



Юлія БІЛОГАШ,
практичний психолог-методист
Новоушицької спеціальної школи

Збереження і зміцнення психічного здоров'я дітей з порушенням слуху

Психолого-педагогічний супровід дитини з порушенням слуху в спеціальному закладі – це взаємоузгоджена комплексна діяльність команди фахівців та батьків дитини, спрямована на створення необхідних умов, що сприяють розвитку особистості дитини, засвоєнню нею знань, умінь і навичок, успішній адаптації.

До складу команди психолого-педагогічного супроводу входять: постійні учасники: директор, заступник директора з навчально-виховної роботи, вчителі початкових класів (класні керівники), учителі - предметники, практичний психолог, соціальний педагог, учителі-дефектологи та батьки або законні представники дитини; залучені фахівці: медичні працівники закладу освіти (лікар, медична сестра), спеціалісти системи соціального захисту населення, служби у справах дітей та інші.

Команда супроводу виконує такі завдання:

- на підставі висновку ІПЦ розробляється ІПР для кожної дитини з порушенням слуху та забезпечення моніторингу її виконання з метою коригування та визначення динаміки розвитку дитини; моніторинг динаміки результатів навчальної, виховної і корекційно-розвиткової роботи, змін у стані здоров'я, інтелектуальній та емоційно-вольовій сферах дитини, її соціальній ситуації розвитку;

- збір інформації про особливості розвитку дитини, її інтереси, труднощі, освітні потреби на етапах створення, реалізації та моніторингу виконання ІПР;

- різнобічний розвиток індивідуальності дитини на основі виявлення її задатків і здібностей, формування інтересів і потреб;

- консультування родини з питань виховання і розвитку дитини з порушенням слуху;

- надання методичної підтримки педагогічним працівникам закладу освіти;

- професійна взаємодія фахівців;

- збереження і зміцнення здоров'я дітей;

- корекційно спрямоване виховання школяра як культурної і моральної людини.

Слух та мова у психічному розвитку дитини виконують комунікативну, узагальнюючу та регулюючу функції. Тому порушення слуху утруднює спілкування, породжує недоліки другого порядку: перешкоджає правильному формуванню пізнавальних процесів, впливає на емоційно-вольову сферу, характер та інші сторони особистості. Таке складне поєднання утворює своєрідну картину психічного розвитку, що має певну специфіку. Дітям з порушенням слуху притаманні комплекс неповноцінності, знижена мотивація, негативізм, невпевненість у собі, порушення емоційно-вольової сфери, що проявляються підвищеною дратівливістю, агресивністю, образливістю, труднощі у спілкуванні з оточуючими, у налагодженні контактів зі своїми однолітками.

Проте педагогічні та психологічні дослідження вказують, що у дітей з порушенням слуху є значні невикористані можливості особистісного розвитку, котрі повинні бути розвинені під впливом спільної корекційної роботи педагогів та психолога.

Психологічний супровід дітей з порушенням слуху – це завжди пролонгований, динамічний процес, діяльність психолога, яка передбачає:

- 1) систематичний моніторинг психолого-педагогічного статусу дитини в динаміці її психічного розвитку;

- 2) створення соціально-психологічних умов для ефективного психічного розвитку дітей в соціумі;

- 3) участь у складанні та коригуванні індивідуальних програм розвитку;

- 4) систематична психологічна допомога дітям із порушенням слуху у вигляді консультування, психокорекції, психологічної підтримки;

- 5) систематична допомога батькам дітей із проблемами в розвитку;

- 6) психологічна підтримка педагогів, які працюють з дітьми цієї групи, спрямована на формування в них психологічної готовності до роботи з цими учнями та на профілактику емоційного і професійного вигорання.

Сьогодні українці переживають надзвичайно складний період історії і, як результат, практично всі перебувають у стані колективного стресу. Люди втомлені, емоційно виснажені, знервовані. У дітей дедалі частіше з'являються такі психічні прояви, як підвищена тривожність, страх, невпевненість у собі, надмірна вразливість тощо. Як уберегти емоційний стан і психічне здоров'я дітей з порушенням слуху, котрі навчається у спеціальній школі під час війни?

