

КАПИТЕЛ 5 / CHAPTER 5⁵ADAPTATION OF THE EDUCATIONAL PROCESS OF GENERAL
SECONDARY EDUCATION INSTITUTIONS TO THE NEGATIVE
CHALLENGES OF RUSSIA'S ARMED AGGRESSION AGAINST UKRAINE

DOI: 10.30890/2709-2313.2024-35-00-013

Вступ.

Значне збільшення збройних конфліктів у світі негативно впливають на цивільне населення країн безпосередньо задіяних у війні. За дослідженнями Організації Об'єднаних Націй половина з них – це неповнолітні громадяни. Саме діти та підлітки є найбільш незахищеною групою населення країни в умовах воєнних дій.

Науковий інтерес до окресленої проблематики був ще у ХХ ст. Проблематику психічного здоров'я в умовах невизначеності досліджували Г. Балл, Н. Бастун, М. Мушкевич, В. Зливков, С. Максименко. Різним складникам психології людини в умовах стресових ситуацій присвятили свої праці А. Титаренко, Г. Сельє, І. Галян, Р. Лазарус, Д. Леонтьєв, Є. Божок, Н. Хамітов, Х. Янг, Г. Вагнільд, Дж. Девідсон, Р. Неман.

Питання організації освіти в умовах війни присвячені роботи Б. Андрусишина, В. Бабкіна, А. Колодія, В. Ладиченка, О. Марцеляка, В. Погорілка та багатьох інших.

Мета статті – визначити особливості освітнього процесу в українських закладах загальної освіти, що адаптовується до негативних викликів, спричинених воєнною агресією росії на Україну та на її дітей.

Завдання статті: окреслити негативні виклики, спричинені російською збройною агресією проти України, що загрожують дітям; визначити особливості освітнього процесу в українських закладах загальної освіти, що адаптовується до негативних викликів війни; схарактеризувати напрями пристосування освітнього процесу в Україні до негативних викликів в умовах воєнного стану; надати

⁵Authors: Repko Inna, Kobzar Yuliia

Number of characters: 24756

Author's sheets: 0,62



рекомендації дорослим та педагогам щодо організації освітнього процесу в умовах повномасштабного вторгнення та орієнтовні поради, які допоможуть впоратися зі стресом під час війни.

Методи дослідження. Методологічною основою дослідження є системний аналіз особливостей освітнього процесу в українських закладах загальної освіти, які адаптовуються до негативних викликів, спричинених воєнною агресією росії на нашу країну та на її дітей. Автори використовують теоретичні методи науково-педагогічного дослідження: системно-структурний аналіз, синтез, класифікація, порівняння, абстрагування, узагальнення.

Виклад основного матеріалу. Нажаль, українським дітям сьогодні загрожують окреслені негативні виклики збройних конфліктів. Серед них: загибель, фізичні знущання, катування, отримання серйозних травм, які можуть призвести до інвалідності дітей через ведення активних бойових дій.

Швидке рзповсюдження інфекційних захворювань, хвороб (шлунково-кишкові розлади) через вимушене проживання у пристосованих приміщеннях (підвалах, погрібах) з антисанітарними умовами.

Недоїдання та ослаблення імунної системи через обмеження запасів їжі, нестачу продуктів, необхідних дитячому організму.

Збільшення у воєнний час рівня смертності та захворюваності (головні болі, стрибки артеріального тиску, порушення сну тощо) через відсутність або нестачу необхідних медикаментів, медичного персоналу й якісних медичних послуг.

Великий ризик опинитися у рабстві, стати жертвою сексуального насильства чи торгівлі людьми через неправомірні дії дорослих, процвітання злочинності на окупованих територіях.

Сирітство дітей через втрату батьків, братів і сестер, рідних.

Ризик вживання наркотичних, психотропних засобів чи алкоголю значно збільшується через хибний приклад дорослих, військових країни агресора.

Серйозні незворотні порушення психіки дитини через втрату близьких людей, друзів, однокласників, розлуку з батьками, особисту причетність до жорстоких ситуацій тощо.



Прояв агресії, жорстокості адже діти, підлітки мають більше можливості мати зброю, бути учасником кривавих подій.

Втрата соціально значимого сенсу життя, зосередження на хибній меті людського існування, зосередження на виживанні через відсутність або суттєвого зменшення уваги дорослих вихованню дітей.

В умовах війни діти позбавлені важливого для їх віку захисного чинника: створення перешкод для навчання, а нерідко зовсім призупинення освітнього процесу через зруйновану інфраструктуру, знищення закладів освіти.

