

Не ретравмувати дітей: рекомендації щодо використання контенту в підручниках



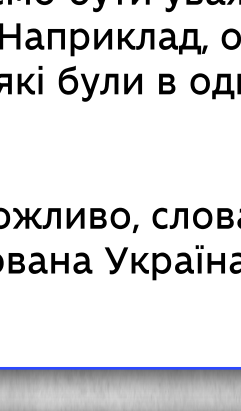
Минулого навчального року до мене часто зверталися родини й учителі учнів молодшої школи. Під час читання деяких текстів у дітей траплялися напади тривоги, істерики й панічні атаки. Після цього я вирішила проаналізувати навчальну літературу й зробити примітки до підручників, щоб учителі розуміли, у чому варто бути обережними, а де ліпше в опрацюванні текстів чи додаткових завдань змістити акценти, щоб уникнути стигматизації. Тож запропонувала те, що може допомогти дітям і дорослим уникнути ретравмування.

Я перечитала і проаналізувала 43 підручники (86 книжок) для початкової школи з української мови та літератури (читання). Це був мій внутрішній запит і ініціатива. Примітки передала колегам з НПА й отримала антидискримінаційну експертизу. Вдячна Валерії Палій, Лідії Чорній та Ілоні Рашковській за підтримку й експертизу. Усі пропозиції надіслала видавництвам. Деякі з них уже відповіли, подякували за рекомендації й запропонували співпрацю.

З повагою до їхньої роботи я не буду оприлюднювати назви видавництв й імена авторів підручників. Їх розробляли до війни, ніхто не міг врахувати зміну контекстів нашого життя.

Нижче — пропозиції щодо опрацювання матеріалу для вчителів. Окрім того, ці рекомендації можуть стати путівником для авторів і видавців, які працюють над новими підручниками для шкіл.

З повагою —
Світлана Ройз, дитяча й сімейна психологиня



З яким контентом у підручниках потрібно бути обережними

1 Російський контент. У проаналізованих підручниках були тексти з російських «Смішариків». Проте їм немає місця в сучасних українських навчальних книгах.

2 Тексти й вірші, присвячені мамам і татам. Нам важливо бути особливо уважними, якщо в класі є діти, чий батьки загинули, померли, служать у ЗСУ чи їх немає поруч. Такі тексти можуть спричиняти сильні емоційні реакції.

Що можна зробити:

- Важливо попередити дітей про те, якій темі буде присвячений текст, та бути готовими надати підтримку, якщо цей матеріал спричинить емоційну реакцію.
- Ми можемо запропонувати дитині, яка зараз переживає скорботу, — якщо вона хоче і готова, — розповісти про близьку людину і присвятити їй вірш чи прозу.
- Запитання «Що ти відчуваєш?», «Що відчують герої твоєї?» ліпше не використовувати, бо це спровокує ще більшу емоційну реакцію в дитині. Завершити тему варто словами про те, що ми поєднані з усіма, хто нас любить і кого любимо ми.
- Можна запропонувати зробити щось на пошанування тих, кого ми любимо (заспівати пісню, розповісти про них, створити малюнок).
- Запропонувати дитині, яка втратила чи сумує за батьками, розповісти про своїх близьких (якщо вона захоче).

3 Тексти про війну і військових.

Що можна зробити:

Якщо вчитель знає, що в класі є діти загиблих військових або військовослужбовців, які зараз воюють, **важливо бути уважними і обережними**. Можливо, хтось із дітей переживає фазу гострого горя, тому ліпше саме зараз ці матеріали не опрацьовувати.

Варто бути готовими до емоційних реакцій дітей. Можливо, озвучити: «Ми вклоняємося всім героям за подвиг, сумуємо за всіма загиблими». Акцентуємо на тому, що можемо зробити на спомин про загиблих.

Якщо близькі дитини зараз на фронті, варто сказати слова подяки й підтримки та запропонувати зробити листівку чи написати листа. Ми підтримуємо емоції дитини, але намагаємося переводити їх у дії.

