

4. Мазур А. Сама собі муза: три способи надихнути себе на роботу – і не чекати мотивації від інших. URL : [https://elle.ua/stil-zhizni/blog\\_stil\\_zhizni/sama-sob-muza-tri-sposobi-nadihnuti-sebe-na-robotu/](https://elle.ua/stil-zhizni/blog_stil_zhizni/sama-sob-muza-tri-sposobi-nadihnuti-sebe-na-robotu/)
5. Найт Ф. Продавець взуття. Історія компанії Nike, розказана її засновником. URL : [http://loveread.ec/read\\_book.php?id=66592&p=4](http://loveread.ec/read_book.php?id=66592&p=4)
6. Приріз М. Як мотивувати себе до дій? 8 кроків від психолога. URL : <https://life.pravda.com.ua/society/2018/01/19/228516/>
7. Солодов І. Щоб пальне не закінчувалось: як підвищити свою мотивацію. URL : <https://happymonday.ua/kak-motivirovat-sebia>
8. Хорощак К. 5 несподіваних способів підвищити мотивацію. URL : <https://life.pravda.com.ua/society/2021/08/8/245564/>

## **ЗАВДАННЯ СОЦІАЛЬНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ В УМОВАХ КРИЗИ**

**Сайко Н.О.**

*Національний університет*

*«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

*natsayko@gmail.com*

Одним із найважливіших завдань соціально-психологічної діяльності є збереження та підтримка людини, групи у стані активного, творчого, самостійного ставлення до себе, свого життя і діяльності. Упродовж життя кожна людина неодноразово стикається із кризовими ситуаціями, які порушують соціальне функціонування, спеціалісти їх можуть назвати як важкі. У результаті дії певних факторів у людини або у групи (наприклад, сім'ї) руйнуються звичні сталі умови життя, соціальні зв'язки і відносини та змінюється у цілому соціальне оточення. У таких випадках необхідно не лише адаптуватися до нових умов існування, а й повернути втрачені соціальні позиції, відновити фізичні, емоційні, психологічні ресурси, а також соціальні зв'язки та взаємовідносини. Зазначені завдання можуть бути вирішені у процесі організації і проведення системи реабілітаційних заходів, що передбачає добір методів, які б були ефективними в умовах кризи.

У науковому обігу є різні підходи до розуміння сутності

процесу реабілітації. Науковець Н. Гусак, вивчаючи особливості інституціоналізації соціальної реабілітації в українському суспільстві, доводить необхідність розуміння соціальної реабілітації як процесу, спрямованого на відновлення та заміщення втрачених функцій життєдіяльності людини через процеси соціалізації, адаптації людини до існуючих соціальних умов з метою її інтеграції у суспільство, а також через зміну існуючих у суспільстві стереотипів [3].

Низка вчених (В. Баранов, В. Біран, Г. Бойко, Л. Смерчак та інші) вивчаючи поняття «соціальна реабілітація», пов'язують його з професійною реабілітацією, розглядаючи наскільки є корисною для суспільства особистість з особливими потребами [2, с. 45; 1, с.74; 6, с. 58].

Розкриваючи зміст програми соціальної реабілітації дітей-інвалідів І. Зверева, Л. Коваль, С. Хлебик реалізують комплексний підхід до пояснення поняття «соціальна реабілітація». Учені розглядають соціальну реабілітацію як динамічний безперевний процес, основа якого баланс між наявними потребами особистості та можливістю їх задовольнити, що сприяє активності індивіда у суспільних процесах. Основними компонентами реабілітаційного процесу є медичне відновлення (протезування, терапія), соціально-побутова реабілітація (розвиток умінь самообслуговування), професійна реабілітація (навчання, раціональне працевлаштування) [5, с.58].

Педагогічні аспекти соціальної реабілітації простежуються у визначенні даного поняття науковцем А. Тюплею. На її думку соціальна реабілітація – це відновлення морального, психічного і фізичного стану дітей та молоді, їхніх соціальних функцій, приведення індивідуальної чи колективної поведінки у відповідність до загально визнаних суспільних правил і норм [8].

