

ПСИХОЕМОЦІЙНА ПІДТРИМКА ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ ПІД ЧАС КРИЗОВИХ СИТУАЦІЙ

Цегельник Тетяна Миколаївна

*доктор філософії, доцент кафедри спеціальної та інклюзивної освіти
Тернопільський національний педагогічний університет
імені Володимира Гнатюка
м. Тернопіль, Україна*

Гарасим Яна Андріївна

*здобувачка першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
факультету педагогіки і психології
Тернопільський національний педагогічний університет
імені Володимира Гнатюка
м. Тернопіль, Україна*

У контексті зростаючих викликів, спричинених військовими подіями, соціальними потрясіннями та гуманітарними кризами, українська система освіти зіштовхується з необхідністю адаптації до нових умов функціонування. Особливої уваги вимагає забезпечення сталого освітнього процесу для дітей з особливими освітніми потребами, які є однією з найбільш уразливих категорій у період нестабільності. Їхня здатність до навчання, адаптації та соціальної інтеграції значною мірою залежить не лише від доступності навчального середовища, а й від рівня психоемоційної підтримки, яку вони отримують.

У науковому дискурсі дедалі частіше акцентується важливість психоемоційного добробуту як передумови повноцінного розвитку дитини. В умовах кризи ці аспекти набувають ще більшої значущості, адже саме вони визначають здатність дитини підтримувати контакт із зовнішнім світом, опановувати нові знання, зберігати внутрішню стабільність та почуття безпеки. Для дітей з ООП, чия нервова система часто є чутливішою до зовнішніх подразників, криза може мати особливо руйнівні наслідки, якщо не буде забезпечено системної підтримки з боку фахівців та найближчого соціального оточення.

Однак попри розширення інклюзивної практики в українських закладах освіти, питання саме психоемоційного супроводу дітей з особливими освітніми потребами під час надзвичайних ситуацій досі не дістало належного концептуального осмислення. Відсутність єдиної методичної платформи, брак міждисциплінарного підходу, а також

недостатня підготовка фахівців до роботи в умовах високого емоційного навантаження ускладнюють ефективну реалізацію підтримки, орієнтованої на потреби дитини.

Дослідження механізмів надання психоемоційної підтримки дітям з ООП в умовах кризових ситуацій є актуальним як з огляду на сучасні соціальні реалії, так і в межах стратегічного розвитку інклюзивної освіти. Це дослідження покликане не лише розкрити теоретичні засади даної проблеми, а й запропонувати практичні підходи, які сприятимуть формуванню системної моделі підтримки в умовах невизначеності.

Серед актуальних наукових підходів до проблеми варто виокремити дослідження Л. Мартинюк та Л. Чеботарьової, які аналізують особливості психоемоційного стану дітей з інтелектуальними порушеннями в умовах кризового періоду, акцентуючи на механізмах емоційного реагування та труднощах адаптації. О. Ільчук зосереджує увагу на питаннях психолого-педагогічного супроводу дітей з особливими освітніми потребами та їхніх родин у ситуаціях соціальної нестабільності, підкреслюючи значення комплексної міждисциплінарної підтримки. Натомість В. Ляшко досліджує проблематику освітніх втрат і пошуку оптимальних педагогічних стратегій навчання дітей з ООП в умовах воєнного стану, що дає змогу осмислити новітні виклики інклюзивної освіти та напрями їх подолання.

У кризових ситуаціях діти з особливими освітніми потребами реагують по-різному залежно від характеру порушень розвитку. Так, діти з інтелектуальними порушеннями зазвичай проявляють підвищену тривожність, емоційні зриви або замкнутість, що пов'язано з обмеженим розумінням причин стресових подій. Для діти з розладами аутистичного спектра зміни у звичному середовищі та порушені рутини викликають особливо сильні емоційні реакції страху і сенсорне перенавантаження. У дітей із ПМР емоційна напруга може зростати через труднощі у вираженні власних почуттів і потреб [2].

Факторами, які підсилюють стресові реакції, є відсутність стабільності, невизначеність, розлука з близькими, відчуття небезпеки, а також дефіцит соціальної підтримки. Натомість стабільні довірливі стосунки з дорослими, емоційно безпечне середовище, чітка структура дня й позитивна комунікація сприяють зниженню рівня тривожності, розвитку почуття захищеності та поступовому відновленню психоемоційної рівноваги.

Психоемоційна підтримка дітей з ООП у кризових умовах має бути комплексною і багаторівневою. Вона передбачає створення освітнього простору, який забезпечує дитині відчуття стабільності, прийняття, передбачуваності та довіри. Однією з ключових умов є індивідуалізація освітнього процесу з урахуванням особливостей розвитку, рівня

тривожності, емоційної зрілості та потреб кожної дитини. Значну роль у цьому процесі відіграє розвиток емоційної грамотності – уміння розпізнавати, називати й регулювати власні емоції, розуміти почуття інших. Формування таких навичок допомагає дитині опанувати стратегії саморегуляції, що знижує прояви деструктивних реакцій і підвищує рівень емоційної стійкості.