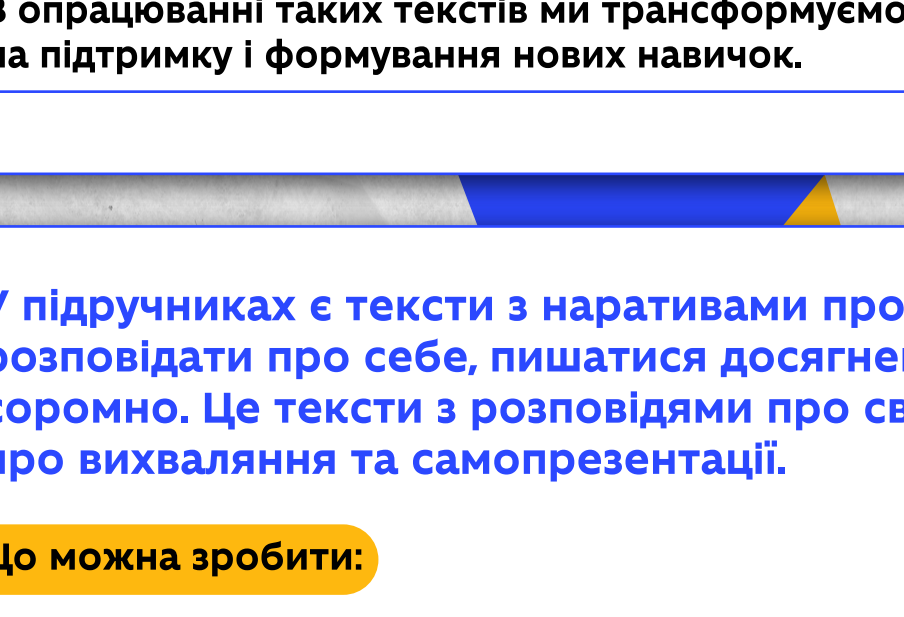
Також у підручниках трапляються тексти про літак «Мрія», міста, які зазнали руйнувань чи в тимчасовій окупації. Ми маємо бути уважними до реакції дітей і готовими стабілізувати їхній стан. Наприклад, образи бомби, що вибухнула, чи тата у військовому літаку, які були в одному з творів, можуть бути травматичними.

Опрацювання таких тем ми завершуємо надією і, можливо, словами про те, як святкуватимемо Перемогу, якою буде відбудована Україна.

4 У підручниках трапляється тема конфліктів і війн, але в контексті уникання. Наприклад: «Ми маємо все робити, щоб не було конфліктів».

Що можна зробити:

- Пропоную ініціювати розмови з дітьми про те, чому виникають конфлікти, наприклад, з однокласниками чи близькими; чи можна жити без конфліктів; що ми можемо зробити, щоб після конфліктних ситуацій зберегти взаємини й стати ближчими (конфлікт між людьми виникає, якщо потреби не задоволено. Ми можемо навчитися розрізняти свої потреби, говорити про них коректно до інших).
- У текстах трапляються наративи про те, що ми маємо не допустити війни й не воювати. Пропоную змістити акцент на те, що діти мають право на захист, а також на те, щоб дати відсіч ворогам. Саме зараз говорити про те, що не варто воювати, — некоректно.



5 У багатьох підручниках пропонують прочитати давньогрецький міф про Ікара. У 4 класі опрацювання міфів — одна з провідних тем. Саме текст про Ікара є в підручниках для учнів 1 і 4 класів. Нам важливо пам'ятати, що дитина доріває до сприйняття метафор поступово. Діти молодшого віку усвідомлюють інформативну емоційно. Учні 4 класу вже усвідомлюють сенс міфу.

