



ISSN 2959-1953

ISSN 2959-1961

www.osvita.eeipsy.org

<https://doi.org/10.38014/osvita.2023.91.03>

ДЕРКАЧ Л.М.,

доктор психологічних наук,
професор кафедри психології,
Дніпровський гуманітарний
університет,

м. Дніпро, Україна

МОРОЗ Л.В.,

магістр II року навчання,
кафедра психології,
Дніпровський гуманітарний
університет,

м. Дніпро, Україна

ПОЧАТКОВА ШКОЛА УКРАЇНИ В УМОВАХ КОГНІТИВНОЇ ВІЙНИ: ПОШУК НОВИХ ІДЕЙ (ВІД ІНСАЙТУ ДО ТЕХНОЛОГІЇ)

DERKACH L.M., MOROZ L.V. Primary school of Ukraine in conditions of cognitive war: search for new ideas (from insight to technology). *The given article deals with the problems and challenges of the primary education of schoolchildren under cognitive war conditions. It carries out interdisciplinary neuro-psychological and pedagogy approaches to education, training and upbringing of young children in the context of overcoming the barriers of stress, moral losses, bombing, destruction, etc. caused by the war. The theoretical and methodological issues of distance and mixed educational process of primary schoolchildren were analyzed: goals, principles, structure of educational trajectory, technology, study and teaching strategies, expected outcomes for further development of pupils were also identified. With this paper, we aimed to identify patterns and trends in research on distance education of schoolchildren (aged 6-9 years old) during the war escalation. We synthesized the evidence for a range of less probed and researched psychological and methodological tools in our practical work focused on formation of competencies of creative perception and methods and techniques of associative thinking of younger generation in a cognitive fight in Ukraine.*

Keywords: *cognitive war in Ukraine, primary education, search for innovative tools and techniques, creative thinking, innovative technology, associative thinking.*

ДЕРКАЧ Л.М., МОРОЗ Л.В. Початкова школа України в умовах когнітивної війни: пошук нових ідей (від інсайту до технології). У даній статті розглядаються проблеми та завдання початкової освіти школярів в умовах когнітивної війни. Реалізований міждисциплінарний нейро-психологічний та педагогічний підходи до навчання та виховання дітей раннього віку в контексті подолання спричинених війною бар'єрів : катастрофічних переживань, стресу під час і після бомбардувань, руйнувань, моральних втрат, навчання у бомбосховищах тощо. Доведено в глобальній психологічній літературі, що травматизація під час військових операцій суттєво впливає на когнітивні функції, тих, хто навчаються: здібності, увагу, пам'ять, самоконтроль тощо. Проаналізовано теоретико-методичні питання організації дистанційного та змішаного навчального процесу молодших школярів: визначено цілі, принципи, структуру освітньої траєкторії, технологію, очікувані результати для подальшого розвитку учнів. У нашій практичній роботі, спрямованій на пошук нових ідей та формування компетенцій у дітей позитивного, творчого сприйняття реалій сьогодення, ми запропонували технологію, методи і прийоми асоціативного мислення під час навчання в умовах когнітивної війни в Україні, а також синтезували психолого-методичні засоби та прийоми навчання розвитку їх креативного мислення.

Ключові слова : когнітивна війна в Україні, початкова освіта, пошук інноваційних засобів і прийомів навчання, креативне мислення, інноваційна технологія, асоціативне мислення.

Постановка проблеми. Актуальність даного дослідження обумовлена сучасними, нагальними, не вирішеними проблемами організації освітнього процесу учнів початкової школи в умовах війни в Україні. Як загальновідомо, на початковому етапі навчання в сучасній школі закладаються підвалини культури мислення дитини, складові індивідуального когнітивного стилю навчання, мотивація до успіху в навчанні.[1;2]. Але , на думку М.Скиби [3] реалії сьогодення свідчать про те, що «Освіта ніколи не буде такою, як до війни». Соціально-економічні умови в країні, освітні орієнтири суспільства потребують, на наш погляд, ретельного аналізу останніх освітніх тенденцій якісного навчання в умовах війни , а також термінового вирішення проблеми:

- якою буде школа найближчого майбутнього, щоб забезпечити якість освіти, і, в першу чергу, початкової?

- які трансформації потрібні, щоб змінити вимоги до компетентності та професіоналізму, системного мислення, рівня культури вчителя молодших класів?

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Наукові, теоретико-методологічні дослідження та організаційно-методичні аспекти трансформаційних та інноваційних підходів до навчання молодших школярів в умовах когнітивної війни висвітлено в публікаціях як вітчизняних освітян: Л.Деркач та М.Скиба; В.Страшко; Тафінцева С та Мотозюк Л, Г.Почепцов, Д. так і закордонних: L.Bostrom, C.Collen, U.Damber; Y.Song, Vermunt J, etc.

