

РОЗДІЛ. 7. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНА ПІДГОТОВКА ФАХІВЦІВ У КОНТЕКСТІ РОБОТИ З УЧАСНИКАМИ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ

7.1. ПОНЯТІЙНА СУТНІСТЬ ТА ТЕОРЕТИКО- МЕТОДОЛОГІЧНЕ ПІДґРУНТЯ СТВОРЕННЯ ІНКЛЮЗИВНОГО СЕРЕДОВИЩА СУЧАСНОСТІ

Міцність України, як держави – окрім захисту її від агресора і героїчної боротьби за фізичне існування, пам'яті власної історії, що ґрунтується на знанні й розумінні цінностей своєї культури та турботи про незалежність – це сукупність моральних переконань, на яких базується ставлення всієї спільноти до її особливих членів, тих, хто потребує опіки та підтримки з боку держави та її громадян: дітей з обмеженими можливостями, учасників бойових дій (УБД), поранених, хворих та інвалідів різного віку, людей похилого віку. Все це – люди з особливими потребами. Переконання та установки відносно них – визначають зміст і якість міжособистісних стосунків у суспільстві, способи організації повсякденного життя, розвитку підростаючого покоління, а також прийняття владою відповідних законодавчих рішень. Переконання про важливість ролі людей з особливими потребами, як невід'ємних членів суспільства та про спільну відповідальність стосовно їх соціально-психологічного, освітнього і професійного становища – передбачає сутність існування наступних поколінь: передачу їм національних та культурних досягнень і цінностей цивілізаційного розвитку, взаємозв'язку між поколіннями, а також відчуття безпеки, цінності та якості життя кожної людини, що так необхідно людям у військовий час та період післявоєнного відновлення країни.

Історично доведено, що спільноти, які належним чином піклуються про слабших членів суспільства, розбудовуючи моральний порядок і взаємну повагу між людьми, вивільняють ресурси соціальної та професійної енергії, завдяки чому ростуть і процвітають. Спільноти ж, які винагороджують лише найсильніших і знищують слабших – прирікають себе на знищення. Жодна людина

не є сильною протягом усього життєвого циклу. Ніхто не вільний від ризику хвороби, пошкодження чи втрати якихось функцій організму. Ніхто не може бути впевненим, що їхні нащадки чи близькі не постраждають від пошкоджень органів чи вад розвитку. Ніхто не є безперервно самодостатнім і постійно ефективним.

Відторгнення, дискримінація та приниження людей з особливими потребами – означає постійну загрозу життю та гідності всіх членів спільноти. Це, в свою чергу, викликає в суспільстві прихований і всеосяжний страх, соціальну та міжособистісну недовіру, а то й ворожнечу. Страх, недовіра і ворожість паралізують соціальну і професійну активність. Соціальна деградація постраждалих людей означає моральну деградацію усього суспільства.

Наразі постає *актуальне питання* щодо виховання суспільного ставлення до тих її членів, які через різноманітні тілесні ушкодження, біологічні та психологічні недосконалості відчувають труднощі у навчанні, самостійному вирішенні життєвих та професійних завдань і не можуть самостійно подбати про задоволення своїх потреб, що зумовлюють їх існування, навчання, розвиток, соціалізацію, професійну реалізацію.

Щоб відновити національну та громадянську спільноту України, ми маємо визнати, переосмислити та впорядкувати набір моральних цінностей, що стосуються людей з особливими потребами. Головною ланкою, яка може змінити становище цих людей у суспільстві – освітянська та просвітницька сфера. Тому **метою** нашої роботи – є розробка психолого-педагогічних підходів до підготовки фахівців у контексті роботи з учасниками освітнього процесу з особливими потребами із залученням цифрових технологій.

Може здатися, що це питання вже достатньо розроблене в усіх відношеннях, оскільки протягом останніх десятиліть воно було предметом гучного висвітлення в ЗМІ, політичних дискусій та численних і мінливих правових положень, створених в рамках ООН, Європейського Союзу та ратифікованих Україною законодавчих актів. За більш ніж три роки військового стану в Україні в цій сфері суспільного життя відбуваються активні зміни. Особливо актуальними вони стали для учасників бойових дій, ветеранів та цивільних осіб, що постраждали внаслідок російської військової агресії на території України. Проте велика кількість і розмаїття

нормативних актів і шум ЗМІ здаються проявом хаосу та відсутності необхідного правового порядку, який би гарантував кожній людині, якій загрожує деградація та виключення через інвалідність, повагу до її особи та допомогу, яка відповідає її потребам, тобто гідні умови існування, розвитку та сприяння якомога повнішій участі в житті суспільства. Цими питаннями наразі активно займаються освітні, волонтерські та громадські організації, державні установи та приватний бізнес, який зацікавлений у якнайшвидшій інтеграції постраждалих в соціально-професійну діяльність в Україні.

Люди з особливими потребами становлять значну частину населення нашої планети. Це підтверджують дані однієї з найбільш розвиненої та соціально орієнтованої країни на території якої більш ніж 160 років (з 1865 року) не було війни – Сполучені Штати Америки. За даними Бюро перепису населення США, у 2024 році більш ніж 1 з 4 осіб (28,7% дорослого населення країни) має певний тип фізичного чи психічного відхилення від загальноприйнятих норм. В Україні, на сьогоднішній день, об'єктивних статистичних даних щодо кількості людей з особливими потребами чи інвалідністю не існує, але очевидно, що їх кількість щоденно зростає як серед військових, так і серед цивільного населення різного віку через довготривалу широкомасштабну російську військову агресію на її території. Тому нашій країні вкрай необхідна велика кількість фахівців для психолого-педагогічної роботи як з людьми з особливими потребами, так і з волонтерськими та громадськими організаціями, державними та приватними підприємствами і організаціями.

Розробка психолого-педагогічних підходів до підготовки фахівців у контексті роботи з учасниками освітнього процесу з особливими потребами має розпочатися з розгляду понятійного та теоретико-методологічного підґрунтя.

Люди з особливими потребами – це особи, які через фізичні, психічні, когнітивні чи сенсорні порушення потребують додаткової підтримки в різних сферах життя (наприклад: освіта, праця, соціальна взаємодія).

До основних категорій людей з особливими потребами відносять:

1) людей з хронічними захворюваннями (наприклад: цукровий діабет, епілепсія, серцево-судинні захворювання, онкологічні стани,

тощо);

2) людей з психічними розладами (наприклад: депресія, біполярний розлад, шизофренія, посттравматичні стресові розлади (ПТСР), тощо);

3) людей з сенсорними порушеннями (порушення зору, слуху, нюху, дотику);

4) людей з особливостями розвитку – аутизм, синдром Дауна, розлади навчання (наприклад: дислексія, дисграфія, дискалькулія);

5) людей похилого віку, які через вікові зміни (погіршення зору, слуху, рухливості) можуть потребувати спеціальних умов;

6) людей з постійними або тимчасовими обмеженнями – наприклад, після травм, поранень або операцій, які тимчасово, або на регулярній основі потребують підтримки.

Ці категорії можуть мати одночасно кілька порушень, але слід пам'ятати, що потреби кожної людини суцього індивідуальні.

До недавнього часу особливі потреби (нетиповість) розглядалась як форма відхилення від встановлених суспільством норм стосовно фізичних, психологічних, психічних особливостей і зовнішності. Переважну частину таких відхилень відносили до поняття інвалідності різного ступеню. Людей з інвалідністю навіть у сучасному суспільстві, часто не сприймають як повноцінних членів. Навіть ставлячись до них з добротою, турботою і співчуттям – оточуючі зосереджуються переважно на їх вразливих місцях, слабкостях і відмінностях, вважаючи це недоліками. Таке відношення породжувало і нині породжує *соціально-психологічну ексклюзію*.

Соціально-психологічна ексклюзія – це процес, який полягає у відмові від включення людини в суспільство: той, хто є нетиповим, відмінним, «не схожим на нас», не належить «до нашої групи», «нашої компанії», «нашого кола друзів», «нашої команди» і – іноді – навіть до «нашої родини», оскільки «він нам не рівний», «ми не можемо з ним говорити», «ми не можемо з ним співпрацювати». Тому що «вони» – гірші, некомпетентніші, слабші, вони поведуться інакше, вони інакше виглядають, навіть інколи викликають страх. Спрацьовує певний стереотип: «якщо вони викликають бажання допомогти – їх важко вважати рівними нам». Цей стереотип, глибоко вкорінений у людській психіці і, зазвичай, стає прихованою причиною відторгнення і соціальної ізоляції людей з особливими потребами.

Загалом, чинниками соціально-психологічної ексклюзії вважаються:

1. Стереотипи та упередження (негативні уявлення про певні особливості людей, які обмежують їхню інтеграцію).

2. Дискримінація (обмеження прав і свобод через фізичні чи психічні особливості, стать, вік, національність, соціальний статус чи релігійні погляди, тощо).

3. Бідність і економічна нерівність (фінансові труднощі можуть ізолювати людину від освіти, роботи та соціального життя).

4. Культурні відмінності (мова, традиції, релігія можуть ставати бар'єрами для взаємодії).

5. Психологічні чинники (низька самооцінка, страх відторгнення, соціальна тривожність).

Соціально-психологічна ексклюзія стосовно людей з особливими потребами часто призводить до:

- відчуття відторгнутості, самотності та депресії;
- зниження самооцінки та мотивації;
- радикалізації поглядів на життя;
- зниження рівня довіри до суспільства та бідності.

Протягом останніх кількох десятиліть у розвинених країнах світу було сформовано нові погляди та соціальні підходи, які дають змогу суттєво переосмислити та переконцептуалізувати поняття «інвалідність» (недосконалість) на поняття «особливості людських потреб», як *нормальну форму людських відмінностей, схожих на расу чи стать*. Однак, негативне ставлення суспільства до людей з особливими потребами продовжує існувати і це викликає їх певну стигматизацію.

Подолання соціально-психологічної ексклюзії в суспільстві та створення інклюзивного середовища можливе шляхом:

1. Втілення інклюзивної політики на законодавчому рівні через законодавчо затверджені рішення, закони та норми, що стосуються інклюзивної освіти, просвіти, соціальних ініціатив та професійних спільнот.

2. Психолого-педагогічної підготовки фахівців у контексті роботи з учасниками освітнього процесу з особливими потребами.

3. Організації фахової психологічної підтримки громадян з особливими потребами через соціально-професійні ініціативи: державні, освітянські, волонтерські, підприємницькі та громадські

проекти.

В 70-х роках минулого століття у США та країнах Західної Європи вперше в освітній сфері почали використовуватися поняття протилежне ексклюзії – *інклюзія*. Воно виникло як альтернатива сегрегації для інтеграції осіб з інвалідністю у школах. В широкому соціально-філософському сенсі це поняття почало вживатися для розуміння певної форми буття, спільного життя звичайних людей і людей з інвалідністю.

В 1994 році на Всесвітній конференції за підтримки ЮНЕСКО була прийнята в Саламанська декларація, – перший міжнародний документ, який офіційно визначив поняття «інклюзія», як противагу соціальній ексклюзії

[https://mon.gov.ua/static-](https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/inkluzyvne-navchannya/posibniki/inklyuziyavnz.pdf)

[objects/mon/sites/1/inkluzyvne-navchannya/posibniki/inklyuziyavnz.pdf](https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/inkluzyvne-navchannya/posibniki/inklyuziyavnz.pdf)

Інклюзія в цьому документі розглядається як динамічний процес, який полягає в позитивному ставленні до різноманітності здобувачів освіти у навчальному середовищі, сприйнятті індивідуальних особливостей людини не як проблеми, а як можливостей для розвитку. Тому рух у напрямку інклюзії – це не тільки технічна чи організаційна зміна. Інклюзія спирається на вагоме теоретико-методологічне підґрунтя психофізіологічного, психологічного та філософського напрямку закладене в наукових теоріях та дослідженнях.

Так, *теорія соціального наuczіння*, А. Бандури базується на тому, що:

1) особистість – це складна система, яка характеризується динамічною взаємодією багатьох взаємопов'язаних процесів;

2) люди розвиваються у взаємодії з навколишнім середовищем, яке частково формується їхніми власними діями;

3) функціонування особистості спирається на діяльність когнітивної та афективної систем, які породжують певні моделі поведінки (Bandura, 1977).

Усі досягнення соціального наuczіння є результатом прямого досвіду, набутого під час спостереження за поведінкою інших людей і її наслідками. Особистість, якщо розглядати її з точки зору цієї теорії, в інклюзивному середовищі вчиться толерантності, емпатії, та співпраці, що формує її соціальну компетентність та сприяє зниженню рівня упередженості та стигматизації.

Гуманістична психологія, представниками якої є А. Маслоу і

К. Роджерс, стверджує, що кожна людина має право на самореалізацію, і завдання освіти полягає у створенні умов для розвитку потенціалу кожного пошукача. Дотичність цієї теорії до поняття інклюзії витікає з того, що гуманізм, який називають «третьою силою» в психології, є відповіддю на песимістичний детермінізм психоаналізу, який зосереджується переважно на психологічних розладах, і на біхевіористському підході до людини, обмежуючи її сприйняття як істоти, що реагує виключно на сигнали оточення. Гуманісти не стверджують, що біхевіоризм і психоаналіз неправильні. Однак вони стверджують, що їхні теорії не враховують глибину та значення людського досвіду, не визнають вроджену здатність людини ініціювати власний розвиток та трансформувати особистий досвід. Гуманісти ж концентрують увагу на здоровому та багатогранному розвитку людини. Один із перших представників цього підходу, А. Маслоу, вивчав творчих і продуктивних людей, зокрема: Альберта Ейнштейна, Елеонору Рузвельт, Томаса Джефферсона, Авраама Лінкольна. Він виявив (Maslow, 1950, 1970), що ці видатні особистості мають певні спільні риси: вони відкриті, творчі, люблячі, спонтанні, співчутливі, піклуються про інших і приймають себе.

Інший дослідник, К. Роджерс, у структурі особистості вважав найголовнішим «Я-концепцію», яка утворюється внаслідок взаємодії суб'єкта із зовнішнім (насамперед соціальним) середовищем. Він довів, що дитина досягає більшої поступливості, коли батьки забезпечують безумовне позитивне прийняття або безумовну любов. К. Роджерс (Rogers, 1980) писав, що коли людей приймають і цінують – вони розвивають дбайливе ставлення до себе. Однак, якщо існує велика невідповідність між «Я-ідеальним» і «Я-реальним», людина відчуває стан, який К. Роджерс назвав «невідповідністю», що може призвести до особистісних розладів. Згідно гуманістичної психології, інклюзія забезпечує можливість для усіх учнів відповідно до своїх здібностей та отримувати емоційну підтримку, що підвищує їхню самооцінку та мотивацію до навчання.

Теорія зони найближчого розвитку Л. Виготського стверджує, що завдання, які дитина не може виконати самостійно з першого разу, але здатна їх виконати зі сторонньою допомогою. У цій зоні дитина найкраще засвоює нові знання. У процесі набуття нових навичок – зона найближчого розвитку постійно розширюється, включаючи нові

та дедалі складніші завдання. Ефективне навчання, на думку автора, відбувається в контексті співпраці, де сильніші учасники допомагають тим, хто має труднощі (Vygotsky, 1978). В інклюзивному підході до навчання діти отримують взаємну підтримку, що сприяє їхньому когнітивному розвитку, а також формуванню навичок взаємодопомоги.

Видатний український психолог Г. С. Костюк (1959; 1979; 1989) зробив значний внесок у розвиток психології особистості. Основні ідеї його концепції, що створюють науково-теоретичний базис для становлення інклюзивної освіти наступні:

1. *Діяльнісний підхід до особистості*: особистість формується і розвивається в процесі діяльності – і навпаки – діяльність людини визначає її психічні особливості, здібності та індивідуальні риси.

2. *Розвиток особистості як процес саморозвитку*, де особистість не лише формується під впливом зовнішніх умов, а й активно впливає на них. Важливу роль у становленні особистості відіграє самовиховання та саморегуляція.

3. *Єдність біологічного та соціального у формуванні особистості*. Г.С. Костюк вважав, що психологічні риси особистості визначаються як біологічними (спадковими) чинниками, так і соціальним середовищем (вихованням, культурою, спілкуванням).

4. *Роль навчання і виховання*. Науковець наголошував, що навчання та виховання є основними механізмами формування особистості. Виховання спрямовує розвиток особистості, але при цьому важливу роль грає її активна позиція.

5. *Індивідуально-психологічні особливості*. Кожна особистість, на думку Г. С. Костюка, має унікальні риси, які проявляються у її здібностях, темпераменті, характері та емоційній сфері. Психологічні особливості особистості проявляються в різних формах діяльності, міжособистісній взаємодії та спілкуванні.

6. *Динамічність та неперервність розвитку*. Формування особистості – це безперервний процес, що триває протягом усього життя. Людина постійно змінюється під впливом життєвого досвіду, навчання, соціальних взаємодій.

Г. С. Костюк (1959; 1979; 1989) вважав, що розуміння психології особистості важливе не тільки для науки, а й для практики виховання, освіти та професійного становлення різних людей.

Ідеї Г. С. Костюка розвинув видатний український психолог,

автор *теорії генези особистості* – С. Д. Максименко (1998; 2008; 2014; 2017). Його основні ідеї зосереджені навколо проблем розвитку та формування особистості в процесі взаємодії з соціальним і природним середовищем. Основу теорії генези особистості становлять наступні підходи:

1. *Розвиток особистості* як процес, що відбувається через взаємодію людини з середовищем. Особистість формується в результаті активної діяльності та суб'єкт-суб'єктної взаємодії (Максименко, 2014)

2. *Активність* як ключовий чинник розвитку психіки. С. Д. Максименко (2014) підкреслював, що особистість розвивається не просто під впливом зовнішніх чинників, а через власну активність у пізнанні світу та саморозвитку. Особливу роль при цьому відіграє навчання, виховання та самовиховання.

3. *Принципи індивідуальності та саморегуляції*. Кожна особистість має унікальні властивості, що визначають її життєвий шлях. Саморегуляція та здатність до рефлексії – важливі чинники формування характеру та поведінки (Максименко, 2014)

4. *Психогенетичний підхід до розвитку особистості*. С. Д. Максименко (2017) досліджував взаємозв'язок між генетичними чинниками та впливом соціального середовища на психічний розвиток. Особливу увагу вчений приділяв формуванню здібностей та обдарованості.

5. *Психологія професійної діяльності*. С. Д. Максименко (1998) вивчав психологічні основи професійного розвитку, адаптації та особистісного становлення у трудовій діяльності.

6. *Когнітивний та емоційний розвиток*. С. Д. Максименко (2008) досліджує те, як когнітивні процеси (мислення, пам'ять, увага) впливають на формування особистості. Важливу роль у процесі прийняття рішень та регуляції поведінки, на думку вченого, грає емоційно-вольова сфера.

В сучасному світі інклюзивність є одним із найважливіших соціальних трендів. Наведені теоретичні концепції є базовими для створення інклюзивного середовища та розвитку інклюзивної освіти в Україні та світі, оскільки ґрунтуються на комплексних підходах до індивідуальних психофізіологічних особливостей, емоційного-психологічного стану, когнітивних можливостей у навчанні, вихованні, розвитку і подальшій професійній діяльності людей з

особливими потребами.

Розширення прав людини, досягнення соціальної справедливості та розробка особливих педагогічних підходів орієнтованих на індивідуальні потреби особистості – почали створювати умови для формування інклюзивного середовища перш за все в освіті ще на початку минулого століття. Серед ключових ідейних натхненників і засновників тих часів варто виділити:

1) Американського філософа, психолога і педагога, який пропагував ідеї демократичної освіти та рівного доступу до навчання для всіх – *Д. Дьюї (J. Dewey)*. Він розробив теорію виховання, спрямовану на формування особистості, яка вміє пристосовуватися до різних життєвих ситуацій. На відміну від традиційної системи, навчання – Д. Дьюї спонукає учнів до критичного мислення та розвитку рефлексії з метою поглиблення їх власного досвіду. Д. Дьюї ставить надважливе завдання: створення умов для розкриття потенціалу школярів. Основними принципами навчання при цьому стають: інтерактивність, орієнтація на особистісний розвиток учнів, проблемність, відмова від традиційної навчальної програми. Розклад стає мобільним і змінюється відповідно до швидкості засвоєння матеріалу. Вчений вважав, що освіта не повинна надавати учням перелік беззаперечних істин. Навпаки, вона має підготувати школяра до зіткнення з проблемами та необхідністю приймати самостійні рішення на основі власного досвіду. Реформатор освіти вважав, що хороша освіта означає свободу від влади, навчальної програми та конвенцій, а особливо батьків (Polet, 2024). Плоди цих підходів ми бачимо сьогодні у створенні сучасного інклюзивного освітнього середовища.

