

Методичні рекомендації „Безпечне освітнє середовище: надання індивідуальної підтримки учням з особливими освітніми потребами під час підготовки до реагування на надзвичайні ситуації”, розроблені Державною установою „Український інститут розвитку освіти”

Відсутність можливості чи здатності зрозуміти та пояснити для себе причини та наслідки ситуації, в якій дитина раптово опинилась - це те, що викликає у дитини сильну тривогу з усіма її можливими наслідками психологічна травма, непередбачувані реакції, непрогнозована поведінка що може бути небезпечним для життя в умовах негайного реагування на надзвичайні ситуації. Таким чином, діти з ООП є більш вразливими в подібних ситуаціях - на емоційному, когнітивному та поведінкових рівнях. Через свої особливості та вразливість вони піддаються підвищеному ризику стресових реакцій та тривоги, як зовнішню реакцію можна чекати регресивних реакцій, або, навіть регресивних станів, поведінкових змін таких, як неспокійність, гострі емоційні спалахи (гнів, плач, істерики), хвилювання або байдужість і апатія тощо.

План заходів для реалізації безпечного освітнього середовища є цілісною системою. Для того щоб працівники закладу мали належний рівень підготовки до реагування на надзвичайні ситуації та мали змогу надати можливість всім учасникам освітнього процесу знаходитись та функціонувати в безпечному освітньому середовищі треба запланувати низку заходів. Ці заходи включають в себе роботу з вчителями, учнями та батьками.

Вчителям

Педагоги мають бути обізнані, чи, принаймні, ознайомлені, з ознаками ситуацій, котрі можуть стати стресовими для дитини з ООП. Усвідомлення реакцій які ми можемо побачити від дитини з ООП матиме за собою, як наслідок, усвідомлення засобів впливу, які ми можемо заздалегідь запланувати та приготувати для ефективного втручання під час реагування на надзвичайну ситуацію. Існує перелік ситуацій, які можливо передбачити, запобігти та не допустити до їх втілення в життя, але він не вичерпний. Значна частина психологічних наслідків може бути для дитини з ООП глибшою ніж для всіх інших дітей в класі/групі, саме через емоційну чутливість та подразливість.

Задачею педагога в реагуванні на надзвичайну ситуацію буде попередити психологічну травму, відслідкувати та не допустити її розвиток або вплив на дитину на значних для розвитку особистості та соціалізації рівнях. Безумовно, після того як небезпека для життя та здоров'я дитини мине,

педагог матиме можливість звернутися по допомогу та підтримку до психолога або профільних фахівців, втручання котрих буде доцільним. Але в момент реагування, при підготовці до нього та одразу після, кожен вчитель має бути готовим надати психоемоційну підтримку дитині з ООП самостійно, так само як і всьому класу чи групі дітей. Отже, вчитель має підвищити свою компетенцію стосовно засобів профілактики проявів небажаної поведінки кожної дитини під час ситуацій, які вимагають негайного реагування. Також, важливим є особливу увагу приділяти учням які нещодавно прийшли до закладу, знаходяться в перехідному адаптаційному періоді, зокрема, учням з сімей внутрішньо переселених осіб, - їх психологічний стан також можна віднести до високо вразливого, що вимагає додаткової підтримки та уваги.

Також, є важливим рефлексія та вміння обробки та інтеграції власного досвіду для педагогічного колективу закладу освіти. Педагогічним працівникам теж важливо вміти опановувати себе, контролювати свою поведінку та зовнішні реакції під час реагування на надзвичайні ситуації.