Мета статті – розуміння, розкриття та апробація міждисциплінарних підходів до формування креативного мислення учнів 1-3 класів початкової школи в умовах когнітивної війни в Україні (авторська технологія).

Картина змін в українському соціумі в умовах сучасної, когнітивної війни суттєвим чином вплинула на особливості розвитку і трансформації освіти в Україні, і початкової, зокрема.

В науковому сенсі проблематика когнітивної війни набуває надзвичайної теоретико-методологічної новизни та практичної значущості, оскільки ведеться **постійна інформаційна битва, яка взаємодіє з поведінкою людей і впливає на неї.**

Цілі когнітивної війни, як констатують військові експерти різних країн, орієнтовані на руйнування публічного розуму. **Головна мета такої війни полягає в тому, щоб змінити не тільки те, що люди думають, але й те, як вони думають. При цьому когнітивні здібності людини можуть бути ослаблені, в першу чергу, соціальними мережами [4]. При цьому, використання соціальних мереж може посилити когнітивні упередження та вроджені помилки прийняття рішень [5;10] .** Тобто, вплив засобів трансформації людського розуму в умовах когнітивної війни в першу чергу призводить до помилкових суджень, рішень індивіда, який знаходиться у процесі самоактуалізації, і особливо самоактуалізації як можливості вибору альтернативного рішення.

Підростаюче покоління країни в умовах компетентнісного підходу до шкільної освіти сьогодення має інший досвід сприйняття, обробки та використання знань,»що зумовлено, так званим, « кліповим мисленням»[6]. Тому, з нашої позиції, потребує істотних змін щодо змісту та технологій особистісно зорієнтованого навчання, саморегульованого навчання та самовиховання, які мають бути закладені в нових підручниках з урахуванням типів нейро-психологічних профілів школярів та їх індивідуальних особливостей когнітивних процесів.

У цей важкий час, а саме, під час війни, освіта зазнає кардинальних змін . Настав новий виклик як для вчителів, так і для дітей та їхніх батьків. Здавалося, пройшов майже рік з початку війни, а всі учасники освітнього

процесу звикли до нових реалій. А саме: навчання між тривогами, без світла та інтернету, без спілкування та соціуму. Так це дуже важко для дорослих, а для дітей ще важче, як свідчить наш власний досвід. Діти відірвані від місця проживання, відлучені від нормального навчального процесу і від друзів та однолітків. Для того щоб повернути їх до звичайного способу життя - навчання, освітянам, на нашу думку, потрібно більше уваги приділяти позитивному спілкуванню із дітьми. Бо коли в наше життя вриваються різні стресові чинники, то запускаються автоматичні тілесні реакції. Людський розум починає функціонувати заради виживання - боротися чи врятуватися втечею. У таких ситуаціях працює « мозок ящірки» (лімбічна система) який каже: «бий або біжи». Це дуже важлива частина мозку, яка допомагає людству впоратися із негараздами, вона швидко реагує на небезпеку і забезпечує наше виживання. Коли загроза минає - мозок розуміє, що відбувалося. Так ми отримуємо власний, індивідуальний досвід[7].

Виживання дітей залежить від оточення, від батьків, рідних та вчителів, які допомагають їм впоратися зі стресовими ситуаціями. І чим менша дитина, тим більше допомоги їй потрібно. Адже зона мозку, яка відповідає за когнітивні навички формується поступово до двадцяти п'яти років. Пізнавальні здібності дозволяють обробляти сенсорну інформацію, яку ми отримуємо. Вони синтезують у собі нашу здатність аналізувати, оцінювати, зберігати інформацію, пригадувати досвід, порівнювати й визначати дії.

На основі проведеного аналізу наукових джерел провідних вітчизняних та зарубіжних вчених, а також нашого власного практичного досвіду роботи в початковій школі, наведемо приклад технології проведення дистанційних занять у 3 класі в умовах когнітивної війни.

Коли у дитини з'являються негативні емоції – когнітивні навички не працюють. Щоб дитина нас почула, спочатку її потрібно заспокоїти та створити безпечне середовище. У стані спокою вмикається мислення і дитина стає готовою до діалогу й засвоєння уроку. Тому дуже важливо на початку уроку встановити емоційний контакт із учнями. Для цього добре підходять ранкові зустрічі.

Ранкова зустріч – це зустріч на початку дня учнів класу з педагогом. Ранкова зустріч – це запланована, структурована зустріч, яка займає важливе місце в повсякденному житті, де панує атмосфера піклування та відповідальності. Вона покликана створити позитивну атмосферу в колективі на весь навчальний день у школі. Існують чотири основні компоненти ранкової зустрічі: вітання, групове заняття, обмін інформацією, щоденні новини.