До ефективних методів психоемоційної підтримки належать арт-терапія, ігрова терапія, казкотерапія, тілесно-орієнтовані техніки, дихальні вправи, методи релаксації, когнітивно-поведінкові стратегії. Їхнє регулярне використання сприяє зниженню емоційного напруження, розвитку самоконтролю, підвищенню самооцінки, формуванню позитивного образу «Я» та віри у власні сили.

У цьому процесі педагог відіграє ключову роль – він є не лише передавачем знань, а й наставником емоційного розвитку, який створює атмосферу довіри, допомагає дитині усвідомити власні почуття, вчить безпечних способів їхнього вираження та підтримує відчуття контролю над ситуацією.

Ефективна психоемоційна підтримка неможлива без міждисциплінарного підходу, який об'єднує зусилля педагогів, асистентів учнів з ООП, психологів, логопедів, соціальних педагогів та інших фахівців. Така командна взаємодія дає змогу розробляти індивідуальні стратегії допомоги, що враховують усі аспекти розвитку дитини – когнітивний, емоційний, поведінковий і соціальний.

Важливою складовою системи підтримки є робота з родиною. Психоедукація батьків допомагає зменшити їхню тривожність, підвищити розуміння поведінкових проявів дитини, навчити навичок емоційного реагування й створити сприятливу домашню атмосферу. Спільна позиція родини й закладу освіти формує єдиний простір довіри та підтримки, що є критично важливим для стабілізації психоемоційного стану дитини в умовах невизначеності [3].

У процесі організації психоемоційної підтримки дітей з особливими освітніми потребами важливо, щоб педагоги мали чіткий алгоритм дій, який дозволить швидко та ефективно реагувати на прояви стресу, тривожності або дезадаптації.

Передусім учитель має здійснити діагностику емоційного стану дитини, спостерігаючи за її поведінкою, реакціями, рівнем активності та комунікацією. Це дає змогу вчасно виявити прояви стресу, тривожності або емоційного виснаження. Педагог має проявляти спокій, доброзичливість і терпіння, використовуючи м'які способи комунікації та надаючи можливість дитині самовиражатися через гру, малювання, бесіду чи інші творчі види діяльності.

На завершальному етапі педагог здійснює моніторинг динаміки емоційного стану, аналізує ефективність застосованих методів і за потреби коригує стратегію допомоги [1].

Окрім того, у роботі з дітьми з ООП довели свою ефективність арт-терапевтичні програми, які через творчість сприяють вираженню емоцій, зниженню тривожності та формуванню позитивного образу «Я». В умовах воєнного часу результативними стали ініціативи типу «Шкільного психологічного хабу», де об'єднуються зусилля педагогів, психологів і соціальних працівників для надання системної допомоги дітям і родинам. Також важливо впроваджувати практики «Кола підтримки», що сприяють зміцненню почуття спільності, прийняття та взаємної довіри між учасниками освітнього процесу.

Отже, психоемоційна підтримка дітей з особливими освітніми потребами під час кризових ситуацій є критично важливою для забезпечення їхнього безпечного розвитку, адаптації та навчання. Сучасні реалії, пов'язані з війною, переміщенням та соціальною нестабільністю, створюють значне емоційне навантаження, яке по-різному впливає на дітей залежно від характеру порушень розвитку. Для ефективної підтримки необхідний комплексний і багаторівневий підхід, який включає індивідуалізацію освітнього процесу, розвиток емоційної грамотності, застосування арт-терапії, ігрових і релаксаційних методик, а також міждисциплінарну співпрацю педагогів, психологів, соціальних працівників та родини.

Література

1. Савченко О. Ю. Психологічна підтримка учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану. *Психолого-педагогічні чинники формування професійної компетентності кваліфікованих робітників в умовах воєнного стану* : електронний збірник матеріалів регіонального науково-практичного семінару. Біла Церква : БІНПО ДЗВО «УМО» НАПН України, 2024. С. 139–146.

2. Скворчевська Є. Емоційний стан дітей дошкільного та молодшого шкільного віку під час війни. *Психологія перед лицем російсько-української війни* : збірник тез Українсько-польської наук. конф., 19–20 травня 2023 р. Львів, 2023. С. 41–42.

3. Сухіна І. В. Психоедукація батьків дітей з особливими освітніми потребами в умовах війни як напрям роботи психолога. *Особлива дитина: навчання і виховання*. 2023. № 111(3). С. 7–31. URL: <https://doi.org/10.33189/ectu.v111i3.144>