Що можна зробити:

- Для 1 класу пропоную змістити акценти в обговоренні міфу про Ікара й детальних описах тіла в морських водах (воєни є в підручниках). У підручниках для 4 класів для цього ж міфу є різний підхід в ілюстраціях. В одній ілюстрації Ікар падає, в іншій — злітає. Це змінює відчуття й реакції дітей.
- Пропоную трансформувати і завдання до міфу: поміркувати над мріями й їхніми втіленнями. Не акцентувати на ілюстрації — саме на загибелі Ікара.

Натомість можна обговорити такі питання:

- чи потрібне мистецтво й навіть?
- як створювати й пізнавати нове, експериментувати та бути в безпеці?
- чи можемо ми вберегти інших від помилок?
- що таке — мріяти, як ми втілюємо наші мрії, чи потрібні вони взагалі? Чи може мрія дати поштовх до відкриттів у науці?

6 У підручниках для дітей різного віку є тексти, у яких дітям пропонують завжди бути слухняними, не проявляти злість. Наприклад, у завданні для 1 класу є текст про їжачика, яких батьки виховували слухняними і казали: «Ніколи не сердься одне на одного і в жодному разі не покажуйте колючок».

Що можна зробити:

- Для того, щоб залишити за дітьми можливість права на захист, пропоную змістити у таких текстах ідеї для обговорення після прочитання:
 - навіщо «колючки» потрібні?
 - коли нам доречно і недоречно «показувати свої «колючки»?
 - чи може людина завжди бути доброю й милою? Навіщо нам злість? Чи буває доброта шкідливою? Чи буває злість корисною?

7 У підручниках є тексти, у яких дітям пропонують і навіть вигадувати знати та вміти, на що дітям вони не здатні в певному віці. Зокрема, наголошено на почутті сорому й провини, якщо вони цього не вмітимуть. Наприклад, текст для 1 класу, в якому дитина має пам'ятати дні народження своєї родини.

Що можна зробити:

В обговоренні таких текстів, щоб не провокувати почуття провини у дітей (бо в такому віці запам'ятати дні народження складно), можна запитати:

- а що ми можемо зробити, щоб пам'ятати дати днів народжень (записати в блокноті, ставити нагадування на телефоні, зробити для сім'ї плакат-нагадування)?
- що робити, якщо все ж забув/-ла про день народження друга чи близьких?

Також в одному з підручників був текст про те, як дівчина відмовлялася пити молоко, яке їй запропонувала мама. І мама, і всі речі, що були вдома, казали дитині: «Мама так багато для тебе робить, а ти відмовляєшся пити молоко».

Що можна зробити:

Щоб уникнути сприйняття тексту як маніпуляції почуттям провини, пропоную додати запитання: «Як ми можемо сказати «ні», щоб це було коректно й не образливо для інших — тих, хто про нас піклується?».

Інший текст розповідав про сиві волосинки в мамі, у павиль яких звинувачують дитину.

Що можна зробити:

- Пропоную додати обговорення з дітьми про те, що мами піклуються про дітей та завжди хочуть, щоб вони були в безпеці. І це добре, якщо діти турбуються про почуття матусь. Також діти мають право себе піклуватися, але не тільки для того, щоб не засмучувати мам, а щоб бути в безпеці й не наражати на небезпеку інших.
- Ще можна додати такий акцент (щоб уникнути почуття провини, яка може з'явитися у дітей під час читання): діти не винні у хворобах чи сивині мами, але насправді мають піклуватися про її почуття.

В опрацюванні таких текстів ми трансформуємо почуття провини на підтримку і формування нових навичок.

8 У підручниках є тексти з наративами про те, що розповідати про себе, пишатися досягненнями має бути соромно. Це тексти з розповідями про свої досягнення, про вихвалення та самопрезентації.

Що можна зробити:

Додати обговорення текстів роздуми про різницю між вихваленням й визнанням своїх здобутків. Можна поговорити про «біле» й «чорне» вихвалення («біле» — якщо правдиво можемо розповісти про те, що зробили чи досягли, а «чорне» — якщо порівнюємо себе з іншими (я кращий/-ша, ніж ти), або вихваляємося тим, що у нас є, а не розповідаємо про те, що ми зробили).