1. Вітання

Учні разом із вчителем вітаються і це забезпечує розуміння, що вони є важливими членами групи. Діти хочуть, щоб їх любили, цінували дорослі та

однолітки, прагнуть почуватися частиною класу.

Прості вітання: рукостискання; передавання якогось предмету (квіточки, листочка, клубочка, сніжинки); використання іншої мови (арабської, англійської, німецької, польської); додавання жестів (махання рукою, повітряний поцілунок, усмішка, підморгування, обіймання); прикладання долоньки до екрану телефону чи комп'ютера; привітання окремо хлопчиків, дівчаток; використання кольору одягу або волосся; компліменти.

Складні вітання: спів пісень («Прокидайся», «Наша школа, мов сім'я») під час яких діти співають, рухаються і емоційно розвантажуються; промовляння віршів хором; виконання руханок.

Вітання є важливим елементом демократичного освітнього середовища. Воно створює спокійний і розважальний настрій для наступного елемента зустрічі.

2. Групове заняття

Під час групового заняття у класі створюється атмосфера єдності та радості. Діти приймають участь у іграх, коротких заняттях, виконують пісні, слухають казки, легенди та притчі. Ігри та заняття не мають елементів суперництва, що дає змогу більш об'єднувати спільноту. Спільнота дає відчуття приналежності. Члени її пов'язані один з одним спільними інтересами та цінностями. Повсякденні вправи допомагають учням зблизитися один з одним, навчитися співпрацювати, утримуватися від критики, поважати інших як особистість. Так створюється позитивний настрій у класі.

3. Обмін інформацією

Під час цієї частини ранкової зустрічі, діти можуть дізнатися щось нове про однокласників. Наприклад, дитина розповідає як провів вихідні її ведмедик Теді. Таким шляхом розвиваються соціальні навички: здатність ефективно говорити та слухати, робити вибір, а також залагоджувати конфлікти. Такі компетентності допомагають дітям жити у взаємній повазі. створюючи умови для позитивного та відкритого спілкування.

4. Щоденні новини

Кожного дня діти знайомляться із щоденними новинами. Отримують позитивну інформацію про різні події із життя класу, школи, міста, країни. Це дає змогу малечі відчувати, що вони тут і зараз, що життя не зупиняється – таким шляхом програмуються плани на майбутнє. Такі заняття розвивають соціальні та навчальні навички, поєднуючи соціальний, емоційний та інтелектуальний розвиток кожного учня. Цей позитивний досвід розвиває доброту, емпатію та інклюзію.

Виходячи із вищесказаного, можна зробити висновок, що ранкові зустрічі позитивно впливають на дітей та вчителів. Дають змогу учням розкритися по-новому, а вчителям – побачити молоду цікаву особистість. Це кропітка

робота, але вона цього варта. Адже, діти отримують розвиток соціальних навичок, який допоможе їм у майбутньому. Вони краще ставляться до школи та навчання, бо знають що тут їх слухають та чують. Довіряють та поважають вчителів, які стають їхніми наставниками, провідниками у доросле життя. Згуртовуючись, учні турбуються про інших, що дає змогу побудувати нове хороше суспільство. Дітям не потрібно конкурувати, щоб отримати похвалу, бо кожного можна похвалити за щось. Звідси створюються відповідальні стосунки та покращується поведінка. Вони навчаються глибше розуміти почуття власної гідності. І нарешті, школярі проходячи всі ці етапи, досягають вищого рівня навчальної мотивації завдяки розумовому інтелекту у поєднанні з емоційним [8;11].

Дивлячись на це, можна з впевненістю сказати, що ранкові зустрічі, які запровадила НУШ, дають позитивні результати розумового, психічного та ментального здоров'я. Дітям хочеться побачити один одного по відеозв'язку, (навчаємося дистанційно), спілкуватися, вітатися, поздоровляти з Днем народження, слухати один одного. Бо спілкування з однолітками важлива частина дитячого життя. Учні стають згуртованіші, зацікавленіші та добріші. Я вважаю, що це запорука дружби між учнями і вчителем, між вчителем і батьками.

Після встановлення емоційного контакту з учнями, можемо переходити до проведення уроків. На уроках читання я використовую різні жанри малої фольклорної прози: прислів'я, приказки, загадки, скоромовки, лічилки, заклички та колискові пісні, які допомагають дитині подолати емоційне напруження і стабілізувати настрій. Робимо артикуляційні розминки, які знімають напруження м'язів. Виконуємо масажі обличчя, які розганяють лімфу і також працюють як стабілізатори розслаблення. Під час масажу дітям стає весело і вони переводять це на гру. До речі, у китайських школах учні повинні протягом дня двічі масажувати собі обличчя. А під час перерв учителі не забороняють діткам спати за партами. Так знімається тривожність, яка з'являється у дітей під час навчання.

