

Крошка С. А. Організаційно-педагогічні умови адаптації внутрішньо переміщених осіб та студентів з «нульової зони» / Крошка С. А. // Гібридна війна на Сході України в міждисциплінарному вимірі: витоки, реалії, перспективи реінтеграції : зб. наук. праць / За заг. ред. ред. В. С. Курило, С. В. Савченко, О. Л. Караман. – Старобільськ : ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2017. – С.276–284.

Актуальність. У статті розкрито низку проблем студентів-переселенців, які включають в себе всі сфери людського життя: економічні, соціальні, побутові, організаційні та психологічні. Розкрито форми, засоби, методи роботи коледжу щодо створення організаційно-педагогічних умов адаптації учнівської молоді, зокрема внутрішньо переміщених осіб, до середовища навчання. Схарактеризовано фактори, які визначають особистість у кризових ситуаціях життєдіяльності. Виокремлено мету супроводу внутрішньо переміщених осіб. Визначено сутність базових понять дослідження: «психотравма», «фрустація», «психологічний дебрифінг». Зроблено аналіз організаційно-педагогічних умов щодо адаптації внутрішньо переміщених осіб до навчального середовища в Лисичанському педагогічному коледжі. Представлено досвід спілкування освітян коледжу з представниками міжнародних гуманітарних місій. Представлено позитивний результат щодо загальної, інтегрованої, спільної діяльності в області полікультурної освіти коледжу.

Ключові слова: фрустація, психологічний дебрифінг, адаптація, педагогічні умови, студент.

УДК 37.062.1 : 364.12

С.А.Крошка

**ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ АДАПТАЦІЇ
ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ ТА СТУДЕНТІВ З
«НУЛЬОВОЇ ЗОНИ»**

З моменту, коли Україна отримала незалежність, де життя країни було здебільшого розміреном, звичайно траплялися радісні і сумні події,

але події останніх років докорінно змінили життя всього українського народу, його бачення майбутнього, цінності, орієнтири у житті.

Мешканці нашої країни стали заручниками надзвичайної ситуації (військові дії на території держави), що призвела до порушення нормальних умов життя і діяльності людей, людських і матеріальних втрат. Одним з негативних наслідків даного явища є шкода, нанесена психічному здоров'ю нації, зокрема учнівській молоді.

Ситуація, в якій опинилися студенти-переселенці, стала своєрідним професійним викликом для всієї педагогічної громадськості. Як швидко й оперативно ми зуміємо подолати труднощі, освоїмо те, чого не знаємо, навчимося самі і навчимо колег, залежить від нас самих.

Молодь, переважно студентство, змушені повністю змінювати свій звичний спосіб життя, оточення та систему навчання. Адже переведення до нового навчального закладу в більшості випадків взаємопов'язане зі стресом, страхом перед змінами, новим колективом та новим місцем. Кожен студент-переселенець стикається з низкою проблем, які включають в себе всі сфери людського життя: економічні, соціальні, побутові, організаційні та психологічні.

В зарубіжній психології вивчення поведінки в складних ситуаціях відбувається в декількох напрямках. Р.Лазарус і Фолкмен (1984) підкреслюють роль когнітивних конструктів, що обумовлюють способи реагування на життєві труднощі [1]. Коста та Маккрей (1992) акцентують на впливі особистісних чинників, що визначають переваги особистості до вибору тих чи інших стратегій поведінки в складних обставинах [2]. Лер і Томе (1993) приділяють увагу аналізу самих складних ситуацій, передбачаючи вплив контексту на вибір стилю реагування [2]. Інтерпретація феноменів захисту та опанування пов'язана також із вивченням природи індивідуальної поведінки в контексті проблеми стресу (Г. Сельє, 1991), уявлення про інформаційний та емоційний стрес, що проявляються в ситуаціях загрози, небезпеки, образи [5].

Сьогодні особливо зростає необхідність свідомої активності керівників навчальних закладів, спрямованої на підтримку, регулювання і формування здорового соціально-психологічного клімату у педагогічному колективі і закладі в цілому.

Мета: розкрити форми, засоби, методи роботи Лисичанського педагогічного коледжу щодо створення організаційно-педагогічних умов адаптації учнівської молоді, зокрема внутрішньо переміщених осіб, до середовища навчання.

Завдання: визначити сутність базових понять дослідження («психотравма», «фрустрація»; «психологічний дебрифінг»; зробити аналіз організаційно-педагогічних умов адаптації внутрішньо переміщених осіб до навчального середовища.

Соціально-психологічний момент є найтривалішим та найважчим. Адже він вимагає від викладацького складу особливої емпатії, уваги та

десь, навіть, креативності, щоб студент-переселенець легше звикав до нового.