2) *Марію Монтессорі* – італійську лікарку, педагогиню, захисницю прав жінок яка розробила методику навчання орієнтовану на індивідуальні потреби дитини. З 1932 по 1939 роки М. Монтессорі проводила серію мирних конференцій, на яких читала лекції про мир і освіту. Пізніше, після перемоги у Другій Світовій Війні, виступаючи перед Організацією Об'єднаних Націй (ООН), вона стверджувала, що освіта для всіх – є засобом, можливо єдиним справжнім засобом – усунути війну раз і назавжди, що актуально в нинішніх українських і світових реаліях. М. Монтессорі вважала, що без явного й цілеспрямованого морального й духовного виховання людство неминуче повернеться до своєї звички воювати. Такі цінності, як

глобальне громадянство, особиста відповідальність і повага до різноманітності, стверджувала вона, мають бути як неявною, так і явною частиною освіти кожної дитини і дорослого. В освітньому середовищі вони, на думку М. Монтессорі, є такими ж важливими, як і предмети математики, мови чи природничих наук. М. Монтессорі тричі номінували на Нобелівську премію миру: у 1949, 1950 і 1951 роках (Gurganus, 2013). Вона так і не отримала нагороди. Але проголошені нею цінності, безсумнівно, і нині надихають людей у всьому цивілізованому світі. Від їх втілення залежить майбутнє людства.

3) *Соціальні рухи за права людини*, що стосуються боротьби за права ветеранів війни, людей з інвалідністю, феміністичний рух, рух за расову рівність та інші громадські ініціативи, які більш ніж століття формували сучасне розуміння інклюзії та дали поштовх до формування інклюзивного середовища в освіті і соціумі.

Таким чином, згідно досліджених теорій і практик, **інклюзивне середовище** – це простір, у якому всі люди, незалежно від їхніх особливостей, почуваються прийнятими, цінними та мають рівні можливості для участі. Таке середовище враховує різноманітність людей за віком, статтю, походженням, станом здоров'я, релігією, соціальним статусом, сексуальною орієнтацією, тощо. В інклюзивному середовищі люди можуть: вільно себе проявляти, висловлюючи свої думки та погляди, повною мірою брати участь у навчанні, викладанні, роботі та громадській діяльності. Таке середовище створює для всіх комфортні умови навчання і праці, сприяє розвитку особистості та будує гармонійне суспільство.

7.2. РОЗВИТОК ІНКЛЮЗИВНОЇ ОСВІТИ В УКРАЇНІ ЯК УМОВА СОЦІАЛІЗАЦІЇ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНІМИ ПОТРЕБАМИ: КОМПЕТЕНТІСНИЙ ПІДХІД

Не дивлячись на зростання науково-технічного прогресу у світі, існує тенденція до збільшення кількості дітей, які мають потребу у додатковій соціальній допомозі, незвичайних умов навчання та виховання. Ці групи дітей складаються: з дітей з порушеннями

психофізичного розвитку, з обмеженими можливостями здоров'я, дітей з інвалідністю, із різних соціально вразливих груп населення тощо. Останнім часом, у період ведення Україною тяжкої, вимушеної війни за свою незалежність, кількість таких дітей, нажаль, зростає. Все це робить вкрай актуальними питання підготовки майбутніх фахівців до педагогічної діяльності в межах надання навчально-виховних послуг дітям з особливими освітніми потребами.

Саме поняття «особливі освітні потреби» (далі ООП) визначає певні види потреб дитини, що виходить за межі суспільної норми і має залежність від розумової, фізичної недостатності або певних труднощів. В Україні активно розвивається інклюзивна освіта – такий формат навчання, що дає змогу будь-якій дитині отримувати освіту у звичайних навчальних закладах. Прогрес інклюзивного процесу навчання полягає у тому, що батьки дитини мають можливість обрати будь-який освітній заклад на користь дитині, а особливим дітям відвідувати такі навчальні установи, щоб не відчувати себе соціально обмеженими.

Згідно з численними дослідження щодо інклюзії погоджуємося з думкою, що інклюзія в освіті – це тривалий процес розвитку, який несе гуманну ідею про доступність освіти для всіх. В основу інклюзивної освіти закладена ідеологія, яка виключає будь-яку дискримінацію дітей, забезпечує ставлення до всіх людей як до рівних та при цьому створює необхідні умови для дітей, які мають ООП.

Важливим у роботі вчителя в інклюзивних групах є проєктування та втілювання індивідуальних програм розвитку в залежності від діагнозу дитини, включаючи рівень розумового, психологічного та фізичного розвитку. В цьому і полягає перша особливість роботи педагога в умовах інклюзії – здатність створити умови та забезпечити всебічний розвиток всіх дітей у класі. Вчитель повинен вміти формувати завдання програми в межах групи, правильно оцінювати результати її освоєння, враховуючи можливості кожної дитини, мотивувати та запобігати стресу; тобто формувати інклюзивне середовище, застосовуючи активні методи навчання (включаючи діалог, дискусії), способи поетапного засвоєння нового матеріалу, даючи дітям зрозуміти, що вони відповідальні за виконання завдань, використовуючи спільну діяльність, яка сприяє згуртуванню колективу.

В роботах І. Гевко, В. Гладуша, З. Шевціва та ін. висвітлено окремі види методик, організаційних форм та властивих ознак інклюзивної освіти (Гевко, 2018; Гладуш, 2020; Шевців, 2019). У роботах І. Кузави виокремлено основу сучасних технологій практичного здійснення системи інклюзивної освіти, спрямованої на корегування розвитку та соціалізацію дітей з ООП (Кузава, 2015). Досліджуються питання вивчення та узагальнення практичного досвіду організації освітнього процесу в інклюзивних закладах освіти, виявлення суттєвих проблем та окреслення перспективних шляхів його покращення.

В системі освіти інклюзивне навчальне середовище створює доступні, гостинні, людино-орієнтовані спільні навчальні простори, які працюють для всіх. У освітньому середовищі інклюзивність означає: прийняття та залучення всіх учнів до навчального процесу, розуміння та реагування на відмінності в здібностях учнів.

Основними принципами інклюзивності та інклюзивного середовища є:

1. Рівність, яка передбачає відсутність дискримінації, забезпечення рівних можливостей для всіх.

2. Доступність – фізична, інформаційна, комунікаційна (наприклад: наявність пандусів, субтитрів, адаптованих матеріалів).

3. Взаємоповага – толерантність і прийняття різних поглядів, досвіду, потреб.

4. Активна участь – залучення всіх до діяльності, прийняття рішень, соціального життя.

Інклюзивна освіта – це шанс для кожного.

Відповідно до ЮНЕСКО, інклюзивна освіта розглядається як «процес розгляду та реагування на різноманітні потреби всіх учнів шляхом розширення участі в навчанні, культурі та спільноті та зменшення виключення з освіти».

Мета інклюзивної освіти полягає в тому, щоб забезпечити систему освіти, в якій вчителі та учні мають можливість прийняти виклики різноманітності та отримати від них користь. Інклюзивна освіта базується на праві всіх учнів на освіту, яка відповідає основним освітнім потребам і збагачує життя. Особлива увага зосереджується на групах вразливих і знедолених людей, де інклюзивна освіта прагне розкрити і розвинути повний потенціал кожної людини. На практиці це означає, що діти та молодь, які

приходять до школи, незважаючи на певні обмеження, які відрізняють їх від інших (наприклад, соціальна дезадаптація, інвалідність, нездатність вільно розмовляти мовою, яка використовується в школі, вихідці з неблагополучних сімей), мають шанс увійти та навчатися в середовищі, яке враховує їх особливі потреби.

В Україні, відповідно до Закону «Про освіту» від 23.05.2017 р., уніфікували термін «дитина з особливими освітніми потребами» – це особа, яка потребує додаткової постійної чи тимчасової підтримки в освітньому процесі з метою забезпечення її права на освіту, сприяння розвитку її особистості, поліпшення стану її здоров'я та якості життя, підвищення рівня участі в житті громадян. Синонімами до визначення дітей з особливими освітніми потребами є: «діти з особливостями психофізичного розвитку», «діти з відхиленнями у розвитку», «нетипові діти», «діти з труднощами у навчанні», «виняткові діти», «діти з обмеженими можливостям здоров'я». **Особи з обмеженими можливостями здоров'я** – це особи, котрі мають порушення фізичного, інтелектуального розвитку. Під обмеженою можливістю розуміють будь-яке обмеження або втрату здатності виконувати будь-яку діяльність унаслідок певного порушення у межах того, що вважається нормою для людини у суспільстві.

У нашій країні на законодавчому рівні створено нормативно-правову базу для формування інклюзивного середовища:

1. Конвенція ООН про права дитини від 20 листопада 1989 р. (п. 1 ст. 23.: «дитина має вести повноцінне і достойне життя в умовах, які забезпечують її гідність, сприяють почуттю впевненості в собі і полегшують її активну участь у житті суспільства»). Пізніше, у 2006 році Конвенцією ООН про права осіб з інвалідністю було закріплено зобов'язання на державних рівнях створювати інклюзивні умови у всіх сферах життя https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_g71

2. Конституція України (ст. 53) проголошує: «Кожен має право на освіту».

3. Закон України «Про освіту» ст. 3 – «Право на освіту», п. 2, стверджує: «В Україні створюються рівні умови доступу до освіти. Ніхто не може бути обмежений у праві на здобуття освіти. Право на освіту гарантується незалежно від віку, статі, раси, стану здоров'я, інвалідності, громадянства, національності, політичних, релігійних чи інших переконань, кольору шкіри, місця проживання, мови

спілкування, походження, соціального і майнового стану, наявності судимості, а також інших обставин та ознак».

4. П. 6 ст. 3 України Закону «Про освіту»: «Держава створює умови для здобуття освіти особами з особливими освітніми потребами з урахуванням індивідуальних потреб, можливостей, здібностей та інтересів, а також забезпечує виявлення та усунення факторів, що перешкоджають реалізації прав і задоволенню потреб таких осіб у сфері освіти».

5. Ст. 19 Закону України «Про освіту» – «Освіта осіб з особливими освітніми потребами».

6. Ст. 20 Закону України «Про освіту» – «Інклюзивне навчання» <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text>

З нормативного законодавства України видно, що головним напрямком у створенні інклюзивного середовища є освітньо-виховна сфера, оскільки саме в процесі здобуття освіти у людей з особливими потребами існують психофізіологічні проблеми, що перешкоджають їх фізичному, сенсорному, моторному, когнітивному, емоційному, соціальному та психологічному функціонуванню. Тому в інклюзивному середовищі основне місце повинна займати інклюзивна освіта.

Інклюзивна освіта – це системний, багатовимірний і різноспрямований підхід до освіти, спрямований на адаптацію освітніх вимог, умов навчання та організації навчання до потреб і можливостей кожного учня як повноцінного учасника освітнього процесу.

Сучасне бачення інклюзивної освіти пов'язане з:

- визнанням інклюзивної освіти як одного з аспектів соціально-психологічної інтеграції людей з особливими потребами;
- сприйняттям відмінностей між здобувачами освіти як можливостей для розвитку, а не як нерозв'язна проблема;
- визнанням права здобувачів освіти навчатися поряд з місцем проживання;
- рівним дотриманням прав учнів і співробітників навчального закладу;
- покращенням роботи освітнього закладу на благо здобувачів освіти та співробітників;
- зміною підходів до навчання, політики та стилю роботи освітнього закладу для задоволення освітніх потреб усіх.

Важлива роль у процесі соціального інтегрування дитини з порушеннями психофізичного розвитку відводиться сім'ї, яка виступає одним із основних факторів її «входження» в систему суспільних відносин. Сім'я – це мікросоціум, в якому формуються моральні якості дитини, її відношення до людей, уявлення про характер міжособистісних взаємин. Сім'я дитини з особливими освітніми потребами є її першим соціалізуючим інститутом. Процес дорослішання дітей такої категорії проходить з великими труднощами та у дещо сповільненому темпі, його можна розділити на етапи:

I етап соціалізації – входження дитини в соціум. Першою сходиною є адаптація її в сім'ї. Успішність цього процесу залежить від того, наскільки адекватно члени родини реагують на проблеми дитини і допомагають у їх подоланні.

II етап соціалізації – це перебування дитини в освітньому закладі. Важливу роль має відіграти такт педагогів, повага до дитини з особливими освітніми потребами. Налаштування дитини на перебування у закладі, на важливість нових змін у її житті виконують члени родини.

III етап соціалізації – адаптація дитини та її сім'ї власне у суспільстві, (пошук інших сімей з подібними проблемами, встановлення контактів, пошук своєї «соціальної ніші»).

Всі ці процеси неможливі без активної діяльності соціальних та психологічних служб (районних, міських, шкільних). Однак роботу з сім'ями дітей з особливими потребами неможливо чітко організувати без всебічного вивчення проблем сім'ї, родинно-дитячих відносин.

Сучасна сім'я дитини з порушеннями психофізичного розвитку, поряд з традиційними функціями (відтворююча, виховна, господарсько-побутова), має виконувати і низку специфічних: абілітаційно-реабілітаційна, корекційна, компенсаторна.

У наш час, у зв'язку з тривалою, важкою, кровопролитною війною, соціальний інститут сім'ї загалом зазнає стан гострої кризи (віддаленість членів родини, матеріальні труднощі, негативний психологічно-моральний клімат, пов'язаний з високим рівнем тривожності). Тим більш особливої уваги потребують сім'ї, які мають дітей з порушеннями психофізичного розвитку, оскільки саме в таких сім'ях спостерігаються найбільш значущі зміни на соціальному, психологічному та соматичному рівнях. Наявні у дитини проблеми зі

здоров'ям утруднюють виконання всіх сімейних функцій і потребують допомоги з боку фахівців медичного, психологічного та педагогічного профілів. Батьки, які доглядають за хворою дитиною, стикаються з медичними, юридичними, економічними та професійними проблемами – зміна місця роботи і характеру праці з урахуванням інтересів хворої дитини, формування специфічного способу життя, а також і з педагогічними та психологічними – встановлення та підтримання контакту з дитиною, розв'язання конфліктних ситуацій, особливо тих, що загрожують цілісності сім'ї та ін. Проблеми сім'ї з наявністю дітей з ООП є такими:

- низький економічний статус багатьох таких сімей;
- недостатність дієвої підтримки з боку держави (у т.ч. просвітницької);
- негативне соціальне ставлення.

У родині відбуваються якісні зміни: психологічні (продовжуваний стрес); соціальні (втрата колишніх контактів, друзів, колег, спілкування); соматичні (психогенний стрес матері провокує соматичні захворювання) та інші негативні соціально-психологічні проблеми. У багатьох батьків, що мають дитину з ООП, виникає провина, що це саме вони винні в тому, що їхня дитина має фізичні недоліки. Із-за почуття такої провини дорослі влаштовують певний стиль виховання – гіперопіку: оберігають дитину від різних проблем та потурають їй всяким примхам. Таке виховання призводить до того, що особистість не тільки не розвивається, а ще й знищується, чи просто виростає особа – споживач.

Для надання освітніх послуг дітям з ООП існують різні види закладів. Визначення типу закладу належить батькам дитини. Батькам, які мають дитину з ООП, необхідно знати, чим їхня дитина відрізняється від інших дітей її віку, тобто розбиратися у поняттях «норма вікового розвитку» і «відхилення від норми», а також «особливі освітні потреби». В залежності від поставленого діагнозу дітям з ООП батькам слід визначитися з типом освітнього закладу з метою найкращої соціалізації дитини.

Основними державними навчальними закладами для дітей з особливими освітніми потребами шкільного віку є: спеціальні загальноосвітні школи-інтернати, навчально-реабілітаційні центри та спеціальні класи в загальноосвітніх школах, санаторні школи, дитячі будинки системи освіти, інклюзивні та спеціальні класи у

загальноосвітніх навчальних закладах та індивідуальна форма навчання для дітей, які за характером патологій не можуть навчатися безпосередньо у школах.

Визначення можливості навчання дітей і вибору навчального закладу із системи освіти України відбувається на основі висновку і рекомендацій психолого-медико-педагогічної комісії. Психолого-медико-педагогічна комісія (ПМПК) є методичною установою системи освіти України, що здійснює консультативну, методичну, психолого-педагогічну, корекційно-розвиткову, аналітичну, прогностичну, профілактичну та просвітницьку діяльність.

Висновок психолого-медико-педагогічної консультації носить рекомендаційний характер, остаточне рішення про форму навчання приймають батьки, оскільки саме вони визначають подальшу долю своєї дитини. Саме батьки можуть повідомити про психологічну готовність дитини і бажання навчатись у закладі «масового» типу. Іноді дошкільники з ООП не можуть перебувати в інклюзивних шкільних умовах за різних причин: наприклад, вкрай гостро реагують на свою ваду, намагаються її всіляко приховати і тому на фоні здорових однолітків знаходяться у постійному стресовому стані або звикли до постійної уваги з боку вихователів, батьків, потребують надмірного опікування і у великому колективі губляться, оскільки звикли до груп, де не більше 10 чоловік.

Таким чином, вирішення питання про інклюзивне навчання в кожному конкретному випадку потребує попереднього урахування багатьох факторів, в тому числі: різносторонню готовність дитини до навчання у школі і її бажання; надання спеціальної корекційної допомоги, реальні можливості сім'ї надавати постійну необхідну допомогу дитині у процесі навчання.

Питання навчання дітей із психофізичними особливостями у спеціальних закладах чи в інклюзивних умовах потребує виваженого підходу, який ґрунтується на узагальненні та аналізі всіх позитивів як ізоляції, так і інклюзії.

Є кілька шляхів залучення батьків до процесу оцінювання можливостей своєї дитини. Батьки можуть збирати інформацію, яка буде корисною для процесу оцінювання: медичні довідки, інформацію про нещодавні зміни в поведінці та спостереження за навчальними потребами дитини, а саме її поведінка та навчання в іншому оточенні. Наприклад, батьків можуть попросити оцінити

певні характеристики дитини за десятибальною шкалою або вказати на головні сильні та слабкі сторони дитини.

Після закінчення оцінювання та збору додаткової інформації педагоги повинні призначити зустріч з батьками для обговорення результатів, рекомендацій і залучення до прийняття рішення. Першим кроком для усвідомлення ролі батьків у навчальній команді є розгляд можливостей їх участі в навчальному процесі дитини та його підтримки. Завдання батьків як членів навчальної команди є такими:

- мати інформацію та бути відповідальним членом навчальної команди дитини;
- брати участь у прийнятті рішень, які впливають на освіту дитини;
- надавати письмовий свідомий дозвіл на проведення будь-якого спеціального оцінювання;
- мати повну інформацію про освітні програми, що існують у школі та районі;
- надавати важливу інформацію, яка може вплинути на навчання та поведінку дитини у школі;
- отримувати від учителів, керівників та інших спеціалістів інформацію про навчання й успішність дитини;
- мати доступ до інформації про навчання дитини у школі, включаючи результати спеціального оцінювання та звіти;
- отримувати консультації перед залученням дитини до інклюзивного навчання;
- регулярно отримувати звіти про успіхи дитини впродовж навчального року;
- надавати письмовий дозвіл на будь-які додаткові послуги, яких може потребувати дитина;
- отримувати консультації й надавати свідомий письмовий дозвіл на затвердження індивідуального навчального плану для дитини;
- оскаржувати рішення, які не найкращим чином задовольнятимуть навчальні потреби дитини й працювати з командою над пошуком кращих рішень.

Партнерські стосунки в тріаді «батьки – педагог – дитина» є основою батьківської компетентності, формування якої потребує розроблення нового змісту педагогічної діяльності.

Скеровують педагогічну діяльність з батьками в системі інклюзивної освіти зазвичай шкільні психолого-медико-педагогічні консультації, до яких можуть входити вчителі зі спеціальною

освітою, фахівці в окремих галузях чи звичайні шкільні вчителі, котрі мають спеціальні знання, досвід роботи з дітьми, котрі мають труднощі в навчанні. Батьки мають бути повноправними членами таких постійно діючих консультацій, Звичайно, що великими помічниками їм повинні стати, перш за все, батьки, бо разом зі школою вони мають однакову мету – їх дитина має бути щасливою і реалізованою.