Психічне здоров'я дитини – це стан душевного благополуччя, емоційного комфорту, впевненість у своєму майбутньому, пов'язані з відчуттям захищеності свого «Я». Психічне здоров'я дитини характеризується її здатністю успішно регулювати свою поведінку і діяльність відповідно до загальноприйнятих норм, і правил, активно розвиватись як особистість.

Міжнародний стандарт психічного здоров'я включає 10 ознак: інтелект, цілеспрямованість, гнучкість, логічність мислення, моральні якості, соціальна поведінка, особливості харчування, емоційність, ставлення до свого здоров'я, сексуальність.

Ознаки психічного здоров'я дитини дещо відрізняються від ознак психічного здоров'я дорослого. Основними показниками психічного здоров'я дитини є:

1. Розумова працездатність
2. Позитивний емоційний стан
3. Адекватні емоційні реакції
4. Адаптованість до соціуму

Основними сферами корекційно-розвивального впливу щодо збереження і зміцнення психічного здоров'я дітей з порушенням слуху є:

- розвиток когнітивних процесів: підвищення активності словесної пам'яті, розвиток стійкості уваги, підвищення активності словесно-логічного мислення ;
- розвиток комунікативних здібностей, оптимізація спілкування дитини з однолітками, батьками, педагогами;
- допомога дітям в опануванні знань про власну особистість та систему стосунків зі світом і самим собою;
- зміцнення емоційно-вольової сфери дитини: стимулювання позитивного мислення, віри у свої можливості, підвищення впевненості в собі, розвиток самоконтролю та стресостійкості (життєстійкості, резильєнтності).

Вітчизняна психологічна література розглядає «резилієнс» (resilience) як стійкість до травми, стресостійкість, життєздатність і як психологічну пружність. Психологічна пружність (від англ. resilience – пружність, еластичність) – це здатність зберігати в критичних ситуаціях стабільний рівень психологічного та фізичного функціонування, виходити з таких ситуацій без стійких порушень, успішно адаптуючися до несприятливих змін. Системний аналіз поняття «життєстійкість» здійснено як зарубіжними, так і українськими психологами Д. Леонтьєвим, П.Лушиним, С.Мадді, В.Панченко, Т.Титаренко. Розвиток життєстійкості в умовах збройних конфліктів досліджували науковці В.Чернобровкін, С.Богданов, О. Залеська, В. Климчук, Т. Тарабрина. Життєстійкість характеризує ступінь здатності витримувати ситуацію гострого або хронічного стресу, зберігати внутрішню збалансованість, не знижуючи успішності діяльності. Життєстійкість (стресостійкість) є фундаментом особистісних рис людини, одним із ключових параметрів зрілих форм саморегуляції, і може розглядатися як показник психічного здоров'я.

Стресостійкість (резильєнтність) дитини – це вміння долати труднощі, регулювати емоції та поведінку (як самостійно, так і з допомогою дорослого), розуміти настрої оточення, у відповідних ситуаціях виявляти витримку, бути компетентним у своїх емоціях у складних ситуаціях.

Стресостійкість визначається сукупністю особистісних якостей, типом нервової системи дитини, що дозволяють переносити значні інтелектуальні, вольові та емоційні навантаження, зумовлені віковими особливостями діяльності, без особливих шкідливих наслідків для життєдіяльності та власного здоров'я.

Стрес є дуже серйозною проблемою впродовж усього життя дитини з порушеннями слуху, але загострюється він саме у підлітковий період, (або у період вікових криз). Тому формувати стресостійкість необхідно починаючи ще у молодшому шкільному віці, аби у подальшому житті було легше адаптуватися до зовнішніх і внутрішніх факторів, що провокують стан стресу.