Одним із факторів, що характеризує особистість в кризових ситуаціях життєдіяльності є рівень порушення психічної адаптації, що пов'язано не тільки зі скритими емоційними порушеннями, міжособистісними конфліктами, але й індивідуальними механізмами переробки стресу (опанування, копінга) і механізмами психологічного захисту (Вассерман, 1998) [7]. Вимушена зміна місця проживання може призвести до психологічного травмування. Автори зазначають, що психотравма є наслідком конкретної надзвичайної ситуації (вимушене переселення), яка перевищує адаптаційні можливості організму, супроводжується страхом, безпорадністю [7, с. 17].

Слід звернути увагу на те, що за умови переживання особою стресу протягом довгого часу, пов'язаного з вимушеною зміною місця проживання і не отриманням кваліфікованої допомоги, значно збільшується вірогідність розвитку в неї серйозних емоційних, поведінкових, стресових розладів.

В даному контексті розглянемо поняття фрустрації та його значення. Фрустрація (лат. frustratio – обман, розлад, руйнування планів) – психічний стан, що виражається в особливостях переживань і поведінки, що викликані об'єктивно непереборними труднощами, які виникають на шляху до досягнення мети або вирішення задачі [8].

В даний час багато авторів використовує поняття фрустрації і психологічного стресу як синоніми; деякі обґрунтовано розглядають фрустрацію як приватну форму психологічного стресу. Важливим поняттям при визначенні є фрустраційна толерантність (стійкість) як властивість особистості протистояти різного роду життєвим труднощам без втрати своєї психологічної адаптації [1; 2; 4]. В основі її лежить здатність людини адекватно оцінювати реальну ситуацію, з одного боку, і можливість передбачення виходу із ситуації – з іншого.

Фрустрація це такий психічний стан, для якого характерна безвихідь, глибока печаль, розчарування, незадоволення, тривога, психологічний ступор, роздратування, розлад задумів, відчай [8].

Фрустрація виникає в результаті конфліктів особистості з іншими, особливо в колективі, в якому людина не дістає підтримки, співчутливого ставлення. Найпомітнішими проявами поведінки людини у стані фрустрації є такі: апатія, агресія, регресія. Фрустраційна поведінка знаходить свій вияв тоді, коли поставлена людиною мета залишається незадоволеною.

Подолання стану фрустрації здійснюється поступовим переходом зі стану раціонального аналізу до енергійних дій для досягнення мети. Для успішності подолання фрустрації рекомендується навіювання, самонавіювання впевненості у своїх силах.

Одним із ефективних засобів психологічної підтримки та відновлення психічного здоров'я і психологічної рівноваги після перебування в екстремальній ситуації є психологічний дебрифінг.

Психологічний дебрифінг (англ. debriefing – доповідь після повернення завдання) являє собою групове обговорення пережитої екстремальної ситуації, що сприяє розумінню причин, які викликають стрес, і усвідомленню дій, необхідних для усунення цих причин [5].

Дебрифінг відноситься до заходів екстреної психологічної допомоги (Джефрі Мігчел). Процедура дебрифінгу дозволяє учасникам в умовах безпеки та конфіденційності відреагувати враження, реакції та почуття, пов'язані з подією. Головна мета дебрифінгу – знизити тяжкість психологічних наслідків після пережитого стресу. Участь у дебрифінгу не може попередити виникнення наслідків трагічних подій, але перешкоджає їх розвитку та посиленню, сприяє розумінню причин свого стану і усвідомленню дій, які необхідно зробити, щоб полегшити його.

Проводити дебрифінг можливо в будь-якому місці, але бажано, щоб приміщення було зручним, доступним та ізольованим. Оптимальна кількість учасників у групі від 10 до 15 осіб. Час становить 2-2,5 години без перерви. Дебрифінг дуже чітко структурований і включає в себе сім послідовних фаз.

Специфіка роботи зі студентами із зони АТО має певні особливості: головне для цих осіб мати почуття безпеки, тож важливо його створити.

В Лисичанському педагогічному коледжі станом на 08.09.16р. навчається 10 внутрішньо переміщених осіб; дітей військовослужбовців на 01.10.16р. – 7 осіб, студентів з так званої «сірої» або «нульової» зони – 21 особа.

Мета супроводу таких осіб: навчити їх пристосовуватися до дійсності і долати психотравмуючі впливи, завдання – формувати відчуття безпеки, спокою і надії, зв'язок з іншими людьми, сприяти доступу до соціальної, фізичної та емоційної підтримки, зміцнювати віру в свої можливості, сприяти адаптації до нових умов, набуття власної цілісності, значущості, усвідомлення сенсу його буття.