Навчити батьків сприймати свою дитину з ООП як особистість – це головне завдання вчителя. Якщо сім'я відчує увагу педагогів до їхньої дитини, зацікавленість ними в її розвитку, то й батьки будуть готові допомагати в навчанні та вихованні своєї особливої дитини. Але для цього з батьками теж потрібно працювати. Робота вчителя з ними полягає в:

- встановленні контакту і довірливих стосунків;
- включенні батьків дітей з ООП в колектив інших батьків класу;
- безперервній взаємодії;
- залученні батьків в розробці ІПР, у процес навчання й виховання;
- налагодженні співпраці з іншими членами команди психолого – педагогічного супроводу;
- участі батьків у розробці портфоліо дитини;

Можна проводити з батьками консультації, круглі столи, бесіди, анкетування, тренінги, ділові ігри, відвідувати родини. Щоб досягти мети про щасливу і реалізовану дитину, батьки і працівники шкіл мають об'єднуватися. Від такої тісної співпраці залежить психічний, емоційний і фізичний розвиток особливої дитини.

Налагодження партнерських стосунків між батьками та всіма фахівцями, які працюють в освітньому закладі, є важливим завданням для ефективної соціалізації дитини з ООП. Паритетними мають бути стосунки між батьками здорових дітей та дітей, які потребують особливої уваги, оскільки проведені дослідження засвідчують, що інклюзивне середовище надає можливості для особистісного самовдосконалення, насамперед, звичайним школярам.

Отже, інклюзія, інклюзивне середовище та інклюзивна освіта – це результат довготривалого розвитку наукової теорії і практики, суспільної думки, політики та педагогіки, які формувалися багатьма мислителями, сподвижниками, науковцями, фахівцями, суспільними діячами, міжнародними, громадськими та державними організаціями.

7.3. МІЖНАРОДНИЙ ДОСВІД ОРГАНІЗАЦІЇ ІНКЛЮЗИВНОЇ ОСВІТИ НА ПРИКЛАДІ ПОЛЬЩІ

Відомо, що в Україні, згідно психолого-педагогічних досліджень астанніх років, окрім суттєвих фізичних травм, спостерігається стрімке поширення порушень ментального здоров'я: посттравматичних стресових розладів (ПТСР), дисоціативних та депресивних розладів, тривожності тощо. Такі члени суспільства, а особливо діти, потребують додаткової педагогічної, психологічної, фізичної та соціальної підтримки в процесі навчання через стан здоров'я, особливості фізіологічних чи психологічних порушень. Тому питання формування стійкого інклюзивного середовища в сфері освіти є особливо актуальним.

Інклюзивна освіта в світовій практиці – це, перш за все, реалізація ідеї максимально повноцінної участі дітей з ООП в учбовому процесі. Це стосується можливості використання загальних та спеціалізованих форм навчання та психолого-педагогічної реабілітації, відповідно до типу дисфункції. До практичного втілення інклюзивних освітніх підходів в Україні і за кордоном залучають фахівців різних професій: лікарів, педагогів, психологів, реабілітологів, соціальних працівників тощо. В Україні цей процес тільки починається, набуває обертів і стає пріоритетним напрямом реформування освітньої, суспільної та професійної систем. В Польщі, наприклад, розвиток інклюзивної освіти почався дещо раніше і набув певного досвіду, який заслуговує на вивчення. Освітня система Польщі з початку російської агресії в Україні прийняла, навчає та продовжує приймати сотні тисяч (<https://www.gov.pl/web/edukacja>) українських дітей-біженців, інтегруючи їх в навчальний процес та надаючи психолого-педагогічну підтримку, в тому числі, дітям з ООП.

В Україні такі умови важливо створювати перш за все в системі освіти не лише на рівні державних законодавчих актів, й на організаційному, соціально-психологічному та педагогічному рівнях. Так, дослідники Д. Аргіропулос та Н. Тарнавська (2020) висвітлюють у своїй роботі історію інклюзії, поняття, принципи та питання загально-теоретичних і методичних засад інклюзивної педагогіки з опорою на основні психологічні концепції. Вони

деталізують суть процесу включення дитини з ООП до звичайних груп закладів дошкільної освіти, розглядають особливості психологічної підтримки і супроводу дитини дошкільного віку з ООП у співпраці з рідними.

З. Шевців (2019) розробила і запропонувала форми і методи роботи у сфері інклюзивної освіти для вчителів початкових класів. Авторка наголошує на необхідності фахової підготовки педагогів до роботи в умовах інклюзивного освітнього середовища з урахуванням досягнень психолого-педагогічної науки, досвіду розбудови та особливостей запровадження Нової української школи (НУШ) для задоволення індивідуальних освітніх потреб усіх учнів.

К. Дмитренко (2020) звертає увагу на створення психологічного базису інклюзивної освіти. Основним психологічним компонентом автор вважає толерантність як прояв поваги та визнання рівності, відмови від домінування та насильства, визнання багатомірності та різноманіття культурних, етичних та соціальних норм, релігійних вірувань, відмову від зведення цього різноманіття до однаковості або до переваг однієї з точок зору.

Ж. Łuniewska (2019), професорка «Осередку освіти» у Варшаві, також розглядає інклюзивну освіту в Польщі як пошук рішень та форм роботи з дітьми з особливими потребами та їхніми батьками, що дозволяє на практичному рівні втілити ідею рівноправ'я, поваги до ідентичності та індивідуальності, психологічної підтримки, навчання бути з людьми та для людей.

Професор кафедри соціальної педагогіки Католицького Університету імені Яна Павла II в Любліні К. Krakowiak (2017) вважає, що в основу інклюзивної освіти в польській громаді мають бути закладені принципи комплексної та скоординованої підтримки людей з інвалідністю спрямовані на солідарність та відповідальний розвиток.

Представляємо дослідження практичного досвіду організації інклюзивної освіти на прикладі Республіки Польща. Розвиток інклюзивної освіти в Польщі бере свій початок з прийняття законодавчих норм відповідно до визначення ЮНЕСКО, де інклюзивна освіта вважається процесом розгляду та реагування на різноманітні потреби всіх учнів шляхом розширення їх участі в навчанні, культурі та спільноті з метою зменшення виключення з освітнього процесу. В результаті прийняття цих інклюзивних

підходів, в польських загальноосвітніх школах система навчання забезпечує рівні можливості для дітей з різними освітніми потребами. Діти з ООП можуть легко навчатися з іншими учнями в одній школі та в одному класі, тому більшість таких дітей не ізольовані від решти суспільства. Ідея інклюзивної освіти, як показали наукові дослідження К. Krakowiak (2017) та J. Łuniewska (2019), полягає в тому, щоб надати дітям з ООП відчуття рівноправного членства та показати іншим дітям, що суспільство різноманітне та засноване на принципах рівності.

Інклюзивна освіта стала невід'ємною частиною навчання в багатьох країнах світу. В Україні цей процес тільки починається, набуває обертів і стає пріоритетним напрямом реформування освітньої, суспільної та професійної систем. В Польщі розвиток інклюзивної освіти почався раніше і набув певного досвіду, який заслуговує на вивчення.

В загальноосвітніх школах Польщі система освітнього процесу забезпечує рівні можливості для дітей з різними освітніми потребами. Діти з особливими освітніми потребами можуть легко навчатися з іншими учнями в одній школі та в одному класі. Тому діти не ізольовані від решти суспільства і можуть відчувати себе членами тієї ж спільноти, що й інші. Ідея інклюзивної освіти полягає в тому, щоб надати дітям з особливими потребами відчуття рівноправного членства та показати іншим, що суспільство різноманітне та засноване на принципах рівності
<https://www.gov.pl/web/edukacja/edukacja-wlaczajaca>

В Польщі стосовно інклюзивної освіти використовують два визначення: *інклюзивна освіта* та *інтегроване навчання*. Більш поширеним є інтегроване навчання. Яка різниця між цими двома поняттями? – У разі *інклюзивної освіти* – дитина з легким ступенем інвалідності чи особливих освітніх потреб може вступити до будь-якої початкової школи свого округу. Для неї створюються належні умови для навчання і розвитку. За цією схемою школи повинні забезпечити відповідний догляд, створити належні умови перебування і навчання.

Інтеграційна модель передбачає, що в загальноосвітній школі створюються інтеграційні класи з меншою кількістю учнів, у яких разом навчаються діти з особливими потребами та здорові діти.

Як це працює? Ідеальним рішенням, звичайно є окремі

інклюзивні школи, але їх у Польщі дуже мало. Проте інтегрованих шкіл – досить багато. У таких школах провідному вчителю на всіх заняттях допомагає супроводжуючий вчитель-дефектолог. Такий клас зазвичай містить 15-20 дітей, 2-3 з яких мають особливі освітні потреби. Вчитель-дефектолог повинен познайомитися з усім класом: знати чим цікавляться інші діти, виявити спільні інтереси усіх дітей. На психологічному рівні йдеться не лише про допомогу у навчанні, а й про допомогу таким дітям з труднощами самоідентифікації в соціальному житті класу. Наприклад, створити таку атмосферу в учнівському колективі, щоб діти не лише навчалися разом, а й запрошували одне одного на дні народження, свята, проводили разом дозвілля. Робота супроводжуючого вчителя передбачає також співпрацю з педагогічним колективом школи, провідним вчителем та батьками.

Зараз у Польщі точиться широка дискусія про спеціальних педагогів. Існує думка, що це мають бути *олігофренопедагоги*, тобто люди, які працюють з учнями з особливими інтелектуальними потребами та аутизмом. Проблема, однак, у тому, що діти бувають різні: з порушеннями слуху, з порушенням зору, з порушеннями рухової активності, тощо.

Третьою формою навчання, крім інклюзивної та інтегрованої, є *сегрегаційна система*. Ця модель, як і в Україні, передбачає наявність спеціальних шкіл, де навчаються лише діти з особливими потребами. У таких школах працюють педагоги, які опікуються дітьми з різними освітніми потребами. У класах зазвичай від 2 до 6 учнів з особливими потребами.

Як вибрати школу? Отже, існує три види шкіл для дітей з особливими освітніми потребами: 1) загальноосвітня школа; 2) інклюзивна школа; 3) школа з інтегрованими класами у загальноосвітній школі. Слід підкреслити, що польське законодавство залишає вибір школи за батьками. Ніхто не може змусити батьків віддати дитину до спеціальної чи інтегрованої школи. Все залежить від того, як почуватиметься дитина в тому чи іншому навчальному закладі.

Але для того, щоб зарахувати дитину з особливими потребами до того чи іншого типу школи, необхідно отримати відповідне рішення про ступінь інвалідності, рекомендації лікарів щодо режиму навчання та типу навчального закладу. У Польщі такий документ

називається «Довідкою про неповносправність (інвалідність)». Слід підкреслити, що в Польщі слово «інвалідність» не вважається не коректним та є загальноновживаним терміном. Рішення про навчання видають спеціальні психолого-педагогічні консультації, де спеціалісти оглядають дитину та видають висновок стосовно неї.

Ступінь інвалідності зазвичай поділяється на легкий, середній та глибокий. Рішення приймається на основі багатьох показників і основою для прийняття рішення про місце навчання дитини з певним видом інвалідності має бути достовірна та комплексна діагностика, проведена якомога раніше та повторна в різні періоди розвитку дитини. В рішенні визначається не тільки ступінь інвалідності, а й здібності дитини. Успішне залучення дитини-інваліда до певного типу школи залежить від типу та ступеня інвалідності.

У загальноосвітніх школах Польщі немає проблем з зарахуванням, коли справа стосується лише фізичних недоліків дитини. Включення ж глухої або аутичної дитини може бути більш проблематичним. Однак вважається недоцільно і навіть шкідливо приймати до звичайної школи розумово відсталих дітей. Навіть в інклюзивних школах Польщі, як підтверджують психолого-педагогічні і психіатричні дослідження, самотність і вилученість з життя школи наносить цим дітям глибоку психологічну травму. Вчителі також відчувають психологічну травму, коли дитина заходить до класу, функціонуючи на рівні трирічної дитини, з численними дисфункціями: не говорить, не чує, не реагує на вказівки. Подібним чином до серйозних випадків відносять також дітей з емоційними та соціальними розладами, чия агресія впливає на інших учнів та вчителів.

Слід також враховувати, що не в усіх польських школах є умови для навчання дітей з особливими освітніми потребами. До цього варто додати, що всі учні загальноосвітніх, інтегрованих і спеціальних шкіл (діти з легкими порушеннями) навчаються за однією програмою і здають однакові державні іспити.

Рівень роботи інтеграційних класів у Польщі задовільний, але шкіл не вистачає. Ця проблема посилилась ще й тим, що польські школи, за даними Міністерства освіти Польщі, станом на 30 вересня 2024 року, прийняли близько 168 тисяч українських дітей-біженців.

За даними Департаменту освіти міста Варшави, у столиці Польщі майже 120 навчальних закладів (початкова школа, середня

школа, гімназія, технікум) з інтеграційними відділеннями. Українські діти-біженці, які легально перебувають у Польщі, мають такий самий доступ до інклюзивної освіти, як і польські. Навчання в державних школах повністю безкоштовне.

Суспільне обговорення інклюзивної освіти в медіа-ресурсах Польщі висловлює різні думки як прихильників, так і противників. Останні своє негативне відношення пов'язують з переповненістю класів в загальноосвітніх школах, недовідомістю матеріальним забезпеченням особливих потреб дітей з інвалідністю, необхідністю фахової підготовки і залучення більшої кількості вчителів-дефектологів, психологів та ін. спеціалістів.

З кожним роком у Польщі зростає кількість шкіл з інклюзивною освітою. За формою інклюзії в одному класі разом із працездатними учнями можуть навчатися діти з різними ступенями та видами інвалідності, різними порушеннями розвитку, інтелектуальних, сенсорних, емоційних чи рухових здібностей. Психолог, логопед, дефектолог стає сполучною ланкою між інклюзивною, інтегративною і спеціальною освітою.

У світлі всього сказаного стає зрозумілим, що інклюзивна освіта – це не тільки запрошення до суспільного розвитку, а й серйозні виклики для освітньої сфери. Освітяни мають глибоко обдумати та відповісти на багато риторичних питань:

- У якому напрямку слід рухатися далі?
- Що для суспільства є більш важливим в освітньому процесі?
- Чи хочемо бути лише ефективно діючим навчальним закладом, орієнтованим на передачу знань, результати, рейтинги, змагання?
- Чи дбаємо ми, як школа, про кожну дитину, про її гідність, цінність та унікальність?
- Чи підтримуємо розвиток кожного?
- Чи дбаємо про стосунки та психоемоційний стан усіх учасників навчально-виховного процесу: учнів, вчителів, батьків та оточуючих?
- Чи створюємо ми в школі середовище, дружнє до розвитку її учнів, у якому різні діти з різним потенціалом у різних сферах знайдуть щось для себе, навіть у формі позакласних занять?
- Чи будуємо ми освітню спільноту, що ґрунтується на цінностях, в яких найбільшим надбанням є унікальність кожної людини?

Спробуємо знайти відповідь на деякі найболючіші питання.

Що таке інклюзивна освіта для здорових дітей та їхніх

батьків? – Це Можливість навчитися нормальності. Реалії сучасного світу і активні військові дії в Україні показують, що люди з інвалідністю і різними вадами живуть у нашому оточенні. Вони поряд. Ми маємо навчитися вміти читати їхні потреби, мудро до них ставитися, допомагати, підтримувати, а не вдавати, що цих людей не існує. Пояснювати дітям складніші життєві проблеми, заохочувати до співпраці, взаємодії, міркувати про відмінності інших.

Взаємодія з різними людьми – це природна ситуація для пізнання один одного, кращого розуміння своїх сильних і слабких сторін. Для всіх учасників цього процесу створення інклюзивного середовища – далеко не одноразовий жест, акт чи дія, а можливість постійного виховання в собі найкращих людських якостей та особистісного зростання в цивілізованому суспільстві.

Що таке інклюзія для батьків дітей з інвалідністю?

Щоденне зіткнення з нетиповістю своєї дитини – важка психологічна ноша для батьків. Відмови, перепони, нерозуміння, осуд з якими вони зустрічаються в різних ситуаціях можуть завдавати їм моральної шкоди. Чи готові вони звернутися до інших, поділитися особистими відчуттями стосовно особливості їхньої дитини та прийняти це? Нік Вуйчіч, який народився без рук та ніг, всесвітньо відомий промовець, християнський проповідник, мотиваційний тренер та засновник неприбуткової організації «Життя без кінцівок» у своїй книзі «Життя без обмежень. Шлях до неймовірно щасливого життя» згадує слова свого батька, які стосувалися прийняття інвалідності сина. Він говорив: «Ти подарунок, тільки по іншому запакований...». Чи зможуть інші батьки особливих дітей прийняти це як «подарунок долі»? Думаємо, що інклюзивне середовище сприятиме цьому.

Варто також пам'ятати, що батьки здорових дітей теж стикаються з нерозуміннями оточуючих і переживають невдачі, адже розчарування та падіння – це невід'ємна частина нашого життя. Проте важливим є те, як ми виходимо з цих негараздів: сильнішими чи знищеними. Навчитися жити, наприклад, з інтелектуальною недостатністю дитини – означає прийняти з гідністю те, що «я не можу це змінити, але я можу вплинути і змінити ближче і даліше оточення, щоб цій дитині було легше жити в цьому суспільстві». І це буде найкращий спосіб допомогти. Це реальне завдання: залучити інших до співпраці, розширити коло доброзичливих людей, навчити

оточуючих розуміти інакших. Якщо ми хочемо бути зрозумілими – треба вчитися звертатися по допомогу та виявляти подяку за надану допомогу; вчитися взаємоповаги, ділитися тим, що я маю з іншими, а також здобувати необхідні знання про навколишній світ.

Чи сприймаємо ми це як цінність? Чи має школа бути місцем, де виховують ці цінності, чи це просто місце, де передаються швидкоплинні знання? Саме це є майбутнім інклюзивної освіти, коли у навчанні дітей у школах ми ставимо на перше місце виховання в дусі цінностей, розвиток шкільної спільноти, де кожен учень і вчитель почуватимуться добре і охоче сюди прийдуть. Тільки в такій психологічній атмосфері, з таким ставленням кожна дитина може «стати», «бути», «хотіти», незважаючи на відмінності, які вони відчують. Насправді ці відмінності ще більше збагачують шкільну спільноту.

Чому це важливо?

Інклюзивна освіта має багато переваг. Це більше, ніж просто розміщення дітей з різними потребами в одному класі. Йдеться про створення навчального середовища, доступного для всіх, і адаптацію методів роботи та навчальних матеріалів, щоб кожен учень міг навчатися. Інклюзивна освіта означає, що діти дізнаються, що кожен заслуговує на повагу та розуміння, незважаючи на відмінності. Працюючи в різних групах, вони вчать спілкуватися, співпрацювати та разом вирішувати проблеми. Діти, незалежно від їхніх індивідуальних потреб, дізнаються, що вони можуть бути активними, повноправними учасниками освітнього процесу та соціального життя, що може зміцнити їхню самооцінку. З іншого боку, батьки теж вчать краще розуміти відмінності між людьми та їхні потреби, вчать своїх дітей бути відкритими до інших. За підтримки інших батьків, спеціалістів і вчителів вони можуть краще справлятися з проблемами батьківства особливої дитини. Добре запроваджена інклюзивна освіта запобігає соціальній ізоляції та вчить толерантності, підтримує розуміння різноманітності потреб і навичок не лише серед наймолодших, але й серед дорослих. Створює безпечне навчальне середовище, таке, щоб кожен почувався добре та комфортно.

Для вчителів робота з різноманітною групою – це можливість розвинути навички викладання. Адаптувати свої методи та матеріали до потреб здобувачів освіти, що дозволяє досягати кращих

результатів у навчальному процесі.

Отже, інклюзивне навчання – це спосіб освітньої діяльності, який прагне надати усім здобувачам освіти рівні можливості у сфері набуття знань і розвитку. Ідея полягає в тому, щоб кожна людина, незалежно від своїх особливостей, здібностей чи потреб, могла б здобувати освіту, що розширює її можливості подальшої інтеграції у соціальне та професійне середовище. З точки зору психології, цей підхід є надзвичайно важливим для формування гармонійної особистості та соціальної взаємодії.

Для прийняття особистого рішення на користь тієї чи іншої системи освіти варто розглянути відмінності між основними принципами звичайної та інклюзивної школи приведені у таблиці 1 та відповісти собі на питання: «Яку школу я обрав би?»

