

**ФАХІВЦЯМ - КОНСУЛЬТАНТАМ ІРЦ ТА ПЕДАГОГАМ,  
які працюють в інклюзивному освітньому середовищі  
щодо підтримки дітей з особливими освітніми потребами в умовах війни**

**Одеський обласний ресурсний центр підтримки інклюзивної освіти**  
<https://oano.od.ua/uk/site/oblasnii-resursnii-tsentr.html>

Після широкомасштабного вторгнення росії в Україну мільйони українських сімей змушені покинути домівку, шукаючи більш безпечні місця для життя. Переїзд на нове місце та втрата стабільності - стрес не тільки для дорослих, а й для маленьких українців. Діти більш чутливі та складніше переживають травматичні події. Вони не можуть самотійно про себе подбати і їм дуже потрібна підтримка і турбота з боку дорослих.

Тож, дорослим потрібно відповідально ставитися до почуттів дитини та вміти їх правильно підтримати.

В першу чергу дорослим потрібно зрозуміти та прийняти те що сьогодні будь які прояви дитини – це нормальна реакція на незвичайну ситуацію.

Коротко зазначимо які саме може бути реакції дитини у різному віковому періоді.

**Діти віком до 6 років:**

- Не переносить розлучення з батьками;
- Має проблеми з харчуванням;
- Не говорить так добре, як раніше, втрачає навички;
- Поводиться необережно, робить щось небезпечне для себе;
- Чогось лякається, чого не боявся раніше;
- Здається «гіперактивним»;
- Грає агресивно, говорить про жахливі речі, що бачив;
- Став вимогливим, командує вами, «упирається»;
- Став дратівливим, гнівається, багато кричить;
- Б'є вас;
- Каже, що ви у всьому винні, «Забирайся, я тебе ненавиджу»;
- Поводиться так, ніби не відчуває жодних почуттів;
- Багато плаче;
- Сумує за людьми, яких більше не бачить після біди;
- Сумує за речами, що загубилися під час біди.

**Діти молодшого шкільного віку:**

- Нерозуміння того, що сталося
- Почуття провини, вони винні в тому, що трапилося, що вони могли щось змінити
- Страх повторення того, що сталося, і реакції на все, що нагадує про нього
- Повторення розповіді про те, що сталося знову і знову, у грі
- Страх того, що їх переповнюють почуття
- Проблеми зі сном
- Занепокоєння власною безпекою та іншими
- Зміни у поведінці, невластива агресія, невгамовність
- Соматичні прояви, безпричинні болі
- Уважне спостереження за реакціями та станом батьків, небажання турбувати батьків своїми проблемами
- Занепокоєння про інші сім'ї та жертви

### Діти - підлітки:

- Відчуження, сором, почуття провини
- Усвідомлення власних страхів, почуття вразливості, страх уславитися ненормальним
- Викликаюча поведінка; вживання ПАР, секс, небезпечна поведінка
- Страх повторення того, що сталося, та реакції на все, що нагадує про нього
- Різкі зміни у міжособистісних відносинах, віддалення
- Радикальні зміни щодо життя
- Прагнення передчасно розпочати «доросле життя»
- Занепокоєння про інших постраждалих людей та сім'ї

В цей непростий період батькам, вчителям та вихователям потрібно розуміти емоції та почуття дитини. **ПОРАДИ БАТЬКАМ: С. Богданов, О. Залеська «ПАМ'ЯТКА ПРО ПОЧУТТЯ»**

<https://s7521aa693fac34d6.jimcontent.com/download/version/1675336862/module/7472690959/name/%D0%9F%D0%B0%D0%BC%27%D1%8F%D1%82%D0%BA%D0%B0%20%D0%BF%D1%80%D0%BE%20%D0%BF%D0%BE%D1%87%D1%83%D1%82%D1%82%D1%8F.pdf>

*Рекомендуємо* звернути увагу батьків на декілька простих правил від фахівців, Центру здоров'я та розвитку «Коло сім'ї», які допоможуть полегшити адаптацію дитини до нового місця проживання: <https://armyinform.com.ua/2023/02/28/yak-dopomogty-dytyni-pid-chas-vijny-adaptuvatysya-do-novogo-miszczya-prozhyvannya/>

— **Батькам слід бути відвертим та говорити виважено.** Обговорюйте з дітьми переїзд та пов'язані з ним зміни. Це нормально не мати відповідей на деякі запитання дитини.