Серед них серйозна загроза як для фізичного так і для психічного здоров'я дітей, бо організм все ще продовжує розвиватися, тому наслідки тривалого негативного впливу будуть спостерігатися і у дорослому віці.

Збільшується кількість тривожних та депресивних станів у дорослих і дітей (депресивний стан, тривожність, травматичний та посттравматичний стресовий синдром) [6]. За прогнозами фахівців ВООЗ у 2023 році симптоми таких психічних захворювань можуть мати до 10 мільйонів мешканців України. Нажаль, війна триває і ці показники зростають.

Вплив війни на психіку людини наче непомітний, але, нажаль, руйнівний, бо організм людини відчуває гормональний дисбаланс, що негативно впливає на тіло та поведінку людини. В умовах війни в Україні психологи констатують, що діти та підлітки, які проживають на прифронтових, окупованих та деокупованих територіях, відрізняються від однолітків через свій надмірний страх та усамітненість. Вони не йдуть на контакт, не хочуть розмовляти (добровільна соціальна ізоляція), категорично не говорять про свої емоції, почуття. У них спостерігається втрата довіри до власних інстинктів самозахисту (відсутність страху чи захисної реакції на небезпеку – обстріл, вибух).

Психіатри спостерігають певний регрес у розвитку дітей, особливо дошкільного віку. Це проявляється у нехарактерній для цього віку капризності, неслухняності, некомпромісності, втраті набутих раніше навичок (зокрема самообслуговування), порушення режиму сна, тривожність та коротка тривалість нічного сну.



Довготривала відсутність відчуття безпеки вдома породжує у дитини усвідомлення постійної загрози, що призводить до перебування її у напруженому стані «виживання», підвищується тривожність.

Все це позначається на загальному розвитку дитини, спроможності сприймати нову інформацію, мотивації бути активними свідомим учасником освітнього процесу.

Отже, освітній процес в українських закладах загальної середньої освіти адаптується до негативних викликів, спричинених воєнною агресією росії на Україну та на її людей (рисинок 1).



Рис. 1. Напрями адаптації освітнього процесу в Україні до негативних викликів в умовах воєнного стану

Основною потребою людини є її фізична безпека. Вона проявляється перш за все у турботі про власне життя та здоров'я. Саме створення фізичного, морального безпечного освітнього середовища є основою для здійснення навчання дітей. Вимушений перехід закладів освіти, які перебувають у зоні активних чи можливих бойових дій, на дистанційну форму навчання, обумовлений перш за все, саме необхідністю зберегти життя та фізичне здоров'я усіх учасників освітнього процесу.

Усвідомлення науковцями, практиками значних складностей та недоліків офлайн навчання примушують шукати нетрадиційні підходи та можливості навчання дітей онлайн. Це перший у світі Харківський досвід створення «метрошкол», «метросадочків», підземних шкіл, безпечного простору у закладах освіти усіх рівнів та форм власності.



Життя та здоров'я дітей для її родини залишається важливим складником добробуту, що позитивно впливає на процес навчання учнів, мотивацію до учіння та всебічний розвиток. Саме приклад турботи дорослих членів сім'ї про власне здоров'я гарантує спроможність дітей турбуватися про власне тіло та здоров'я [3].

Поводження під час сигналу повітряної тривоги; дії у зоні враження ворожої ракети, обстрілів; правила поведінки у бомбосховищі; правила безпечного поведіння з вибухонебезпечними, невідомими предметами; мережевий етикет, кібербезпека; інформаційна безпека; правила користування соціальними мережами; правила поведінки під час воєнного стану тощо – це лише декілька тем, які необхідно оговорити як з учнями, викладачами, співпрацівниками закладів освіти так і з батьками, членами семей учнів.

Через повномасштабне вторгнення агресора найбільш освітніх втрат зазнали діти із зон бойових дій, з прифронтових зон та діти на окупованих територіях, бо вони навчаються онлайн. Затяжний онлайн-формат навчання негативно – важко сфокусувати свою увагу, гігієнічні перешкоди, відсутність живого спілкування, обмеження активності – впливає на здатність учнів сприймати матеріал, засвоювати теоретичний матеріал та виконувати практичні завдання. Захисними механізмами дитячої психіки під час війни стали добровільна ізоляція, усамітнення, надання пріоритету друзям у соціальних мережах та залежність від гаджетів [5].