Таблиця 7

Відмінності між основними принципами звичайної
та інклюзивної школи

<i>Звичайна школа, де:</i>	<i>Інклюзивна школа, де:</i>
Реалізація програми	Модифікована програма, рефлексія та всебічне сприяння розвитку дитини
Виховання слухняності	Виховання розуміння і вибору
Суперництво	Навчання, що базується на співпраці з обговоренням цілей та індивідуальних підходів
Навчання, що подає інформацію	Активне залучення здобувачів освіти, до співпраці та міжособистісної взаємодії
Вчитель, який диктує	Вчитель рефлексивний і шукаючий індивідуальні підходи, зміна стратегій навчання
Оцінювання досягнень	Оцінювання індивідуального прогресу
Стосунки з батьками, засновані на авторитеті та ієрархії	Партнерство і співпраця з родиною учня

Запропонований вибір дає можливість освітянам замислитися про освітню та соціальну інтеграцію дитини; про міждисциплінарний підхід до здібностей, вад чи дисфункцій учня; про якість освіти та соціальні навички не забуваючи про особистісну різноманітність учнів у шкільному колективі;

Крім того, наші польські науковці досліджують такий актуальний матеріал сучасності, як вміння педагогів протистояти стресам. Ось які дані наводять наші польські колеги щодо

відновлення ресурсного стану особистості в умовах перманентного стресу. За результатами дослідження Т. Karatzias (Цит. за Л. Стрільчук, 2024), проведеними польськими науковцями під час війни в Україні, 25,9% учасників досліджень, які знайшли у Польщі прихисток від важких подій в Україні, мають ознаки ПТСР. Для відновлення ресурсного стану польські соціальні служби пропонують українським біженцям звертатися за психологічною допомогою в Пункти психологічної підтримки для українських біженців у Польщі, такі як:

- Психолого-педагогічний консультаційний центр;
- Польський міграційний форум (безоплатна телефонна лінія екстреної допомоги);
- Центр психотерапії (допомога польською та англійською мовами);
- Медичний центр Даміана;
- Центр кризового втручання в Кракові;
- Фонд психологічної допомоги (телефон довіри);
- Дитячий телефон довіри речника з прав дитини: психологічна допомога для дітей та підлітків;
- Студентський Парламент Республіки Польща: психологічні консультації;
- Центр терапії та розвитку Аксон: безкоштовна психологічна підтримка.

Дослідження, проведене польськими психологами, показало, що українські біженці у Польщі використовують різні копінг-стратегії для усунення стресу:

53 % намагаються відволіктися, займаючись справами; 48% заспокоюють себе думкою, що «могло б бути ще гірше»; 32% моляться, 15% приймають заспокійливі препарати; 3% зловживають алкоголем, нікотинном та ін. речовинами.

Виходячи з аналізу вітчизняної і зарубіжної наукової літератури та досвіду втілення інклюзивної освіти за кордоном, на прикладі Республіки Польща, можна стверджувати, що формування стійкого інклюзивного середовища в умовах військового стану та післявоєнного відновлення повинно відбуватися на кількох рівнях:

1) Законодавчий рівень (створення відповідної нормативно-правового базису).

2) Організаційний рівень (створення комплексної і

скоординованої підтримки усіх без виключення учасників освітнього процесу).

3) Соціальний рівень (взаємодія як солідарність, прийняття, взаємоповага, партнерство). Педагогічний рівень (підготовка педагогів до інклюзивного навчання).

4) Психологічний рівень (психологічна едукація, підтримка і супровід здобувачів освіти, їх батьків, педагогів та фахівців інших дотичних професій).

Цілком зрозуміло, що інклюзивну освіту одночасно на усіх рівнях запровадити одноразовою декларацією чи постановою не можливо. Це тривалий процес, і в кожному навчальному закладі рівні її втілення будуть різними. Це також залежить від колективу вчителів (їх фахової підготовки, знань, умінь, психологічного стану), від ефективності управління навчальними закладами, від зовнішніх і внутрішніх умов, матеріально-технічної бази та ресурсів, від рішень спільноти учнів і батьків, а також від місцевого самоврядування і можливостей співпраці з ним.

Отже, найважливішими висновками виділеними з усього сказаного є те, що інклюзивна освіта в сучасному світі:

- є однією з кращих форм навчання і виховання для кожного учня та забезпечує якісну освіту для всіх. Це надає набагато кращі життєві перспективи, ніж будь-яке інше рішення.

- долучає всіх до якісної освіти і усуває всі проблеми, пов'язані з навчанням і вихованням;

- залучає дітей-інвалідів до соціального життя, надаючи їм найякіснішу підтримку та найкращі життєві шанси.

- підтримує кожну дитину, включно з родиною, та забезпечує найкращий розвиток відповідно до індивідуальних потреб та умов.

- створює сприятливе суспільство, засноване на спільних цінностях, будує соціальні стосунки на основі поваги до різноманітності, толерантності, взаємного розуміння і підтримки.

- забезпечує для всіх зростання професійної кваліфікації, розширює можливості працевлаштування відповідно до вподобань що сприяє набуттю фінансової і матеріальної незалежності у дорослому житті.

- підвищує конкурентоспроможність та інноваційність економіки та забезпечує високе економічне зростання країни.

З усіх наведених висновків випливає, що в Україні немає іншого

шляху, як значно розширити запровадження загальної інклюзивної освіти та створення інклюзивного середовища в суспільних сферах, особливо в професійній. Крім того, запровадження універсальної інклюзивної освіти є результатом міжнародних зобов'язань, які містяться в численних документах, і включено до законів та національних нормативних актів. Усі розвинені країни вже впроваджують це, тому ми не можемо залишитися позаду. Разом з тим психолого-педагогічна наука погоджується, що інклюзивна освіта відповідає на проблеми сьогодення України, як незалежної держави та перенесе нас у мирне і процвітаюче майбутнє.

Цілком зрозуміло, що освітню та соціальну інклюзію неможливо запровадити одноразовою декларацією чи постановою. Це тривалий процес, і в кожній школі, кожному навчальному закладі, на кожному підприємстві його хід і рівень будуть різними. Це залежить від колективу вчителів (їх знань і вмінь), від ефективності управління навчальними закладами, від зовнішніх і внутрішніх умов, матеріально-технічної бази та ресурсів, від рішень спільноти учнів і батьків, а також від місцевого самоврядування і можливостей співпраці з ним.

В українських реаліях розвиток інклюзії і інклюзивного середовища надзвичайно затребуваний професійною спільнотою. Це пов'язано з тим, що багато підприємств відчують кадровий голод через нестачу фахівців, які воюють, захищаючи Україну. Вирішенням цієї проблеми – є працевлаштування учасників бойових дій, які повернулися з лав українського війська. Ці люди часто мають поранення різного роду, перенесли полон, мають ПТСР. Їх треба як найшвидше інтегрувати у соціально-професійну сферу, оскільки їхні знання, досвід, військова підготовка, сила і мужність є безцінними для нашого суспільства. З цього приводу ми, як фахівці в галузі психології, отримуємо численні запити від керівників підприємств і організацій, від менеджерів з персоналу, консультантів з людських ресурсів та організаційного розвитку, волонтерів і громадських організацій стосовно створення інклюзивного середовища на підприємствах, в офісах, в організаціях для повернення і прийняття УБД на вакантні місця і створення для них максимально комфортних умов праці з урахуванням особливостей їх психофізіологічного стану. Тому наступний розділ ми присвячуємо відповідям на типові запитання, які найбільше хвилюють суспільство у цей складний для

усієї країни час. Сподіваємося, що опублікувавши ці запитання і відповіді, ми зможемо допомогти ще ширшому колу спеціалістів.

7.4. ФОРМУВАННЯ ГУМАНІСТИЧНОЇ СПРЯМОВАНOSTІ Й ЕМПАТІЇ У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ПЕДАГОГІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

Освіта в сьогоденні тлумачить термін «гуманність» як систему поглядів та переконань, яка стверджує високе значення людини, її цінності як особистості, що має право на звичайні потреби, а саме: щастя, безпека, реалізація своїх здібностей. Тому під гуманізацією освіти ми розуміємо соціально-педагогічний феномен, який відображає сучасні суспільні тенденції в побудові і функціонуванні такої системи освіти, яка б допомогла вирішити цю проблему.

Загалом, гуманність поділяють на три рівні:

На першому рівні гуманність проявляється як терпимість. Особистість пригнічує негативні реакції на морально значимі елементи і відкидає насильство. Гуманність є проявом розуміння, яка не породжується погрозами, наслідуванням чи зовнішнім тиском.

На другому рівні – готовність до взаєморозуміння і розуміння інших на основі загальнолюдських цінностей, а також визнання за кожним права на власну думку.

На третьому рівні – розширення рівня критичного діалогу та досвіду самого себе шляхом критичного осмислення різних позицій.

Виховання гуманного ставлення сьогодні в більшій мірі формується на стереотипних поглядах, які прийшли до нас з минулого, де не потрібно було стільки знань, досвіду, що потребує сьогодення. Ця проблема комплексна і стосується виховання гуманності не тільки у дітей дошкільного та шкільного віку, а і їх батьків, які в свій час не були просвітлені своїми батьками, вихователями, вчителями і педагогами, а ті не були просвітлені своїми. Тут і виникає замкнуте коло, яке не змінювалося із покоління в покоління. Тому формувати гуманістичні цінності здається нам кращим, починаючи з студентського віку, щоб вони передавали їх своїм учням, з яких з часом виростуть батьки.

Особливо актуальною ця проблема стає під час виховання у дітей найвищих цінностей, що спонукає до пошуку нових, сучасних

вимог щодо сутності, змісту, мети та завдань гуманізації суспільства. Необхідність толерантного виховання дітей дошкільного та шкільного віку в умовах інклюзивної освіти пояснюється потребою реалізації та втілення ціннісного гуманістичного підходу до таких дітей та поваги до їхньої гідності як умови розвитку їх особистості. Повага і толерантність до дітей – загальне позитивне внутрішнє ставлення педагога до сприйняття дитини, її потреб, інтересів та постійне сприяння розвитку як особистості.

Діти з особливими освітніми потребами різняться не тільки між собою, але й між усіх інших, тому дуже важливо звернути увагу на дотримання рівних можливостей усіх дітей. На сьогодні наша держава переходить на новий рівень освіти, де все більшої уваги надається забезпеченню рівного доступу до освіти дітей з ООП, створюються більш комфортні умови для їх навчання (безбар'єрне середовище, універсальний дизайн та ін.), при цьому слід звертати увагу не тільки на фізичні потреби, а й на моральні та психічні. Дуже важливо, щоб дитина почувала себе комфортно, була частиною колективу і загалом всього освітнього процесу.

Виховання гуманності у дітей починається з дошкільного віку і базується на таких речах, як: добро-зло, світло-темрява. Головне при цьому – створення доброзичливих відносин між різними категоріями дітей. Але, на відміну від нормотипових дітей, пристосування дітей з ООП до умов оточуючого середовища є більш важким процесом, оскільки дуже часто вони отримують негативне ставлення до себе з боку суспільства, від однолітків – неприйняття і небажання грати, спілкуватися. Це призводить до того, що у дітей виникає «комплекс меншовартості», вони починають уникати однолітків, ізолюються у кутках із іграшками, залишаються на самоті. Тому дуже важливо при організації занять або ігор, особливо у дошкільному закладі, звертати увагу на індивідуальні особливості дитини. Категорично недопустимим є зверхнє ставлення до дітей з ООП не тільки у присутності однолітків, а й в освітньому просторі загалом. Створення доброзичливої, доброї, комфортної атмосфери під час виховного процесу призводить до порозуміння між однолітками та включенням всіх дітей до колективу, який стає одним цілим.

Це також допомагає об'єднати педагогів, що не допускають будь яких форм агресії в освітньому закладі. Професіоналізм їх спілкування повинен проявлятися у готовності та вмінні

використовувати свої знання для реалізації наступних освітніх завдань: формування кодексу поведінки; готовності до роботи з дітьми, батьками та колегами; реалізації емоційної складової контактів, що проявляються у чуйності, емпатії, високому рівні емоційної стійкості; вмінню бути толерантними у різних конфліктних ситуаціях.

На підтвердження наведеного вище, нами здійснено огляд кількох праць українських вчених в яких йде мова щодо шляхів гуманізації інклюзивної освіти у загальному освітньому просторі.

В Україні інклюзією займалися такі науковці, як І. Гевко (2018), К. Дмитренко (2020), А. Колупаєва (2012), Н. Тарнавська (Аргіропоулос, Тарнавська, 2020), З. Шевців (2019), та ін. Всі вони визначали шляхи, якими можна досягти гуманізації інклюзивної освіти. Завданнями виховання гуманності вони вважали наступне: розвиток вольової сфери; виховання позитивного ставлення до людей; розвиток емпатії; розвиток навичок саморегуляції.

У своїх працях вони описували багато способів і методів, які доцільно було б використовувати в сьогоденні.

По-перше, вчені зазначали, що однією з головних речей є щире визнання можливості навчання кожної дитини, незалежно від віку та діагнозу, а також створення в інклюзивному просторі всіх належних умов.

По-друге, наполягали на необхідності впровадження інноваційних технологій, універсального дизайну, безбар'єрного середовища та ін. задля забезпечення навчального середовища для дітей з обмеженими можливостями.

По-третє, підтверджували необхідність обов'язкового забезпечення кожного вихованця освітнім розвивальним середовищем та групою медико-соціального та психолого-педагогічного супроводу, яке є невід'ємною частиною інклюзивного навчання. Далі вчені наголошували на важливості доступності, а точніше: доступу до соціально-навчального середовища, групових приміщень, дидактичного забезпечення в умовах особливостей кожного вихованця, а також реабілітаційних засобів навчання.

Якщо говорити про освітнє середовище, то українські науковці вважають, що дитина має бути забезпечена індивідуальними програмами розвитку, в основі яких повинен лежати орієнтовний та індивідуальний підхід, що сприяє розвитку тих навичок, які

зберігаються протягом усього життя і дозволяють бути повноцінним, невід'ємним членом суспільства.

Останньою, але невід'ємною частиною є формування у дітей якостей гуманної особистості. Науковці вважають присутність у такої дитини: щирості, людяності, доброзичливості, милосердя, розвиненого почуття власної гідності і поваги до інших людей. Таким чином, впровадження інклюзії є багатогранною, багаторівневою системою, яка охоплює різні сфери не тільки освіти, а й життя суспільства в цілому.

Аналіз психолого-педагогічних наукових джерел з проблеми формування гуманності дозволяє зробити висновок, що гуманність визначається сформованими в особистості установками, звичками та світоглядом, оскільки гуманність є складним інтегративним особистісно-моральним новоутворенням, яке підлягає цілеспрямованому вихованню у навчально-виховному процесі та самоосвіті, а також є невід'ємною частиною кожної свідомої людини.

Спираючись на науково-методологічну базу, вважаємо, що виховання гуманності є складним і досить довгим шляхом, через який має пройти кожна людина, і щоб упроваджувати інклюзивну освіту в сучасній Україні, необхідно вирішити ряд складних завдань різного масштабу, серед яких: економічні, матеріальні, фізичні, духовні, та гуманістичні. Адже інклюзивна освіта веде за собою зміну не тільки старої шкільної системи, а й значно глибші процеси, пов'язані з культурою та гуманністю суспільства, та навіть якщо уникнути названих вище бар'єрів, залишиться ряд проблем, пов'язаних з інклюзією.

Інклюзивна освіта заснована на методології, яка в свою чергу, орієнтована на розвиток визнання індивідуальності кожної людини, визнання її неповторності та прав реалізації різноманітних потреб організації спільного проживання з нормотиповими людьми. Керівними принципами інклюзивного освітнього середовища є: готовність адаптуватися до індивідуальних потреб різних категорій дітей на основі структурних, функціональних, матеріальних та технічних змін, модернізації виховної системи загальноосвітніх установ.

При цьому основними цінностями інклюзивної освіти повинні бути наступні.

1. Усі діти особистості.

2. Усі діти можуть навчатися.
3. Кожна дитина має унікальні здібності, особливості та інтереси.
4. Будь-яку форму дискримінації заборонено.
5. Кожен має право брати участь у житті суспільства.
6. Будьте толерантними один до одного і приймайте людей з індивідуальними відмінностями.
7. Виховання толерантності.

Інклюзія означає, що всі діти беруть активну участь у всіх аспектах навчання та життя закладу освіти, незалежно від наявності певних індивідуальних особливостей та відмінностей. Вона включає ліквідацію всіх форм сегрегації у освітніх закладах і відповідає традиційно визначеним моделям, де навчаються усі діти.

Говорячи про дискримінацію дітей в освітньому закладі, дуже важливо, щоб при інтеграції дитини в освітній процес, категорично виключено було термінологію, по типу: здорова, аномальна, інвалід та ін. Коли ми говоримо і намагаємось вирішити проблеми людей з ООП, такі терміни є просто недоречними і непрофесійними.

Інклюзивне навчання та виховання може бути запроваджено для *таких категорій дітей*: з вадами розумового розвитку, з затримкою психічного розвитку, з тяжкими вадами мовлення, з порушеннями зору, з порушеннями слуху, з порушеннями функцій опорно-рухового апарату, з емоційно-вольовими порушеннями та аутичним спектром.

На нашу думку, кожен у своєму житті міг бути учасником дискримінації, навіть цього не усвідомлюючи, ось чому важливо із самого дитинства бути обізнаним, толерантним, щоб у подальшому не виникало випадків, що ми самі того не знаючи, були тим, хто дискримінує, що абсолютно є недоречним у сучасному світі. Адже інклюзія постійно говорить, навіть кричить, що всі діти мають навчатися, а також треба поважати всі відмінності у дітях/людях: вік, стать, стан здоров'я, етнічну належність, мову і т. д.

Суспільство прогресує і це не може не радувати, адже з цим прогресом і пов'язане питання толерантності, тобто, коли люди знаходяться в суспільстві, де особи з ООП є такими ж його рівноправними членами і немає підстав для дискримінації. Якщо батьки виховують дитину з повагою до інших, не дивлячись на: расу, вік, стать, національність, то малеча вже буде рости свідомою людиною, яка розуміє, що люди не обирають, ким їм народитися.

Зараз Україна тримає курс на Європейську систему освіти, що вимагає від освітньої системи більш поглибленого вирішення питань, наприклад, таких як зосередження зусиль спільноти на гуманістичному підході до навчання і виховання дітей та учнівської молоді.

Формування гуманності і толерантного ставлення до осіб, відмінних від інших, має бути ефективним вже з дошкільного виховання. До цього мають бути професійно готові і компетентні і майбутні педагоги. Важливою і неодмінною умовою успішної соціалізації та забезпечення повноцінної участі у суспільному житті дітей, які потребують корекції психофізичного розвитку, є саме їхнє виховання. Незважаючи на те, що на початку життя діти включаються лише до спільної діяльності (прогулянки, свята, екскурсії), а не до освітнього процесу, отже першим етапом інклюзивної освіти є дошкільна освіта. Як відомо, виховний процес у дитячому садку включає турботу та увагу до дітей, у тому числі дітей з особливими освітніми потребами, а також процес виховання та навчання дітей, розвиток особистісних якостей та здібностей дошкільнят, корекцію відхилень у розвитку.

Включення вихованців у навчальне середовище сприяє формуванню покоління з справді гуманним ставленням до оточуючих, у тому числі і з психофізичними відхиленнями. Місія педагога, вихователя полягає у тому, щоб створити умови для розвитку кожної дитини з урахуванням індивідуальних пізнавальних здібностей. Тому чим раніше починається робота з дітьми, які потребують корекції психофізичного розвитку, тим вищі їхні шанси на соціальну адаптацію та соціалізацію.

Розвиток науки і техніки сприяв появі нових форм навчальної комунікації, новітнім методам розв'язання освітніх завдань. З огляду на це роль педагога набула нової якості. Він розвиває пізнавальні якості дошкільника, його життєву компетентність у різних соціальних інституціях. Водночас відбувається еволюція змісту, форм і методів навчання, яка спонукає до розробок і впровадження нових новітніх освітніх технологій. Досвід показує, що все нове із часом стає традицією і що традиції утворює соціум, а новаторами виступають яскраві особистості реформаторського типу.

