму). А ще педагоги будуть змушені шукати підхід до тих дітей з ООП, стан яких значно погіршився через бойові дії.

Звертаючись до досвіду інших країн у пошуках відповіді на ці виклики, знаходимо дослідження Вілле Ваклін «Турботливе навчання» (2016) дітей з ООП внаслідок бойових дій в Уганді. Вчений зазначає

що діти з ООП унаслідок війни потребують більшої делікатності порівняно з тими, хто має певні фізичні особливості з дитинства, в них може не бути самоідентифікації себе, як, приміром, людини на інвалідному візку. Тож необережне слово однокласників може травмувати. Профілактикою цього має бути роз'яснювальна робота з однолітками та їхніми батьками.

Діти, які були поранені, зазнали жахів війни, викликають значно більше бажання пожаліти, ніж інші діти з ООП. Але сприйняття себе як жертви – не те, чого хочуть такі учні. Акцент варто робити на тому, що вони – ті, хто вижили, – вийшли переможцями з ситуації. Навіть оповідання для таких дітей мають назви на зразок «Герої теж плачуть».

Якщо діти з ООП через психотравму не можуть працювати на уроках, треба дати змогу індивідуально та за бажанням говорити про почуття, думки, які заважають займатися. Надважливим є почуття безпеки. Його створюють та дають відчуття керованості щоденні однакові рутини, які робляться спільно з учителями (ранкове коло, спільний обід, спільне декорування кабінетів тощо). Існує феномен посттравматичного зростання: такі діти, по суті, є психологічно старшими за однолітків. У них вивільняються ресурси, які дають змогу активно розвиватися. Це дає надію, що з допомогою вчителів такі учні ще зможуть проявити себе та повернутися до більш-менш безпечного життя.

Користуємося і порадами ізраїльських фахівців у тренінгу «Допомога дітям з ООП у надзвичайних ситуаціях». Розмовляючи з дітьми про сирену, ракетні обстріли, розповідаємо про безпечний простір, правила поведінки у приміщенні та на вулиці під час небезпеки, використовуючи візуальне підкріплення. Використовуємо прості, короткі речення з візуальною підтримкою. Для кращого засвоєння інформації повторюємо її декілька разів. Разом складаємо та обговорюємо алгоритм дій у разі небезпеки (можна візуально зобразити послідовність дій, написати у вигляді чек-листа на листочку в гаджетах, щоб дитина мала доступ у будь-який час переглянути). Відпрацьовуємо переміщення (рух шляхом) до безпечного середовища, коли лунатиме сирена (з дитиною разом пройти цей шлях, коли немає сирени, у спокійній обстановці, акцентуючи увагу на важливих моментах). Доцільно малювати карту і вказувати стрілками рух переміщення. Така робота на випередження зменшить рівень стресу в реальній ситуації. Переконаємося в тому, що дитина знає та розуміє правила та алгоритми дій у разі небезпеки.

Важливо роз'яснити значення сигналу тривоги (сирени), можна використати для цього мультимедію «Сирена, моя помічниця». Потурбуйтеся про діток, що мають чутливу реакцію на звук, використовуйте навушники, беруши.

Можна дитині дати посильне для неї доручення, коли переходить у безпечне місце чи знаходиться у захисному середовищі: відповідальність за якийсь предмет (пляшка з водою), вести собаку, пригланути за молодшим братом чи сестрою, написати повідомлення чи зателефонувати до рідних, що все гаразд... Це допомагає дитині, дає відчуття, що ситуація знаходиться під контролем, та підвищує психологічну стійкість.

Розповідайте про свої переживання, емоції, тривоги, показуйте, як ви з ними справляєтесь. Якщо дитина запитує про війну, про загиблих, не уникайте відповіді, розповідайте, пояснюйте, але не заглиблюйтесь. Правда зцілює, але її подача має бути відповідною до віку й рівня розвитку дитини.

Важливо також обговорити з дитиною, чим вона може займатись у безпечному приміщенні, заздалегідь підготувати потрібний інвентар (ліпити, малювати, гратись, складати, конструювати, моделювати...).

Дорослі мають оволодіти прийомами заспокоєння дитини під час небезпечних ситуацій, що викликають страх, стрес, паніку: дозволити дитині виражати свої емоції. Роз'яснювати, що страх у таких ситуаціях потрібний для нашого організму, оскільки дає сигнал, щоб ми захищались. Одним зі способів справитись із страхом – виражати його через малюнки, ліпку чи інші творчі способи, що активізують емоції та почуття, спонукають ділитися ними з оточуючими. Потрібно працювати на випередження – переглядати відео, складати соціальні історії, розповідати можливі ситуації та давати алгоритми, як діяти.

Щоб заспокоїти дитину під час обстрілів, використовуйте вправи заземлення, дихальні, масаж. Важливо застосовувати тактильну підтримку, налагодити зоровий контакт (винятком є стан агресії дитини), використовувати спокійне, мелодійне, але впевнене мовлення, слідкувати за своєю мімікою. Для заспокоєння нервової системи слухайте у навушниках приємну мелодію, зменшіть попадання яскравого світла (можна облаштувати халабуду під столом, закутатися в одіяло). Усім дорослим, особливо педагогам, обов'язково засвоїти алгоритм першої психологічної допомоги дитині у різних станах: страху, агресії, нервового тремтіння, ступору, істерики, плачу, апатії. У Методичних рекомендаціях МОН освіти і науки «Перша психологічна допомога. Алгоритм дій» говориться про протокол, що вказує на обов'язковість дотримання усіх рекомендацій.

