

Кожен із перелічених періодів містить відповідні етапи, що розкривають суттєві відмінності в підходах до розробки теоретичних і практичних засад корекційного навчання учнів допоміжної школи [1, с. 37].

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Супрун М. О. Корекційне навчання учнів допоміжних закладів освіти: витоки, становлення та розвиток (друга половина XIX – перша половина XX ст.): монографія. Київ: Вид. КЮІ МВСУ Паливода А. В., 2005. 326 с.
2. Супрун М. О. Музей дефектології України: історія його створення. *Нові технології навчання*: наук.-метод. зб. Київ: НМЦВО, НМЦСО, 2001. Вип. 29. С. 196–201.
3. Посилання на електронну сторінку М.О.Супруна в бібліотеці НАПН України. URL: <http://lib.iitta.gov.ua/cgi/stats/report/authors/0878977001017b7432453e08c675b7ff/>
4. Посилання на передачу із участю М. О. Супруна «Камо грядеши?» ТРК «Глас» від 12 червня 2021 р. «Інклюзивна освіта». URL: <https://www.youtube.com/watch?v=NdIDInNTkCs&list=PLGbSg5VgPkxyZ7bbNfldBkxSRyv90nvM9>

УДК 159.972

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА СТУДЕНТІВ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Тимків Лідія,

кандидат психологічних наук, доцент,
Прикарпатський національний
університет імені Василя Стефаника

У статті висвітлюється сучасний стан психологічної підтримки студентів під час освітнього процесу в умовах військової агресії. Зазначено, що сьогодні, постала гостра необхідність окреслення ефективних шляхів надання психологічної допомоги особам, які зазнають комплексної психотравматизації внаслідок війни. На особливу увагу заслуговує психологічна підтримка студентів у ЗВО. Адже велика кількість студентів потребує психологічної допомоги в подоланні наслідків травмівної ситуації. Нехтування цією допомогою чи відтермінування її отримання можуть спровокувати зниження життєстійкості, адаптивного потенціалу та загального рівня психологічного благополуччя молоді.

Ключові слова: психологічна підтримка, студенти, психотравматизація особи, психологічне благополуччя.

The article highlights the current state of psychological support for students during the educational process in conditions of military aggression. It is noted that today, there is an urgent need to outline effective ways to provide psychological assistance to persons suffering from complex psychological trauma as a result of war. Special attention should be paid to help students in the Institution of higher education After all a large number of students need psychological help in

overcoming the consequences of a traumatic situation. Neglect of this delay or delay in receiving it can provoke a decrease in vitality, adaptive potential, and the general level of psychological well-being of young people.

Key words: *psychological support, students, psycho-traumatization of a person, psychological well-being.*

Постановка проблеми. В умовах військової агресії всім доводиться жити і працювати по-новому. Сьогодні не залишилося людей, кого б не торкнулися ці зміни. Кожен із нас змушений адаптовуватися і знаходити можливості продовжувати професійну діяльність. І, в першу чергу, перебудовуватися довелося студентам, а значить, усій системі освіти. Формат дистанційного навчання в умовах військового стану вимагає перебудови не тільки в технічному плані (врахування повітряних тривог), але і в педагогічному, і психологічному. Усі учасники освітнього процесу переживають стрес, і це адекватна реакція нашого організму на загрозливі події. Військова агресія спричиняє тривалу травматизацію особистості, призводить до втрати фундаментального відчуття безпеки і стабільності.

Більшість студентів потребують психологічної допомоги, що вимагає системного підходу до вирішення нагальних проблем у сфері психологічного здоров'я з використанням новітніх засобів. Нехтування цією допомогою чи відтермінування її отримання провокують зниження життєстійкості, адаптивного потенціалу та загального рівня психологічного благополуччя студентів. Власне, нестача відповідних теоретичних і практичних напрацювань й обумовила актуальність пошуку сучасних шляхів здійснення психологічної підтримки студентів, що зазнають комплексної психотравматизації внаслідок війни.

Аналіз досліджень. Проблема психологічної травми та її наслідків особливого значення набула в умовах військової агресії. Теоретико-методологічні підходи до її вивчення було започатковано ще в працях Ж. Шарко, З. Фрейда (1891), А. Кардінера (1922) та продовжено в дослідженнях Дж. Герман (1997), К. Гербета (1988), Дж. Боулбі, П. Левіна (2000), Н. Тарабріної (2001), В. Юле (2002), В. Ромека (2004), Б. Фoa (2005) та ін.