Освітня робота з категорією таких студентів спрямована на формування нового рівня міжособистісних стосунків, позитивних життєвих цінностей, оптимістичного світобачення, комунікативно-мовленнєвої компетенції.

У своїй роботі адміністрація та викладачі коледжу зі студентами даної категорії використовують професійний досвід, залучають їх до активного життя навчального закладу, дають можливість швидше адаптуватися і знайти друзів.

Початковим етапом цієї роботи є діагностика, в основу якої покладені: характеристика особливостей і можливостей полікультурного освітнього простору; облік результатів виховання; принципи взаємодії сім'ї, коледжу, соціуму в підтримці та захисті; розробка методів

педагогічного керівництва процесом адаптації та підтримки студентів в полікультурному освітньому просторі.

Для повноцінного входження студентів-переселенців в освітній процес у коледжі створюють спеціально змодельовану ситуацію успіху: стимулювання ініціативи, творчості, прагнення до самостійності; відмова від надмірної опіки; надання права вибору, уникання практики примусу; надання часу для самостійної вільної діяльності, усамітнення; давати змогу завершити розпочату справу і побачити кінцевий результат своєї діяльності; зіставлення успіхів з його попередніми досягненнями; задоволення потреби у визнанні шляхом заохочення, схвалення, позитивної оцінки дій та результатів діяльності.

Завдяки систематичній роботі волонтерів Лисичанського педагогічного коледжу реалізується безліч благодійних акцій. Добра справа є успішною тоді, коли її виконує команда ініціативних та вмотивованих людей. Праця задля суспільного блага неможлива без відкритих сердець та бажання допомогти. Волонтерами є і студенти-переселенці.

У коледжі постійно проводяться інформаційно-просвітницькі години та культурно-масові заходи: Workshop «Я – майбутній профі»; захід «Посвята в студенти» та конкурс «Коледж.Шанс.УА»; загальноколеджний захід до Дня Гідності і Свободи «Революція гідності. Ціна свободи» та відкрите засідання інформаційно-аналітичного майданчику на тему «Еволюція Майдану. Очікування та здобутки України на шляху до Європи»; спортивні свята, які згуртовують студентську молодь: «З Україною в серці спорт прославляємо», «Непохитні Вітчизни сини», «Храм оптимізму і бадьорості», Міжнародний день студентського спорту з іграми, розвагами, туристськими естафетами тощо.

Для підвищення психологічної культури всіх учасників педагогічного процесу психологічна служба коледжу пропонує тематичні групові заняття: «Крокує першокурсник», тайм менеджмент, «Як пережити іспити без стресу», «Вільне спілкування» тощо.

Викладачам пропонується співпраця у підготовці та проведенні кураторських годин та інших видів роботи на теми, визначені планом соціально-гуманітарної роботи коледжу: групові консультації «Самодопомога при психологічній травмі»; «Вплив ЗМІ на формування світогляду людини та її поведінку» (дослідження способів психологічного маніпулювання і впливу викривленої інформації на психіку людини); розвивальні групові заняття «Крок назустріч...» (вивчення особистісних якостей студентів, їхніх морально-етичних позицій, духовних інтересів і прагнень; розвиток навичок рефлексії та самопізнання; робота з труднощами особистісної самоідентифікації); зустрічі з працівниками реабілітаційних і психологічних центрів міста (формування здорового способу життя; профілактика алко-, нарко-, ігрової та інших залежностей; формування усвідомленого батьківства).

Важливим аспектом соціально-гуманітарної роботи коледжу є діяльність «Центру молодіжних ініціатив», на засіданнях якого виокремлюють нагальні питання інклюзивної освіти, роботи зі студентами-переселенцями, або тими, хто потребує додаткової уваги.

Лисичанський педагогічний коледж долучився до всесвітньої програми «Активні громадяни» (представник: викладач коледжу Ляшенко К.І.), яка має за мету сприяти соціальному розвитку, головною рушійною силою якого виступають самі громади. Мета програми – створити світ, у якому люди мають можливість мирно й ефективно взаємодіяти з іншими задля сталого розвитку своїх громад (Тернопіль).

На базі Лисичанського педагогічного коледжу проводяться зустрічі з представниками гуманітарних місій, зокрема Міжнародної гуманітарної організації ACF («Action Contre la Faim») в Україні. «Дивитись, слухати, спрямовувати» – такі ключові принципи надання першої психологічної допомоги людям, які знаходяться у стані фрустрації. Гості провели змістовний практикоорієнтований тренінг з основ надання першої психологічної допомоги людям у різних критичних ситуаціях, особливо, в ситуації бойових дій, коли люди вимушено стають переміщеними особами, біженцями, втрачають рідних, друзів, житло і стикаються з проблемами, які, на перший погляд, не мають вирішення.