Погіршення результатів навчання спостерігається у дітей, які вимушено переїхали за кордон. Це логічно пояснюється, бо вони одночасно вчать у двох закладах освіти різних країн, навантаження зросло у декілька разів, адже з'явився мовний бар'єр. Діти намагаються опановувати освітні компоненти держави, де вони вимушено опинилися, та не втрачати якість освіти України, маючи надію повернутися та продовжити навчання у рідних закладах освіти. Перенавантаження провокує хвилювання, страх все встигнути, не бути останнім, не стати причиною нервозності у дорослих. Як наслідок, у дітей спостерігаються знервованість, поганий сон, швидка втома, надмірна тяга до їжі або навпаки



втрата апетиту і ваги.

Перед урядовцями нашої країни стоїть першочергове завдання – забезпечити повернення учнів усіх вікових груп до офлайн навчання у рідній країні. А поки це не можливо на усій території України педагоги мають спростити шкільну програму, визначити обов'язкові предмети для українських учнів, які перебувають за кордоном, переглянути підхід до оцінювання успішності, а у навчальні програми має бути запровадженно вивчення домедичної допомоги та дій під час кризових ситуацій.

Педагогам слід працювати у взаємодії з дитиною, дорослими, які піклуються про неї, по можливості, з педагогами закордонних закладів освіти. Пам'ятати, що центром освітнього процесу є дитина, і так організувати освітній процес, щоб не нашкодити здоров'ю дитини.

За експертними оцінками фахівців Міністерства охорони здоров'я зараз більше половини українців потребують кваліфікованої психологічної допомоги, майже кожен десятий має, або буде мати у подальшому важкі та середні форми захворювання психіки. Оскільки військові дії тривають психологічна підтримка фахівців має стати важливим пріоритетом допомоги людям у боротьбі із довготривалим стресом [1]. Програми, спрямовані на підтримку ментального здоров'я, стають критично важливими як для дітей, так і для дорослих.

Однією з таких актуальних програм є запропонована Оленою Зеленською всеукраїнська ініціатива «Ти як?». Програма спрямована на формування у населення країни ментального здоров'я, що складається з відсутності у громадян психічних розладів, спроможності адаптуватися до стресових ситуацій, вироблення стресостійкості, здатності реалізовуватися, жити повним життям та бути соціально значимим у суспільстві. Першочергове право реалізації даної програми надано медичним працівникам, соціальним службам, практичним психологам та представникам громадських та благодійних організацій, фондів.

Соціологічні дослідження в нашій країні, проведені під час війни, запевняють нас, що діти зі східного регіону, де ведуться активні бойові дії, вважають себе як і їхні однолітки з центральної чи західної частини України



щасливими. Такий позитивний результат говорить про вироблення у дітей досить високого рівня психоемоційної стійкості, хоча війна і несе деструктивний вплив. Важливо не знизити його в умовах продовження війни і спрямувати роботу на всебічну підтримку ментальноо здоров'я українців.

Однак, лише половина опитаних дітей з регіону активних бойових дій зазначають, що почувають себе у безпеці.

Дітям, які наразі проживають у інших країнах, властиве відчуття провини, непричетності, обмеженості можливостей, відстороненості, підвищеної тривоги, оскільки частина їхньої родини, однокласники, сусіди, друзі продовжують жити в Україні. Інформація про ракетні обстріли, наслідки руйнувань, примусову евакуацію сприймаються більш стресово, навідь панічно.

Усвідомлюючи, що саме у шкільному віці формуються вкрай необхідні у дорослому житті навички турботи про власне тіло, про здоров'я, про самопочуття, педагогам та дорослими, яким дитина довіряє, слід зосередити роботу під час освітнього процесу та при спілкуванні з дитиною на темах ментальне та фізичне здоров'я, етапи та особливості статевого розвитку, сексуальні стосунки, хімічні речовини та їх позитивний та негативний вплив на організм людини, захворювання та необхідність профілактики, життя та смерть тощо. Важливими знаннями для дітей є вміння розпізнавати своє самопочуття, розрізняти больові відчуття та описувати тілесні симптоми, знання першої домедичної допомоги. Багато інформації діти знаходять у соціальних мережах, Youtube, але дорослим слід звертати увагу дітей, що правдивість цієї інформації слід ретельно перевіряти.

Дуже часто у момент переживання втрати близьких або іншого горя дорослі не мають ресурсу підтримати дітей, бо самі дорослі не спроможні контролювати власні емоції, втрачають здатність керувати своїми діями, вчинками (провокують сварки, переходять на неконтрольований крик, застосовують до дітей фізичну силу) [6]. Нажаль, на думку експертів, домашнє насильство щодо дітей буде зростати.

