



**К.філос.н. Г.А. Мєрєнков¹,
магістрант Л.А. Олінійчук²**

¹ Український гуманітарний інститут

Кафедра філософії, теології та історії церкви

² Міжрегіональна академія управління персоналом

Позитивні та негативні аспекти адаптації школярів в початковій школі до умов війни в Україні

Навчання в умовах війни в Україні стає викликом як для учнів, так і для вчителів. У таких обставинах шкільна програма часто переривається через обстріли, бомбардування та евакуації. Учні та вчителі регулярно стикаються з відчуттям страху та непевності, що впливає на їх психологічний стан та здатність до навчання та викладання. Незважаючи на ці виклики, шкільне навчання продовжується. Вчителі виявляють надзвичайну мужність та відданість, намагаючись забезпечити учням найкращу можливу освіту в умовах війни. Вони шукають та впроваджують інноваційні методики, щоб залучити увагу учнів та допомогти їм засвоїти матеріал. Однак доступ до навчальних ресурсів та інфраструктури обмежений через пошкодження будівель та відсутність необхідного обладнання. Це ускладнює процес навчання та зменшує якість освіти. Багато учнів вимушені вчитися в умовах недостатньої освітньої інфраструктури та обмеженого доступу до засобів навчання.

Умови війни також сильно впливають на соціальне та емоційне благополуччя учнів. Багато з них пережили стресові ситуації, втратили близьких членів сім'ї або втратили свій дім. Ці травматичні події можуть суттєво підірвати їх психічне здоров'я та здатність до навчання. На фоні військових дій школи також виконують важливу функцію забезпечення соціальної підтримки та сприяння відновленню місцевої громади. Вони стають місцем, де учні можуть відчути підтримку одне одного та отримати допомогу від психологів та соціальних працівників.

Незважаючи на всі ці виклики, школи в Україні продовжують виконувати свою місію, сприяючи освіті та розвитку молодого покоління навіть у найважчі часи. Вони залишаються символом стійкості та надії в умовах війни, допомагаючи дітям

і молоді зберегти віру в майбутнє та прагнення до знань [2]. Україна періодично стикається з повітряними тривогами, особливо в областях, що прилягають до лінії розмежування в зоні конфлікту. Ці тривоги спричинені можливістю атаки, обстрілів або інших воєнних загроз. Для мешканців це стає нормою, адже вони часто мусять шукати притулок у бомбосховищах чи інших безпечних місцях під час тривоги. Повітряні тривоги мають серйозний вплив на навчальний процес у школах. Коли спрацьовує сигнал тривоги, навчання припиняється, і учні разом з вчителями відправляються у бомбосховища або інші захищені приміщення. Це призводить до значних перерв у навчанні, руйнує графік уроків та порушує звичайний ритм навчального процесу [3, с. 14].

Більше того, постійний стан тривоги може негативно впливати на психологічний стан учнів. Страх перед можливими наслідками військових дій, постійна напруга та нестабільність в суспільстві можуть спричинити стрес, тривогу та навіть посттравматичний стресовий розлад. У таких умовах важливо забезпечити психологічну підтримку для учнів, щоб допомогти їм подолати емоційні труднощі та зберегти їхнє психічне здоров'я. Блекаути, тобто відключення електроенергії, стали частим явищем у деяких регіонах України через різні причини, включаючи технічні неполадки, воєнні дії або навмисні дії. Ці періоди відключення електропостачання можуть тривати від кількох годин до кількох днів, в залежності від обставин.