Протягом тренінгової програми учасники під керівництвом досвідчених психологів обговорювали кризові моменти, з якими може зустрітись кожна людина; виявляли принципи дій та правила «активного слухання» у критичних ситуаціях; аналізували фрази, яких краще уникати при наданні першої психологічної допомоги, активно дискутували на тему пошуку зовнішніх і внутрішніх ресурсів, які допомагають долати стрес. Зустріч відбувалась в активному форматі моделювання і вирішення реальних життєвих ситуацій, їх активному подальшому обговоренні та рефлексії.

Такий серйозний досвід спілкування освітян коледжу з представниками міжнародних гуманітарних місій у навчальному закладі став одним з перших кроків до усвідомленого розуміння необхідності в психологічних знаннях, уміннях і навичках для кожного фахівця, незалежно від наявності професійної психологічної освіти. Кожен учасник тренінгу зрозумів, що життя іноді диктує такі вимоги, вирішення яких можливо лише завдяки наявності досвіду міжособистісного спілкування в критичних ситуаціях.

Допомогти студентам-переселенцям звикнути до інших умов життя, сприяти швидкої адаптації до нового соціально-культурного середовища можливо тільки за умови співпраці навчального закладу і сім'ї. Адміністрація та викладачі коледжу організують роботу з батьками: індивідуальні, групові консультації, тренінги; семінари; спільні заходи за участі студентів і дорослих (свята, майстер-класи), творчі проекти. Основна робота батьків – уміння слухати і чути дітей, коли вони говорять про свої стани, страхи, розповідають сни. На

заняттях батьки діляться своїми думками щодо допомоги рідним, знахідками та проблемними питаннями.

Громадська організація «Дитячий фонд «Здоров'я через освіту»» поточного року разом з Національним Університетом «Києво-Могилянська Академія» стали головними виконавцями проекту «Вчимося жити разом» з розвитку життєвих навичок та надання психологічної та соціальної підтримки дітям та підліткам, які постраждали внаслідок конфлікту в Україні. Проект впроваджується за ініціативи Європейського Союзу (ЄС) Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні. Він є складовою ініціативи ЄС під назвою «Діти Миру», виділеної на освітні проекти в зонах конфлікту. Проект реалізується в двох напрямках – формування життєвих навичок, що сприятимуть позитивній адаптації, та надання психологічної допомоги та підтримки в навчальних закладах.

Крошка С.А. (викладач коледжу) пройшла підготовку тренера для подальшого навчання вчителів основної та старшої школи з методики викладання тренінгового курсу «Вчимося жити разом». Тому в коледжі вже закладено основи для впровадження освіти на основі життєвих навичок в рамках даного проекту.

Викладачі Крошка С.А., Борисенко Л.Л. започаткували проведення тренінгів для студентів спеціальності «Початкова освіта» щодо організації підготовки вчителів початкової школи для викладання курсу «Вчимося жити разом», складова «Освіта на основі життєвих навичок».

Студенти отримують знання методики викладання розроблених у рамках проекту тренінгових курсів для розвитку життєвих навичок, які підвищують стійкість дітей та молоді у складних життєвих обставинах, сприяють їх адаптації у нових навчальних закладах.

Позитивний результат може бути досягнутий лише завдяки загальній, інтегрованій, спільній діяльності в області полікультурної освіти. Це є неодмінною умовою для надання ефективної допомоги, підтримки життєвого самовизначення особистості студента-переселенця у соціальному просторі, його адаптаційної орієнтації у новому полікультурному середовищі, бо тільки згуртований колектив, друзі зможуть забезпечити повноцінний розвиток та навчання таких дітей.

Завдяки цілеспрямованій роботі студенти, які знаходилися у стані фрустрації пройшли успішно адаптацію і подолали дискомфорт. Вони набувають почуття гордості за те, що впоралися зі складною ситуацією, яка сталася в їхньому житті.

У подальшому планується розробка програми щодо зняття стану фрустрації та психологічного дебрифінгу і проведення тренінгів з розвитку життєвих навичок, та надання психологічної та соціальної підтримки дітям та підліткам, які постраждали внаслідок конфлікту в Україні.

