

НАВЧАННЯ В УМОВАХ ВІЙНИ - ПРАДИ БАТЬКАМ

З лютого 2022 розпочалися нові сутні реалії життя і ще більші складнощі та труднощі навчального процесу для всіх задіяних в ньому, а особливо для здобувачів освіти.

Як здобувачі освіти себе поведуть та навчаються зокрема залежить від багатьох факторів: зовнішніх, які не залежать ні від дитини, ні від нас (події в країні, вимушені переїзди та зміни в укладі життя тощо); соціальних (відносини в родині, відносини з педагогічними працівниками, друзями тощо); та внутрішніх факторів (емоційні, ціннісні, мотиваційно-вольові).

Ось лише деякі з них:

- **Війна як факт.** Насправді, війну в Україні українські діти проживають глибоко і болісно, здебільшого вони все розуміють. Багато хто вимушений був раптово та терміново подорослішати. Усвідомлення тощо, що світ і люди навколо можуть бути страшними, жорстокими, нести пряму загрозу життю, неабияк впливає на формування світогляду, і закладає в психіці певні особистісні рішення, висновки, психологічні адаптації та паттерни поведінки

- **Багатьом здобувачам освіти довелося змінити місце проживання.** Часто з погіршенням умов життя та зручностей для навчання. Чужі квартири, чужі ліжка, чужі речі навколо, втрата своїх звичних та улюблених речей, свого комфортного середовища.

- **Зміна звичного оточення спілкування,** постійний потік нових незнайомих людей та необхідність проходити купу інстанцій, брак близьких друзів, складність комунікації через мовний бар'єр, нестабільний змінений емоційний стан найближчих дорослих, перебування в стані постійного напруження на небезпеки.

- **Втрата близьких.** Батьків, родичів, знайомих, сусідів тощо. Це все психологічні травми і горе, з яким всі часто змушені зустрічатися і залишатися сам на сам, тому що війна, тому що не завжди знаходиться хтось, щоб поговорити та надати якісну кваліфіковану підтримку, тому

що дуже часто відповідальна особа, проживаючи своє горе та стрес, не мають ресурсу підтримати підопічних, як би не хотіли.

Може здатися, що у дітей, які залишилися жити у своїх дотівках, не повинно виникати складнощів із навчанням, але це не так.

По-перше, труднощі завжди пов'язані із внутрішніми станами і процесами розвитку дітей. Зверніться до психолога .

По-друге, ситуація навколо, війна, небезпека, загальна тривожність і невизначеність не може не впливати на дитину, а значить і на всі її процеси. Зіткнення з цими прикрими і жорстокими реаліями безсумнівно впливає на емоційний стан , адже не тільки на ціннісному, а й на фізичному рівнях діти відчувають небезпеку, недовіру, страх.

Нам дорослим, батькам, педагогічним працівникам , психологам, тренерам, важливо усвідомлювати та враховувати нові зовнішні та внутрішні фактори, що додалися і які впливатимуть на навчальний процес, поведінку та самовідчуття дітей. Ми маємо розуміти зони свого впливу та відповідальності, і допомогти дітям визначити свої.

- **Емоційна сфера.** Відчуття страху, жаху, злості, відчуття тривоги - це природні та адекватні ситуації емоції та почуття, з якими зустрічаються діти за даних обставин. Але не всі знають та втіють як з цими почуттями впоратися. Щоб вони не проявлялися в незрозумілих видозмінених формах, ірраціональних відчуттях, деструктивних думках та поведінці, на психосоматичному рівні, дорослим важливо приділяти час близькому душевному спілкуванню, знайти з емоційною грамотою та розвивати емоційний інтелект.

- **Когнітивна сфера.** Звичайно що стреси та переживання впливатимуть на роботу вищих психічних функцій, таких як мислення, сприйняття, увагу, пам'ять тощо.