9 Тексти про те, що діти завжди повинні ділитися тим, що їм належить, і мають відчувати провини, якщо не діляться.

Що можна зробити:

Пропоную після читання влаштувати дискусію:

- чи маємо ми право відмовляти іншим?
- як самі почуваємося, коли з нами не діляться?
- як коректно вчинити в місці персонажів творів (добро, якщо ми можемо ділитися, але й нормально, якщо скажемо, наприклад: «Я так чекав/-ла на цей подарунок. Я трохи сам/-а покачаюсь (пограю, прочитаю) і дам вам».

Опрацюючи текст, у яких наголошують на тому, що дитина однозначно має віддавати все своє, ми можемо на цьому підставити роздуми:

- що важливіше — дбати про інших чи про себе? (ми пропонуємо дітям роздуми);
- чи маємо ми право сказати: «Я пограюсь і дам вам»;
- можемо запропонувати дітям дискусію «Про готовність віддавати все і жадібність».

10 Матеріали, які можуть спровокувати цькування, наприклад, кепкування з прізвищ. У підручниках багато текстів, у яких розповідають про походження прізвищ. Також є тексти, у яких діти глузують із прізвищ.

Що можна зробити:

Пропоную після читання запросити дітей до обговорення (для профілактики цькування й насмішок):

- чи можемо ми зараз робити висновки про характер людини за її прізвищем?
- чи може так статися, що прізвище Заєць має смілива людина, а Орел — боязка?
- яка сила вашого прізвища?

11 Ця білоруська казка є в багатьох підручниках. Пропоную її взагалі уникати. Тут порушено тему самогубства, наявні хибні висновки й деструктивні програми, комплекс жертви.

12 Тексти такого типу можуть підсилити відчуття тривоги і почуття провини в дітей, що втратили рідних. Якщо їх використовувати, тоді пропоную:

- робити акцент на тому, що парубок був не дитиною, а дорослим, — для всіх природно боїться;
- розібратися зі своїм страхом;
- навести приклад, як добровольці й волонтери мужньо захищають нас;
- не запитувати в кінці розмови про те, які емоції викликав текст, — це тільки підсилить реакцію дитини;
- робити стабілізаційну вправу чи практику й завершити обговорення на відчутті теперішнього моменту і сили.

13 Тексти з гендерними стереотипами, наприклад, про те, чи має відрізнятися поведінка хлопчиків і дівчат.

Що можна зробити:

Пропоную після читання тексту запросити дітей до дискусії про те, чи насправді відрізняються правила поведінки для дівчат і хлопчиків? Чи може дівчинка бути активною, а хлопчик — чутливим? Чи є різниця у здібностях або проявах талантів?

14 Тексти, які можуть призвести до стигматизації. Наприклад, в одному з підручників є текст про дядля, який не мав родини. Про нього пропонували казати «безродний».

Що можна зробити:

Для того, щоб уникнути стигматизації людей, які не мають родини й дітей, пропоную поговорити з учнями про те, що людина може у своєму житті зробити різний вибір та бути в різних обставинах, однак це не означає, що вона егоїстична чи погана. Коли бачимо людину, у якої немає дітей чи родини, це може бути її свідомим вибором, який ми маємо поважати, а може, і не завжди саме її вибором.

Запитання після одного з текстів — «Як дітям краще: бути самотніми чи в колективі» — некоректне. Можна запропонувати обговорення:

- чим відрізняється усамітнення, якого ми іноді потребуємо, і самотність?
- що ми можемо робити одне для одного, щоб не почуватися самотніми?
- поміркувати над тим, які «колючки» рис характеру іноді нам заважають у стосунках;
- як ми показуємо іншим, що нам потрібно усамітнитися?

Усі пропозиції й рекомендації розроблено з повагою та підтримкою для дітей і дорослих.