На сучасному етапі все очевиднішим стає те, що традиційна освіта, орієнтована на передавання знань, умінь і навичок, не встигає

за темпами їх нарощування. Специфічними особливостями інноваційного навчання є його відкритість майбутньому, здатність до передбачення на основі постійної переоцінки цінностей, налаштованість на конструктивні дії в оновлюваних ситуаціях, основою яких є інноваційні педагогічні технології. Інноваційні педагогічні технології в педагогіці пов'язані із загальними процесами у суспільстві, глобальними проблемами, інтеграцією знань і форм соціального буття (Гевко, 2018). Інноваційні педагогічні технології розглядають не тільки як налаштованість на сприйняття, продукування і застосування нового, а насамперед як відкритість. Вони забезпечують умови розвитку особистості, здійснення її права на індивідуальний творчий внесок, на особистісну ініціативу, на свободу саморозвитку. Інноваційні педагогічні технології мають гуманістичну спрямованість у системі освіти, зумовлену співіснуванням і складними взаєминами в науковій педагогіці й педагогічній практиці традиційної наукової педагогіки. Вони належать до системи загального наукового і педагогічного знання. Виникли і розвиваються на межі загальної інноватики, методології, теорії та історії педагогіки, психології, соціології і теорії управління, економіки освіти. Інноваційні педагогічні технології є однією з домінуючих тенденцій розвитку людства.

Інноваційні педагогічні технології є специфічними і досить складними, потребують особливих знань, навичок, здібностей. Інноваційні педагогічні технології в системі освіти засвідчують якісно новий етап взаємодії й розвитку науково-педагогічної та педагогічної творчості і процесів застосування її результатів (Дмитренко, 2020). Складність, багатогранність педагогічної діяльності є чинником, що відкриває простір для багатьох педагогічних технологій, динаміка продукування яких постійно зростає. Широкий спектр, багатоваріантність педагогічних технологій зумовлюють необхідність їх класифікації. Найдосконалішою серед багатьох вважають класифікацію, за якою педагогічні технології згруповано за різноманітними системними та інструментально значущими ознаками. Відповідно в сукупності педагогічних технологій відокремлено такі групи.

1. За рівнем застосування: загальнопедагогічні (стосуються загальних засад освітніх процесів); предметні (призначені для вдосконалення викладання окремих предметів); локальні та модульні

(передбачають часткові зміни педагогічних явищ).

2. За провідним чинником психічного розвитку: біогенні (провідна роль належить біологічним чинникам); соціогенні (переважають соціальні чинники); психогенні (провідна роль належить психічним чинникам).

3. За філософською основою: матеріалістичні та ідеалістичні; діалектичні та метафізичні; наукові та релігійні; гуманістичні й антигуманні; антропософські (грец. *anthropos* — людина і *sophia* — мудрість) і теософські (засновані на вченнях про всезагальний абсолют, божественну суть усіх речей); вільного виховання та примусу тощо.

4. За науковою концепцією засвоєння досвіду: асоціативно-рефлекторні (в основу покладено теорію формування понять); біхевіористські (англ. *behavio(u)rism*, від *behavio(u)r* — поведінка) (за основу взято теорію наuczіння); розвивальні (ґрунтуються на теорії розвитку здібностей); сугестивні (засновані на навіюванні); нейролінгвістичні (засновані на нейролінгвістичному програмуванні); гештальттехнології (нім. *Gestalt* — цілісна форма, образ, структура і технологія) та ін. (засновані на психотерапевтичному впливі).

5. За ставленням до дитини: авторитарні (засновані на чіткій надмірній регламентації); дидактоцентристські (центровані на навчанні); особистісно-орієнтовані (гуманно-особистісні, технології співробітництва, технології вільного виховання).

6. За орієнтацією на особистісні структури: інформаційні (формування знань, умінь, навичок); операційні (формування способів розумових дій); емоційно-художні й емоційно-моральні (формування сфери естетичних і моральних відносин); технології саморозвитку (формування самоуправляючих механізмів особистості); евристичні (розвиток творчих здібностей); прикладні (формування дієво-практичної сфери) технології.

7. За типом організації та управління пізнавальною діяльністю: структурно-логічні технології навчання (поетапне формулювання дидактичних завдань, вибору способу їх розв'язання, діагностики та оцінювання одержаних результатів); інтеграційні технології (дидактичні системи, які забезпечують інтеграцію різнопредметних знань і вмінь, різних видів діяльності на рівні інтегрованих курсів, навчальних тем, навчальних проблем та інших форм організації навчання); ігрові технології (ігрова форма взаємодії педагога і дітей,

яка сприяє формуванню вмінь розв'язувати завдання на основі компетентного вибору альтернативних варіантів через реалізацію певного сюжету). В освітньому процесі використовують театралізовані, ділові, рольові, комп'ютерні ігри, імітаційні вправи, ігрове проектування та ін.

На основі однієї теорії навчання можуть вибудовуватися різні технології. Так, асоціативно-рефлекторна психологічна теорія породила варіантні технології навчання, які по-різному поєднують слово і наочність. Теорія проблемного навчання покладена в основу технологій, що розвивають творчі здібності, пізнавальну активність, інтерес, самостійність особистості. Водночас побудова на одній теорії, концепції кількох технологій навчання не є свідченням їх ідентичності. Вони завжди будуть відрізнятися за кількісними і якісними параметрами. У зв'язку з цим важливо мати цілісну систему засобів опису педагогічних технологій, враховуючи, що кожна з них містить концептуальний, змістовий та процесуальний аспекти. Наука пропонує великий вибір освітніх технологій, але не кожна з них може бути використана в роботі з дітьми дошкільного віку.

На сучасному етапі становлення України як незалежної демократичної держави пріоритетним напрямком її діяльності є забезпечення можливостей всебічного особистісного розвитку кожної людини. Розв'язанню поставленої мети сприяють розроблені в психології численні практичні методи дослідження особистості. Однак переважна більшість таких методів обмежена у своїх можливостях пізнання, оскільки не ставиться завдання цілісного дослідження її психіки у єдності свідомих та несвідомих виявів. Крім того, сама діагностична процедура відділена від психокорекції.

В результаті інклюзивного навчання здобувачі освітніх послуг отримують компетентності, необхідні для створення інклюзивного суспільства, якого потребують сучасні реалії, тобто суспільства, в якому люди, незалежно від відмінностей, наприклад за станом здоров'я, психофізіологічними особливостями, походженням чи релігією – будуть повноправними членами спільноти, а їх різноманітність сприйматиметься як цінний ресурс для соціального та цивілізаційного розвитку. Це системний, багатовимірний і різноспрямований підхід до освіти, спрямований на адаптацію освітніх вимог, умов та організації навчання до потреб і можливостей кожного здобувача освіти як повноцінного учасника освітнього

процесу.

Разом з тим, важливою проблемою у загально-освітніх закладах є негативне сприйняття зі сторони дорослих і однолітків «особливих» дітей, через те, що вони мають фізичні і психічні недоліки. Саме тому актуальним є завдання щодо формування в учасників освітнього процесу поважного ставлення до однолітків з порушеннями здоров'я, толерантності, тобто здатності зрозуміти і прийняти дитину з ООП такою, якою вона є, вбачаючи в ній носія інших цінностей, іншого стилю мислення, інколи не зрозумілої форми поведінки тощо.

Питання толерантності набуває вагомості в площині інклюзивно-освітнього середовища. Особливо важливо, на наш погляд, проводити роботу з розвитку толерантності з майбутніми фахівцями – вчителями, логопедами, оскільки саме вони закладатимуть необхідні моральні цінності та норми поведінки у учнів інклюзивного класу. Адже саме у шкільному віці відбувається формування уявлень про значимість людської гідності, розуміння цінності своєї особистості й інших людей, виховується повага до них, почуття солідарності та прагнення до співпраці, уміння ненасильницького вирішення конфліктів.

Термін «толерантність» включає в себе безліч тлумачень, але при всій багатозначності цього терміна, в його основі присутня головна характерна ознака – «терпимість»: лат. *tolerantia* – терпіння; англ. *tolerance* – готовність бути терпимим; нім. *toleranz* – терпіння чужих думок, віросповідань, дій інших осіб; франц. *tolerance* – переконаність у тому, що інші можуть думати та діяти в манері, відмінній від нашої власної. Більшістю авторів толерантність розуміється як повага та визнання рівності, відмова від домінування та насильства, визнання багатомірності та різноманіття культури, норм, вірувань, відмова від зведення цього різноманіття до однаковості або до переваг однієї точки зору (Бельдій, 2017; Дмитренко, 2020).

Важливо розвивати толерантність як компонент педагогічної компетенції у майбутніх учителів. Безпосереднім завданням педагога є заснування та підтримка психоемоційного оточення у групі. Оскільки він власним прикладом може показати дітям найвищий рівень поваги та толерантності до осіб з ООП. Дослідники зазначають, що толерантна особистість характеризується сформованістю власних поглядів та цінностей, наявністю життєвої

позиції (Аргіропоулос, Тарнавська, 2020; Колупаєва, 2012). Водночас, така особистість спроможна розуміти та поважати відмінності та різноманітність у поглядах й переконаннях інших людей. Науковці виокремлюють фізіологічну, сексуальну, фрустраційну, афективну толерантність та особливу увагу фокусують на міжкультурній, яка включає в себе схильність до розуміння способу життя іншого (Шевців, 2019).

На заняттях психолого-педагогічного циклу викладачі ВНЗ акцентують увагу студентів на тому, що буде важливим питанням їх діяльності в інклюзивному класі, а саме розуміння міжособистісної та міжгрупової толерантності. Міжособистісна толерантність реалізується на рівні інтеракції і проявляється як емпатійність особистості, яка допускає прийняття іншої людини як цінності; готовність дорослого зрозуміти феноменальний світ дитини за рахунок мінімум особистих проєкцій при збереженні кордонів свого «Я». Міжгрупова толерантність відіграє важливу роль у входженні «особливої» дитини у соціальний простір класу, вона існує на рівні «Я» – «Група» і передбачає, в першу чергу, соціальний інтерес, готовність бути з іншими, прийняття правил та норм групи. Така толерантність забезпечує потребу в груповій приналежності та визнанні.

Виходячи з досліджень науковців, вбачаємо, що толерантність педагога в інклюзивному освітньому просторі базується на таких аспектах як: усвідомлення педагогом актуальності проблеми роботи з дітьми ООП; формування та розвиток фізіологічної толерантності до людей з ООП; осмислення власних характеристик, які відображають повсякденні стереотипи, упередження; особисті мотиви, цінності; аналіз наслідків ймовірної інтолерантності; готовність педагога до зміни сформованих особистісних смислів як результат зіткнення з іншою точкою зору на певну проблему.

Таким чином, можна припустити, що процес розвитку педагогічної толерантності в інклюзивно-освітньому просторі буде тривалим та складним, оскільки, окрім набуття знань щодо забезпечення компетентностей практичної роботи з особливими дітьми, необхідно також сприяти внутрішній перебудові педагога, як носія високого рівня співпраці, культури спілкування та взаємодії з особливими дітьми та їхніми батьками.

Вирішення цих задач з підготовки здобувачів вищої освіти до

роботи в умовах інклюзії можливо при реалізації комплексного підходу. Такий підхід базується на змістовному та технологічному компонентах, він представляє собою систему теоретичних, прикладних і методичних знань, а також проєктних, організаційних і комунікативних умінь, орієнтованих на формування ціннісно-мотиваційних відносин і професійної компетентності педагогів в галузі інклюзивної освіти.

Вирішенню проблеми толерантного ставлення до дітей з ООП у суспільстві, в першу чергу, сприяє формування у вчителів, які з ними працюють, гуманістичних цінностей особистості. Вивчення проблем гуманістичних цінностей, їх специфіки веде нас від загального до особистого, що дозволяє ширше пізнати моральні якості, на яких ґрунтується практична діяльність індивіда. У професійній праці можна простежити зв'язки між тими або іншими видами діяльності, психологічними й етичними чинниками та якостями, поєднання суспільних інтересів з інтересами особистості. Педагогічна етика має внутрішній зв'язок з компетентністю працівників освітянської сфери. Не власне гуманістичні цінності, а їхнє поєднання з професійними знаннями, навичками і досвідом створює ту своєрідну домінанту, яка реалізовується під час виконання професійного обов'язку. Причому, коли йдеться про професійну мораль, потрібно не тільки формулювати кодекс відповідних положень стосовно трудової діяльності, а і сприяти виробленню у педагогічного працівника здатності до гуманістичної орієнтації у складних педагогічних ситуаціях, які вимагають морально-ділових і соціальних якостей.

Гуманізм – це система ідей і поглядів на людину як на найбільшу соціальну цінність, створення умов для її повноцінного життя і фізичного та духовного розвитку. У сучасній вітчизняній науці проблемою вивчення загальнолюдських, моральних, гуманістичних цінностей займалися І. Бех, М.Боришевський, О.Вишневський, Г. Жирська, І.Зязюн, В. Киричок, О. Лавроненко, О.Матвієнко, О. Сухомлинська та інші науковці. Аналіз їхніх праць дозволяє виявити різні, інколи суперечливі, підходи до поняття «гуманістичні цінності».

Зокрема, А. Лейчук вважає, що не слід ототожнювати поняття «гуманістичні цінності» і «загальнолюдські цінності», оскільки гуманістичні цінності - це цінності, спрямовані на іншу людину, вони реалізуються заради іншого. А моральні – спрямовані більше на саму

людину, на її внутрішній духовний світ (Лейчук, 2003).

У цьому плані близькою є позиція О. Матвієнко: «Цінності, об'єктом і суб'єктом яких є представники людського суспільства, відносяться до моральних. Вони виступають гуманістичними цінностями, якщо їхній зміст наповнений цінностями етики добра і справедливості, гуманізму, усвідомлюється індивідом суб'єктивно, а інша людина стає об'єктом його ціннісного ставлення» (Матвієнко, 1999: 31).

Гуманістичні цінності як позитивне діяльнісно-активне ставлення до людини, яке засноване на визнанні людського життя, усвідомленні його недоторканості, визнання життя головною цінністю – проявляється в постійному дотриманні гуманістичних норм та принципів, в альтруїстичному характері почуттів та переживань. Таке гуманістичне ставлення закріплюється у відповідних вчинках, діях, поведінці людей, у толерантному відношенні до слабких, тих, що потребують нашої опіки і захисту.

Ми визначаємо гуманістичні цінності як психологічні особливості, систему світоглядних орієнтацій, що відображають ставлення педагога до іншої людини, до самого себе, суспільства та природного довкілля як до найвищої цінності, здатність здійснювати вибір добра на противагу злу та систематично здійснювати гуманістичну професійну діяльність.

У сучасній педагогічній науці В. Кременю належить заслуга осмислення гуманістичних цінностей у навчально-виховному процесі, за якого гуманізація освіти і виховання потребують використання аналізу джерел у визначенні уявлень про світ, суспільство і місце людини в ньому. На його думку, основні постулати гуманістичних цінностей, що перейшли в загальнолюдські, громадянські – самобутність особи, її свобода і гідність, повага до людини, її життя як найвищої суспільної цінності (Кремень, 2007: 18).

І. Бех, розробляючи ідеї гуманістичної педагогічної психології в контексті виховання особистості, пов'язує її з цінністю ідей захисту, підтримки інтересів школярів, утвердженням їхніх прав. У цьому контексті вчений визначає термінальні, інструментальні, оперативні та базові цінності. Соціальними передумовами виховання гуманістичних цінностей у дітей є наявні у суспільстві ідеологічні утворення й соціальні інституції, які «задають» і транслиують

особистості смисли існування. Форми, в яких зафіксовані ці потенційні детермінанти особистісних цінностей, різноманітні. Вони містяться у філософських та етичних поглядах у творах літератури і мистецтва, у зводі законів, у системах нагород, заохочень і покарань, у традиціях, у родинному вихованні, громадській думці тощо (Бех, 2003: 10). Його підхід до втілення гуманістичних цінностей у процес навчання і виховання школярів ґрунтується на позитивному ставленні дитини, до себе та до оточуючих, прийнятті себе та інших такими, якими вони є. Науковець вважає, що дитина-гуманіст з повагою ставиться до своїх думок, інтересів, позицій, а також до інтересів, думок своїх товаришів, однокласників, дорослих, навіть якщо вони суперечать їй власним (Бех, 2003: 51).

Аналізуючи цінності як системоформуюче ядро, О. Сухомлинська виділяє в їх основі почуття, які спрямовані на ідеал – те, до чого людина прагне. Цінності, на її думку, означають позитивну або негативну значущість будь-якого об'єкта, оцінний бік явищ. Авторка виділяє за змістом цінності речей (матеріальні), логічні, естетичні, моральні. Виходячи з цієї ієрархії цінностей, морально-етичні установки мають абсолютний характер, універсальне значення, і є основними категоріями духовності. До моральних цінностей належать нормативні уявлення про добро і зло, справедливість, прекрасне і потворне, про призначення людини, людські ідеали, норми, принципи життєдіяльності тощо. Воно є основою всіх вчинків, діяльності людини, мають моральну значущість і впливають на загальне суспільне життя (Сухомлинська, 2006: 34).

Таким чином, ми вважаємо, що гуманістична спрямованість є одним з основних компонентів у системі професійно значущих компетентностей майбутнього вчителя, а формування свідомості толерантності не можна розглядати у відриві від соціальної поведінки, реальної діяльності, у ході якої складаються гуманістичні поняття, почуття, звички та ін.

На нашу думку, одне з головних місць у системі гуманістичної спрямованості людини та в професіограмі вчителя займає особистісна емпатія, яка відіграє вирішальну роль у гуманному ставленні до учнів, у тому числі, дітей з ООП. Ми вважаємо, що адекватний рівень розвитку емпатії є основою для створення позитивних умов процесу формування інших професійно значущих компетентностей

особистості.

Позитивна психологія емпатію ставить на один рівень з оптимізмом, вірою, мужністю. Науковці-гуманісти (К. Роджерс, А. Маслоу) вважають, що в емпатії значну роль відіграє розум, раціональне сприйняття людини, а головне – вона характеризується співпереживанням, яке переростає у співчуття та бажання допомогти. Проаналізувавши роботи класиків гуманістичної психології (Maslow, 1950, 1970; Rogers, 1980), вважаємо емпатію актом, що спрямований на пізнання іншої особистості як найвищої цінності. Такий стан можна охарактеризувати як злиття з об'єктом симпатії, ідентифікація з його переживаннями при збереженні незалежності власних переживань. К. Роджерс зазначав (Rogers, 1980), що емпатія передбачає, по-перше, входження в особистий світ іншої людини та перебування у ньому; по-друге чутливість та сприйнятливність до мінливих переживань іншої людини: страху, гніву, тривожності, сором'язливості тощо – що є вкрай важливим для вчителя, який працює з дітьми з ООП.

З метою формування гуманістичної спрямованості й емпатії у здобувачів вищої освіти педагогічних спеціальностей нами було проведено психолого-педагогічне дослідження серед здобувачів вищої освіти бакалаврського рівня Навчально-наукового інституту педагогіки та фізико-математичного факультету Житомирського державного університету імені Івана Франка протягом 2023-2024 н.р. У ході емпіричної роботи були створені 2 групи – експериментальна (78 студентів) і контрольна (76 студентів), ними стали здобувачі педагогічних спеціальностей – «Середня освіта». Дослідження проводилося з дотриманням вимог Кодексу академічної доброчесності Житомирського державного університету імені Івана Франка. Всі респонденти, які брали участь у анкетуваннях, надавали згоду на проведення психолого-педагогічних досліджень.

Діагностика розвитку гуманістичної спрямованості майбутнього вчителя вивчалась нами через визначення рівня сформованості емпатійності за тестом емпатійних тенденцій А. Мехраб'яна і Н. Епотейна (Мірошніченко, 2015: 115–117), у якому рівень розвитку емпатійних тенденцій визначається 5 рівнями: дуже низький (0-8 балів), низький (9-16 балів), середній (17-22 балів), високий (23-29 балів), дуже високий (30-33 балів). Порівняльний аналіз отриманих даних представлено в таблиці 11.

Таблиця 11

Розподіл студентів з експериментальної та контрольної груп за рівнями сформованості емпатії

Групи	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень	Дуже низький
ЕГ(78 студ.)	6,4%(5)	64,1%(50)	29,5%(23)	-
КГ(76 студ.)	11,8%(9)	56,6%(43)	23,7%(18)	7,9%(6)

Порівняння середніх показників проведено за допомогою методів математичної обробки, а саме, визначення t-критерію Ст'юдента. У табл. 12 представлено різницю між отриманими даними в експериментальній та контрольній групах.