Керівники закладів освіти

Побудова психологічно безпечного освітнього середовища передбачає обов'язковий супровід керівника закладу освіти як лідера колективу, особливо в умовах надзвичайних ситуацій. Визначення зрозумілого порядку дій у разі настання надзвичайної ситуації, готовність педагогічних працівників реагувати відповідно до цього порядку, а також підтримка керівника закладу освіти під час повернення до звичного життя після завершення надзвичайної ситуації, є важливим фактором психологічної безпеки та комфорту педагогічних працівників та здобувачів освіти. Тож адміністративна функція полягає не лише в організації безпечного освітнього середовища для реагування на виклики які утворюються відповідно до ситуації, а й в підтримці щоденної готовності до реагування (тренування та відпрацювання дій) та підтримці психологічно здорової атмосфери.

Батьки

Рекомендується щоб адміністрація школи та педагогічний колектив підтримували зв'язок з батьками, та, якщо можливо, організувати зустрічі під час яких ознайомити батьків з комплексом заходів, які заплановано закладом освіти для реагування на надзвичайні ситуації. Також, бажано надати емоційну підтримку сім'ям дітей з ООП, та орієнтовні знання про те, як справлятися з власними реакціями та емоційним реагуванням їх дитини, особливо під час дистанційного навчання.

Деякі батьки не мають підтримуючого оточення, особливо це стосується вимушено переселених сімей. Емоційні стани (стрес, тривога за родичів), фізичні умови (розміщення поза домом, відсутність звичних умов життя тощо) і тривале перебування з дитиною з особливими освітніми потребами є значним викликом. Батьки вимушені справлятися з такими складнощами без підготовки, коли їм самим, як і нам всім, потрібна соціальна підтримка та багато сил, щоб впоратись з ситуацією. В розмові з батьками педагогам важливо дозволити їм поділитися своїми переживаннями, способами подолання важких стресових ситуацій, спираючись на те, як вони вже робили це в родині для себе та своєї дитини. Ця інформація буде важливою і для родини (для самоаналізу та прогнозування і планування своїх дій) і для педагогів (використання в роботі з дитиною працюючих в родині стратегій та пропонування додаткових стратегій боротьби з гострими емоційними проявами в небезпечних ситуаціях) батькам.

Обмін інформацією з батьками може відбуватися і в такому контексті - як дитина відреагувала в тих або інших умовах, як діяли батьки відповідно до обставин та потреб дитини. Тут важливо обговорити також і питання виникнення можливих складнощів в життєдіяльності дитини, адже можна очікувати, що у відповідь на емоційні сильні враження дитина може тимчасово відмовитись від звичних (вже набутих) навичок, втратити орієнтування в рутинній діяльності, та може з'явитися більше невизначеності в повсякденному житті та відобразитись на поведінці дитини. Батьки та педагоги мають бути до цього готові.

Підтримка батьків в таких ситуаціях може бути непростим викликом для педагогів тому що емоційне навантаження на батьків, скоріше за все, буде високим через ситуації, які виникають внаслідок воєнного стану. Важливо врахувати та заздалегідь підготуватись до того, що у батьків може виникнути гнів: на систему освіти, яка їх не підготувала, на переривання навчання та корекційного процесу, на себе, що не підготувалися та не можуть організувати ідеальні умови життя для своєї дитини (підтримувати розпорядок дня, отримувати підтримку від тих спеціалістів, до котрих звикли і т. д.), злість на інших членів родини які можуть поводити себе не так, як хотілося б, на саму дитину і т. д. В таких ситуаціях бесіди з батьками, крім організаційної та координаційної мети, виконують ще одну не менш важливу мету - об'єднати зусилля батьків та педагогічного колективу для забезпечення фізичної та психологічної безпеки дитини, що є безумовним пріоритетом і для родини, і для закладу освіти.

В роботі по підготовці дітей з ООП до реагування на надзвичайні ситуації є загальні рекомендації та індивідуальні, які треба підбирати саме для конкретної дитини з урахуванням її потреб та можливостей.

Загальні рекомендації для дітей з ООП

Тренування є одним з найважливіших способів підготовки до реагування на надзвичайні ситуації, як в контексті фізичної безпеки, так і психологічної.