Слід налаштовувати дітей не залишатися на самоті з питаннями, які



хвилюють, слід звернутися за порадою або обговорити ці проблеми з дорослими, яким вони довіряють або з фахівцями. Це може відбуватися як у груповому форматі, так і за потреби у індивідуальному форматі.

З метою відновлення потреби дітей у спілкуванні та розвитку комунікативних навичок слід включати більше матеріалу для спілкування під час занять та у позаурочний час. Необхідно уникати оціночного судження з приводу вірності відповідей, а давати дитині можливість висловити власну думку, описати свої емоції, відчуття на хвилюючі її теми, питання.

Де б не знаходилася дитина з дорослими під час війни вкрай важливо відновити та зберігати рутини як у житті так і у навчанні. Зараз варто розглядати рутини як спосіб збереження нервової системи. Втрата рутин через війну – зміна домівки, умов проживання, форми навчання, закладу освіти тощо – негативно вплинуло ментальне здоров'я дітей, особливо вразливі до втрат рутин діти з інвалідністю, бо вони більш залежні від соціальної інфраструктури, їм складніше адаптуватися до нових умов (переміщення до укриттів чи бомбосховищ, знаходження у замкнутому підземному просторі, звук сирени, онлайн навчання тощо). Вже сьогодні педагогам вкрай важливо навчитися допомагати дітям справлятися із неконтрольованими негативними емоціями, панічними атаками, які виникають під час звуків сирени, літака, удару ракети, або навіть під час знаходження дітей в укритті чи бомбосховищі.

Педагогічним колективам закладів освіти слід терміново внести теми про збереження, відновлення та розвиток ментального здоров'я в програми освітніх компонентів, а для педагогів та батьків організовувати освітні івенти, тренінги, просвітницькі заходи зазначеної проблематики, залучивши власних відповідних фахівців чи спеціалістів громадських, благодійних організацій та скористатися освітніми платформами для саморозвитку та здобуття нових навичок.

Тривала військова агресія росії проти України та втрата сенсу життя у майбутньому негативно впливає на емоційний стан та поведінку українців [7]. Психологи зазначають, що війна спричинила у людей, а отже і дітей, підвищену емоційність з одного боку та запустила підсвідому програму виживання: бігти,



втікати, ховатися, або навпаки – фізично, емоційно нападати, дражнити, ображати, принижувати, погрожувати, цькувати інших (Блінов, 2013). Таку агресивну поведінку направлену на іншу особу у сучасній науці трактують як булінг.

Той факт, що у стресовій ситуації війни людина не встигає зрозуміти, проаналізувати, усвідомити що відбувається навколо, зазначені реакції «приходять на допомогу» першими.

Фахівці зазначають, що важливо вчити дітей розвивати у собі навички допомагати собі та іншим, вчити підтримувати один одного при стресових ситуаціях.

Враховуючи, що освітній процес у більшості закладів освіти України відбувається на відстані за допомогою сучасних цифрових технологій різновидом булінгу є кібербулінг – випадки, коли діти в інтернеті, месенджерах або соціальних мережах потрапляють під неодноразове залякування. За статистикою останніх років кібербулінг набирає обертів, і вже кожна третя дитина зіткнулася з цим негативним явищем. Ситуація у областях, які відносяться до територій можливих бойових дій, такі як наша Харківська область, ускладнюється активним залученням неповнолітніх осіб через месенджери та соціальні мережі до діяльності, спрямованої на вчинення доверсій та інших дій, що перешкоджають та дискредитують авторитет органів державної влади, перешкоджають законній діяльності ЗСУ та інших військових формувань. За даними прокуратури розпочинається це з простого спілкування з дитиною, чого їй не вистачає, а завершується кібербулінгом на дитину.

Дорослим людям, особливо освітянам, слід сформувати алгоритм дій у випадку тих чи інших критичних ситуацій, спрямувати роботу на формування безпечної, ненасильницької та відповідальної поведінки учнів, підвищення обізнаності дітей та дорослих щодо запобігання та протидії булінку та кібербулінгу, а також усвідомлення наслідків протиправних дій.

Під час війни кожна українська родина зіткнулась із смертю або важким пораненням рідної чи близької людини, втратою або руйнуванням власного



житла, безробіттям, вимушеною зміною місця проживання, погіршенням матеріального добробуту. Неконтрольоване паління, вживання алкоголю, психотропних речовин виправдовується дорослими як дієвий спосіб швидко вийти зі стресу. Діти довіряють дорослим, копіюють їх негативний приклад та беруть на озброєння установки й правила з родинного кола. Це призвело до збільшення кількості дітей які курять або вживають алкоголь.