Щоб подолати тривожність на уроках мистецтва і технології діти малюють, ліплять, вирізають, клеють, мнуть папір, лускають бульки. Це все добре відображається на психічному стані дітей.

У надзвичайних ситуаціях діти переживають стрес, страх і невизначеність. Завдання дорослих полягає у турботі та переключенні уваги. За допомогою провідної діяльності дітей – гри, можна відволікатися від незвичних обставин, вчитися конструктивно переживати емоції, взаємодіяти із дорослими.

На уроках мови, математики та природознавства проводжу «Тихі ігри». Наприклад: гра «Крокодил», весела – гра пантоніма, яка спрямована на знят-

тя емоційного напруження та зміцнення різних груп м'язів. Гра «Пульт управління», в якій від керування умовного пульта залежить гучність слів. Гра спрямована на формування вміння управляти власними емоціями, уміння чути один одного та інші.

В ігровій формі учні зможуть відпочити завдяки фізкультхвилинкам, які допоможуть розслабити м'язи очей, рук, спини, пальців. Дітям подобаються такі вправи, вони допоможуть зберегти психічне та фізичне здоров'я.

Важливою частиною роботи з дітьми є **пальчикові ігри**. Виконання ритмічних рухів кистями діти сприймають як розвагу, а ще більш привабливою її робить проведення в ігровій формі інсценування за допомогою пальців певних сюжетів. Ці ігри сприяють інтелектуальному розвитку дітей, а саме головне: дорослий може зчитати сигнали про стан дитини без слів.

У стані стресу дуже важко бути уважними та зберігати максимальну рівновагу, тому потрібно використовувати секрети. Один з яких - це заземлення.

Багато вправ на заземлення плідно впливають на емоційний інтелект школярів. Це вправа для обличчя : « Лимон», діти імітують куштування лимона, а потім розслабляють м'язи обличчя. Вправа для щелепи: «Кісточка», діти міцно стискають уявну кісточку в зубах, а потім відпускають її, та розслабляються. Вправа для рук і плечей: «Промінчики», діти тягнуть руки догори, ніби промінчики до сонця. Вправа для живота: «Животик», коли дітки напружують і розслабляють животик. Вправа для ніг та ступні: «Я на морі», діти уявляють себе на морі, ніжки потопують у теплому, м'якому піску – напружують і розслабляють пальці.

Всі ці вправи займають мало часу, але виконують дуже важливу функцію для встановлення емоційної стабілізації. Секрет: Коли ти напружений – напружся сильніше, і тіло розслабиться.

У своїй роботі я використовую **дихальні практики**, які допомагають зняти напругу. Бо чим більше дитина напружується, тим сильніше вона втомлюється. Це: «Понюхай квітку», «Подмухай на свічку», «Подихай квадратом», «Човник», які заспокоюють дитину і нормалізують дихання..

Мені подобається цікава техніка під назвою « Точка приємних почуттів». Коли нам добре , ми натискаємо на своєму тілі якусь точку. І так кожного разу напротязі одного місяця. І тоді, коли нам погано - натискаємо цю точку. Тіло згадує приємності - і розслабляється та наповнюється позитивом.

Отже, є дуже багато різних вправ і технік за допомогою яких можна заспокоїтись самому і заспокоїти дітей. Адже дитина сильно відчуває стан дорослого і транслює його на себе. У нашій школі під час дистанційного навчання вчителі та психологи надають батькам психологічну підтримку, поради на кожен день. Секрет: Спокійні батьки – спокійні діти.

Батьки сьогодні також роблять великий внесок у освіту. Вони стають помічниками вчителя, його правою рукою. Бо без допомоги, школярам буде дуже важко вижити у цьому жорстокому світі. За це я часто на уроках прошу дітей побігти, обійняти та поцілувати маму чи бабусю. Таким чином всі отримують хороші емоції. Тілесний контакт допоможе знизити рівень напруги та допомогти дитині заспокоїтись. Незважаючи на дитячі страхи, і діти, і батьки повинні продовжувати нормальну діяльність: готувати, прибирати, ходити на роботу та в школу. Отже, спілкування, взаємодія та співпраця між учителем, учнем і батьками це є педагогіка партнерства. Учні, батьки та вчителі, об'єднані спільними цілями та прагненням, є добровільними та зацікавленими односторонніми, рівноправними учасниками освітнього процесу, відповідальними за результат. За системою Василя Сухомлинського – виховання особистості має здійснюватися через тріаду «школа – сім'я – громадськість». Ще 1982 року Джой Епштейн провела низку досліджень, які засвідчили залежність якості освіти від ефективності співпраці батьків, вчителів і адміністрації школи.

