

Методичні рекомендації закладам позашкільної освіти еколого-натуралістичного напрямку щодо соціально-психологічної реабілітації учнівської молоді, після закінчення карантину у 2020 році

Відповідно до постанови Кабінету Міністрів України від 11.03.2020 р. №211 «Про запобігання поширенню на території України коронавірусу COVID-19» та постанови Кабінету Міністрів України від 25.03.2020 р. №239, наказу Міністерства освіти і науки України від 16.03.2020 р. №406 «Про заходи для запобігання поширенню коронавірусу COVID-19», у закладах освіти України з 12 березня 2020 року був запроваджений карантин. За цих умов всі заклади позашкільної освіти перейшли на дистанційне навчання.

Ситуація, що склалася у світі через пандемію COVID-19, має негативний вплив на психологічний стан людей. Особливо вразливими є діти, які через нерозуміння, а часто й через відсутність підтримки з боку дорослих, відчувають страх та розгубленість. Умови карантину вносять корективи у стиль життя кожного, внаслідок чого виникає гіподинамія, брак спілкування, погіршення емоційного стану та зниження імунітету. У зв'язку з цим виникає необхідність соціальної реабілітації дітей.

Соціальна реабілітація — система заходів, спрямованих на створення і забезпечення умов для повернення особи до активної участі у житті, відновлення її соціального статусу та здатності до самостійної суспільної і родинно-побутової діяльності шляхом соціально-середовищної орієнтації та соціально-побутової адаптації, задоволення потреби у забезпеченні технічними та іншими засобами реабілітації.

Психологічна реабілітація — система заходів, спрямованих на відновлення, корекцію психологічних функцій, якостей, властивостей особи, створення сприятливих умов для розвитку та утвердження.

Усунення обмежень життєдіяльності — система заходів, спрямованих на створення умов для досягнення або відновлення особою

оптимального фізичного, інтелектуального, психічного і соціального рівня життєдіяльності та забезпечення її законодавчо визначених прав.

Проблеми та виклики довготривалого карантину для дітей

Діти, які навчаються в системі загальної середньої освіти, після завершення карантину, будуть вимушені надолужувати програму, а це, враховуючи значну перерву в часі під час навчального процесу та збіг із завершенням навчального року, призведе до перевантаження учнівської молоді.

На відміну від карантинів, які виникали у попередні роки, цей має певні відмінності та виклики:

- Найбільша (виключаючи літні канікули) перерва навчального процесу.
- Нетипове у часі (як правило, це канікули) та за терміном виключення зі стандартних соціальних ролей, пов'язаних з навчанням (школа – уроки – друзі/недрузи/симпатії – педагоги – соціум закладу позашкільної освіти (у разі його відвідування). Це ж стосується і вільного від навчання часу (вулиця – друзі – дозвілля (участь у масових заходах, вечірках, відвідування закладів культури, спортивних секцій, поїздки за межі постійного проживання на час вихідних тощо).
- Наявність значних соціальних обмежень (обмеженість пересування, закриття розважальних та інших закладів, транспортні обмеження тощо) під час карантину 2020 року, які посилили проблеми з порушенням стандартних соціальних ролей (див. вище).
- Нетипове у часі посилення контролю (впливу) з боку батьків, які залишились без роботи або перейшли на дистанційну форму роботи. Це певною мірою можна було б розглядати позитивно, у разі посилення продуктивного спілкування з батьками, якщо вони готові до цього та будуть використовувати цей час на це. Але все одно дитина буде сприймати це як тиск на неї та втрату свого особистого простору.

- Порушення стандартного режиму (харчування, сон, заняття спортом, прогулянки тощо).
- Посилення проявів фабінгу. Сучасне покоління дітей і до цього мали проблеми з фабінгом. Значний за часом карантин та перехід до дистанційного навчання, труднощі особистісного спілкування з друзями, посилять це явище.
- Невизначеність терміну закінчення карантину як вплив на психофізичний стан дитини.
- Продовження в часі та за інтенсивністю 2019-2020 навчального року та інші явища, які виникнуть як супутні в процесі карантину і вплинуть на дитину (переважно, негативно).

Враховуючи вище перелічені проблеми, які будуть супроводжувати карантин 2020 року, у дітей можуть виникнути труднощі та негативні прояви стану фізичного і психологічного здоров'я після закінчення карантину та при входженні після нього в навчальний процес. Особливо це буде стосуватись психологічного перевантаження, нестачі неформального спілкування з друзями, гіподинамія тощо.