- **Мотиваційна сфера,** тобто «чому?» і «навіщо?» також може зазнавати і переживати трансформаційні процеси. Адже багато людських постулатів та моральних цінностей зараз в очах дітей ошкоджені та не працюють. Не тільки діти, а й багато дорослих зараз відчувають дезорієнтацію та розгубленість. За таких умов важливо допомогти дітям адаптуватися до нової реальності та обставин, пояснити певні

причинно-наслідкові процеси. Розуміння дає можливість зняти певну тривожність і активізувати мисленнєві функції важливі для навчання, визначити пріоритети, сформулювати нову мотивацію.

Поведінка дітей - це свідчення, показник та результат тих процесів, які відбуваються у сфері почуттів та думок. Для того щоб коригувати певну поведінку, важливо розуміти витoki причин її виникнення. Наприклад, апатія та відсутність інтересу часто викликає у дорослих нерозуміння, роздратування та бажання зтусити цікавитися, хоч читось. А насправді це можуть бути симптоми глибокої дитячої депресії. І навпаки, таж сама апатія, пасивна або навіть активна агресія можуть бути проявами своєрідного бунту і спроби уникнути відповідальності та, користуючись ситуацією, не дорослішати.

Виходячи з вище зазначеного, хочу запропонувати деякі тези, які, сподіваюся, будуть корисними і дітям, і батькам :

1. Процес (навчання) такий же важливий як і результат (навчання).

Якщо процес (власне навчання, перебування в колективі, відносини з педагогами) болісний, стресовий, то результат навряд буде позитивним. Потрібно зважати на ціну способу, яким даний результат досягається. І шукати способи та методи зробити процес навчання безпечним, комфортним та цікавим. Не дивлячись на те, що більшість дітей проводять багато часу за гаджетами, зтіна школи, тови викладання, онлайн навчання - непростий та виснажливий процес.

Тримати увагу та сприймати інформтацію протягом шести-семи уроків реально важко. Тому дорослим важливо знаходити адекватні способи, як допомогти дітям слідувати запропонованій системі навчання, враховуючи унікальні особливості особистості дитини та актуальну ситуацію.

2. Відкрити тушлю силотіць - це златати її. Як не можна зтусити полюбити або зрозуміти якийсь предмет, так не можна заставити навчатися. Критика, знецінення, залякування, покарання, як методи впливу, викликають лише відчуття образи та небажання слідувати наказам. Знаю багато прикладів, коли батьки в розпачі та переживаннях за тайбутнє дітей, своєю поведінкою тільки руйнували відносини із

дитиною, назавжди закриваючи її від себе, та відбивали природою закладене прагнення до пізнання та розвитку.

3. Не знецінюйте переживань або складнощів, з якими ділиться з вами ваша дитина. Не порівнюєте її з іншими. Комуś легко адаптуватися в новому колективі, комуś ні. Хтось залюбки відвідує додаткові заняття, комуś що не пропонує - все не підходить. Перед тим як списувати все на «погані гени», або лінь, треба спробувати розібратися в істинних причинах. Дуже часто діти намагаються нат дорослим повідомити щось дуже важливе для них, поки не почують щось нахталт «Боже, про що ти думаєш?», «мені б твої проблеми», «придумав/ла собі якусь єрунду, краще б історію почитав/ла».

4. Дозвольте дитині бути в своєму темпі та ритмі, але слідкуйте та допомагайте дотримуватись загальних правил. Про що саме йдеться: присутність та робота на уроках, як і виконання домашнього завдання - обов'язкова умова та правило. Щодо того, як швидко або як довго дитина виконує завдання, в якій послідовності тощо, ви можете вносити свої поради, якщо вони сприймаються, або залиште це на розсуд та відповідальність дитини.

5. Питати в дитини «як справи», «які оцінки?» та бути з нею в контакті - різні речі. Бути батькати та мати довіру дитини і бути для неї авторитетом - також. Впливати на дитину можливо тільки шляхом побудованого з нею тісного позитивного зв'язку. Для цього важливо спілкуватися з дитиною, виходячи з її реальності та потреб. Всі переживання, страхи, забобони і комплекси в голові дитини, які дорослим тожуть здатися читсь надуманим, роздутити, неважливими уваги і легкити в подоланні - дуже важливі для самої дитини і потребують сил, терпіння, тужності, підтримки щоб з ними впоратись та вийти на новий рівень.