Важливо допомогти дітям усвідомити процес тренування та допомогти встановити причинно-наслідкові зв'язки процесу тренування. Чому це відбувається? Чому важливо готуватись? Як важливо себе поводити? Чому варто не боятись, а робити те, чого вже навчився під час тренувань? Тощо. В цьому процесі варто допомогти дітям подумати про свої реакції та поведінку, запропонувати спрогнозувати власні дії, з їх урахуванням. Наприклад, «Коли мені страшно, я можу бігти дуже швидко», «Коли я нервуюсь, я хочу, щоб поруч був дорослий» і т. д.. Таким чином страхи та занепокоєння учня будуть не первинним досвідом в непередбачуваній ситуації, дитина зможе розподілити свою увагу на важливі елементи (алгоритми) власних дій під час реагування на ситуацію.

Під час тренувань важливе значення має адаптація програмових вимог безпеки до віку та індивідуальних потреб та можливостей учнів. Для дітей з ООП в процесі набуття навичок безпечної поведінки та реагування на надзвичайні ситуації педагогам потрібно використовувати більше таких матеріалів, які можна побачити, відчутти, почути (візуальні та рельєфні значки, звукові підказки тощо), корисним буде використовувати більше повторень, та варто враховувати індивідуальний темп тренувань.

Доцільно провести серію занять з соціально-емоційного навчання, які підготують дитину до швидкої зміни обставин навколо неї та реагування на сам факт незапланованих змін, який є досить емоційно вразливим для значної частини дітей з ООП. Діяльність має поєднувати в собі вербальні та невербальні методи та засоби. Акцент в підготовці можна зробити на зміцнення сил та можливостей самої дитини.

Коли дитина говорить з вами про свої страхи, під час тренувань, чи поза ними, в реальній ситуації, важливо вислухати та не знецінювати її відчуття. Наскільки це можливо, треба заспокоїти дитину та підтримати її. Покажіть власні емоції, легалізуючи її відчуття таким чином: «Боятися в такій ситуації це нормально», «Давай трохи попередживаємо разом», тощо. Підтримка дитини є дуже важливою на цьому етапі для попередження більш глибоких розладів в майбутньому. Важливо пам'ятати, що для дітей з ООП може бути стертою

межа між тренуванням та реальною ситуацією, що актуалізує пояснення від педагога з урахуванням причинно-наслідкових зв'язків.

Важливо, щоб у дитини було тверде переконання, що вона не сама на жодному з етапів, як в звичайному житті, так і під час надзвичайної ситуації, що поруч є надійний дорослий, який підкаже та допоможе. Не завжди потрібна допомога чи підтримка на кожному кроці, але дитина має знати що вона безперечно їх отримає, якщо їй це буде необхідно. Таким чином рівень тривоги може суттєво знизитись, а рівень саморегуляції підвищиться, що відобразиться на поведінці дитини.

Особливої уваги потребують учні які нещодавно прийшли на навчання в заклад освіти. Виникають складнощі природнього характеру, які пов'язані з процесом адаптації. Якщо ж це дитина із сімей внутрішньо переміщених осіб, то крім адаптації, може проявитись ретравматизація пов'язана з попереднім досвідом. Тому цій категорії дітей потрібна додаткова підтримка та увага на всіх етапах її навчання та під час тренувань.

Важливо переконатися, що кожен учень зрозумів повідомлення про негайні дії, адже під час надзвичайної ситуації від цього розуміння може залежати життя та здоров'я дитини. Доцільним буде відпрацювання різних сценаріїв на тренуваннях, в ігровій або рольовій формах. До прикладу, дитина може надавати «команду» іграшці, по виконанню дій з іграшкою педагог може побачити рівень розуміння послідовності дій в надзвичайній ситуації дитиною.

Діти з когнітивними та емоційними категоріями труднощів можуть неправильно інтерпретувати інформацію: узагальнюючу, асоціативну чи уявну. Тому доцільним буде узгодити з дитиною інформацію, яка є важливою декілька разів, враховуючи складнощі на рівні сприйняття інформації.