Таблиця 12

Сформованість емпатії у студентів з контрольної та експериментальної груп за середнім показником

Якість особистості	ЕГ	КГ	Значення t-критерію Ст'юдента
Емпатія	20,38	19,65	1,72

Як бачимо, більшість студентів як в експериментальній, так і в контрольній групах мають середній показник розвитку емпатії. Розбіжності між експериментальною та контрольними групами не є значущими: значення t-критерію не досягає критичного, яким є для нашої вибірки значення 1,97 (на рівні $p \leq 0,05$).

Безумовно, емпатія в структурі особистості педагога може розглядатися і як ситуативне переживання, тобто як почуття, і як стійка особистісна якість, яка є основою гуманістичної спрямованості особистості, що простежується в готовності вчителя проявити розуміння, співпереживання, співчуття та сприяння іншому, що є основою для роботи з дітьми з ООП.

Отже, можна зробити висновок, що емпатія – це психологічна властивість особистості, що характеризує співчуття та співпереживання, здатність поділяти мимовільно або добровільно сильні почуття та емоції іншої людини. Ця здатність є засобом досягнення взаєморозуміння, згоди, прихильності, взаємодопомоги та взаємодовіри, тобто тією основою що формує міжособистісну взаємодію між вчителем та дітьми. Особливої важливості набирає така здатність у роботі з дітьми з особливими освітніми потребами.

Результати проведених досліджень свідчать про необхідність

активно розвивати гуманістичні цінності та емпатію в процесі професійної підготовки майбутніх спеціалістів. Виділяють три види емпатії: емоційна емпатія (заснована на механізмах проєкції та імітації моторних і афективних реакцій іншої людини), когнітивна емпатія (базується на інтелектуальних процесах), предикативна емпатія (виявляється в спроможності людини прогнозувати афективні реакції іншого в конкретних ситуаціях). Всі види емпатії є важливими у педагогічній роботі з дітьми з ООП, і саме розвитку їх були присвячені заняття у проблемних групах (які і стали нашою експериментальною групою).

На підставі проведених досліджень ми впроваджували спеціально розроблену тренінгову програму «Гуманістичні цінності та емпатія», в рамках якої можна проводити самодіагностику особистості та тренінги щодо становлення гуманістичних цінностей. Вона базується на засадах арт-терапії.

Нами застосовувались різні форми роботи з питань розвитку гуманістичних цінностей та емпатії.

1. Вправи на розвиток емпатії та усвідомлення власного емоційного світу.

2. Система психокорекційних вправ.

3. Ігрові методи розвитку емпатії та гуманістичних цінностей.

4. Ігрові методи зняття тактильних бар'єрів.

5. Тренінгові заняття на тему: «Як пережити образу?»

6. Тематичне заняття на тему: «Розвиток емпатії, гуманістичних цінностей: невербальні засоби комунікації як важлива умова профілактики та подолання комунікативних бар'єрів в колективі».

7. Програма занять комунікаційного тренінгу.

8. Методичні рекомендації щодо організації оволодіння гуманістичними цінностями.

9. Емоційна культура як фактор успішності.

Серед студентської молоді не тільки публічно «заохочувати», але навіть оцінювати в довірливому діалогічному спілкуванні поведінку один одного, з погляду дотримання моральних норм, як правило, не прийнято. Тому на тренінгах ми вчили студентів експериментальної групи ефективному виявленню емотивної поведінки та власної моральної позиції через спілкування з однолітками. Проблема полягала в знаходженні адекватних для молодшої людини способів впливу на процес її професійного розвитку, розвитку її гуманістичної

спрямованості.

Психолого-педагогічний тренінг поміг створити реальні умови для здійснення такого впливу. Перша умова – це надання специфічної спрямованості груповим обговоренням. Груповий аналіз результатів рольової гри та арт-терапевтичних вправ проводився в трьох напрямках: ефективність поведінки учасників гри, успішність застосування технік спілкування та дотримання моральних норм. Друга умова потребує підвищення «морального потенціалу» рольових ігор шляхом використання в них ситуацій морального вибору або моральної оцінки, що базуються на видах емпатії. Урахування критерію дотримання моральних норм під час групового аналізу рольової гри було спрямоване на розвиток здібності бачити, розуміти проблеми іншої людини, а програвання ситуації морального вибору в рольовій грі – на розвиток здібності вирішувати її.

На індивідуальних заняттях зі студентами експериментальної групи проводилися дослідження їхнього внутрішнього світу, не завжди усвідомлюваного людиною, але такого, що має визначальний вплив на поведінку особистості, формування її гуманістичної спрямованості та емпатії. Це такі відомі арт-терапевтичні проєктивні методики, як «Автопортрет», «Кінематичний малюнок сім'ї», «Незакінчене речення» та ін. Вони дали змогу студентам краще пізнати себе з метою подальшого самовдосконалення.

Усвідомлення власного емоційного стану та почуттів інших людей є надзвичайно важливою складовою розвитку особистості. Наведемо декілька вправ, використаних нами в роботі зі студентами експериментальної групи.

1. Робота з фотографіями (метафоричними асоціативними картками).

Це заняття можна проводити або в групі, або індивідуально. Для роботи потрібно мати набір фотографій або карток з зображенням людей в різному емоційному стані. Можна попросити учасників принести власні фотографії або фотографії рідних. Учасниках пропонують уважно подивитися на фотографію (картку) та визначити емоційний стан зображеної людини. Потрібно обговорити варіанти відповідей, важливо, щоб їх було декілька. Попросіть студентів придумати ситуації, через які б виник даний емоційний стан. Потім обговоріть, чи не виникали в їх житті подібні ситуації та відчуття, за яких обставин. Важливо, щоб кожний з

учасників міг висловитися та був почутий. Вправа розвиває емоційний та когнітивний канали емпатії.

2. Вправа «SOS».

Учасники рухаються по кімнаті із закритими очима. Коли ведучий торкнеться одного з учасників, він подає сигнал «SOS». Ті, хто знаходиться найближче, беруть його за руки, а решта з закритими очима утворюють «коло захисту». Обговорення: що ти відчував, коли тебе «рятували»? що приємніше: кликати на допомогу чи надавати її самому? чи потрібно надавати допомогу іншому? Вправа розвиває предикативний вид емпатії.

3. Вправа «Настрій». Учасники стають у коло і кожен розповідає про свій настрій словами відомого твору або пісні. Наприклад: «А калина, а калина не верба, я дівчина, я дівчина молода...». Розвиваємо емоційний вид емпатії.

4. Міні-лекція на тему: «Суть гуманістичних цінностей та емпатії та їх роль в організації спілкування в колективі».

5. Групова дискусія: «Що таке «чути серцем» і як цьому навчитися?»

6. Мозковий штурм (в парах): «Які є ознаки того, що ми слухаємо іншу особу уважно?»

7. Творче завдання (в малих групах): «Які невербальні засоби комунікації допомагають нам у спілкуванні?»

В процесі тренінгу розвивається діалогове спілкування, яке сприяє формуванню гуманістичних цінностей та емпатії здобувачів педагогічних спеціальностей. Діалог як метод спілкування має багато прийомів, що сприяють становленню та розвитку емпатійної культури. Коротко розкриємо дані методи.

Ідентифікація – це спосіб розуміння іншої людини через усвідомлене чи неусвідомлене уподібнення характеристикам самого суб'єкта. Для нас важливий розгляд ідентифікації як механізму перенесення себе в ситуацію, позицію іншої людини. Такий процес допомагає зрозуміти почуття, наміри та мотиви іншої людини, що забезпечує ефективність процесу формування гуманістичних цінностей.

Когнітивна інтерпретація – це пояснення того, що намагається донести до нас співрозмовник, але не може зробити це досить чітко, бо ще повністю не усвідомлює свій стан і почуття. Використовувати цей метод доречно, коли між співрозмовниками установився чіткий

емоційний контакт.

Резюмування – прийом, схожий на інтерпретацію, проте тут підсумовуються основні почуття та ідеї співрозмовника, які він висловив відкрито у певний момент спілкування.

«Дзеркало» – прийом, коли повторюється остання фраза зі зміною порядку слів. Цей прийом передбачає відображення висловлювання іншого, допомагає співрозмовнику осмислити власні слова, тон і манеру ведення розмови та спрямований на встановлення взаєморозуміння.

Різновид прийому «Дзеркало–Ехо» – повторення останніх слів співрозмовника, яке виконує функцію уточнення висловлювання і не передбачає продовження і розвитку думки іншого.

Підбадьорювання і запевнення – це підтвердження того, що педагог сприйме будь-яку думку і почуття студента. Наведемо відповідні приклади реакції педагога: «Так, я розумію твій стан», «Продовжуйте, продовжуйте. Це цікаво», «Приємно чути».

Подібні реакції доцільно використовувати у педагогічній роботі на початку міжособистісного спілкування. Ці реакції знижують напруженість при спілкуванні, які виникають через страх, що тебе не почують або не зрозуміють.

Таблиця 13

Порівняльний аналіз рівня сформованості емпатійності студентів з експериментальної і контрольної груп на початку та в кінці експерименту (середні показники)

Дослідницькі зрізи	ЕГ	КГ	Значення t-критерію студента
До експерт-ту	20,38	19,65	1,72
Після експерт-ту	26,45	21,28	6,82

Після проведення експериментальної психолого-педагогічної роботи нами було проведено другий етап діагностики (та сама методика, проведена з студентами експериментальної та проблемної груп). Результати проведення другого зрізу експерименту наведено у **табл. 13**.

У студентів контрольної групи показник залишився на середньому рівні (хоча й став вищим на 1,63 бала), а в студентів експериментальної групи став вищим на 6,07 бала і є показником високого рівня сформованості емпатійності. Різниця середніх

показників емпатійності між цими групами стала значущою: $t = 6,82$ ($p \leq 0,05$). Це свідчить про ефективність розробленої нами в ході дослідження тренінгової програми.

Результати проведеного дослідження дозволяють сформулювати рекомендації, що мають сприяти становленню гуманістичних цінностей та розвитку емпатії у представників соціонімічних професій.

Особливо актуально це в роботі вчителів з дітьми з ООП. Становлення гуманістичних цінностей та розвиток емпатії у майбутніх педагогів вже на початковому етапі професійної підготовки, формування мотиву діяльності на користь дитини, вміння проявляти альтруїстичну поведінку у відповідь не переживання іншого означає культивувати розвиток гуманістичних цінностей та емпатійних здібностей фахівця.

Також у ході нашої дослідницької роботи ми окреслили деякі поради педагогам щодо формування толерантних якостей особистості. Основою діяльності педагогів щодо формування міжособистісних взаємин у дітей мають бути покладені нові підходи до розвитку і виховання дітей, особистісно-орієнтована модель спілкування з ними. У спілкування з дитиною вкрай важливим є діалог, тоді у дитини формується толерантність – довіра до дорослого, партнерські відношення з ним.

Передусім слід організувати перебування в освітньому закладі таким, щоб воно було наближено, на скільки це можливо, до домашніх умов. Особливо це стосується дітей дошкільного та молодшого шкільного віку. Важливо створити емоційний мікроклімат в групі, обов'язково встановити особистий контакт з дітьми: звертатись по імені; займати позицію на рівні очей дитини; мати тактильний контакт з дитиною. Намагатись слухати дітей повністю, навіть коли не маєте часу, не перебивати дитину. Стежити за власною мовою. Пам'ятати, що мова – це відображення вашої особи.

Пам'ятайте, що дитина, особливо молодшого віку, краще розуміє невербальну форму спілкування, тому уся інформація більш засвоюється не через слова, а через стосунки. Намагайтесь використати такий немовний прийом взаємодії з дітьми, як «демонстрація розташованості»: спокійна увага, посмішка, контакт очей, підбадьорюючі жести, ласкавий дотик, погладження.

Спробуйте з'ясувати настрій дітей, перед тим як розпочати

спілкування з дітьми, особливо з дітьми з ООП. Розкрийте професійну спостережливість. Простежте: в якому настрої прийшла дитина в освітній заклад, чи розповідає вона іншим дітям про свій настрій, почуття?

Посміхайтесь дітям як найчастіше в процесі взаємодії з ними.

При спілкуванні з дітьми використовуйте такі прийоми педагогічної дії, як переконання і навіювання.

Особливо уважно віднесіться до своєї поведінки, манер, жестів. Пам'ятайте, що діти вас наслідують.

Вибирайте правильну тактику поведінки в спілкуванні з дітьми, вирішуючи конфліктну ситуацію. Не забувайте: ви не маєте професійного права ображатися на дітей. Намагайтеся оцінювати вчинок, дію, яку вчинила дитина, а не її особа. Покажіть, що ви невдоволені вчинком, але позитивно відноситеся до самої дитини як до особистості.

Потрібно мати на увазі, що виховання у дітей доброзичливого та толерантного ставлення до оточуючих бере основоположення на сприйнятті моральних норм і правил поведінки. Робота над цим спирається на матеріалі казок, оповідань, творів художньої літератури, як українських, так і світових.

Також для майбутніх педагогів бажливо вміти працювати і ефективно спілкуватися з батьками дітей, у тому числі, дітей з ООП. Пропонуємо у роботі з здобувачами вищої освіти педагогічних спеціальностей опрацювати наступні методичні рекомендації для батьків з формування толерантних якостей особистості дитини.

1. Дайте зрозуміти вашій дитині, що ви її приймаєте такою, якою вона є. Намагайтеся вживати такі вирази як: «Ти найулюбленіший», «Я тебе люблю більш, ніж будь-кого», «Яке щастя, що ти у нас є».

2. Майте на увазі, що всі ваші слова, міміка, жести, інтонація, гучність голосу несуть дитині значення про її важливість.

3. Зверніть свою увагу на те, що батьки, які говорять одне, а роблять інше, з часом випробовують на собі неповагу з боку дітей.

4. Спочатку займіть таке положення, щоб бачити очі дитини, потім починайте спілкуватися з нею. Щоб це зробити, часто необхідно сідати навколінці.

5. Надавайте значну кількість уваги невербальному (немовному) спілкуванню під час спілкування з дитиною. Так, замість того, щоб

категорично сказати слово «не можна», спробуйте використати ледве помітний жест, погляд або міміку.

6. Намагайтесь показати весь свій інтерес до дитини протягом розмови. Підкреслюйте це кивком, вигуком. Слухаючи її, не відволікайтесь. Сконцентруйте на ній усю увагу. Давайте час для висловлювання, не квапте і не підкреслюйте своїм зовнішнім виглядом, що це вже вам нецікаво.

7. У спілкуванні з дітьми пам'ятаєте, що дитина має право голосу у вирішенні якої-небудь проблеми. Тому намагайтесь радитися з нею, а не приймайте рішення самотійно.

8. Дотримуйтесь понять про рівність і співпрацю з дітьми.

9. За жодних обставин не залишайте дитину віч-на-віч з її переживаннями. Виділіть час і зверніться до неї: «Я бачу, що тебе щось турбує», «Я бачу, що тебе хтось засмутив», «Розкажи мені, що з тобою сталося, про що ти думаєш».

10. Використовуйте різноманітні мовні формули (прощання, вітання, вдячності) в спілкуванні з дітьми. Не забувайте уранці привітати дитину, а увечері побажати їй «добраніч». Вимовляйте слова з посмішкою, доброзичливим тоном і супроводжуйте їх тактильним дотиком. Обов'язково, навіть за маленьку послугу, зроблену дитиною, подякуйте їй.

11. Намагайтесь адекватно реагувати на вчинки дітей, постарайтесь зрозуміти дитину і з'ясувати, що ж стало спонукальним мотивом для її дій; спробуйте вникнути в її переживання; оцінюйте не особу дитини, а дію, яку вона вчинила.

12. Намагайтесь не вживати в мові такі фрази, які надовго залишаються у свідомості дитини: «Я зараз зайнятий (а)», «Скільки разів я тобі говорила!», «Вічно ти у все лізеш», «Що б ти без мене робив».

13. Щоб правильно організувати взаємовідносини з дітьми в процесі спілкування, прагніть долати: бар'єр зайнятості (ви постійно зайняті роботою, домашніми справами); бар'єр дорослості (ви не відчуваєте переживання дитини, не розумієте її потреби) бар'єр «виховних традицій» (ви не враховуєте ситуації виховання, що змінилися, і рівень розвитку дитини, намагаючись продублювати педагогічні дії своїх батьків); бар'єр «дидактизму» (ви постійно намагаєтесь повчати дітей).

14. Удосконалюйте комунікативні уміння ваших дітей: щоб

навчитись уважно слухати, ніколи не перебивати співбесідника, нагадуйте дитині: «Що коли говорять інші, потрібно спочатку послухати, а тоді говори самому»; побічно нагадувати дитині що необхідно говорити мовні формули етикету (вітання, прощання, вдячності), якщо вона забуває про них; для розвитку уміння спілкуватися без слів запропонуйте їм ігри «Через скло», «Іноземець», «Розкажи вірші руками». Застосуйте з дітьми спілкуватися за допомогою міміки і жестів протягом 15 хвилин; загадайте дітям поспостерігати за кимось з рідних, щоб розвинути вміння розуміти настрій і почуття іншого. Запропонуйте дітям ігри «На що схожий твій настрій?», «Намалюй свій страх і прожени його»; для розвитку у дітей почуття емпатії (співпереживання) використовуйте сюжети казок. Запитайте у дітей: «Казка – це добре чи погано? Що хорошого в казці? Чи є хороші герої? Чи є погані? Назви їх». Намагайтеся читати і завжди обговорювати казки. Пропонуйте дітям вигадати: казку на новий лад (як базу беріть стару казку, але герої можуть бути наділені протилежними якостями); вінегрет з казок (можна з'єднувати в одну казку декілька казок); закінчити казку або вигадати закінчення.

Потрібно пам'ятати, що говорити дітям хороші слова, давати настанови і повчати, не означає виховувати, а в першу чергу потрібно жити по-людськи самому. Важливо починати формувати толерантність з самого себе. У формуванні толерантності у дітей велике значення має розвиток уміння розуміти почуття і стан інших людей, здатність співпереживати і співчувати, уміння спілкуватися з однолітками. Виховувати у дітей уміння міжособистісного спілкування потрібно починати з формування та розвитку таких професійних компетентностей у студентів, майбутніх педагогів, як толерантність у ставленні до оточуючих, тим паче до людей з особливими потребами, та гуманістичного сприйняття світу у цілому.

7. 5. ПИТАННЯ, ВІДПОВІДІ ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ ПСИХОЛОГА ЩОДО ІНТЕГРАЦІЇ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ ТА ВЕТЕРАНІВ У СОЦІАЛЬНО-ПРОФЕСІЙНЕ СЕРЕДОВИЩЕ З ВИКОРИСТАННЯМ ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ

1. Спостерігається агресія від колег, які повертаються до цивільного життя; гострі реакції на речі, які не повинні

викликати таких реакцій. Як діяти в таких ситуаціях?

1) Зберігайте спокій і не реагуйте агресією у відповідь. Розуміння того, що це не особиста атака, а наслідок пережитого травматичного досвіду, допоможе не включатися в конфлікт.

2) Проявляйте емпатію та підтримку. Використовуючи фрази на кшталт: «Я розумію, що тобі зараз нелегко» або «Як я можу допомогти?» можуть розрядити ситуацію.

3) Визначайте межі. Якщо агресія переходить межі, варто твердо, але спокійно озвучити це: «Я бачу, що тобі важко, але я не дозволю розмовляти зі мною в такому тоні».

4) Не змушуйте говорити про пережите. Деякі ветерани уникають розмов про війну, тому не варто спонукати їх до таких бесід, якщо вони самі не ініціюють їх.

5) Перенаправляйте енергію. Якщо бачите, що людина емоційно накручена, спробуйте відвернути увагу: «Може, пройдемося?», «Давай зробимо паузу».

6) Рекомендуйте професійну допомогу. Якщо агресія систематична й заважає людині адаптуватися, варто порадити звернутися до психолога чи ветеранських організацій, які спеціалізуються на підтримці військових.

7) Піклуйтеся про себе. Контакт з людьми, які пережили важкий досвід, може бути емоційно виснажливим. Важливо не забувати про власні ресурси та психологічний комфорт.

Якщо ситуації стають небезпечними або виходять з-під контролю, варто звертатися до керівництва або спеціалістів, які працюють із ветеранами.

2. З боку працівників, які пройшли війну. Спостерігається загострене відчуття справедливості. Як реагувати в таких ситуаціях?