Водночас, кожна людина, під час війни, має свої переживання та реакції, що є абсолютно нормальними на ненормальну ситуацію. Психіка дорослих та дітей має величезні резерви для відновлення і саморегуляції.

Австрійський психотерапевт Віктор Франкл, який вижив в таборі казав: «Першими зламалися ті, хто вірив, що швидко все закінчиться. Потім – ті, які не вірили, що це коли-небудь закінчиться. Вижили ті, які сфокусувалися на своїх справах, без сподівань того, що ще може статися» [9].

От і вчителі сфокусувалися на справах, головна з яких – це психологічна підтримка дітей. Адже позитивні емоції дають нам ресурс вижити.

Також не можна забувати про здоров'я самих вчителів. Потрібно пам'ятати, що власне фізичне та психічне здоров'я дуже важливі. Вчителі не можуть допомагати дітям, якщо самі погано почуваються. Саме тому освітянам важливо піклуватися про себе в часи високої невизначеності та тресогенності.

За результатами дослідження Go Global 54% вчителів відчувають власне професійне вигорання, а 70% вчителів спостерігають професійне вигорання у своїх колег. Портрет педагога, який входить у «групу ризику» – це жінка 45 років, яка вже має 15 – 25 років педагогічного стажу. Професійне вигорання педагога – це синдром фізичного та емоційного виснаження, який включає як розвиток негативної самооцінки й негативного ставлення до роботи, так і втрату розуміння та співчуття по відношенню до учнів. До основних професійних стресорів педагогічної діяльності відносяться: надмірно інтенсивне спілкування, високий ступінь відповідальності, інформаційні перевантаження та екстремальні ситуації. Результат професійного нездоров'я буде виражатися у негативній самооцінці, негативному ставленні до роботи та втраті розу-

міння та співчуття. Негатив – як емоційний бруд, якщо не чистити від нього психіку багато років, захворієш.

За Майклом Лейтманом вигорання вчителів проходить 4 етапи:

1. Запал і збентеження;
2. Збентеження та цинізм;
3. Цинізм та початок вигорання;

Повне вигорання. Попередити емоційне вигорання можна різними прийомами та техніками.

1. Робити «тайм – аут»;
2. Вчитися керувати своїми емоціями (спорт, фізична праця, музика, масаж);
3. Бути уважним до себе;
4. Адекватно оцінювати свої можливості;
5. Припинити у роботі шукати щастя та порятунку;
6. Припинити жити життям інших;
7. Знаходити час для себе;
8. Висипатися;
9. Опанувати техніку глибокого дихання;
10. Навчитися розслабляти тіло за власним бажанням;
11. Звертатися за допомогою та підтримкою.

Для педагогів проводилися і проводяться вебінари з психології на підтримку ментального здоров'я. На яких знайомлять з різними техніками саморегуляції. Потрібно бути у ресурсі. Ресурсом може бути соціум, віра, інтелект, тіло, природа, кулінарія, музика, танці, вислови – та все, що надихає на віру в краще і дає сили рухатися далі. У ситуації стресу вміння поповнювати власні ресурси є найважливішим, тож потрібно прислухатися до себе і визначати джерела своїх ресурсів.

«Важливо розуміти, що емоційний інтелект не є протилежністю інтелекту, це не тріумф серця над головою – це єдиний перетин між ними» - казав Девід Карузо. Емоційний інтелект невід'ємна частина сучасного життя. Він допомагає не тільки розуміти себе, а й насолоджуватися ним. Емоційний інтелект - це самоусвідомлення та саморегуляція. Звідси випливає емпатія та соціальні навички. Наші емоції проходять через тіло, через думки і утворюють емоційний інтелект – почуття.

Навчання школярів під час дистанційки потребує багато зусиль з боку вчителя. Педагог повинен зацікавлювати учнів своїм предметом. Він повинен трансформуватися з передавача інформації в помічника, друга чи наставника. Також потрібно адаптувати практики навчання та виховання аби зробити їх більш релевантними, ефективними та комфортними в теперішніх умовах. І пам'ятаємо, що кожний урок складається із чотирьох складових: методичної,

організаційної, технічної та психологічної - і тоді урок пройде чудово! І не забуваємо про інструменти вчителя – це доброта, вимогливість, справедливість, знання, власний приклад, повага та співпраця.

Через необхідність адаптувати навчальні матеріали та збільшення робочого навантаження межі робочого та особистого часу стираються, і переключитися стає доволі складніше. Тому варто змінювати види активності, знаходити баланс між працею та фізичною активністю. Вчитися знаходити вільний час тільки для себе та своєї сім'ї. Також дуже важливо відволікатися від гаджетів на інші види діяльності.