Список використаних джерел

1. Мацко Л. А. Основи психології та педагогіки : навч. посіб. / Л. А. Мацко, М. Д. Пришак. – Вінниця : ВНТУ, 2009. – 158 с. **2. М'ясоїд П. А.** Загальна психологія : навч. посіб. / П. А. М'ясоїд. – Київ, 2000. – 450 с. **3. Панок В.Г.** Психоконсультативні стратегії діяльності практичного психолога системи освіти: навч.-метод. посібник / В.Г. Панок, Я.В. Чаплак, Д.Д. Романовська. – Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2010. – 260с. **4. Психология адаптации личности** / А.А. Реан, А.Р. Кудашев, А.А. Баранов. – СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2008. – 479 с. **5. Психологічний дебрифінг** та кризисна психологія. – Режим доступу: – <https://ru.wikipedia.org/wiki>. **6. Селье Г.** Психологія стресу. – Режим доступу: <https://uk.wikipedia.org/wiki>. **7. Соціально-педагогічна** та психологічна робота з дітьми у конфліктний та постконфліктний період: метод. рек. / Н.П. Бочкор, Є.В. Дубровська, О.В.Залеська та ін. – Київ : МЖПЦ «Ла Страда-Україна», 2014. – 84 с. **8. Фрустрація та її значення.** – Режим доступу : http://bookap.info/lichnost/malkina_pyh_viktimologiya.

Крошка С.А. Організаційно-педагогічні умови адаптації внутрішньо переміщених осіб та студентів з «нульової зони»

У статті розкрито низку проблем студентів-переселенців, які включають в себе всі сфери людського життя: економічні, соціальні, побутові, організаційні та психологічні. Розкрито форми, засоби, методи роботи коледжу щодо створення організаційно-педагогічних умов адаптації учнівської молоді, зокрема внутрішньо переміщених осіб, до середовища навчання. Схарактеризовано фактори, які визначають особистість у кризових ситуаціях життєдіяльності. Виокремлено мету супроводу внутрішньо переміщених осіб. Визначено сутність базових понять дослідження: «психотравма», «фрустрація», «психологічний дебрифінг». Зроблено аналіз організаційно-педагогічних умов щодо адаптації внутрішньо переміщених осіб до навчального середовища в Лисичанському педагогічному коледжі. Представлено досвід спілкування освітян коледжу з представниками міжнародних гуманітарних місій. Представлено позитивний результат щодо загальної, інтегрованої, спільної діяльності в області полікультурної освіти коледжу.

Ключові слова: фрустрація, психологічний дебрифінг, адаптація, педагогічні умови, студент.

Крошка С.А. Организационно-педагогические условия адаптации внутренне перемещенных лиц и студентов из «нулевой зоны»

В статье раскрыт ряд проблем студентов-переселенцев, которые включают в себя все сферы человеческой жизни: экономические, социальные, бытовые, организационные и психологические. Раскрыты формы, средства, методы работы колледжа относительно создания организационно-педагогических условий адаптации учащейся молодежи, в частности внутренне перемещенных лиц, к среде обучения. Дана

характеристика факторам, которые определяют личность в кризисных ситуациях жизнедеятельности. Определена цель сопровождения внутренне перемещенных лиц; суть базовых понятий исследования: «психотравма», «фрустрация», «психологический дебрифинг». Сделан анализ организационно-педагогических условий относительно адаптации внутренне перемещенных лиц к учебной среде в Лисичанском педагогическом колледже. Представлен опыт общения преподавателей колледжа с представителями международных гуманитарных миссий.

Ключевые слова: фрустрация, психологический дебрифинг, адаптация, педагогические условия, студент.

Kroshka S.A. Organizational-pedagogical conditions of adaptation of internally displaced persons and students from the «seraiah zone»

The article revealed a number of problems of students-migrants, which include all aspects of human life: economic, social, personal, organizational and psychological. Disclosure forms, means and methods of college working for the establishment of organizational and pedagogical conditions of adaptation of students, in particular internally displaced persons, to the learning environment.

Totalizer factors that determine a person in crisis situations of life. Determine the purpose of support of internally displaced persons; are the basic concepts of the study: "psychological trauma", "frustration", "psychological debriefing".

The analysis of the organizational and pedagogical conditions for the adaptation of internally displaced persons to the learning environment in Lisichansk Pedagogical College. Submitted experience college professors with international humanitarian missions. Presented positive results on the overall, integrated, joint activities in the field of multicultural education college.

Due to purposeful work of students who were in a state of frustatsiyi were successful adaptation and overcome the discomfort. They take pride in the fact that coped with the difficult situation that happened in their lives.

In future it is planned to develop programs for the removal of state frustatsiyi debryfinhu and psychological training and the development of life skills and providing psychological and social support to children and adolescents affected by conflict in Ukraine.

Key words: frustration, psychological debriefing, adaptation, pedagogical conditions, student.