Коли педагоги працюють з дитиною тривалий час, вони можуть передбачати реакцію учня - емоційну чи поведінкову, розуміти як дитина реагує на стрес чи різку зміну діяльності. Педагоги знають, що заспокоїло дитину в минулій ситуації, а що не допомогло. Також їм відомі тригери для дитини, які можуть спричинити стресову реакцію, і, відповідно до попереднього досвіду взаємодії, вони вміють підбирати дієві саме для цієї дитини індивідуальні засоби впливу. Крім того, педагоги, знають сигнали які дитина демонструє у відповідь на стрес і тривогу, до яких належать, наприклад, вираз обличчя, мимовільні рухи певного зразку, зміни в мовних моделях, стереотипна поведінка, замкнутість, нервовість, повторюваність певних дій, тощо. Ці сигнали є підказками, які направлять педагогів на

необхідність надання адекватної відповіді на поведінкову реакцію та якнайшвидшої підтримки. Важливо, звернути увагу педагогів на ці підказки, оскільки втрата часу та пропуск можливості надання своєчасної підтримки може призвести до загострення поведінки та додаткового напруження педагогів, батьків і самої дитини.

Як вже було вказано, важливо переконатися, що дитина зрозуміла сказане і не буде собі неправильну модель поведінки. Варто пам'ятати - те що очевидно нам, дорослим, не є очевидним для дітей. Якщо ми не перевіримо рівень розуміння вказівки у дитини, ми не дізнаємось які сумніви та незрозумілі моменти залишилися у неї. Відповідно, в момент реагування ми не можемо розраховувати на реакцію дитини та розуміння нею вказівок дорослого.

Вказані вище особливості сприймання та реагування є типовими для всіх категорій дітей з ООП, та залишаються специфічні особливості, на які варто звернути увагу дорослим. Нижче наведені деякі з них, відповідно до різних категорій освітніх труднощів.

Діти з розладами аутистичного спектру

В повсякденному житті діти з розладами аутистичного спектру є досить вибагливими. Це складає непросту ситуацію в організації життя з ними для їх родин. Так само, важко зрозуміти підказки, які дитина нам дає щодо своїх страхів і почуттів та адекватно до них задовольнити її потребу в підтримці та спілкуванні. Те саме стосується і надзвичайних ситуацій. Звична стереотипна поведінка та організація життя, як вдома, так і в закладі освіти дає такій дитині ілюзію стабільності та передбачуваності, все що виходить за межі цього, - призводить до стресу та непередбачуваних поведінкових реакцій. Це може бути емоційний сплеск, істеричні прояви, різкі агресивні рухи тощо. Будь яка зміна розпорядку дня може створити привід для додаткового емоційного стресу.

Таким учням можна допомогти зрозуміти поведінку навколишніх людей та ситуацію, яку вони бачать, але не розуміють, за допомогою заздалегідь опрацьованих під час тренувань «соціальних історій» в тому числі у вигляді візуалізацій. Створення разом з дитиною цих історій, котрі пояснюють що відбувається навколо, пояснюють дитині реакції, на які чекають від неї під час реагування на надзвичайні ситуації. Це може допомогти дитині посилити розуміння інформації на рівні створення власного досвіду.

Дитина з аутизмом, яка спілкується за допомогою усного мовлення,

може повторювати певні вислови в режимі нон-стоп, наприклад: «Все жахливо», «Ми всі помремо» і т. д.. Така приказка може віддалити їх від однолітків та дорослих. Щоб допомогти дитині уникнути подібних тверджень, їй необхідно надати конкретну інформацію про ситуацію та допомогти їй зрозуміти, як її описати вербально відповідно до рівня розуміння дитини.