У сучасній вітчизняній психології феномен психотравми та проблеми її подолання досліджують Т. Титаренко, Н. Пов'якель, О. Романчук, В. Климчук, М. Дворник, Л. Гребінь, З. Кісарчук, Ю. Семенова тощо. Питання психологічної підтримки особистості в травмуючій ситуації висвітлено в посібнику «Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій» за редакцією Т. Титаренко. Авторами посібника представлено інноваційні засоби психологічної допомоги населенню для попередження негативних наслідків тривалої травматизації та оптимізації процесу психологічного відновлення особистості в умовах війни. Проте, окремих досліджень, присвячених психологічній підтримці студентської молоді під час освітнього процесу в умовах війни ще не проводилося.

Метою статті є розробка ефективних засобів психологічної допомоги студентам для попередження негативних наслідків тривалої травматизації та оптимізації процесу їх психологічного відновлення в умовах війни.

Виклад основного матеріалу. Психологічну травму трактують як переживання невідповідності між загрозливими факторами ситуації та індивідуальними можливостями їх подолання, яке супроводжується інтенсивним страхом, гострим відчуттям безпорадності та втрати контролю, когнітивними змінами та змінами у способах регуляції афектів, що спричиняє іноді тривалі фізичні, психічні та особистісні розлади [3, с. 9].

У психологічній енциклопедії дається наступне визначення психологічної травми: «шкода, завдана психічному здоров'ю людини інтенсивною дією несприятливих факторів навколишнього середовища чи стресовими впливами інших людей. Глибина психологічної травми залежить від особистої значущості травмуючої події, емоційної стійкості і психологічної захищеності людини» [4, с. 365].

Як зазначає Джудіт Герман, травматичні події є надзвичайними не тому, що вони трапляються зрідка, а радше тому, що вони перевантажують звичні стратегії пристосування людини до життя. Звична людська відповідь на небезпеку – це складна, інтегрована система реакцій, яка залучає як тіло, так і розум. На початку загроза збуджує симпатичну нервову систему, завдяки чому людина в небезпеці відчуває прилив адреналіну та перебуває на сторожі. Також загроза викликає сильні відчуття страху та гніву [1]. Під дією стресора, поведінка людини зазнає значних змін. Тому, необхідно пам'ятати, що травматична подія, яку пережили чи переживають викладачі та студенти, накладає відбиток і на навчальний процес у цілому. Адже під впливом травмуючої ситуації студенти відчувають певні труднощі з концентрацією уваги, пам'яті, критичного сприйняття своєї поведінки. Деякі студенти можуть бути занадто тихими та замкнутими, інші – занадто збудженими. У багатьох виникають проблеми з навчанням та успішністю. За таких обставин, викладачам варто організовувати навчальні заняття таким чином, щоб сприяти підвищенню концентрації уваги студентів й покращанню їх психоемоційного стану.

Іноді корисно виділити певний час для бесіди про практичні речі, пов'язані з нормалізацією життя ЗВО та студентів. Це може допомогти знайти вихід і з труднощів, що склалися, і поліпшити здатність студентів справлятися з чинниками нагадування про травму.

Головна мета дистанційного навчання під час війни – не лише засвоєння нових знань, а психологічна підтримка, спілкування, переключення уваги студентів.

Жодних негативних оцінок, обліку відвідування, об'ємних домашніх завдань тощо – навчання повинно стати допомогою, підтримкою, а не черговим стресом та хвилюваннями.

З розумінням треба ставитися до незібраності слухачів, неувважності та інертності під час онлайн-занять.

Викладачі мають підбадьорювати слухачів, а не проявляти якийсь негатив під час навчальних занять. А відволікатися варто лише на підтримку та турботу, а не на актуальні новини, дбати про створення позитивного психологічного клімату.

Заслуговує на увагу пропозиція деяких науковців (Н. Ташкінова, Л. Пономарьова) використовувати на онлайн-заняттях асоціативні метафоричні карти. Це дозволить оперативно визначити налаштованість студентів, їх емоційний стан і врахувати в процесі проведення заняття.