Так, Загострене відчуття справедливості у ветеранів часто пов'язане з досвідом війни, де чіткі моральні принципи та відповідальність могли бути питанням життя і смерті. Це може проявлятися у нетерпимості до несправедливості, порушення правил або безвідповідальності в роботі.

Ось як колегам варто реагувати:

1) Постарайтеся зрозуміти причини такої реакції. Люди, які повернулися з війни, часто сприймають справедливість не як абстрактну цінність, а як базовий життєвий принцип. Усвідомлення

цього допоможе сприймати їхню позицію без зайвої емоційності.

2) Поважайте їхню думку та відкрито обговорюйте проблеми. Якщо колега гостро реагує на певну ситуацію, варто вислухати його точку зору: «Я бачу, що для тебе це важливо. Давай обговоримо, як це можна вирішити»; «Чому це для тебе принципово?».

Подібний діалог покаже, що ви не ігноруєте проблему, а шукаєте рішення. Краще, за можливістю, до розмови долучити третю сторону, яка має відповідний фах і досвід у спірному питанні.

3. Яких тем категорично не можна торкатись в розмові?

Важливо бути максимально тактовними та чутливими. Є кілька тем, яких варто уникати:

1) Деталі бойових дій: не запитуйте про вбивства, поранення, вибухи, полон тощо. Не ставте питання на кшталт: «Ти когось вбив?»; «Скількох ти вбив?»; «Як ти це зміг? Вони тобі не сняться?», тощо, оскільки це може викликати травматичні спогади і агресію.

2) Питання стосовно зовнішнього вигляду чи психологічного стану, на кшталт «Тобі важко?», «Ти змінився...», «У тебе ПТСР?» можуть бути недоречними. Людина сама вирішить, коли і з ким ділитися своїми переживаннями.

3) Політичні оцінки: не варто обговорювати, чи була війна потрібна, чи правильно діяло командування, або критикувати державу.

4) Матеріальні виплати та пільги: запитання про гроші, компенсації, пільги можуть сприйматися як заздрість або знецінення досвіду людини.

5) «Чому повернувся?» – не всі повертаються добровільно; можуть бути поранення, проблеми зі здоров'ям або інші особисті причини.

6) Не варто виражати власні моральні судження: «Я б не пішов/ла», «Як ти міг/могла стріляти?», або навпаки: «Треба було всіх там...», оскільки кожен має свої межі пережитого.

4. Як розпізнати, що в людини починається панічна атака і потрібно допомогти?

Панічна атака в УБД може проявлятися як раптовий і сильний напад страху, тривоги або фізичних симптомів, які можуть бути схожі на реакцію на загрозу чи небезпеку. Ось основні ознаки:

1) Фізичні симптоми:

– сильне серцебиття (тахікардія) або відчуття, що серце «вискакує

з грудей»;

- задишка, утруднене дихання, поверхнєве або прискорене дихання;

- запаморочення, відчуття нестійкості, можливий страх втратити свідомість;

- пітливість, тремтіння, озноб або жар;

- біль або стискання у грудях, схожі на симптоми серцевого нападу;

- оніміння або поколювання в кінцівках;

- відчуття нереальності (дереалізація) або відірваності від себе (деперсоналізація).

2) Емоційні та поведінкові ознаки:

- раптовий, неконтрольований страх без видимої причини;

- «відсутній» погляд, заглибленість у себе або навпаки – надмірна настороженість;

- різка реакція на гучні звуки або рухи навколо (може рефлекторно пригнутися, закрити голову руками);

- хаотичні або повторювані рухи, метушливість, неможливість всидіти на місці;

- бажання негайно покинути приміщення, сховатися або пошук виходу;

- мовчазність або навпаки – швидке, уривчасте мовлення.

3) Що робити, якщо ви помітили панічну атаку?

- Будьте спокійними та м'якими у спілкуванні. Не панікуйте самі, говоріть спокійним тоном. Пам'ятайте: спокій заразливий, як страх. Демонструйте спокій і свою присутність. Варто сказати: «Я з тобою», «Я залишуся стільки, скільки тобі потрібно», «Ти можеш на мене розраховувати».

- Не торкайтеся людини без дозволу. Деякі ветерани можуть мати реакцію захисту.

- Допоможіть повернути увагу в реальність: попросіть людину назвати 5 речей, які вона бачить, 4 речі, які відчуває, 3 звуки навколо, 2 запахи, 1 смак у роті.

- Слухайте і розмовляйте: заохочуйте людину розповідати про свій досвід і відчуття. Будьте готові слухати, але не нав'язуйте розмову. Якщо людина не готова її вести, то дозвольте їй висловити свої занепокоєння та страхи.

– Допоможіть контролювати дихання. Попросіть вдихати повільно через ніс, затримати подих на 3-4 секунди, потім повільно видихати.

– Запропонуйте сісти або спертися на щось. Якщо людина відчуває слабкість, нехай сядуть і зосередяться на своєму диханні.

– Дайте зрозуміти, що це тимчасово. Скажіть: «Це мине, ти в безпеці, я тут поруч».

– Запитайте, як ви можете допомогти. Можливо, людина має власні методи заспокоєння.

– Уникайте критики та осуду. Нагадайте собі, що напади паніки є результатом тривожного розладу, і людина це не може контролювати. Заохочуйте її звернутися за професійною допомогою і нагадайте їй, що вона не одна в цьому.

– Якщо атака триває довго або супроводжується втратою свідомості, судомами чи сильним болем у грудях – викликайте швидку.

5. Як розпізнати, що у людини ПТСР на роботі та чим допомогти?

1) Емоційні та психологічні ознаки:

– Раптові сплески агресії, дратівливість. Людина може різко реагувати на дрібні подразники.

– Закритість, соціальна ізоляція. Уникає колег, спілкування, не бере участі в корпоративних заходах.

– Різкі перепади настрою. Може бути спокійним, а потім раптово тривожним або злим.

– Надмірна настороженість. Наприклад, постійно оцінює виходи з приміщення, нервово реагує на гучні звуки, запахи.

– Флешбеки. Людина ніби «випадає» з реальності, може виглядати розгубленою або переляканою.

2) Фізичні симптоми:

– Проблеми зі сном. Постійна втома, труднощі з концентрацією.

– Головний біль, біль у м'язах, проблеми зі шлунком.

– Гіперактивність або, навпаки, апатія. Людина може або працювати на знос, або уникати завдань.

3) Поведінкові прояви:

– Уникнення певних тем або ситуацій. Наприклад, не хоче сидіти спиною до дверей або нервує в натовпі.

– Зловживання алкоголем чи енергетиками.

– Труднощі з прийняттям рішень.

Чим допомогти при ПТСР на роботі?

1) Важливо створити, по можливості, безпечну атмосферу:

– забезпечити спокійне робоче місце (менше шуму, можливість працювати наодинці, якщо потрібно);

– дати можливість сидіти так, щоб людина бачила двері та мала контроль над простором.

– уникати несподіваних різких звуків (наприклад, гучного плескання в долоні на зустрічах).

2) Комунікувати з розумінням:

– не питати про бойовий досвід, якщо людина сама не почне розмову;

– уникати фраз типу «Та забудь уже, життя триває», «Ти ж герой, а поводишся так»;

– бути терплячим: не тиснути, якщо бачите, що людина закривається.

3) Гнучкий підхід до роботи:

– дозволити короткі перерви, якщо людина відчуває тривогу або стрес.

– давати зрозумілі та чіткі завдання без надлишку хаотичних дедлайнів.

6. Як вибудовувати комунікацію з колегами, які повертаються з війни (пройшли окупацію чи полон)?

Комунікація з колегами, які повернулися з війни, особливо якщо вони пройшли окупацію чи полон, потребує максимальної чутливості та розуміння. Ось ключові принципи, які допоможуть вибудувати підтримуючу взаємодію:

1) Поважайте особисті кордони людини. Не запитуйте про пережите, якщо людина сама не почне говорити. Уникайте питань на кшталт: «Як там було?», «Чи тебе катували?», «Як ти вижив?».

Якщо людина говорить про травмуючий досвід, слухайте уважно, але не розпитуйте подробиці.

2) Будьте тактовними у розмовах.

– Уникайте будь-яких коментарів на кшталт: «Тепер тобі точно нічого не страшно», «Ти ж герой, а поводишся так».

– Не нав'язуйте оптимізм: «Все буде добре», «Життя триває». Це може викликати відчуття нерозуміння їхніх переживань.

– Говоріть прості підтримуючі фрази: «Як тобі зараз?», «Як я

можу допомогти?»).

3) Не сприймайте емоційні реакції на свій рахунок. Люди можуть бути більш замкненими, тривожними, дратівливими або навіть відстороненими. Це не особисте – це наслідки важкого досвіду.

4) Забезпечте комфортне робоче середовище.

– Якщо можливо, дайте людині більше особистого простору.

– Уникайте різких несподіваних звуків (гучного сміху, хлопків по столу, раптових підходів ззаду).

– Запропонуйте можливість поступового повернення до роботи.

7. Як будувати комунікацію з вдовами, батьками загиблих колег?

Комунікація з вдовами та батьками загиблих воїнів вимагає великої чутливості, поваги та емпатії. Ось кілька ключових принципів:

1) Повага до почуттів та особистих меж. Не нав'язуйте розмову, якщо людина не готова говорити. Дайте вдові можливість висловитися, якщо вона цього хоче. Уникайте фраз на кшталт: «час лікує» або «тримайся», бо вони можуть знецінювати біль втрати.

2) Щирість та підтримка. Просте «Я з тобою» або «Як ти сьогодні?» може бути ціннішим за великі промови. Запропонуйте реальну допомогу, наприклад: «Якщо тобі потрібно вирішити якісь питання – я поруч».

3) Уникайте зайвих питань. Не запитуйте про обставини загибелі, якщо рідні загиблого самі не почали цю розмову. Уникайте розпитувань про майбутні плани або натяків на нові стосунки.

4) Підтримка в довгостроковій перспективі. Багато людей підтримують родини загиблих одразу після трагедії, але з часом увага зникає. Важливо бути поруч і через місяці, і через роки. Запрошуйте вдову чи батьків на зустрічі ветеранів, вшановуйте пам'ять загиблого, цікавтеся справами родини.

5) Визнання подвигу загиблого. Для багатьох рідних важливо, щоб їхнього чоловіка сина/доньку пам'ятали. Можна сказати: «Я пам'ятаю його/її. Він/вона був/була гідною людиною».

6) Конкретна допомога. Якщо вдова має дітей, можна запропонувати допомогу з ними. Якщо батьки похилого віку – приділіть їм увагу. Якщо є можливість – допомогти з документами, юридичними питаннями, соціальною підтримкою. Головне – бути поруч не лише словами, а й справами, з щирим серцем і без тиску.

8. Чи варто створювати окрему спільноту для спілкування та підтримки колег-ветеранів? Чи це дієво?

Так, створення спільноти для підтримки колег-ветеранів війни на роботі може бути дуже дієвим рішенням. Ось чому:

1) Підтримка та розуміння – ветерани часто стикаються з труднощами адаптації до цивільного життя. Спільнота дає змогу ділитися досвідом, обговорювати проблеми та підтримувати одне одного.

2) Зміцнення команди – колеги-ветерани можуть краще розуміти специфічні виклики та допомагати один одному інтегруватися в робоче середовище.

3) Психологічна допомога дає можливість говорити про свої переживання в безпечному колі людей, які мають подібний досвід, допомагає знизити рівень стресу та запобігти вигоранню.

4) Розвиток та кар'єрне зростання – такі спільноти можуть сприяти професійному розвитку, обміну можливостями, навичками та ідеями для кар'єри.

5) Підвищення обізнаності в компанії – така ініціатива допомагає іншим співробітникам краще розуміти ветеранів, формує культуру підтримки та взаємоповаги.

Щоб спільнота була ефективною, важливо визначити її формат (регулярні зустрічі, чати, менторство), залучити професіоналів (психологів, кар'єрних консультантів) і обов'язково враховувати бажання учасників.

9. Наразі з'явилося чимало інстанцій для роботи з ветеранами: "Ветеранський хаб", "Центр Ветеранів", "Центр ментального здоров'я", "Реабілітаційний центр" тощо. Є відчуття дублювання функцій, певного "хаосу" повноважень... Які будуть рекомендації для нас як роботодавців, з ким краще працювати і чи варто взагалі сподіватися на допомогу цих державних установ?

Це справді актуальне питання. Зараз багато громадських організацій і державних структур працюють з ветеранами, але часто їхні функції перетинаються або розподілені неефективно. Для вас, як роботодавця, важливо розуміти, з ким співпрацювати, щоб не витратити ресурси даремно.

Рекомендації для вас як роботодавця.

1) Визначити ваші конкретні потреби:

- Ви хочете допомогти ветеранам адаптуватися психологічно?
- Вам потрібні кваліфіковані працівники серед ветеранів?
- Ви прагнете створити комфортну взаємодію між колективом і ветеранами?

Чітке формулювання цілей допоможе вибрати відповідного партнера.

2) Співпрацювати з перевіреними ініціативами та недержавними громадськими організаціями (НГО).

3) «Ветеранський хаб» – займається адаптацією, навчанням, кар'єрним супроводом. Може бути корисним для залучення ветеранів у вашу компанію.

4) НГО та громадські ініціативи – часто працюють ефективніше за держструктури, бо гнучкіші. Наприклад, "Побратими", "Український ветеранський фонд" можуть допомогти з психологічною адаптацією.

5) Регіональні ініціативи – варто шукати контакти в конкретних містах, де у вас є філії.

Кожна організація виконує свої функції, де працюють ветерани, фахівці, вузькопрофільні спеціалісти. На підприємство може бути долучений психолог чи кар'єрний консультант, який займатиметься інтеграцією і адаптацією ветеранів у суспільне і професійне життя.

10. Прохання навчити, за можливості, комунікаційним прийомам, які б допомогли в діалозі з ветеранами подолати нав'язливість теми війни. Як обережно зупинити, та як вести комунікацію в запланованому руслі?

Комунікація з ветеранами, особливо коли розмова застрягає на темі війни, потребує делікатності, поваги та вміння м'яко спрямовувати діалог у конструктивне русло. Ось кілька прийомів, які можуть допомогти:

1) Активне слухання та перенаправлення розмови.

Як працює: дайте ветерану можливість висловитися, а потім плавно змініть фокус розмови.

Приклад:

Ветеран: «У ті часи було дуже важко, щодня ми бачили жахливі речі...»

Ви: «Я розумію, це був складний період. А що зараз приносить вам задоволення або дає відчуття спокою?»

2) Використання відкритих запитань для зміни теми.

Як працює: після того, як людина висловилася, запропонуйте їй розповісти про щось позитивне або цікаве для неї зараз.

Приклад:

«Я знаю, що ваш досвід унікальний. А як ви зараз використовуєте свої навички в цивільному житті?»

3) Техніка «майбутнього орієнтування».

Як працює: замість обговорення минулого – допоможіть ветерану подумати про майбутнє.

Приклад:

«Які у вас зараз є цілі або плани? Чим хотіли б займатися?»

4) Наголос на сильних сторонах чи досягненнях.

Як працює: замість фокусування на травматичних аспектах досвіду, підкресліть силу та адаптивність ветерана.

Приклад:

«Ваш досвід зробив вас дуже витривалим і стратегічним. Як ви бачите застосування цих навичок у професійних сферах?»

5) Залучення до спільної діяльності.

Як працює: якщо розмова заходить у важку тему, можна запропонувати щось робити разом (прогулянка, гра, хобі), що природним чином змінить атмосферу.

Приклад:

«Ходімо вип'ємо кави, хочу почути вашу думку про одну цікаву річ...»

6) Гумор і легкість (але без знецінення).

Як працює: Легка іронія або доброзичливий гумор можуть допомогти переключити увагу.

Приклад:

«Важкі розмови потребують підкріплення! Може, розкажете мені краще, як ви справляєтесь із цивільним життям? Думаю, у вас є кілька кумедних історій!»

7) Дозволити людині говорити, якщо це потрібно.

Якщо ветеран хоче виговоритися, варто просто вислухати без нав'язливого змінювання теми. Інколи це саме те, що йому потрібно.

Ці методи допоможуть зберігати баланс між підтримкою ветерана і плавним керуванням розмовою, щоб вона не застрягала на болісних темах.

11. Якщо ж ці розмови стали нав'язливими для всього колективу й заважають роботі, варто діяти більш

структуровано. Ось що можна зробити:

1) Встановлення робочих меж.

Якщо тема війни часто з'являється під час робочого процесу, важливо дати зрозуміти, що в компанії є професійний фокус.

Приклад: «Я розумію, що це важливий досвід, і вдячний вам за службу, але зараз нам треба зосередитися на завданнях. Давайте повернемося до цього після роботи». Якщо є корпоративна культура чи внутрішні правила щодо робочої комунікації, можна посилатися на них.

2) Запропонувати альтернативний простір для таких розмов.

Якщо є ветерани, яким справді потрібно виговоритися, можна створити окремий формат спілкування – наприклад, обідню зустріч раз на тиждень.

Приклад: «Давайте домовимося: якщо є бажання поговорити про армію, зробимо це під час перерви. А зараз зосередимося на справах».

3) Використання групової відповідальності.

Якщо тема війни стає нав'язливою для всіх, колектив може м'яко, але наполегливо змінювати тему розмови або нагадувати про робочі завдання.

Приклад:

«Окей, це серйозна тема, але давайте зараз повернемося до нашого проєкту».

«Який у вас класний досвід! Але давайте зараз про справи, бо дедлайн близько».

4) Особиста розмова з ініціатором розмов.

Якщо є конкретна людина, яка постійно ініціює розмови про війну, можна поговорити з нею особисто й пояснити ситуацію.

Приклад: «Я бачу, що ця тема для вас дуже важлива. Але помітив, що колеги трохи втомилися від постійних розмов про це. Може, ми знайдемо інший формат для таких бесід?»

5) Підтримка, але без потурання.

Якщо ветеран відчуває потребу виговоритися, можна м'яко направити його до спеціалістів або груп підтримки.

Приклад: «Я розумію, що вам хочеться поділитися цим досвідом. Ви колись пробували поспілкуватися з людьми, які мають подібний досвід? Є спільноти, які точно зможуть вас зрозуміти».

Ці підходи допоможуть зберегти баланс між повагою до ветеранів і підтриманням продуктивності в колективі. Як ви думаєте,

який метод найкраще спрацює у вашій ситуації?

12. Як не допустити поділу колективу на «справжніх» та «несправжніх» чоловіків?

Це важливе питання, оскільки поділ колективу на «справжніх» і «несправжніх» чоловіків (або людей загалом) може створювати напругу, знижувати ефективність роботи та руйнувати довіру. Ось як можна цього уникнути:

1) Формування спільних цінностей.

Робочий колектив – це місце, де важливі професіоналізм, взаємоповага та командна робота. Варто підкреслювати, що цінність людини визначається її внеском у спільну справу, а не військовим досвідом.

Приклад: «Ми всі тут, бо кожен з нас приносить щось важливе в команду. Давайте підтримувати один одного, незалежно від минулого досвіду».

2) Запобігання мовчазному схваленню поділу.

Якщо хтось в колективі починає ділити людей на «справжніх» і «несправжніх», варто реагувати одразу, але без конфлікту.

Приклад:

«Давайте поважати всіх. У кожного свій фронт, і кожен робить важливу справу».

«Я думаю, що справжність людини визначається її вчинками щодня, а не лише військовим досвідом».

13. Хто насправді має інтегруватися? Військові в соціум чи цивільні в соціум військових?

Насправді інтеграція – це взаємний процес. І військові, і цивільні мають знаходити спільну мову та адаптуватися один до одного.

1) Військові інтегруються в цивільний соціум.

– Повертаючись з війни, ветерани стикаються з новими викликами: робота, побут, інші пріоритети суспільства. Для них це не просто зміна середовища – це зовсім інший ритм життя.

– Їм потрібно навчитися жити без постійного стресу та загроз.

– Відновити або побудувати нові соціальні зв'язки.

– Знайти сенс і самореалізацію в цивільному житті.

2) Цивільні адаптуються до присутності військових у суспільстві і в професійному середовищі. Для цивільних теж є виклики.

– Вони мають навчитися комунікувати з ветеранами так, щоб не

травмувати їх і не відчужувати.

- Розуміти, що військовий досвід формує інший світогляд.
- Не боятися говорити, але й не провокувати болісні теми.
- Співпереживати, але не ставити ветеранів «окремою кастою».
- Взаємне пристосування – ключ до гармонії.