Вплив блекаутів на навчання в школах є значним. Відсутність електрики призводить до припинення роботи комп'ютерів, проекторів та інших технічних засобів, які часто використовуються для проведення уроків. Це може значно ускладнити процес

навчання та погіршити якість освіти для учнів. Крім того, блекаути також можуть призвести до перерв у роботі шкільних систем опалення та освітлення, особливо в холодну пору року. Це створює незручності для учнів та вчителів і може негативно вплинути на їх концентрацію та комфорт під час навчання [1, с. 38]. У зв'язку з цим, школи мають розвивати плани надзвичайних ситуацій, щоб забезпечити безпеку та продовження навчання під час блекаутів. Важливо також забезпечити доступ до додаткових ресурсів, таких як резервні джерела живлення та матеріали для навчання без електронних пристроїв, щоб зменшити вплив блекаутів на якість освіти.

Психологічний вплив війни в Україні на учнів початкових класів є особливо значущим та негативним через їхню вразливість та незрілість. Діти в цьому віці часто не мають достатньої здатності розуміти складні політичні або військові ситуації, але вони відчують психологічний стрес та нестабільність в своєму оточенні. Переживання військових дій та загрози можуть викликати у дітей страх, тривогу та непевність. Вони можуть відчувати постійний стрес через обмежену безпеку та стабільність в їхньому оточенні. Наприклад, гучні звуки вибухів або обстріли, які можуть відбуватися навіть у зоні їхнього проживання, можуть суттєво підірвати їхнє емоційне благополуччя та викликати страх.

Варто встановити і те, що війна може впливати на зміну повсякденного життя дітей, зокрема на навчальну діяльність. Постійна нестабільність може перешкоджати їх зосередженню та навчанню, а також призводити до втрати інтересу до шкільних занять. Діти можуть відчувати втому, стрес та відчуженість, що може впливати на їхній академічний успіх та загальний розвиток. У зв'язку з цим, важливо забезпечити психологічну підтримку та допомогу для учнів початкових класів, яка б допомогла їм подолати стрес та негативні наслідки війни [10, с. 471].

Адаптація школярів до умов війни в Україні у початковій школі є складним і важливим процесом, який вимагає уваги та підтримки з боку шкільного колективу, вчителів та батьків. Діти в цьому віці особливо вразливі до стресових ситуацій та змін у їхньому оточенні, тому потребують особливої уваги та підтримки. Шкільне середовище може виконувати важливу роль у підтримці адаптації дітей до умов війни. Створення сприятливої та безпечної атмосфери в класі допомагає зменшити стрес та тривогу учнів. Вчителі можуть використовувати методи релаксації та дихальні вправи під час уроків, а також розвивати програми психологічної підтримки для дітей. Батьки також відіграють важливу роль у підтримці адаптації дітей до умов війни. Вони можуть забезпечити додаткову підтримку та розмови з дітьми про їхні почуття та переживання. Важливо надавати дітям можливість висловлювати свої емоції та стурбованості і допомагати їм зрозуміти, що вони не самі в цих почуттях. Подібно до цього, співпраця між школою та психологічними службами може бути дуже корисною.

Навіть у складних умовах війни в Україні, адаптація школярів до початкової школи має свої позитивні аспекти, які можна відзначити: солідарність та співпраця: умови війни можуть зміцнювати сприйняття колективу як родини, що спільно переживає важкі часи. Учні можуть навчатися співпраці, підтримці та допомозі одне одному, що сприяє формуванню солідарності та емпатії; розвиток ресурсів самостійності: в умовах війни діти можуть навчатися бути самостійними та винахідливими. Вони вчаться шукати власні рішення та діяти в умовах обмежених ресурсів, що сприяє розвитку їхньої самодисципліни та креативності; стресостійкість: навчання в умовах війни може допомагати дітям розвивати стресостійкість та здатність пристосовуватися до змін. Вони навчаються швидко адаптуватися до нових ситуацій та знаходити способи подолання труднощів; виховання патріотизму та цінностей миру: діти, які переживають війну, можуть навчатися цінувати мир та розуміти важливість мирного співіснування. Вони можуть розвивати патріотичні почуття та відчуття гордості за свою країну, що сприяє формуванню позитивних цінностей та моральних стандартів [4].