Орієнтуючись на визначення поняття «соціальна реабілітація» сучасною науковицею Л. Завацькою, яка тлумачить реабілітацію як комплекс педагогічних, соціальних, психологічних та юридичних заходів, головною метою яких є ефективне повернення до суспільно корисної діяльності; формування позитивного ставлення до життя, навчання, родини [4, с.61], можемо виділити наступні компоненти реабілітаційного процесу та їх основні завдання.

В першу чергу, варто зазначити, що робота в умовах кризи передбачає миттєве втручання і допомогу клієнту тут і зараз, тому варто говорити про кризове втручання, як зазначає український науковець І. Трубавіна, може бути доцільним у таких гострих і

хронічних ситуаціях: відсутність важливих відносин (бездоглядність, безпритульність, жебракування, жорстокість у сім'ї, установах державної опіки, втрата близької людини тощо); неможливість діяльності у значущій для людини сфері (вимушена міграція, втрата дієздатності, змоги займатися улюбленою працею тощо); вагітність неповнолітніх дівчат, а також позашлюбна вагітність. Найпоширенішими методами кризового втручання є кризове консультування й інтенсивна опіка. Кризове консультування – це консультування, спрямоване на полегшення вираження афекту, налагодження спілкування, досягнення розуміння клієнтом його проблеми і відчуттів, підвищення самооцінки, переорієнтація клієнта на вирішення нагальної проблеми. Можливе використання технік вербалізації емоційних станів, програвання взаємних ролей, порада, методика опосередкованого спілкування, сімейне обговорення, техніки формування навичок і вмінь. Інтенсивна опіка – стратегія втручання, яка передбачає перенесення відповідальності за стан клієнта на професіоналів, які здійснюють організацію розв'язання проблем, вилучення клієнта із стресогенного оточення. Основне завдання полягає у відновленні зв'язків людини, яка перебуває в кризі, із соціальними системами [7].

Основні компоненти та завдання реабілітаційного процесу на етапі інтенсивної опіки можна виділити такі: *соціально-психологічний компонент* реабілітації передбачає роботу зі структурою «Я»-особистості (усвідомлення власних здібностей, умінь; методи впливу на психічні процеси; збереження, відновлення індивідуального простору; створення мотивації на пізнання самого себе, свого потенціалу; формування ставлення до своєї особистості як до такої, що постійно потребує розвитку та вдосконалення, орієнтація на позитивні якості власної особистості задля профілактики зацикленості на недоліках; формування навичок ефективної міжособистісної взаємодії, спроможності протистояти натиску і агресії, ознайомлення зі шляхами вирішення конфліктних ситуацій, перевагами і недоліками різних способів вирішення конфліктів; розвиток корисних навичок управління негативними емоціями і вміння протистояти фруструючим ситуаціям; ознайомлення з особливостями використання естетотерапевтичних методів відновлення психоемоційного стану); *соціально-правовий компонент* передбачає формування або актуалізацію правових знань особистості (ознайомлення з правами, правовою та соціальною нормою; формування умінь реалізувати та відстоювати власні права з позицій захисту власної особистості,

ґрунтуючись на демократичних принципах суспільства; формування умінь визначати ситуації порушення прав особистості, протистояти їм чи, за необхідності, уникати їх); *соціально-інтегративний компонент* спрямований на покращення процесів соціального функціонування та взаємодії (надання інформації та формування умінь звернутися за допомогою (в усній або письмовій формі) в ситуації відчуття дискомфорту або порушення прав; сприяння створенню умов та особистісної готовності висловлювати власну точку зору; формування позитивних поведінкових адаптаційних навичок (прийняття рішень, уміння ефективно спілкуватися, керувати своїми вчинками, оволодіння навичками психологічної самопомоги); ознайомлення з організаціями, структурами та переліком спеціалістів, які можуть допомогти у різних складних ситуаціях; формування потреби розвивати пізнавальні інтереси та використовувати для цього потенціал соціуму).

Отже основними завданнями соціальної реабілітації в умовах кризи є надання знань клієнту та формування умінь за соціально-психологічним, соціально-правовим та соціально-інтеграційним компонентами, кожен з яких передбачає формування необхідної міри особистісної самоврядності, що є головною умовою збереження досягнутого результату у майбутньому.