Інтеграція буде ефективною, якщо обидві сторони працюватимуть над порозумінням. Цивільні не мають «підлаштовуватися під військових», як і військові – «зливатися з натовпом».

– Повага до досвіду одне одного.

– Взаємне навчання: ветерани діляться навиками витривалості та дисципліни; цивільні – досвідом адаптації до сучасного ринку праці та соціальних реалій.

– Спільні ініціативи (волонтерство, бізнес, громадські проєкти).

Тож, змінюватися мають обидві сторони для того, щоб спільнота була цілісною. Це має бути двосторонній процес зі створення інклюзивного середовища, адже без взаємної адаптації не буде гармонії.

Якщо ви хочете працювати в обох напрямках, можна діяти в наступних напрямках:

- 1) Допомога ветеранам в інтеграції.
- 2) Підтримка у працевлаштуванні та професійному розвитку.
- 3) Психологічна підтримка та простір для безпечного спілкування.
- 4) Залучення їх до нових соціальних ініціатив.
- 5) Формування середовища для взаємодії
- 6) Навчання цивільних ефективному спілкуванню з ветеранами.
- 7) Відкриті заходи, де всі можуть взаємодіяти без поділів.
- 8) Спільні проєкти, які допомагають будувати довіру.

Ось кілька ідей, які допоможуть і ветеранам адаптуватися, і цивільним краще зрозуміти їх:

- 1) Живі зустрічі та діалоги.

Формат: Організовувати відкриті бесіди, де ветерани та цивільні можуть спілкуватися без формальностей.

Мета: Дати можливість ветеранам поділитися своїм досвідом у конструктивному ключі, а цивільним – краще їх зрозуміти.

Приклад:

«Кава з ветераном» – зустрічі в неформальній обстановці.

Панельні дискусії: «Що означає повернутися?»

2) Воркшопи про подолання стресу, адаптацію та нові можливості.

3) Спільні проєкти та волонтерство.

Формат: Залучати ветеранів та цивільних до спільної роботи, що створює рівність і взаємоповагу.

Мета: Взаємодія через дії, а не просто слова.

Приклад:

Ветерани та цивільні разом реалізують соціальні ініціативи (наприклад, допомога іншим ветеранам, дітям, екологічні проєкти).

4) Спільні спортивні події (бігові марафони, командні ігри).

5) Майстер-класи від ветеранів (про лідерство, витривалість, дисципліну).

6) Бізнес та кар'єра для ветеранів

Формат: Створення кар'єрних можливостей і підтримки для тих, хто повернувся з війни.

Мета: Допомогти ветеранам знайти місце в економічному житті.

Приклад:

Програми менторства: ветерани отримують наставника в бізнесі чи кар'єрі.

7) Стартап-інкубатори для ветеранів, які хочуть розпочати власну справу.

8) Курси з перекваліфікації та навчання сучасним підходам, технологіям, навичкам.

9) Психологічна підтримка та здоров'я.

Формат: Програми з м'якої адаптації, де ветерани не відчують себе «ізольованими» від суспільства.

Мета: Дати можливість емоційно розвантажитися та знайти точки опори.

Приклад:

– Ретрит-програми для ветеранів та їхніх родин.

– Групові терапії та спортивні активності (йога, туризм, майндфулнес).

– Підтримка родин ветеранів – адаптація не лише для самих військових, а й для їхніх близьких.

10) Культурні заходи

Формат: Створення майданчика для вираження себе через творчість.

Мета: Дати ветеранам голос, який почують цивільні.

Приклад:

Фотовиставки «Очима ветерана».

11) Літературні або музичні зустрічі, де ветерани читають свої тексти діляться історіями, грають на музичних інструментах чи співають.

12) Театральні вистави або стендап, де ветерани говорять про свій досвід з гумором або через мистецтво.

14. Чи правильно користуватися допомогою Ветеранів для вирішення проблем самих Ветеранів? Чи спільний досвід зашкодить обом?

Використання допомоги ветеранів для підтримки інших ветеранів може бути ефективним, але тільки якщо робити це правильно. Спільний досвід може як допомогти, так і зашкодити, залежно від обставин.

Коли це допомагає:

– Краще розуміння проблем: ветерани можуть говорити однією мовою, їхній досвід дає їм глибше розуміння ситуації.

– Довіра – люди легше відкриваються тим, хто пережив щось схоже.

– Приклад успішної адаптації: ветерани, які знайшли себе у цивільному житті, можуть стати рольовими моделями для інших.

Коли це може зашкодити:

– Емоційне вигоряння: якщо ветеран, який допомагає, сам ще не стабілізувався, він може втратити власний баланс.

– Підсилення травматичних переживань: обговорення схожих негативних ситуацій може «підживлювати» ПТСР замість його подолання.

– Замкнене середовище: якщо допомагають лише ветерани ветеранам, то вони можуть відірватися від цивільного життя і створити «ізолюваний світ».

Як зробити це правильно?

Підготовка: ветерани, які допомагають іншим, повинні мати хоча б базові навички психологічної підтримки або працювати разом із фахівцями.

Супровід: важливо, щоб ветерани-ментори мали можливість отримувати підтримку для себе від фахівців з ментального здоров'я.

Інтеграція цивільних: корисно залучати цивільних спеціалістів,

щоб процес допомоги не перетворювався на замкнене коло «травматичних спогадів».

Фокус на рішення: важливо, щоб такі ініціативи не перетворювалися на нескінченне обговорення проблем, а допомагали знаходити вихід і нові можливості.

Отже, допомога «ветеран – ветерану» може бути дуже потужною, але потрібно дбати про безпеку і баланс. Якщо вдасться інтегрувати підтримку цивільних фахівців, ветерани можуть отримати максимальну користь без ризику емоційного виснаження.

15. Надайте практичні рекомендації з толерантної назви тренінгу чи навчань? (Напрямок цієї роботи публічний і може викликати роздратування чи супротив).

Так, ми часто спостерігаємо настороженість демобілізованих із лав Сил Оборони через формування особливого ставлення до них). Як створити системний підхід, щоб підтримка була ефективною й доступною для всіх. Ось кілька порад, як це можна реалізувати:

1) *Створення корпоративної програми підтримки ветеранів.*

Формат: Програма, яка діє по всій компанії та має єдині принципи, але враховує особливості кожного регіону.

Ключові напрями:

- психологічна підтримка (консультації, групи підтримки);
- кар'єрне зростання (перекваліфікація, менторство);
- комунікація між ветеранами і цивільними (спільні навчання, волонтерські ініціативи тощо).

2) *Координатори у філіях.*

Формат: Призначення відповідальних осіб у кожному місті, які будуть курирувати ініціативи.

Роль координатора:

- Бути зв'язковою ланкою між керівництвом і ветеранами.
- Організовувати локальні заходи.
- Відслідковувати потреби ветеранів у філіях.

3) *Внутрішня спільнота ветеранів.*

Формат: Корпоративний онлайн-чат, де ветерани можуть обмінюватися досвідом, отримувати підтримку та допомагати новачкам.

Переваги:

- Об'єднує людей у різних містах.
- Дозволяє швидко ділитися корисною інформацією.

– Мінімізує ризик «замикання» в проблемах конкретного колективу.

4) Освітні програми для всіх співробітників.

Формат: Тренінги для менеджерів і колективу про те, як ефективно взаємодіяти з ветеранами.

Мета: Навчити цивільних колег краще розуміти ветеранів. Дати ветеранам інструменти для адаптації до корпоративного середовища. Запобігти можливим конфліктам через нерозуміння досвіду ветеранів.

5. Гнучка система кар'єрної адаптації.

Формат: Програми адаптації для ветеранів (менторство, стажування, гнучкий графік для тих, кому потрібен перехідний період).

Приклади:

– Ветерани, які довше працюють у компанії, стають наставниками для новачків.

– Запровадження програм швидкої перекваліфікації для роботи на нових посадах.

6. Спільні ініціативи для об'єднання ветеранів і цивільних.

Формат: Волонтерські, спортивні та соціальні заходи, які допоможуть створити здорову взаємодію без поділів на «нас» і «їх».

Приклади:

– Благодійні проєкти (допомога дітям батьки яких загинули на війні, тваринам у притулках (військові їх часто рятували і вивозили тварин із зони бойових дій, екологічні акції)).

– Корпоративні марафони, де ветерани можуть показати свої сильні сторони.

– Спільні поїздки на природу, походи, ретрити.

Як запустити процес?

1) Зібрати ініціативну групу ветеранів та цивільних, які зацікавлені в розвитку програми.

2) Оцінити потреби: провести анонімне опитування серед ветеранів, щоб зрозуміти їхні запити.

3) Запустити перші ініціативи. Наприклад, онлайн-чат + зустріч ветеранів у кожному місті.

4) Впровадити координацію: знайти лідерів у кожній філії, які зможуть підтримувати цю роботу.

5) Налагодити регулярний зворотний зв'язок: аналізувати, що

працює, а що потрібно змінити.

16. Деякі колеги озвучили проблему почуття провини і сорому перед ветеранами («соромно дивитись в очі»). Це також впливає на спілкування, бо може трактуватись не вірно.

Почуття провини та сорому перед ветеранами – це поширене явище серед цивільних, особливо якщо вони відчують, що нічого не зробили для країни під час війни. Дійсно, ці емоції можуть створювати напруженість у колективі й навіть заважати нормальній комунікації.

Як допомогти цивільним позбутися почуття провини перед ветеранами?

1) Пояснити, кожен робив свій внесок. Війна – це не тільки про фронт. Кожен, хто працював, підтримував економіку, займався волонтерством або просто жив і підтримував інших – теж робив свою частину роботи.

Приклад для комунікації:

«Якби всі пішли воювати, хто б підтримував країну в тилу? Ми всі працюємо на спільний результат».

«Ти робиш важливу справу – тримаєш економіку, даєш можливість ветеранам повернутися в нормальне життя».

2) Дати зрозуміти, що ветерани очікують поваги і прийняття, а не провини в ваших очах чи каяття.

Головна думка: Більшість ветеранів не хочуть, щоб їх жаліли чи перед ними вибачалися – вони хочуть рівного ставлення і поваги.

Як говорити?

«Ти не винен, що в тебе інший досвід. Головне – повага і підтримка».

«Ветерани не хочуть дистанції, вони хочуть бути частиною суспільства».

3) Не демонізувати війну і не ідеалізувати ветеранів.

Головна помилка: Бачити ветеранів як людей, яких треба або жаліти, або ставити на п'єдестал.

Рішення: сприймати їх як колег і рівних членів суспільства. Говорити з ними про звичайні, буденні речі, а не тільки про війну.

4) Переключити увагу з провини на дію.

Замість самозвинувачення – корисна дія:

- допомогти ветеранам адаптуватися в колективі;
- приєднатися до ініціатив (наприклад, допомогти у

волонтерському проєкті чи благодійній акції).

Приклад, як пояснити колегам:

– «Якщо відчуваєш дискомфорт, краще не жаліти себе, а зробити щось корисне».

– «Допомога не означає, що ти маєш віддати все. Це може бути навіть проста розмова чи дружня підтримка».

5) Дати простір для відкритого діалогу.

Формат: внутрішні зустрічі або тренінги, де можна обговорити страхи, бар'єри у спілкуванні та розвіяти міфи. Темою такого заходу може бути: «Як нам зробити робоче середовище комфортним для всіх».

Висновок: почуття провини не допомагає ні ветеранам, ні цивільним. Натомість потрібно:

- Показати, що у кожного є свій внесок.
- Підкреслити, що ветерани хочуть не жалю, а рівного ставлення.
- Переключити увагу на дії, а не на провину.
- Створити безпечний простір для відкритих розмов.

17. При співбесіді під час прийому на роботу чи інструктажі з техніки безпеки наскільки коректно інформувати військовослужбовця про можливість (чи потребу) отримання допомоги психолога?

Під час співбесіди або інструктажу з техніки безпеки інформування ветеранів про можливість отримання психологічної підтримки є важливим, але його варто подавати коректно та ненав'язливо. Щоб правильно інформувати ветеранів про можливість психологічної допомоги – важливо дотримуватися:

1) Нейтральності і ненав'язливості. Краще подавати це як частину загальної інформації для всіх працівників, а не виділяти ветеранів окремо. Наприклад: «На підприємстві є програми підтримки ментального здоров'я, включаючи консультації психолога для всіх працівників. Якщо у вас виникне потреба, ви можете звернутися анонімно».

2) Проінформуйте, що проходження співбесіди з психологом є загальною політикою підприємства. Психологічна підтримка має бути доступна не лише ветеранам, а й іншим працівникам, що допоможе зняти можливе упередження чи стигматизацію.

3) Наголос повинен бути сфокусований на профілактиці. Варто наголошувати, що психологічні консультації – це не ознака

проблеми, а спосіб підтримки психічного здоров'я і створення здорового психологічного клімату в колективі.

18. Що мають знати працівники підприємства про ПТСР та інші психічні розлади та чи доцільно проводити ознайомчі (тренінги); консультації психолога для працівників/керівників певної категорії.

Працівники (колеги) мають знати:

1) Основи розуміння ПТСР, основні їх прояви і, найголовніше, що це не «слабкість» чи «агресія», а нормальна реакція організму на травматичний досвід.

2) Як будувати відносини з колегами-ветеранами: з повагою, без нав'язливих запитань про службу.

3) Як розпізнати ознаки кризи та правильно реагувати: без осуду, з пропозицією підтримки або перенаправлення до фахівців.

19. Чи доцільні тренінги для працівників та керівників?

Виходячи з вище наведених порад – так, якщо проводяться кваліфікованими фахівцями – вони можуть бути дуже корисними. Це можуть бути:

1) Ознайомчі тренінги для всіх працівників – навчання базових принципів підтримки колег-ветеранів, уникнення тригерних ситуацій.

2) Спеціалізовані тренінги для керівників – щоб розуміли, як ефективно взаємодіяти, підтримувати ветеранів і не допускати дискримінації.

3) Індивідуальні консультації психолога (за бажанням) – для тих, хто має запит або працює в умовах високого рівня стресу.

Такі ініціативи допоможуть не лише ветеранам, а й всьому колективу, створюючи здорове робоче середовище.

20. Якщо доцільно то які категорії мають отримати такий досвід?(мається на увазі саме спільнота ветеранів, кластерів для спілкування між ними – люди зі схожим досвідом, які пережили +/- однакові емоції). Чи це може бути спільнота в месенджері, періодичні зустрічі для спілкування, спільне проведення часу, наприклад на риболовлі тощо? Чи доцільно організувати Групу (і в месенджері, і в «живу») яку може модерувати психолог? (на зустрічі казали, що є хлопці з бойовим досвідом, які можуть допомагати в таких питаннях).

Так, у рамках інтеграції ветеранів у цивільне життя та побудови комфортного середовища на підприємстві важливо створити окремі

ініціативи для різних категорій працівників. Особливу увагу слід приділити ветеранам, які потребують підтримки від спільноти людей із подібним досвідом.

Категорії працівників, які мають отримати цей досвід:

1) Ветерани (УБД, колишні військові). Для них можна організувати:

- Закриті ветеранські групи підтримки для створення безпечного простору для обговорення спільних викликів, обміну досвідом та підтримки один одного.

- Менторські програми: залучення ветеранів із більшим досвідом адаптації для допомоги новачкам.

- Тренінги з управління стресом, конфліктології, саморегуляції – корисні для адаптації в робочому середовищі.

2) Для працівників, які безпосередньо працюють із ветеранами (HR, керівники, наставники, колеги):

- Тренінги з ефективної комунікації та взаємодії, щоб уникнути гострих конфліктних ситуацій, навчити вирішувати спірні питання методом «Без поразок» та краще розуміти потреби ветеранів.

- Знайомство з темою ПТСР та його проявами не для діагностування, а для розуміння психофізіологічного стану та навчитися способам підтримки колег у складний момент.

3) Для усіх працівників підприємства, оскільки усі українці живуть в умовах підвищеного стресу (звуки тривоги, обстріли мирного населення) доцільно проводити:

- Загальні освітні програми щодо ментального здоров'я, які створюють культуру розуміння та прийняття різноманітності.

- Корпоративні ініціативи на тему адаптації ветеранів – волонтерські проекти, підтримка ветеранів у суспільстві.

4) Створення ветеранських кластерів (спільнот для неформального спілкування) – це один із найефективніших методів підтримки. Це може бути як онлайн-група, так і регулярні зустрічі офлайн, куди ветерани можуть приходити для обговорення своїх переживань, обміну досвідом та взаємної підтримки.

Такі програми не тільки допоможуть ветеранам інтегруватися в соціальну та професійну сферу, а й сприятимуть створенню інклюзивного середовища та здорової корпоративної атмосфери, яка сприятиме більш ефективній професійній діяльності на конкретному робочому місці і підприємства в цілому.

ВИСНОВКИ

Широкомасштабна російська агресія в Україні, яка триває вже понад три роки, привела до критичного збільшення в суспільстві кількості людей з особливими потребами. Що нині може їм запропонувати суспільство: нові можливості у різних сферах освітнього, соціального та економічного життя, чи обмеження у доступі до важливих соціальних ресурсів?

Теоретичний аналіз понятійної сутності та теоретико-методологічного і нормативно-законодавчого підґрунтя інклюзивного середовища – виявив вагоме психолого-педагогічне і нормативне надбання численних поколінь зарубіжних і українських мислителів, сподвижників, науковців, державних і громадських діячів яке є основою для створення повноцінного інклюзивного середовища в нашій країні.

В сучасному світі інклюзивність є одним із найважливіших соціальних трендів. Теоретичні концепції А. Бандури, А. Маслоу, К. Роджерса, Л. Виготського, Г. С. Костюка, С. Д. Максименка та практичні підходи до демократичної освіти і рівного доступу до навчання Д. Дьюї, М. Монтессорі та ін., ідеї численних соціальних рухів за права людини – стали базовими для створення інклюзивного середовища та розвитку інклюзивної освіти у світі і в Україні, оскільки ґрунтуються на комплексних підходах до індивідуальних психофізіологічних особливостей, емоційного-психологічного стану, когнітивних можливостей у навчанні, вихованні, розвитку і подальшій професійній діяльності людей з особливими потребами.

Знання зарубіжного досвіду розвинутих країн, де суспільство вже тривалий час є інклюзивно орієнтованим, на прикладі нашого ближнього сусіда – Польщі, дає можливість розуміти переваги інклюзивної освіти та враховувати реальні перешкоди і складнощі у процесі створення інклюзивного середовища в нашій країні, яке є затребуване суспільством і економікою. Першими кроками у задоволенні таких потреб є освітньо-психологічні консультації, де ми, як фахівці даємо відповіді на найболючіші запити сьогодення, виходячи з українських реалій стосовно інтеграції учасників бойових

дій і ветеранів у соціально-професійне середовище.

Ми не змінимо положення людей з обмеженими можливостями в Україні, поки не зрозуміємо, що люди, які пройшли бойовий досвід, отримали інвалідність чи ПТСР – це ми: наші батьки, наші брати і сестри, наші діти, наші родичі і ми самі, бо ми усі щодня переживаємо ракетні атаки на мирні міста і села. Кожен з нас є або може стати інвалідом.

Отже, хочеться сказати всьому суспільству від імені усіх постраждалих: «Інвалід – це я, тільки в іншій життєвій ситуації. І я не чекаю, щоб хтось дивився на мене з жалем, але я хочу, щоб близькі мені люди підтримували мене, так само як я намагаюся їх захистити, допомогти їм турботою та розумінням їхніх потреб». З таких простих, щирих і відданих зав'язків народжується як родинна любов, так і соціально-професійна солідарність спільноти, які становлять життєву основу патріотизму.

Отже, одним із надважливих завдань, яке стоїть перед українським суспільством як суспільством людей, які хочуть відбудувати країну та якомога повніше реалізувати свій потенціал розвитку, є реальне, а не лише формальне включення людей з обмеженими можливостями в це суспільство. Виконання такого завдання вимагає постійного, ретельного пристосування умов освіти, соціального і професійного життя до потреб усіх людей на всіх етапах життя.

Однак, перш за все, це вимагає піклування про міжособистісні стосунки та ставлення, позначені цінностями, які базуються на соціальній солідарності. Здатність надавати одне одному дружню, мудру та ефективну підтримку, необхідну для подолання життєвих труднощів і прагнення досягти повної людяності, є і шляхом, і метою виховання наступних поколінь для життя в спільноті, яка прагне до солідарності та відповідального розвитку.