6. Пам'ятайте, Ви маєте розуміти дитину, а не вона вас. Тому що вона ще ніколи не була дорослою, а ви вже колись були дітьми. Такі поширені переживання дорослих як: «викладачі подумують, що ти тало заставляємо і ти погані батьки», «не хочеться тіняти навчальний заклад, бо цей більш престижний», «мені соротно, що тоя дитина не краща за всіх / не встигає / не вчиться цілити дняти / не показує

таких результатів, як би мені хотілося б» - варто винести на розмову з психологом. Дитина дійсно до певного вікового періоду не бачить того горизонту, і тих ймовірних і можливих наслідків, які бачать дорослі. І як раз батьківсько-педагогічна майстерність полягає в тому, щоб виходячи з усвідомлення дитячої реальності турботливо та ненасильницьки допомогти дитині приймати правильні рішення на користь та перспективу, щоб допомогти в становленні дорослого життя.

7. Одним з важливих проявів батьківської любові і важливою умовою нормального психологічного дозрівання дитини - є батьківська підтримка. Звичайно, не з усякою поведінкою дитини потрібно погоджуватися. Діти на те й діти, що через спроби та помилки здобувають власний досвід. Але їм для свого нормального розвитку завжди потрібно відчувати здорову адекватну батьківську підтримку та захист. Батькам має бути важливіше, що думає, що переживає та що відчуває їх дитина, а не що подумують сусіди, викладачі, родичі тощо.

8. Педагогічні працівники (батьки, тренери тощо) теж люди. Добрі, розумні і розуміючі, професійні, на своєму місці, в своїй професії, теплі і турботливі до дітей ...і не дуже, всяке трапляється. Викладачі теж можуть переживати горе, бути не в ресурсі, помилятися. Наша задача дорослих не здаватися ідеальними і наполягати на своїй непогрішності, а навчити дітей бути людьми, думати, аналізувати, вирішувати проблеми та питання, визнавати, брати відповідальність, виправляти помилки. Те, як дитина вчиться великою мірою залежить від того, як її навчають. Тому часто проблематику і вирішення питання навчання дитини важливо розглядати в системі «дитина - родина - навчальний заклад».

9. В той же час підтримувати і давати силу, це не тотожно гіперопіці та гіперконтролю. Дитина має мати простір в якому зможе розправити крила, зрозуміти свої кордони та теж відповідальності. Дуже часто проблеми з навчанням загострюються, коли батьки перестають пам'ятати або розуміти навчальну програму (сидіти над дитини, притишуючи робити завдання) і починають в терміновому порядку вимагати подорослішати. Але ж потрібно усвідомлювати, що

надважливим кроком і умовою успішного навчання - є утіння вчитися, і усвідомлювати що це є персональна задача та відповідальність. Якщо дитина не навчена бути самостійною та відповідальною, то і подалі в навчанні будуть виникати питання. Ось чому важливо дитині доручати і довіряти певні завдання (не як одноразові акції, а на постійній основі), в яких вона може відчути свою здібність бути відповідальною.

10. Діти наслідують цінності та приклад батьків. А взаємоповага, хороші теплі відносини в родині між дорослими та дітьми - основна умова та запорука здорової екологічної атмосфери вдома і нормального психологічного самопочуття та розвитку дитини. Давайте по-чесному, не всі проблеми пов'язані з навчанням та вихованням дітей є наслідком війни, зтяжнього карантину, переїзду, зміни школи тощо. Дорослим важливо усвідомлювати і вчити тому дітей, що проблеми важливо вирішувати, а не тільки шукати першопричини, винних та відповідальних. Бувають, звичайно, виключення із правил, але в переважній більшості діти вчаться в тих родинях, де дорослі також приділяють час саморозвитку і навчанню, де можуть почувати себе безпечно та спокійно, де тають батьківську безумовну любов та правильні приклади для наслідування.

Джерело: У психолога - psihologa.com.ua Автор: Татьяна Яненко. Дата публікації 2022-11-25 в 18:08:16
Опубліковано на сайті 25-11-2022
<https://psihologa.com.ua/navchannya-v-umovah-viyini--osoblivosti-ta--16psihologt.html>