### **Список використаної літератури:**

1. Баранов В. В. Соціальний педагог у закладі соціальної реабілітації: основні напрямки діяльності / В. В. Баранов // Практична психологія та соціальна робота. 2014. № 6. С. 74–78.
2. Бойко Г. Мета, завдання та основні етапи психо-реабілітаційної допомоги / Г. Бойко // Соціальна педагогіка: теорія та практика. 2013. № 9–10. С. 78–82.
3. Гусак Н. Є. Інституціоналізація соціальної реабілітації в українському суспільстві : автореф. дис. канд. пед. наук: 22.00.04 / Н. Є. Гусак; Нац. акад. наук України, Ін-т соціології. Київ, 2013. 28 с.
4. Завацька Л. М. Технології професійної діяльності соціального педагога / Л. М. Завацька. Київ : Слово, 2012. 240 с.
5. Коваль Л. Г. Соціально-педагогічна підтримка дітей з різними соціальними та фізичними аномаліями / Л. Г. Коваль, І. Д. Зверєва, С. Р. Хлебик // Соціальна педагогіка. Соціальна робота: [навч. посіб.]. Київ : ІЗМН, 1997. С. 157–164.
6. Смеречак Л. І. Особливості реабілітаційної роботи соціального педагога / Л. І. Смеречак // Соціальний педагог. 2012. № 6. С. 58–60.
7. Трубавіна І. М. Поняття кризового втручання в соціальній роботі / І. М. Трубавіна // Соціальна робота в Україні: теорія і практика. 2003. № 4. С. 81–82.

8. Тюпля А. Т. Соціальна робота: теорія і практика : навч. посіб. / А. Т. Тюпля, І. Б. Іванова. Київ : Знання, 2008. 574 с.

## **ЕЛЕМЕНТИ АРТТЕРАПІЇ ЯК ЗАСІБ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ПЕДАГОГІВ**

**Самілик В. І., Хлонь Н. В.**

*Глухівський національний педагогічний університет*

*імені Олександра Довженка*

*samilykvalentina@gmail.com, nkhlon@gmail.com*

Сучасні умови життя вимагають від педагога поліфункціональності та перебування в ресурсному стані. Він постійно має бути на зв'язку, проявляти увагу до кожної дитини, підтримувати пізнавальний інтерес, мотивувати, контролювати, виховувати, надавати пояснення батькам, додатково працювати з обдарованими учнями та тими, хто має певні труднощі у вивченні окремих тем, проводити профілактично-просвітницькі заходи з питань булінгу, мобінгу, девіантної поведінки, академічної доброчесності. До цього ще додаються організаційні моменти – акції, конкурси, проекти, підтримання кабінету в належному стані, заповнення документації. Реформування освіти, зі свого боку, обумовлює потребу в систематичному підвищенні кваліфікації швидкими темпами, адже нововведення, подібно до снігового кому, щоразу нашаровуються. Вимушений перехід на дистанційний формат навчання поставив перед освітянам нові виклики – забезпечення якості освіти в екстремальних умовах. Педагоги вимушені тривалий час перебувати перед екраном різних гаджетів: онлайн заняття, перевірка домашніх завдань, створення презентацій та відео для умов синхронного та асинхронного навчання, ділова комунікація за допомогою мобільних додатків та ін. Окрім фахових навичок (*hard skills*), вони мають володіти гнучкими навичками (*soft skills*), а також поєднувати професійну роль ІТ-фахівця, мовознавця, телеведучого, науковця, блогера тощо. Окреме питання в професійній діяльності вчителів відводиться якійсь підготовці випускників до національного мультипредметного тесту. З боку батьків не завжди акцентується увага на вихованні в дітей поваги до вчителя, що ускладнює конструктивну співпрацю. Всі ці факти покликані проілюструвати напруженість професії педагога, низку стресорів, які щодня діють на особистість, роль якої в суспільстві дуже важлива, адже якісне навчання та виховання молоді – це надійне майбутнє кожної країни.