І не потрібно забувати про тайм менеджмент, який допоможе упорядкувати ваш час. Тоді прийде на допомогу матриця пріоритетів. Її винайшов Двайт Ейзенгавер, який був генералом і президентом США. Зробіть список усіх своїх справ. А потім розділіть їх між цими чотирма секторами. І виконуйте в такій послідовності:

1. Важливе, термінове;
2. Важливе, не термінове;
3. Не важливе, термінове;
4. Не важливе, не термінове.

Отже, хочете все встигати - користуйтеся матрицею пріоритетів.

Під час навчання освітяни стикаються із проблемою - неможливість повноцінно проводити уроки, через повітряні тривоги, вимкнення світла та інтернету - і це їх дуже бентежить. Все, що раніше здавалося головним - перейшло на задній план.

А що ж наші дітки? Вони також стали заручниками обставин. Школярі адаптувалися до онлайн навчання на свою користь. Вчителі зазначають, що багато дітей виконують завдання з допомогою «ГДЗ», деякі користуються відповідями із Google. І це з одного боку - погано, тому що знижується якість навчання, а з іншого - діти стають більш гнучкішими, винахідливими в отриманні бажаного, вони пристосовуються до нових реалій.

Окрім цього, за спостереженнями освітян, саме війна, її наслідки вплинули на те, що учні стали менш сконцентровані, швидко забувають та потребують постійного повторення тем. І тому багато вчителів пропонують переглянути підходи до оцінювання школярів. Потрібно більше хвалити дітей за найменші досягнення, надсилати цікаві та смішні емоджі та смайлики, ваучери та грамоти. І саме головне – змінити підхід до оцінювання. Діти навчаються не для оцінки – а для отримання знань, які їм знадобляться у подальшому житті. Ще Василь Сухомлинський казав: «Поки дитина думає, що вона добре вчиться, в неї зберігається прагнення вчитися».

Вчитель може використовувати цікаві прийоми та інструменти навчання та виховання.

1. Володіти новими технічними засобами різних платформ світу.
2. Більше спілкуватися з школярами, щоб вони бачили вчителя.
3. Показувати хороший приклад.
4. Зацікавлювати дітей цікавою інформацією із життя.
5. Під час уроку чергувати теорію з практикою.
6. Вести з учнями постійний діалог, дивитися на їхню реакцію.
7. Більше хвалити за найменшу перемогу.
8. Створювати ситуацію успіху.
9. Нагороджувати дітей смайликами, ваучерами за хороше навчання.
10. Розповідати про досягнення учнів батькам.
11. Гнучко відноситися до планування уроків.
12. Підтримувати різні починання.
13. Робити паузи кожні 5 хвилин.
14. Змінювати темп та тембр голосу.
15. Змінювати ролі вчителя та учнів.

І коли настане час знов зустрітися у школі, діти із усмішкою будуть вітатися з нами.

Ще освітяни дізналися про багато різних інструментів для дистанційного навчання, які допомагають у роботі з дітьми. Це можуть бути квести, тести, віртуальні подорожі, інтерактивні ігри. І т.д.

Висновки. Розглянутий вище наш власний досвід організації навчального процесу в умовах війни свідчить про те, що:

1. Інноваційне освітнє середовище під час проведення онлайн занять з учнями молодших класів сприяє задоволенню потреб молодших школярів: знімає емоційну напругу, стрес, негативні прояви емоцій, страху, катастрофічні переживання та стан безпорадності.

2. Перспективним вважаємо використання міждисциплінарних підходів до навчання особливо учнів 1-3 класів початкової школи, які дозволяють розвивати системне та креативне мислення учнів в умовах когнітивної війни.

3. Ми зробили спробу надати можливість освітянам познайомити з нашим власним досвідом роботи з діточками під час війни. З перших днів війни кожного дня спілкування з дітьми реалізується через VIBER. Зустріч починалася із привітання, потім розповідала про те, який сьогодні день, що нового і цікавого він нам принесе. Жодного разу ми не казала погану та страшну інформацію, діти і так її чули всюди. Хотілося, щоб вони відволікалися хоч на деякий час і забули про горе. А разом із дітьми заспокоювалися батьки та бабусі. Наша медицина подовжує життя людям, а хороші емоції дають поштовх на довге і щасливе життя. Діти слухали казки, адже казко-терапія дуже добре впливає на емоційний стан.

4. Казко-терапія – це психологічний вплив на людину через казки. Вони сприяють розвитку позитивної та всебічно розвинутої особистості, допомагають усунути страхи та внутрішні комплекси, знизити агресію та повернути душевну рівновагу. У казках є підказки, як вчинити правильно, який шлях обрати та оцінити себе по-іншому. У психології це один із численних інструментів, що дозволяє особистості розібратися із власними проблемами та знайти правильне рішення у складній ситуації.