— **Будьте уважними до почуттів дітей та допомагайте їм мудро на них відповідати.** Смуток через втрату зв'язку з домом і радість від нових відкриттів — це природні почуття, які допомагають зрозуміти наш досвід.

— **Пам'ятайте про базові речі та режим дня.** Організуйте день так, щоб у ньому було місце сну, прогулянкам, часу з іншими дітьми, навчанням.

— **Спільно плануйте свої дії та шукайте ефективні способи адаптуватися.** До переїзду не потрібно ставитися, як до паузи у житті, адже кожен день — цінний.

— **Пам'ятайте минуле, мрійте про майбутнє, живіть «тут і тепер».** Ми можемо черпати силу у спогадах. Допмагайте дітям берегти цілісність нашої життєвої історії, адже ми, мов дерево, живимося з джерел досвіду.

Як допомогти дітям пройти крізь виклики війни: *поради від дитячого психолога* <https://www.mh4u.in.ua/hochu-dopomogty-blyzkym/how-to-help-children-war/>

*Онлайн сервіси (відео-матеріали)* для підтримки дітей під час війни:

- Графічний батальйон «Гімнастика для активних»  
<https://kultura.rayon.in.ua/topics/545227-grafichniy-batalyon-abo-yak-psihologichni-multifilmi-dopomagayut-ukrainskim-dityam>
- Графічний батальйон «Що робити коли лунає сирена»  
<https://kultura.rayon.in.ua/topics/545227-grafichniy-batalyon-abo-yak-psihologichni-multifilmi-dopomagayut-ukrainskim-dityam>
- Графічний батальйон «Що робити коли нудно»  
<https://www.youtube.com/watch?v=uJm62FSrhg>
- Руханка «Булька» [https://www.youtube.com/watch?v=ld\\_dVatHiE](https://www.youtube.com/watch?v=ld_dVatHiE)
- Руханка «Киця кицяня» <https://www.youtube.com/watch?v=zPMryG8fqNY>
- Руханка «арам зам зам» [https://www.youtube.com/watch?v=R\\_f8yCYztlI](https://www.youtube.com/watch?v=R_f8yCYztlI)

- Руханка «А ти лети-лети ...» <https://www.youtube.com/watch?v=eD21EzS5ig>

Ще одним важливим кроком є допомога дитині в опануванні дистанційної або змішаної форми навчання.

Пропонуємо вчителям звернутись до інтернет джерел.

*Інтернет джерела:*

1. Дистанційне навчання дітей з особливими потребами. URL: <https://vseosvita.ua/library/distancijne-navcanna-ditej-z-osoblivimi-potrebami-447990.html>
2. Інклюзивна освіта онлайн. URL: <https://osvita.ua/doc/files/news/862/86262/inklyuzyvna-osvita.pdf>
3. Ефективне дистанційне навчання URL: <http://prosvitcenter.org/efektyvne-dystancyjne-navchannia>
4. Методи підтримки учнів з особливими потребами URL: <https://osvita.ua/school/method/87002/>
5. Сучасні інноваційні інтерактивні методи дистанційного навчання в умовах карантину. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/metodichni%20recomendazii/2020/metodichni%20recomendazii-dustancyyna%20osvita-2020.pdf>
6. «Особливості дистанційного навчання для дітей з особливими освітніми потребами» URL: <http://12.school-info.te.ua/blog/84-formi-zdobuttja-osviti/osoblivosti-distancijnogo-navchannja-dlja-ditej-z-osoblivimi-osvitnimi-potrebami>