Освітній спільноті, медичним працівникам слід активно проводити роз'яснювальну, профілактичну роботу серед дорослих та дітей, залучати громадські організації, правоохоронні органи [4]. Слід посилити соціалізацію громадян держави, спонукати їх до участі у соціальних акціях, заходах, що дасть можливість наповнити вільний час соціальнозначимою, волонтерською, благодійною діяльністю.

Отже, дітям емоційно і фізично важко переживати воєнні події навколо. Як наслідок спостерігаємо різке зниження мотивації до навчання, некерована залежність від невинновданого використання гаджетів, добровільна самоізоляція, проживання життя тільки у соціальних мережах, невизначеність, підвищена агресивність, булінг, відчуття виснаження та втомленості, поява негативних звичок. І це не повний список.

Комунікація, соціалізація залишаються основними навичками під час війни які слід дорослим, педагогам формувати у дітей. В пріоритеті – свідома підтримка дорослих за допомогою спілкування, пояснення подій навколо, знаходження разом шляхів виходу із ситуації.

Кожній дорослій людині, яка працює з дітьми, слід пам'ятати, що підтримувати власне ментальне здоров'я можна самостійно та навчити цьому дітей.

Наведемо орієнтовні поради як можна змінити власний спосіб життя та допомогти дітям поліпшити ментальне здоров'я та впоратися зі стресом під час війни:

- дотримуватися режиму сну, спати не менше 7-9 годин на добу;
- збалансувати харчування, свідомо підходити до приймання їжі;



- додати у режим дня рухової, фізичної активності;
- займіться доступним вам видом спорту;
- уникати участі у ситуаціях, що можуть спричинити стрес;
- вчитись адекватно реагувати на стресову ситуацію;
- обмежте час для перегляду новин, інтернет сайтів про війну та її наслідки;
- мінімізуйте вплив жорсткої інформації;
- підтримуйте стосунки з людьми, що живуть, працюють поряд;
- знайдіть друзів за спільними інтересами;
- більше спілкуватися на захопливі теми;
- займіть вільний час улюбленим хобі або знайдіть нове;
- не соромитися говорити про власні почуття та емоції;
- не вживайте алкоголь, антидепресанти, транквілізатори тощо;
- переключіть свою діяльність на турботу про близьких, дітей, тварин;
- майте продуманий заздалегіть план дій у надзвичайний ситуаціях;
- навчіться помічати красу навколо себе;
- вирушайте у подорожі (не нехтуйте навіть одноденними турами відпочинку);
- спрямуйте свої дії на оволодіння новими навичками (вивчайте мову; пишіть вірші, прозу; удосконалюйте себе у використанні КТ; опануйте гру на музичному інструменті тощо);
- шукайте привід для посмішки, частіше посміхайтесь;
- не нехтуйте психологічною підтримкою;
- не забувайте про розваги і релаксацію;
- плануйте спільні сімейні заходи і творчість;
- будьте на позитиві, зробіть подяку звичкою;
- виявляйте особливу увагу та піклування про дітей.

Висновки та перспективи дослідження.

Отже, розглянувши впливи та загрози для фізичного та психічного здоров'я громадян держави, що викликає воєнний конфлікт в Україні, можна



константувати, що негативні пливи мають комплексний характер та несуть в собі серйозні наслідки для ментального здоров'я населення, особливо дітей та підлітків, та соціальної стабільності суспільства.

Значна частина людей, особливо дітей, не вміють цінувати власне здоров'я у надзвичайних умовах, дозволяють собі бездумно витрачати ресурси, ігнорувати режимом навчання та відпочинку, пристращаються до шкідливих звичок. Навчитися культурно ставитися до себе, до свого фізичного тіла та ментального здоров'я – головне життєве завдання кожної людини. А в умовах війни слід звернути увагу на максимальне збереження та здатність відновлення фізичного, психічного, соціального та особистісного здоров'я.

Саме науковці, практики, чисельні громадські організації повинні об'єднати зусилля для створення та своєчасного втілення в життя ефективних програм, сміливих проєктів щодо захисту дітей в умовах воєного стану. Роль дорослих, педагогів – допомогти дитині впоратися з негативними викликами часу та зберегти власні ресурси організму.

До перспектив подальшого дослідження можна віднести питання організації освітнього процесу у закладах вищої освіти під час воєнного стану.