Встановлені аспекти допомагають дітям зберігати оптимізм та надію навіть у важкі часи, що може сприяти їхньому психологічному благополуччю та успішній адаптації до навчання в початковій школі. Недивлячись на це, все ж таки у зовнішньому негативному середовищі, адаптація школярів до умов війни в Україні може мати свої негативні аспекти: психологічний стрес: постійний страх, тривога та непевність можуть призводити до серйозного психологічного стресу у дітей. Це може впливати на їх емоційне благополуччя, здоров'я та навчання; втрата концентрації: постійний стрес та тривога можуть призводити до втрати концентрації та уваги учнів. Вони можуть мати складнощі з фокусуванням на уроках та засвоєнням матеріалу через постійну внутрішню напругу; навчальна відсталість: умови війни можуть призвести до перерв у навчанні, втрати доступу до якісної освіти та обмеження можливостей розвитку дітей. Це може призвести до навчальної відсталості та недосягнення повного потенціалу учнів; соціальна ізоляція: умови війни можуть призвести до соціальної ізоляції дітей, особливо якщо вони змушені залишатися вдома або обмежувати свої соціальні контакти з іншими дітьми. Це може вплинути на їх соціальний розвиток та взаємодію з оточуючими; порушення нормального дитячого життя: умови війни можуть порушити звичні ритми та режими дитячого життя, такі як заняття спортом, відвідування друзів чи розважальні заходи [4].

Проаналізовано, що позитивні та негативні аспекти адаптації школярів до умов війни в Україні представляють собою дві протилежні сторони медалі, які можуть впливати на дітей у різні способи. Позитивні аспекти, такі як розвиток солідарності та співпраці, стимулюють дітей вчитися працювати як команда та допомагати одне одному. Це сприяє формуванню позитивних соціальних навичок та взаєморозуміння. Крім того, виховання патріотизму

та цінностей миру може зміцнити почуття національної ідентичності та гордості за свою країну, що є важливим для формування позитивних цінностей у молодого покоління.

З іншого боку, негативні аспекти, такі як психологічний стрес та втрата концентрації, можуть впливати на навчання та емоційне благополуччя дітей. Постійна тривога та напруга можуть перешкоджати їхній здатності зосереджуватися та вчитися ефективно. Також, навчальна відсталість та соціальна ізоляція можуть призвести до відчуття втрати нормального дитячого досвіду та розриву зі звичним життям.

В умовах сучасності, позитивні та негативні аспекти адаптації дітей до умов війни взаємопов'язані та можуть перетинатися. Наприклад, підвищений рівень стресу може стимулювати розвиток стресостійкості та винахідливості у дітей, але водночас заважати їхньому навчанню та соціальному розвитку. Важливо збалансувати ці аспекти та надавати дітям необхідну підтримку та психологічну допомогу для успішної адаптації у складних умовах [9, с. 73]. Під час війни в Україні роль психолога у адаптації школярів до початкової школи стає надзвичайно важливою та значущою. Психолог виступає ключовим посередником між дітьми, вчителями та батьками, забезпечуючи необхідну підтримку та допомогу в управлінні емоціями та стресом.

По-перше, психолог допомагає у виявленні та вирішенні психологічних проблем та емоційних труднощів учнів. Він проводить індивідуальні консультації з дітьми, де вони можуть відчувати себе безпечно та комфортно, висловлюючи свої переживання та побоювання. Психолог сприяє розвитку стресостійкості та розв'язанню конфліктів, що сприяє успішній адаптації учнів до складних умов. По-друге, психолог активно співпрацює з вчителями та адміністрацією школи, надаючи їм необхідні поради та методичну підтримку у роботі з дітьми. Він допомагає створити безпечне та сприятливе середовище для навчання та розвитку, а також розробляє програми психологічної підтримки для учнів та їх батьків. Також психолог також виконує важливу роль у підтримці батьків у процесі адаптації їхніх дітей. Він надає поради щодо способів спілкування з дітьми та допомагає батькам зрозуміти та ефективно реагувати на емоційні потреби своїх дітей. Внутрішньо переміщені діти, які змушені переїжджати зі своїми сім'ями через війну, часто стикаються зі складними викликами адаптації до нового середовища, зокрема до умов війни в Україні. Для цих дітей переїзд може бути стресовим та травматичним досвідом, який вимагає підтримки та допомоги з боку шкільного колективу, психологів та соціальних працівників [7, с. 20–21]. Адаптація внутрішньо переміщених дітей до умов війни включає в себе ряд аспектів.