Діти з інтелектуальними порушеннями

Діти з інтелектуальними порушеннями не завжди розуміють події які відбуваються незаплановано та/або свої реакції на ці події.. Діти з низьким рівнем функціонування не завжди можуть розуміти ситуацію, що відбувається, а від того часто не відчують тривоги. В той же час дитина з вищим рівнем розуміння ситуації може відреагувати, як реагувала б дитина значно молодшого віку. Дорослі мають визначити, яким є ступінь розуміння дитиною ситуації, що відбувається, та власного ставлення до емоційно насиченої, непередбачуваної події. Як правило, діти з інтелектуальними порушеннями реагують на подію на основі реакції оточуючих дорослих і однолітків та значно менше покладаються на слова та пояснення, які отримують. Отже, перше, що має зробити тут педагог - контролювати власні реакції, які в будь якому разі “зчитує” дитина. Інструкції, пояснення і інші комунікаційні дії мають бути простими та конкретними. Для пояснення подій рекомендується використовувати малюнки та інші доступні засоби візуалізації.

Діти з труднощами в навчанні

Дітям з труднощами в навчанні додаткова допомога може знадобитися залежно від рівня їхньої емоційної зрілості та здатності розуміти поняття, особливо коли основна складність полягає в обробці інформації та тлумаченні слів, які дитина чує та говорить. Тобто інформація для дитини означає саме те, що вона чує в слові, а не те, що вкладено в поняття. Відповідно, слова треба обирати ретельно, щоб не допустити неправильного розуміння сказаного. Наприклад, «Вийди з кімнати» - може означати в такому розумінні і йди на подвір'я, і йди до лісу і все що завгодно, залежно від контексту.

Труднощі в обробці інформації та складнощі в її диференціації, вимагають від дорослого повторення сказаного, можливо і супроводу візуальними підказками. Важливо використовувати конкретні слова та перевіряти чи зрозуміла їх суть та значення для дитини. Деякі діти відчують певні складнощі з уявленнями про час та простір, тож новини по телебаченню чи в інтернеті можуть їх заплутати - їм важко зрозуміти що те, про що говорять в новинах, відбувається не в реальному часі, а вже є звершеним фактом. Також, важливим фактором є те, що ці діти можуть відчувати труднощі в користуванні

вже набутими соціальними навичками та контролювати себе, тож їм може знадобитися підтримка та керування від дорослого в контролі гніву, терпимості до інших та себе, самоконтролі.

Сенсорні порушення

Діти з фізичними та сенсорними порушеннями без когнітивних порушень те, що відбувається навколо будуть розуміти залежно від рівня їх розвитку. Імовірно, що вони будуть відчувати страх, через свої фізичні особливості. Брак інформації про зовнішній світ та реальність, в якій відбуваються непередбачені події, спричиняють тривожні стани та нервово/емоційне збудження. Коли педагог надає пояснення такій дитині йому важливо бути чесним, але спокійним. Як і всім іншим дітям, учням з сенсорними порушеннями важливо точно знати, що вони в безпеці та будуть захищені, розуміти, що дорослі поруч з ними та будуть піклуватися про них в будь-якій ситуації. Важливо заздалегідь поговорити про те, як їм знайти укриття та якими допоміжними засобами вони можуть скористатися, якщо виникне така потреба.

Діти з порушеннями зору не можуть реагувати на зовнішні орієнтири та візуальні підказки. Вираз обличчя, світлові знаки і т.ін. не є тими сигналами на котрі дитина може орієнтуватися. Відповідно, важливо пам'ятати що інтонації голосу та його інтенсивність будуть джерелом знань дитини про навколишній світ та ситуацію яка відбувається навколо, і реагувати на неї дитина буде адекватно не до обставин, а до тієї інформації, яку педагоги передали вербально, треба переконайтеся, що дитина розуміє вас правильно. Діти з порушеннями зору зазвичай дуже переймаються своєю здатністю безпечно рухатися, коли це необхідно. Педагог має додати впевненості дитині та відповісти на всі її питання, пов'язані з реагуванням на надзвичайну ситуацію і заздалегідь практикувати орієнтування та її рух під час тренувань. Це підготує дитину до реагування на надзвичайні ситуації та поза ними.