Основні шляхи розвитку стресостійкості дітей з порушенням слуху під час психолого-педагогічного супроводу освітнього процесу:

- розвиток когнітивних навичок та умінь розв'язувати проблеми;
- формування та підтримка здорових стосунків дітей з порушенням слуху із однолітками, батьками, дорослими;
- розуміння та управління емоціями й поведінкою, використання технік саморегуляції.

Сприяння позитивному зростанню особистості дитини з порушенням слуху через розвиток соціальних та емоційних навичок, які формують основу психічного благополуччя та успіху в житті. Такі навички як розуміння та управління

емоціями й поведінкою, розв'язання особистісних та міжособистісних проблем, розвиток самоповаги та впевненості допомагають дітям справлятися з труднощами та будувати позитивні стосунки, підвищуючи їх стійкість, щоб вони могли краще справлятися з життєвими викликами.

Зміст корекційно-розвивальної роботи із дітьми з порушенням слуху орієнтований на повноцінний розвиток актуальних для всіх психологічних властивостей та якостей. У молодших класах проводиться робота здебільшого когнітивного змісту, а також заняття, які сприяють розвитку довірливої регуляції емоційної та поведінкової сфери. У середній та старшій школі посилюється увага до розвитку самосвідомості школярів, формування у них соціально-комунікативних навичок.

Практичний психолог проводить з молодшими школярами з порушенням слуху корекційно-розвивальні заняття, де акцентується увага на розвитку когнітивних та комунікативних навичок, заняття на розпізнавання власних емоцій та вміння їх проявляти .

Із підлітками з порушенням слуху доречними будуть тренінгові заняття за антибулінговою програмою, де акцентується увага на побудові позитивних стосунків та комунікативних навичок, технології вирішення конфліктів шляхом співпраці, формування моральної поведінки, активної життєвої позиції, розвитку самосвідомості та самоповаги, самоконтролю. Ефективною буде тренінгова програма з формування стійкості до стресу, розвитку резильєнтності у дітей. Для зниження тривожності, агресивності, імпульсивності учнів, подолання страхів, підвищення самооцінки, можливе використання засобів арттерапії. Просвітницька та профілактична робота відіграють провідну роль у дієвості щодо покращення ментального здоров'я всіх учасників освітнього процесу і дітей з порушенням слуху зокрема.

Важливо впроваджувати «психологічні хвилинки», які допомагають здобувачу освіти впоратися зі стресом та його наслідками емоційно налаштуватися на урок, на плідну роботу, завдяки чому створюватиметься сприятлива атмосфера, яка дасть змогу дітям розслабитися, зняти емоційне напруження, відновити почуття безпеки та психоемоційного комфорту, що є природним механізмом стабілізації. Регулярне впровадження «психологічних хвилин» допомагає дітям із порушенням слуху стати більш спокійними, врівноваженими, а також дасть змогу краще зрозуміти свої почуття.

Стресостійкість – це про енергію тепла, світла, енергію Любові – бо саме вона і є найбільшим сенсом. А ще стійкість – це про силу нашої єдності і взаємної підтримки в умовах війни. Наші здобувачі освіти разом із вихователями у позаурочний час з любов'ю плетуть браслети-обереги, пишуть листи та малюють малюнки нашим захисникам, котрі ми передаємо на фронт, разом із волонтерськими подарунками від наших педагогів.

Використані джерела

1. «Коли світ на межі змін: школа, чутлива до психічного здоров'я» - посібник для освітян закладів загальної середньої освіти, розроблений Громадською організацією «ГО ГЛОБАЛ» Загальна редакція: Любов Залюбовська, керівниця освітніх програм Громадської організації «ГО ГЛОБАЛ».
2. Кравчук С.Л. Особливості життєстійкості як фактора психологічної пружності особистості юнацького віку в умовах воєнного конфлікту. Науковий вісник Херсонського державного університету. Випуск 1. Том 1. 2018. С.99-105.
3. Марковська М. 15 порад, як розвинути школу, чутливу до психічного здоров'я, та 29 тем для розмови з дітьми <https://salo.li/0F96979>