По-перше, важливо забезпечити їхню безпеку та відчуття захищеності в новому місці проживання та школі. Школа повинна бути місцем, де ці діти відчують себе прийнятими та підтриманими, де вони можуть знайти друзів та отримати

необхідну підтримку в умовах війни. По-друге, адаптація є забезпечення дітям доступу до освіти та психологічної підтримки. Шкільні психологи та соціальні працівники відіграють важливу роль у створенні сприятливого середовища для навчання та підтримки емоційного благополуччя цих дітей. Вони проводять індивідуальні консультації, групові сесії та розвивають програми з метою зменшення стресу та підтримки психічного здоров'я внутрішньо переміщених учнів. По-третє, важливо створити умови для інтеграції внутрішньо переміщених дітей у шкільному житті та соціальних колах. Школа може організовувати заходи, які сприяють взаємодії між учнями, а також залучати їх до різноманітних поза-шкільних заходів та проєктів. Це допомагає дітям знайти своє місце у новому оточенні та підтримує їхню адаптацію до умов війни в Україні [8].

Розробляючи програми психологічної підтримки для сімей, психолог сприяє покращенню родинних відносин та загального благополуччя учнів. Психолог може спрямовувати зусилля на створення програм, які орієнтовані на розвиток сімейних навичок, підтримку батьківських ролей та зміцнення зв'язків між батьками та дітьми. Одним з напрямків таких програм може бути надання батькам знань та навичок з психології емоційного розвитку дітей та методів підтримки їхнього психічного здоров'я в умовах війни. Це може включати в себе заняття з навчання емоційного регулювання, способи ефективного спілкування з дітьми під час стресових ситуацій, а також навчання методів зниження тривоги та стресу у всій родині.

Також важливим компонентом програм психологічної підтримки для сімей є створення можливостей для спільних активностей та спілкування між батьками та дітьми. Це можуть бути різноманітні сімейні заходи, ігри, спільні прогулянки та розваги, які сприяють зближенню та формуванню позитивних емоційних зв'язків. Важливо, щоб ці програми враховували особливості сімейного життя в умовах війни та надавали можливості для розвитку ресурсів внутрішньої підтримки та взаємодопомоги.

Відповідно до цього, варто встановити, що розробка програм психологічної підтримки для сімей може стати ефективним інструментом покращення родинних відносин та загального благополуччя учнів початкової школи в умовах війни, сприяючи створенню позитивного та підтримуючого середовища для розвитку дітей [5, с. 13]. Проблематика адаптації внутрішньо переміщених дітей в умовах війни в Україні включає в себе ряд серйозних викликів, які стикаються ці діти та їхні сім'ї. Психологічні та емоційні труднощі. Переживання стресу, тривоги та травми через війну можуть мати серйозний вплив на психічне здоров'я дітей. Вони можуть відчувати емоційне виснаження, депресію та посттравматичний стресовий розлад. Втрата звичного середовища. Переїзд у нове місце проживання може призвести до втрати стабільності та звичного середовища для дітей. Вони втрачають своїх друзів, школу, підтримку родини та загальний

відчуття безпеки. Обмежений доступ до освіти. Умови війни можуть призвести до обмеженого доступу до освітніх закладів та якісної освіти для внутрішньо переміщених дітей.