На думку М. Дворник, доцільним є рекомендувати студентам використання спеціальних мобільних застосунків (сайтів, чатботів, спільнот у соцмережах та месенджерах, аудіо-, відеозустрічей тощо), що сприятиме своєчасній діагностиці свого стану під час війни, підвищенню загального рівня своєї психологічної грамотності, ефективному опрацюванню негативних симптомів й попередженню розвитку посттравматичного стресового розладу [5]. Більшість застосунків англomовні, хоча є й україномовні. Зокрема, випущена на початку 2017 року україномовна версія "PFA Mobile Ukraine". Додаток "PFA Mobile Ukraine" містить інформацію щодо надання першої психологічної допомоги безпосередньо собі, так і тим, хто знаходиться поруч [5].

За умови визначення стану емоційної напруженості в студентів, викладач може порекомендувати йому звернутися або до фахівців психологічної служби ЗВО або ж на гарячі лінії організацій, які надають психологічну підтримку при сильному емоційному стресі, відчутті небезпеки, що можуть викликати в учасників освітнього процесу психологічну травму.

За нашими спостереженнями, саме використання студентами електронних супровідних засобів суттєво сприяють підвищенню показників їх психологічного благополуччя в умовах війни.

Варто зазначити, що важливим також є повноцінний сон, дотримання режиму дня, виконання щоденних справ задля збереження психологічної рівноваги.

Важливо також розвивати в студентів стресостійкість (resilience) як стійкість до травми, життєздатність, психологічну пружність. Під психологічною пружністю розуміють «здатність зберігати в критичних ситуаціях стабільний рівень психологічного та фізичного функціонування, виходити з таких ситуацій без стійких порушень, успішно адаптуючись до несприятливих змін» [2, с. 100].

Висновки. За умов надзвичайної ситуації, якою і є війна, важливо звернути увагу на психологічну підтримку студентів, сприяти розвитку їх стресостійкості. Подальшого розвитку потребують наукові уявлення про сутність, зміст та особливості надання корекційно-реабілітаційної допомоги особам молодіжного віку щодо подолання наслідків травматизації.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до видужання: наслідки насильства – від знущань у сім'ї до політичного терору / пер. з англ. О. Лизак, О. Наконечна, О. Шлапак. Львів : Вид-во Старого Лева, 2015. 416 с.
2. Кравчук С. Особливості життєстійкості як фактора психологічної пружності особистості юнацького віку в умовах воєнного конфлікту.

Науковий вісник Херсонського державного університету. 2018. Вип. 1. Т. 1. С. 99–105.

3. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій : метод. посіб. / за ред. З. Кісарчук. Київ : ТОВ «Видавництво «Логос». 207 с.
4. Психологічна енциклопедія / Автор-упорядник О.М.Степанов. К.: «Академвидав», 2006. 424 с.
5. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій : практичний посібник / Т.Титаренко, М. Дворник, В. Климчук та ін.; за наук. ред. Т.Титаренко. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2019. 220 с.

УДК 376. - 056.36: 376.

ЗМІСТ СЕНСОРНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ З ПОРУШЕННЯМИ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОГО РОЗВИТКУ

Трикоз Сніжана,

кандидат педагогічних наук, старший
науковий співробітник,
Інститут спеціальної педагогіки і
психології імені Миколи Ярмаченка
НАПН України

У статті розглядаються актуальні психолого-педагогічні проблеми сенсорного виховання дітей дошкільного віку з порушеннями інтелектуального розвитку шляхом формування перцептивних дій. Сенсорне виховання дошкільників спрямоване на розвиток відчуттів та сприймань дитини, що забезпечує чуттєве пізнання дійсності. В статті описана етапність формування сенсорного розвитку дитини з інтелектуальними порушеннями. Наведений відповідний до кожного етапу дидактичний матеріал, який умовно можна розподілили на декілька груп за характером ігрових дій з ними. Сенсорне виховання дітей з порушеннями інтелектуального розвитку, що здійснюється за умови урахування послідовності формування перцептивних дій і врахування особливостей сприймання є ефективним засобом їхнього сенсорного розвитку.

Ключові слова: діти з порушеннями інтелектуального розвитку; сенсорне виховання; сенсорні еталони; перцептивні дії.

The article considers topical psychological and pedagogical problems of sensory education of preschool children with intellectual disabilities through the formation of perceptual actions. Sensory education of preschoolers is aimed at developing the feelings and perceptions of the child, which provides sensory cognition of reality. The article describes the stages of formation of sensory development of a child with intellectual disabilities. The didactic material corresponding to each stage is given, which can be conditionally divided into several groups according to the nature of game actions with them. Sensory education of children with intellectual disabilities, which is carried out taking into