У педагогіці це спосіб, що може скоригувати розвиток дитини, направити її у потрібне русло. Вважається, що без казок у дітей формується неправильні життєві цінності та пріоритети.

Отже, діти слухають казки, а в них зникають страхи, активізуються захисні механізми психіки, програмується життєвий план на майбутнє, формується віра у позитивне вирішення проблем.

А як казки потрібні дорослим! Фахівці в галузі казко-терапії стверджують, що казки дорослими сприймаються на двох рівнях: свідомому та несвідомому. Що вони легко оминають механізми психологічного захисту і допомагають у вирішенні проблем.

5. Потім ми пропонували дітям послухати відомі дитячі пісеньки, і щоб вони підспівували. Таким шляхом улюблені пісні піднімали настрій. Крім цього гучний спів сприяє виробленню «гормонів щастя» - ендорфінів.

Музика заспокоює нервову систему, зменшуючи серцебиття і частоту дихання. Люди, які слухають позитивну музику, можуть поліпшити свій настрій і підвищити рівень щастя всього за два тижні. Музична терапія може допомагати управляти стресом, покращувати пам'ять і полегшувати біль. Адже ще в стародавні часи з'ясувалося, що мелодії викликають смуток, радість, знімають дратівливість і біль. У Стародавньому Єгипті хорівий спів виліковували від безсоння. А Піфагор був переконаний, що музика впливає на людину, позбавляючи його від пасивності душі, гніву, помилок та люті. Його послідовник Платон вважав, що музика відновлює гармонію всіх процесів в організмі і у всьому Всесвіті.

Отже, сучасні дослідники стверджують, що музика може допомагати послабити негативні емоції, позбутись стресу, панічного страху та депресії, а також долати життєві труднощі.

Наступним, чим я відволікала дітей були танці. Адже танці – це тілесна техніка, завдяки якій послаблюється напруження м'язів.

У кожної людини є фізіологічна потреба у русі. Танцетерапія ґрунтується на тому, що ритмічні рухи дуже плідно впливають на фізичний і емоційний стан людини. Танці завжди були невід'ємною складовою частиною людського життя. Їх вплив дуже потужний.

Справжній прорив у застосуванні методу танцювальної терапії в лікувальних цілях пов'язаний з ім'ям американської танцівниці Меріон Чейз (1896 – 1970), яка організувала для цього спеціальні танцювальні школи для дітей та підлітків. Результати її комплексу занять танцями були настільки переконливими, що психологи і психіатри стали рекомендувати своїм пацієнтам її уроки.

У 1946 році, який вважається роком появи на світ повноцінної танцювально-рухової терапії, Чейз провела роботу з психіатричними хворими, що містяться у вашингтонському госпіталі Святої Єлізабет, після чого її методи отримали світове визнання.

Заняття танцями - це позитивний струс для всього організму, відмінно підвищують стійкість до стресів, розвивають координацію рухів і виводять із депресії. Це не тільки оздоровчий фактор, але чудова можливість висловити свої емоції, що дуже добре позначається на психічному розвитку дитини.

У цей час діти дуже багато малювали, ліпили, вирізали та клеїли, що добре вплинуло на їхнє психічне здоров'я.

Малювання - це не просто спосіб відпочинку, а інструмент, завдяки якому можна позбутися депресії, або запобігти їй. Дослідження в Science Direct у 2014 році показали, що малювання може змінити структуру мозку. Люди, які часто малюють, мають більш сірої речовини на певних ділянках мозку.

Вчені і арт терапевти доводять існування зв'язку між регулярними заняттями та розвитком малюків. Ще на початку двадцятого століття філософом Жоржом Анрі Люке було доведено, що дитина створює малюнок не просто, а в результаті порівняння багатьох образів, пошуку асоціацій з реальним світом. Такий хід думок являє собою перехідний період перед логічним мисленням. Таким чином, малювання це чудовий спосіб покращити інтелект дитини.

Вчені провели дослідження серед дошкільнят, контрольна група дітей протягом 8 сеансів займалася з арт терапевтом й показала нижчий рівень стресу й агресії, ніж їх однолітки, які не ходили на заняття.

Мистецтво допомагає підняти настрій, заспокоїтись, підвищити усвідомленість, зменшити больові відчуття. Ці відчуття схожі на відчуття під час медитації. Малюючи ми розвиваємо рефлексію або стресостійкість. Це допомагає нам краще розуміти контекст стосунків. Свої ресурси і можливості в житті. Хочете перевірити – беріть фарби та творіть!

І наостанок хочеться констатувати: «Виживає не найсильніший, а найчутливіший до змін», за словами Чарльза Дарвіна.