Це може стати перешкодою у їхньому розвитку та майбутньому успіху. Соціальна ізоляція та відчуття відстороненості. Діти, які пережили переміщення через війну, можуть відчувати себе відстороненими та ізольованими від оточуючого світу. Вони можуть відчувати себе чужими та незрозумілими серед нового колективу. Економічні труднощі сімей. Велика частина внутрішньо переміщених сімей може стикатися з економічними труднощами через втрату роботи, майна та інші втрати через війну. Це може призвести до недостатнього доступу до життєво необхідних ресурсів для дітей [6]. В загальному, варто встановити, що проблематика адаптації внутрішньо переміщених дітей до умов війни в Україні вимагає комплексного підходу та підтримки з боку уряду, громадських організацій та місцевих спільнот для забезпечення їхнього психологічного та соціального благополуччя.

Висновок. Позитивні та негативні аспекти адаптації школярів до умов війни в Україні відображають складність та різноманітність викликів,

з якими вони зіштовхуються в цей період. З одного боку, позитивні аспекти включають розвиток солідарності, співпраці та стресостійкості серед учнів. Умови війни можуть сприяти формуванню сильного колективу, де діти вчать підтримувати одне одного та діяти разом у складних ситуаціях. Крім того, вони можуть розвивати власні ресурси самостійності та креативності, що стане в нагоді в подальшому житті. З іншого боку, негативні аспекти включають психологічний стрес, втрату концентрації та соціальну ізоляцію дітей. Війна може призвести до серйозного емоційного перевантаження та тривоги, що може впливати на навчання та загальне благополуччя учнів. Подовжена експозиція до стресу може мати негативний вплив на їх фізичне та психічне здоров'я. Таким чином, важливо враховувати як позитивні, так і негативні аспекти адаптації школярів до умов війни. Необхідно забезпечити дітей підтримкою та ресурсами для подолання стресу та труднощів, а також сприяти розвитку їхніх позитивних міжособистісних якостей. Тільки збалансований підхід та взаємодія всіх зацікавлених сторін можуть допомогти забезпечити успішну адаптацію дітей до навчання в початковій школі в умовах війни.

Список використаної літератури

1. Березко О. Дослідження методів дистанційного викладання в умовах війни / О. Березко // Перспективи та інновації науки. — 2022. — № 6(11). — С. 38–48.
2. Про забезпечення прав внутрішньо переміщених осіб [Електронний ресурс] : Закон України № 2136-IX : станом на 24 груд. 2023 р. — Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2136-20#Text> (дата звернення: 11.04.2024). — Назва з екрана.
3. Карман О. Соціальні характеристики дітей і молоді — жертв гібридної війни на сході України / О. Карман // Вісник Луганського національного університету. — 2019. — Т. 1, № 1. — С. 14–23.
4. Ланчук Г. Адаптація молодших школярів до навчально-виховного процесу [Електронний ресурс] / Г. Ланчук, Л. Гненна // Біологічні дослідження. — [Б. м.], 2014. — С. 347–348. — Режим доступу: <http://eprints.zu.edu.ua/id/eprint/10726> (дата звернення: 12.04.2024). — Назва з екрана.
5. Методичні рекомендації щодо організації в закладі освіти психологічного та соціально-педагогічного супроводу дітей, які пережили втрату батьків внаслідок бойових дій. — [Б. м.] : ЧОПОПП, 2017.
6. Назаренко Ю. Освіта і війна в Україні (24 лютого — 1 квітня 2022) [Електронний ресурс] / Ю. Назаренко, І. Когут, Т. Жерьобкіна // Аналітичний центр Cedoss. — Режим доступу: <https://cedoss.org.ua/researches/osvita-i-vijna-vukrayini-24-lyutogo-1-kvitnya-2022/> (дата звернення: 11.04.2024). — Назва з екрана.
7. Нестайко І. Соціальна адаптація та інтеграція внутрішньо переміщених осіб в результаті війни (польський досвід) / І. Нестайко // Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки : II Міжнар. наук. конф. — [Б. м.], 2022. — С. 20–22.
8. Про організацію освітнього процесу в початковій школі в умовах воєнного часу [Електронний ресурс] : Лист МОН від 29.03.2022 р. № 1/3725-22. — Режим доступу: https://osvita.ua/legislation/Ser_osv/86159/ (дата звернення: 11.04.2024). — Назва з екрана.
9. Соціально-психологічна та педагогічна допомога сім'ям з дітьми в період військового конфлікту: навчально-методичний посібник. — Київ : Агентство «Україна», 2017.
10. Фроленкова Н. О. Адаптація дітей дошкільного та молодшого шкільного віку до навчання в умовах воєнного стану / Н. О. Фроленкова, І. О. Куліна // Перспективи та інновації науки. — 2022. — № 7 (12). — С. 471–482.