Опрацьовуємо з педагогами особливості надання психологічної підтримки на онлайн-уроках. Наголошуємо, що демонструючи візуальний план

уроку, у якому передбачаємо хвилини релаксу, відпочинку, фізкультхвилини, обов'язково залучаємо дітей до улюбленої діяльності. Завжди маємо при собі воду і нагадуємо учням про важливість пиття. Приділіть увагу на кількох уроках правилам поведінки під час дистанційного навчання. Зазначайте час на виконання певного завдання чи відпочинку (можна використовувати пісочний годинник, відлік часу онлайн). Останнім пунктом може бути «Сюрприз» (перегляд улюбленого відео, посилання на гру, знайомство зі своїм домашнім улюбленцем...). Створюйте позитивну атмосферу. Розповідайте та висвітлюйте на екран фото тих речей, які вас оточують: це можуть бути домашні тварини, цікаві предмети. Можна дати дитині завдання, щоб вона сфотографувала те, що приносить їй радість, та надіслала вам; на уроці обговоріть це фото. Для кращого зосередження уваги використовуйте різні ігри (порахуй, скільки разів протягом уроку чи під час виконання певного завдання з'явиться на слайді смайлик; можна і власноруч демонструвати м'яку іграшку). Давайте посильні для дитини завдання, інструкції. Повторюйте раніше вивчене. Пояснення чогось нового чергуйте з улюбленою діяльністю. Добирайте завдання, щоб дитина порухалась, на взаємодію, комунікацію з оточуючими. Наприклад: сфотографуй книгу (яблуко, іграшку, будь-який інший предмет) далеко, близько, на стільці, під стільцем та надішли мені; порахуй, скільки дверей, пар взуття, вікон (відштовхуючись від цього, складати з дитиною математичні завдання), запропонуй мамі (тому, хто поруч) скласти речення про..., запропонуйте дитині виконати з навколишніми

складений алгоритм під час уроку (приготування бутерброда, салату, поливання квітів і т. д.)

Висновки. Реалізація освітнього процесу в умовах реформування освіти та активних воєнних дій в Україні потребує особливих компетентностей педагогів. Адже освітні заклади стали центрами не тільки волонтерської роботи, а й надання психологічної підтримки усім учасникам освітнього процесу та їхньої психологічної просвіти. Звичайно, значні завдання у цьому аспекті стоять перед соціально-психологічною службою закладів освіти. Проте психологічні компетентності, зокрема внутрішньопсихологічні, входять до структури педагогічних компетентностей сучасного педагога. Тому системна і глибока робота з педагогами Волині щодо формування в них психологічних знань, умінь, навичок – одне із пріоритетних завдань підвищення кваліфікації сучасного освітянина. Опрацювання з педагогами методів діагностики стресостійкості та допінг-стратегій, прийомів самодопомоги в стресових ситуаціях, умов формування резильєнтності сприятиме здатності успішно справлятися зі стресами, запобігати професійному вигоранню. Тільки педагог у ресурсі зможе надати допомогу іншим.

Розуміння мети, завдань, принципів, структури першої психологічної допомоги, володіння алгоритмом ППД, знанням вікових особливостей дітей у проживанні стресу й особливостей поведінки дітей з різними нозологіями, оволодіння практичними і дієвими прийомами, техніками, методами діагностики та психологічної підтримки замовників освітніх послуг забезпечить успішне виконання педагогами поставлених перед ними завдань.

Використані джерела

1. Допомога дітям з ООП під час війни. Поради для батьків. URL: <https://nus.org.ua/articles/dopomogadityam-z-oop-pid-chas-vijny-porady-dlya-batviv/>
2. Грішин Е. Резилієнтність особистості: сутність феномену, психодіагностика та засоби розвитку. URL: <http://journals.hnpu.edu.ua/index.php/psychology/article/view/3635/0>
3. Кірішко Л. Психологічна підтримка дітей з особливими освітніми потребами в умовах воєнного стану. *Інклюзивна освіта*. 2022. № 1–2. С. 101–103.
4. Кихтук О., Федотова Т. Психологічна підтримка особистості: методи та особливості роботи клінічного психолога. *Psychological Prospects Journal*. 2021. Вип. 38. С. 63–75.
5. Наугольник Л. Б. Психологія стресу : підручник. Львів : Львів. держ. ун-т внутрішніх справ, 2015. 324 с.
6. Підвищення кваліфікації педагогів: законодавство, актуальні напрями і програми. URL: <https://naurok.com.ua/post/pidvischennya-kvalifikacii-pedagogiv-zakonodavstvo-aktualni-napryami-i-programi>
7. Постанова Кабінету Міністрів України від 29.04.2022 р. № 493 «Про внесення змін до Положення про інклюзивно-ресурсний центр». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/493-2022-%D0%BF#Text>
8. Про внесення зміни до статті 51 Закону України «Про повну загальну середню освіту» щодо підвищення кваліфікації педагогічних працівників у питанні надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу. *Відом. Верховної Ради*. 2023. № 69. Ст. 238. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3051-20#Text>
9. Про методичні рекомендації «Перша психологічна допомога. Алгоритм дій». Лист Міністерства освіти і науки України від 04 квітня 2022 р. URL: <https://mon.gov.ua/npa/pro-metodichni-rekomendaciyi-persha-psihologichna-dopomoga-algoritm-dij>
10. Як працювати з дітьми з ООП та підтримувати їх під час війни. URL: https://www.youtube.com/watch?v=jSXDFyvb6_s&t=4s