Після завершення карантинних обмежень діти мають повернутись до звичного життя та надолужити втрачене спілкування з природою і один з одним, відновити рухову активність. Заклади позашкільної освіти еколого-натуралістичного напрямку мають потужну матеріальну та методичну базу для впровадження нетрадиційних форм літнього відпочинку і соціально-психологічної реабілітації. Реабілітаційні функції виконує також взаємодія особистості з природою. Догляд за тваринами і рослинами знімає стрес, нормалізує роботу нервової системи, психічний стан. Спілкування з тваринами суттєво збагачує життя, може бути додатковим джерелом взаємодії людини з навколишнім світом. Тому в роботі з дітьми можна використовувати таку форму соціальної реабілітації, як екологізація педагогічного середовища.

Психофізичні проблеми дітей після довготривалого карантину, які можна частково вирішити засобами позашкільної еколого-натуралістичної роботи

З медичної та психофізичної точки зору, найбільш суттєвими проблемами, які виникнуть у дітей після довготривалого карантину та які можна подолати безмедикаментозним способом, є:

- гіподинамія;
- фабінг;
- певні розлади в харчуванні;
- психологічні проблеми, пов'язані з довготривалим порушенням режиму (нервозність, втома, порушення зору, загальмованість або, навпаки, підвищена агресивність тощо);
- комплекс проблем, пов'язаних з соціальними обмеженнями під час карантину та втратою на довгий час звичайного особистісного середовища спілкування. Це насамперед буде мати віддалені прояви, у вигляді невмотивованих страхів та втрати відчуття захищеності.

Більшість з цих проблем тією чи іншою мірою потребують реабілітаційних заходів. У медичному аспекті реабілітація, пов'язана з проблемами, які виникають при соціальних обмеженнях, як у нашому випадку, проводиться у три етапи:

- I. реконвалесценція – етап одужання з відновленням порушених біологічних та психологічних функцій (лікування в стаціонарі);
- II. реадаптація – етап пристосування до побуту, праці, навчання, навколишнього середовища;
- III. ресоціалізація – етап відновлення соціальних функцій та положення людини в соціальному середовищі.

За виключенням першого етапу, який проводиться у стаціонарі, при наявності глибоких розладів та під наглядом лікарів, два наступні реабілітаційні етапи можна частково вирішити в закладах освіти. В закладах загальної середньої освіти цей процес буде проходити за двома, діаметрально протилежними векторами (повернення у звичайне середовище з одночасним перевантаженням та зміною ритму, обумовленого необхідністю корегування знань). Тому саме заклади позашкільної освіти в більшій мірі можуть приділити увагу реабілітаційному напрямку своєї діяльності у період після закінчення карантину 2020 року, включаючи період літніх канікул, та у подальшому на 2020-2021 навчальний рік.

Форми та методи реабілітаційної роботи в гуртках (творчих об'єднаннях) еколого-натуралістичного профілю на період після карантину

Карантин 2020 року в повній мірі довів необхідність запровадження здоров'язберігаючих технологій навчання та біологізації і екологізації освітнього процесу для всіх категорій дітей. Тому в цих умовах, та на майбутнє, при плануванні роботи гуртків (творчих об'єднань) еколого-натуралістичного напрямку, незалежно від профілю та програмного забезпечення (з урахуванням вікових особливостей дітей), слід більше уваги приділяти наступним напрямкам (темам, видам діяльності):

- розкриття сутності поняття «біологічна безпека» в умовах глобального суспільства;
- навчально-просвітницька робота з роз'яснення біологічних, соціальних, екологічних складових виникнення та розповсюдження інфекційних захворювань;
- соціалізація дітей до критичних умов (проявів) у суспільстві (соціумі), як способу індивідуального та колективного збереження;

- підвищення рівня біологічної та екологічної обізнаності (освіти), як морально-етичних та культурних норм існування в сучасному світі;
- активні форми роботи з дітьми на природі;
- види діяльності, спрямовані на релаксацію та підвищення імунітету;
- пропаганда здорового способу життя, дотримання санітарно-гігієнічних норм та протистояння асоціальним проявам, які існують у молодіжному середовищі;
- формування активної життєвої позиції та участі у діяльності громадянського суспільства на засадах інвайронментального мислення;
- проведення психофізичної реабілітації учнівської молоді засобами позашкільної та позакласної еколого-натуралістичної творчості, практичної природоохоронної діяльності, арт-терапії, особливо в умовах природного середовища тощо.

Нестандартні методи реабілітації дітей в літній період через об'єкти природи

Останнім часом розроблено велику кількість методів, в яких терапевтичним фактором є мистецтво і природа. Це методи психотерапії, засновані на:

- спілкуванні з літературою і мистецтвом;
- музикотерапії, бібліотерапії;
- творчій діяльності;
- імаготерапії, арт-терапії, пісочній терапії;
- лікувальному впливі природи;
- натурпсихотерапії, маринотерапії.