Діти з порушеннями слуху будуть мати складнощі в розумінні мовлення дорослого під час подій, які вимагають негайного реагування. Це може спровокувати ситуацію, в якій дитина буде відчувати збентеження та розчарування у власній безпеці. Дитина з глухотою, яка не читає по губах, буде потребувати перекладу мовою жестів. Нездатність зрозуміти ситуацію, в якій дитина знаходиться, породжує страх та тривогу, іноді більше, ніж сама надзвичайна ситуація. Через обмеження знання термінів пов'язаних з війною та надзвичайними подіями, слова для розмови педагогу треба вибирати конкретні, та ті, які мають візуальне підкріплення (використання

малюнків/візуальних історій). При тренуваннях реагування на надзвичайні обставини варто врахувати цей факт та вивчити спеціальні слова, жести, знаки, які можуть знадобитися під час реагування. Необхідно пам'ятати, що умови освітлення або відстань сильно обмежують здатність читати по губам, та навіть слідкувати за повідомленнями, які супроводжуються жестовою мовою. Повідомте заздалегідь дітям, що в будь-якій ситуації поруч є дорослий, який подбає про них і дасть їм необхідне обладнання, яке може допомогти в разі потреби (наприклад, ліхтарик тощо).

Емоційні/поведінкові розлади

Діти з важкими емоційними та поведінковими розладами знаходяться в групі ризику до сильних стресових реакцій. Типовими для цих дітей є обмежені навички справлятися з стресовими ситуаціями в щоденному побуті. Тож, в надзвичайній ситуації вони можуть бути пригніченими подіями, що відбуваються та демонструвати гострі емоційні реакції, які можуть суттєво ускладнити реагування на непередбачувану подію для всієї дитячої групи та педагогів, які знаходяться з ними. У тих дітей, які і в звичайних обставинах мають ознаки тривожності, такі як смоктання пальця, обгризання нігтів, циклічне ходіння (по колу чи іншій траєкторії) тощо, також можуть проявлятися сильніші прояви цих реакцій та симптоми замкнутості, збудження, безпорадності, відчаю. Загострена небезпека також полягає в підвищенні руйнівної та непередбачуваної поведінки, більш концентрованої агресії та сильнішій її інтенсивності. Для подолання та управління цими проявами педагогам знадобиться організація багаторазових рутинних тренувань, які стануть для дитини звичними, “напрацьованими” та не будуть викликати таких реакцій.

Висновок

В суспільстві часто недооцінюють вплив травматичних подій на дітей з особливими освітніми потребами та приписують інвалідності та онтогенезу незвичні поведінкові/емоційні прояви та явища, а це не завжди так. Важливо усвідомлювати вплив події на дитину. В контексті військової агресії важливо розуміти, що дітям потрібно більше тренувань, часу, підтримки, настанов. Під час спілкування з дітьми важливо звернути увагу на властиві їм прояви тривожності та занепокоєння, які будуть виражатись в міміці, жестах, зміні мовлення, інтонацій, нервозності. Дитина може прагнути та намагатись досягти ізоляції, відмовляється брати участь в спільних з іншими дітьми видах діяльності, тощо.

Треба пам'ятати, що діти з особливими освітніми потребами більш чутливі до невербальних повідомлень від дорослих та оточуючих людей, особливо інтонацій та виразу обличчя. Тож педагогічні працівники мають пильно слідкувати за власною реакцією, щоб ефективно заспокоїти дітей та надавати їм ефективний приклад для наслідування.

Отже, постійні тренування з дітьми з ООП, рутинні повторення та програвання можливих нестандартних ситуацій, можуть допомогти педагогам, дітям з ООП, їх батькам бути якомога краще готовими до нестандартних подій.