

ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА В КООРДИНАТАХ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Галина Мешко

доктор педагогічних наук, професор,
завідувач кафедри педагогіки та менеджменту освіти,
Тернопільський національний педагогічний університет
імені Володимира Гнатюка,
hal-meshko@ukr.net

Олександр Мешко

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології,
Тернопільський національний педагогічний університет
імені Володимира Гнатюка,
meshko_o@ukr.net

Сьогодні, в умовах воєнного стану, надзвичайно важливим є питання психологічної безпеки і створення комфортних психологічних умов для повноцінного розвитку особистості дитини з особливими освітніми потребами, збереження і зміцнення її фізичного і психічного здоров'я. Ситуація невизначеності і підвищеної тривожності, спричинені війною в Україні, накладають відбиток на самопочутті дитини, викликають занепокоєння, страх, заважають усвідомленому засвоєнню навчального матеріалу. Як свідчать результати проведеного нами дослідження, у дітей у період воєнного стану і постійних повітряних тривог часто спостерігається підвищений рівень тривожності, багато з них відчувають внутрішній неспокій і депресію, які завдають душевного болю і спричиняють емоційний дискомфорт, перешкоджають навчанню [2]. За час війни знизилися показники емоційного благополуччя учнів у процесі навчання та рівень їх психологічної безпеки [1].

Аналіз наукової літератури свідчить про різні підходи до розуміння психологічної безпеки: психологічна безпека як стан захищеності та цілісності особистості; психологічна безпека з позиції безпеки середовища; соціально-психологічна безпека як стан захищеності особистості в суспільстві;

інформаційно-психологічна безпека особистості та ін. М. Слюсаревський зазначає, що існує два виміри психологічної безпеки: «психологічна безпека як безпечність середовища і психологічна безпека як індивідуально-психологічна властивість людини, що полягає в здатності убезпечувати себе від загроз і небезпек» [4, с. 272].

У понятті «психологічна безпека» сфокусовані й акумулюються такі проблеми: збереження психічного здоров'я дитини і відсутність внутрішніх та зовнішніх загроз психічному здоров'ю. Психологічна безпека освітнього середовища передбачає відчуття захищеності, комфорту і благополуччя дитини, відсутність проявів насилля у взаєминах, наявність умов для задоволення її основних соціальних та індивідуальних потреб, довірливе спілкування з педагогами та учнями, перебування у середовищі значущих людей. Психологічна безпека особистості дитини з особливими освітніми потребами проявляється в її здатності зберігати стійкість, урівноваженість і навіть хороше самопочуття в сьогоdnішніх складних умовах, у середовищі з психотравмувальними впливами, в здатності протистояти загрозам і небезпекам.

У контексті нашого дослідження актуальним є трактування О. Обозовою безпечної особистості, котра «знає про існування різних джерел небезпек; розуміє, що є передумови для виникнення і подолання небезпек; виступає як активний суб'єкт, здатний запобігти небезпечним ситуаціям або вийти з них без шкоди для себе та інших людей» [3, с 5]. Психологічна безпека передбачає підтримання доброго самопочуття дитини з особливими освітніми потребами, її емоційний комфорт, упевненість у благополуччі, відсутність загроз, психологічного насилля і маніпулювань.

У процесі читання курсу «Педагогіка», зокрема змістового модуля «Основи інклюзивної освіти», акцентуємо увагу майбутніх учителів на питаннях про вплив психологічного самопочуття педагога на емоційне благополуччя учнів. Особливо це актуалізується під час воєнного стану, коли діти дуже часто перебувають у стані психоемоційного напруження, підвищеної

тривожності, що спричиняє появу психосоматичних порушень, які негативно позначаються на самопочутті та поведінці таких дітей. Коли дитина перебуває у стані підвищеної тривожності, внутрішнього неспокою, вона схильна до помилок, інколи навіть небезпечних дій. Тому важливо навчити дитину звільнятися від своїх страхів.

Педагогу потрібно вміти розрізнати прояви емоційного благополуччя і неблагополуччя, виявляти причини, які порушують емоційне благополуччя. Необхідно звертати увагу на поведінку і риси особистості учня, які є індикаторами його емоційного неблагополуччя: надмірна вразливість, підвищену схильність ображатися, тривожність, егоїзм, страхи, прояви агресії, замкнутість, байдужість, відсутність інтересу до того, що відбувається на уроці чи в класі та ін. [2, с. 63].

Емоційне благополуччя учнів як психічний стан максимального емоційного комфорту забезпечується проявом турботи вчителя й демонстрацією учню позитивно-емоційного ставлення до нього. Турбота і любов дорослих, доброзичливо-емпатійне ставлення педагогів є умовою позитивного емоційного розвитку школярів, забезпечення їх емоційного благополуччя. Тому важливо на етапі професійної підготовки формувати соціально-емоційну компетентність майбутніх учителів, їх психотерапевтичну позицію.

Під час війни доцільно розробляти систему загального та індивідуального психологічного захисту дітей з особливими освітніми потребами. У процесі складання індивідуальної програми психологічного захисту потрібно враховувати особистісні риси дитини, особливості її емоційної сфери, емоційну сприйнятливості і врівноваженість домінують настроїв (оптимістичний чи песимістичний); індивідуальний життєвий досвід, умови виховання в сім'ї, наявність/відсутність складних життєвих обставин. Дітей потрібно психологічно підтримувати, вчити працювати з негативними емоціями, які виникають під час війни, і проживати їх безпечно для здоров'я; вчити пережити досвід війни; підвищувати рівень їх життєстійкості, стресостійкості і резильєнтності; сприяти в оволодінні методами і прийомами саморегуляції

емоційної сфери, способами залишатися емоційно стабільними. Емоції потрібно «обіграти», «озвучити», «витягнути». Це допоможе дітям впоратися з емоціями та зменшить тривогу та стрес, слугуватиме профілактиці психосоматичних порушень. Доцільне в цьому аспекті застосування методів арт-терапії.

На теперішній час потребують розробки програми підвищення рівня стресостійкості і резильєнтності учнів з особливими освітніми потребами. зниження рівня тривожності, попередження набутої безпорадності. Реалізація таких програм вимагає спільних зусиль адміністрації школи, учителів-предметників, класних керівників, соціального педагога і шкільного психолога. Особливої уваги потребує робота з учнями із посттравматичними стресовими розладами із залученням кризових психологів.

Список використаних джерел:

1. Мешко Г., Мешко О., Габрусєва Н. Стан емоційного благополуччя учнів у процесі навчання під час війни. *Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки* : збірник тез II Міжнародної наукової конференції (м. Тернопіль, 21–22 квітня 2022 р). Тернопіль : ФОП Паляниця В.А., 2022. С. 15–18.
2. Meshko H. M., Meshko O. I., Habrusieva, N. V. The Impact of the War in Ukraine on the Emotional well-being of Students in the Learning Process. *Journal of Intellectual Disability – Diagnosis and Treatment*. 2023. No. 11 (1). P. 55–65.
4. Обозова О. Психологічна безпека освітнього середовища. *Психолог*. 2011. № 10 (442). С. 3–6.
5. Психологічна безпека людини в онтологічному і гносеологічному вимірах. Замість післямови. Життєвий світ і психологічна безпека людини в умовах суспільних змін. Реферативний опис роботи / М. М. Слюсарєвський та ін. Київ : Талком, 2020. 318 с.