Позитивні та негативні аспекти адаптації школярів в початковій школі до умов війни в Україні

К.філос.н. Г.А. Меренков¹, магістрант Л.А. Олінійчук²

¹ Український гуманітарний інститут

Кафедра філософії, теології та історії церкви

² Міжрегіональна академія управління персоналом

Адаптація школярів до умов війни в Україні є надзвичайно складним завданням, яке потребує комплексного підходу та пильного спостереження з боку освітніх і психологічних фахівців. Військові конфлікти та загрози можуть створювати серйозний стрес та неспокій серед дітей, що може впливати на їхню здатність навчатися та соціальну адаптацію. Перш за все, важливо забезпечити безпеку та психологічний комфорт для учнів. Це може включати в себе проведення тренінгів та інформаційних заходів для дітей, розмови з ними про їхні почуття та способи подолання стресу, а також надання доступу до психологічної підтримки. Важливо створити сприятливі умови для навчання, навіть у непевних часах. Це може означати розвиток програм з психологічної реабілітації, використання інноваційних методик навчання, які дозволяють дітям відчувати себе в безпеці та зосереджуватися на навчанні. Не менш важливою є підтримка батьків та вчителів у забезпеченні дітей необхідними ресурсами та психологічною підтримкою. Вчителі можуть бути підготовлені для реагування на важкі ситуації та вміти допомагати учням ефективно впоратися зі стресом. Батьки також можуть бути включені до процесу, отримуючи поради та підтримку від школи та спеціалістів у галузі психології дитини.

Ключові слова: формування, звички, адаптація, початкова школа, умови війни, Україна, світло, обстріли.

Positive and negative aspects of adaptation of Primary School Students to War conditions in Ukraine

H.A. Mierienkov¹, L.A. Olinychuk²

¹ Ukrainian Institute of Arts and Sciences, Bucha, Ukraine

² Interregional Academy of Personnel Management, Kyiv, Ukraine

The adaptation of schoolchildren to the conditions of the war in Ukraine is an extremely difficult task that requires a comprehensive approach and close monitoring by educational and psychological specialists. Military conflicts and threats can create severe stress and anxiety among children, which can affect their ability to learn and social adjustment. First of all, it is important to ensure safety and psychological comfort for students. This may include training and information activities for children, talking to them about their feelings and coping with stress, and providing access to psychological support. It is important to create favorable conditions for learning, even in uncertain times. This may mean the development of psychological rehabilitation programs, the use of innovative teaching methods that allow children to feel safe and focus on learning. Equally important is the support of parents and teachers in providing children with the necessary resources and psychological support. Teachers can be trained to respond to difficult situations and be able to help students cope effectively with stress. Parents can also be included in the process, receiving advice and support from the school and child psychologists.

Key words: formation, habits, adaptation, elementary school, conditions of war, Ukraine, light, shelling.

Контактна інформація: Меренков Гнат Анатолійович —
старший викладач кафедри філософії, теології та історії церкви
Український гуманітарний інститут,
вул. Інститутська, 14, Буча, Київська область, 08292,

Стаття до редакції надійшла 13.06.2024 р.