Особливої ваги набувають питання функції природи, яка може розвивати не лише за умов збереження, взаємодії, а й відновлювати і вчити. Природотерапія зменшує стрес і фізичний біль, покращує розумове

сприйняття, сприяє гарній фізичній формі та навіть допомагає налагодженню соціальних контактів.

Природотерапія – це використання бальнеологічних ресурсів природи: повітря, води, сонця, краси ландшафтів, запахів рослин, фітонцидів тощо в лікуванні та профілактиці хвороб. Найбільш використовуваний метод (навіть несвідомо) природотерапії — це ландшафтна терапія, спрямована на оздоровлення організму за допомогою споглядання краси природи, пейзажів і лікувальних прогулянок. Відомо, що ландшафт надає стимулюючу, заспокійливу дію на організм людини фізіологічним і психологічним шляхом. В останні роки психологи звертають все більше уваги на природні методи боротьби зі стресом. Тому в ландшафтній терапії виділяють такі методи:

1. Мільєтерапія (від франко-англ. *milieu therapy*) – вплив середовища, яке має лікувальне значення. Це взаємодія хворого з оточуючим середовищем, використовуючи терапевтичний потенціал. Під середовищем мають на увазі все, що оточує дитину в закладі (речі, люди, процеси, події).

2. Ландшафтна арт-терапія – це арт-терапія, яка поєднує природні об'єкти з образотворчою діяльністю, використовуючи різні художні матеріали і засоби. Акцент робиться на інший набір засобів образотворчої діяльності, розташованих за межами майстерні, що дає змогу перебувати здебільшого просто неба. Наприклад, це може бути музична експресія, рух чи танець, рольова гра, що може виступати в руслі мультимодальної терапії мистецтва.

3. Анімалотерапія – це терапія в умовах перебування людини серед тваринного світу. Спілкування, догляд і гра з живими істотами допомагає краще справитися з негараздами та мати спокій. Найбільш ефективним та розповсюдженим видом реабілітації дітей вважають анімалотерапію. Анімалотерапія (від лат. *animal* — тварина) — це вид терапії, що використовує тварин і їхні образи для надання психотерапевтичної допомоги. Це цивілізований науковий метод лікування і профілактики серйозних

захворювань. У анімалотерапії використовуються символи тварин (образи, малюнки, казкові герої, іграшки, а також справжні тварини, спілкування з якими є безпечним). Анімалотерапія передусім корисна для дітей, які постійно знаходяться в стані стресу, з психічними захворюваннями та розладами нервової системи.

Крім того, анімалотерапія покликана виконувати такі функції:

- психофізіологічна (взаємодія з тваринами може знімати стрес, нормалізувати роботу нервової системи, психіки в цілому);
- психотерапевтична (взаємодія людей з тваринами може істотним чином сприяти гармонізації їхніх взаємин);
- реабілітаційна (контакти з тваринами є додатковим каналом взаємодії особистості з навколишнім світом, що сприяє як психічній, так і соціальній її реабілітації);
- функція задоволення потреби в компетентності (потреба в компетентності, що виражається формулою «я можу», є однією з найважливіших потреб людини);
- функція самореалізації (однією з найважливіших потреб людини є потреба в реалізації свого внутрішнього потенціалу, потреба бути значущим для інших, представленим в їхньому житті **і в їх особистості**);
- функція спілкування (одна з найважливіших функцій, яку можуть здійснювати тварини в процесі взаємодії людини з ними, – це функція партнерів спілкування).

4. Екотерапія — методика, яка базується на прямому контакті людини з природою. Як показали нещодавні дослідження з Ексетерського університету (Великобританія), у 90% людей, які страждають депресивними розладами, психічними захворюваннями, при перебуванні на природі покращується самопочуття. Люди, що страждають від депресії, гуляючи по парку, відчують підвищення самооцінки, полегшення симптомів депресії, покращення настрою.

5. Маринотерапія – таємничий еліксир натхнення і заспокоєння. Людина пов'язана з водою дуже на глибокому рівні, починаючи ще з утроби матері. Вода дає ефект задоволення, миру, спокою і надихає на нові пригоди. Ми любимо просто сидіти біля води, зустрічати чи проводити захід сонця.

6. Аеротерапія (повітря та грец. therapia – лікування) — терапія із застосуванням з профілактичною та лікувальною метою чистого повітря. Вона оздоровлює нервову систему, збагачує організм киснем. Ця процедура може тривати від 5 хвилин до 5-10 годин. Зазвичай її пов'язують з рухливими іграми, ходінням.

7. Літотерапія – це мистецтво лікування хвороб тіла за допомогою натурального каміння, глини, металу, мінеральної води.