Список використаних джерел:

1. Деркач Л.М., Шевяков О.В., Бурлакова І.А. та ін. Когнітивна наука: Навч. посібник.- Київ: Видавничий дім «Кондор». 2021. -320с.
2. Максименко С., Деркач Л., Кіричевська Е. та ін. Психологія когнітивних процесів:науковий посібник/ Національна академія педагогічних наук України, Інститут психології імені Г.С.Костюка. Київ: Видавництво Людила», 2022.-420 с.
3. Скиба М. Освіта ніколи не буде такою, як до війни. <https://osvitoria.media>
4. Olechowski, A.P., Wisnicki, J. (2022). Cognitive War in Ukraine. Polish Political Science Yearbook, <https://doi.org/10.15804/ppsy202259>
5. Kahneman, D. Thinking, Fast and Slow, New York, Farrar, Straus, and Giroux, [cop.2011], pp.18-20.
6. Dichotomy of the «Clip Thinking» Phenomenon Available at: <https://www.researchgate.net>.
7. Ключові компонентності для життя [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.butivtsi-school.edukit.km.ua/nush/>
8. Ранкова зустріч: що це і навіщо [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://nus.org.ua/articles/rankova-zustrich-shho-tse-i-navishho/>
9. Три простих правила про те, як жити в умовах війни: неймовірний метод Франкла [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.rbc.ua/rus/stylar/tri-prostyh-pravila-tom-zhit-usloviyah-voyny-1654797261.html>
10. Pochepptsov, G. Cognitive Attacks in Russian Hybrid Warfare. Information and Security: An International Journal, Vol.41, 2018, pp.37-43, doi:10.11610/iaij.4103.
11. Song, Y., Vermunt, J. A Comparative Study of Learning Patterns of Secondary School, High School and College Students. Stud.Educ.Evaluation 2021, 68,100958, doi:10.1016/j.stueduc.2020.100958

Transliteration of References:

1. Derkach L.M., Sheviakov O.V., Burlakova I.A. ta in. (2021). Kohnityvna nauka: Navch.posibnyk. Kyiv: Vydavnychiy dim «Kondor». 2021. 320s.
2. Maksymenko S., Derkach L., Kyrchevska E. ta in. (2022). Psykholohiia kohnityvnykh protsesiv: naukovyi posibnyk/ Natsionalna akademiia pedahohichnykh nauk Ukrainy, Instytut psykholohii imeni H.S. Kostiuks. Kyiv: Vydavnytstvo Liudmyla». 420 s.
3. Skyba M. Osvita nikoly ne bude takoiu, yak do viiny. <https://osvitoria.media>
4. Olechowski, A.P., Wisnicki, J. (2022). Cognitive War in Ukraine. Polish Political Science Yearbook, <https://doi.org/10.15804/ppsy202259>
5. Kahneman, D. Thinking. (2011). Fast and Slow, New York, Farrar, Straus, and Giroux, [cop.2011], pp.18-20.

6. Dichotomy of the «Clip Thinking» Phenomenon. Available at: <https://www.researchgate.net>.
7. Kliuchovi komponentnosti dlia zhyttia [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: <http://www.butivtsi-school.edukit.km.ua/nush/>
8. Rankova zustrich: shcho tse i navishcho [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: <https://nus.org.ua/articles/rankova-zustrich-shho-tse-i-navishho/>
9. Try prostykh pravyla pro te, yak zhyty v umovakh viiny: neimovirnyi metod Frankla [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: <https://www.rbc.ua/rus/stylar/tri-prostykh-pravila-tom-zhit-usloviyah-voyny-1654797261.html>
10. Pocheptsov, G. (2018). Cognitive Attacks in Russian Hybrid Warfare. Information and Security: An International Journal, Vol.41, 2018, pp.37-43, DOI:10.11610/iaij.4103.
11. Song, Y., Vermunt, J.A. (2021). Comparative Study of Learning Patterns of Secondary School, High School and College Students. Stud.Educ. Evaluation. 68,100958, DOI:10.1016/j.stueduc.2020.100958



Отримано 08.02.2023
Рецензовано 18.02.2023
Доопрацьовану версію отримано 23.02.2023
Прийнято до друку 28.02.2023

DERKACH L.M.

Doctor of Psychological Sciences, Professor of the Department of Psychology,
Dnipro Humanities University, Dnipro, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0002-0638-6210>
E-mail: lydia48@i.ua

MOROZ L.V.

Master Program' Student, Department of Psychology, Dnipro Humanitarian
University, Dnipro, Ukraine

PRIMARY SCHOOL OF UKRAINE IN CONDITIONS OF COGNITIVE WAR: SEARCH FOR NEW IDEAS (FROM INSIGHT TO TECHNOLOGY)*

<https://doi.org/10.38014/osvita.2023.91.03>

* публікація здійснена за рахунок спільного гранту СЄІП (Україна - Франція) та БФ «Освіта: майбутнє»