8. Спеліотерапія – можливість лікувати за допомогою відкритих просторів і перспектив різної глибини.

9. Пейзажна кольоротерапія – перебування людини у період цвітіння серед квітучих, яскраво забарвлених пелюстками рослин.

10. Сільвотерапія – оздоровлення ділянками лісового повітря, особливо повітрям соснових масивів.

11. Геліотерапія – вплив сонячного проміння на людину з лікувальною метою.

Окремої уваги для соціально-психологічної реабілітації дітей заслуговують освітні теренкури на території закладів позашкільної освіти.

Теренкур — лікувальна ходьба. В її основі лежать піші прогулянки, підйоми і спуски в горбистій місцевості за спеціальними маршрутами. Ходьба теренкур проводиться на свіжому повітрі, що гартує організм, підвищує фізичну витривалість і нормалізує психоемоційну діяльність. Водночас людський організм отримує дозоване фізичне навантаження, що сприяє розвитку витривалості, поліпшення роботи серцево-судинної системи та інших органів.

Освітні теренкури — це спеціально організовані маршрути для дітей по території закладу позашкільної освіти з відвідуванням зони ігор на природі, центрів пізнавально-дослідницької діяльності, екологічних і оздоровчих стежок. Прогулянки по теренкуру проводяться в природних умовах, на свіжому повітрі, за принципом поступового нарощування темпу і рухової активності, що сприяє загартовуванню, підвищенню фізичної витривалості, нормалізації психоемоційної діяльності дітей. На території екологічного центру має бути розроблено кілька спеціальних освітніх маршрутів різної категорії складності залежно від групи дітей, віку, інтересів. Маршрут повинен включати в себе не тільки спеціально створені природні осередки, а й спортивний майданчик, зону ігор, стежку здоров'я, екологічну стежку, квітники, навчально-дослідну земельну ділянку, теплицю, шкільний сад, навчальну пасіку та інші можливі об'єкти на території позашкільного закладу. Структура піших прогулянок:

- збір і рух до наступної зупинки теренкуру;
- зупинка, спочинок, пізнавально-дослідницька діяльність дітей і дорослих;
- комплекс оздоровчих ігор і фізичних вправ;
- самостійна діяльність дітей.

Маршрут розбивається на кілька «станцій» або будинків. Кожна «станція» може мати свою назву, наприклад: «В країні рослин», «У світі тварин», «Пташина їдальня». Рухаючись по маршруту від одного природного об'єкта до іншого, вихованці гуртків (діти) виконують різні вправи, проводять дослідження, займаються спостереженнями, складають усні розповіді, вивчають властивості рослин та сліди птахів і тварин, займаються фізичними вправами, грають в рухливі ігри. У зміст теренкуру педагоги можуть включити:

- пізнавальні бесіди;
- спостереження за комахами, птахами, рослинами;
- збір природного матеріалу.

Гарденотерапія – це англійське слово, що означає garden – сад, рослини і терапія – лікування, тобто лікування садом, рослинами. Цей особливий напрям психосоціальної, трудової та педагогічної реабілітації за допомогою заохочення дітей до роботи з рослинами широко можна застосовувати закладами еколого-натуралістичного напрямку.

Такий вид діяльності має яскраво виражену психотерапевтичну спрямованість, що дозволяє використовувати його при корекції поведінкових і емоційних розладів. Працюючи з рослинами, дитина відчуває себе частиною природи, дбає про неї, що також буде мати позитивний вплив на процес соціалізації та адаптації особливої дитини. Доглядаючи за квітами, діти долають замкненість, невпевненість в собі та просто радіють життю. Саме цей момент є дуже важливим в соціально-психологічній реабілітації.

У медицині офіційно існує термін «**квіткотерапія**», під яким розуміють позитивний вплив живого спілкування з квітами на дитину. Кімнатні рослини не лише прикрашають наші приміщення. Вони виділяють фітонциди, які очищають повітря. Листки і плоди цитрусових рослин, наприклад, виділяють речовини, які мають надзвичайно сильні бактерицидні властивості. Навіть невеликі шматочки шкірки апельсинів або лимонів позбавлять приміщення від великої кількості шкідливих мікробів. Агласнема скромна, яка відповідає назві своїм зовнішнім виглядом, вбиває навіть сильну стрептококову інфекцію. Троянди, орхідеї, примули не лише мають гарні квітки і привабливий запах, але й оздоровлюють атмосферу довкілля. Давно відомі фітонцидні властивості хвойних рослин. Ці своєрідні «санітари» повітря виділяють негативно заряджені іони кисню, які нейтралізують шкідливе випромінювання телевізора і комп'ютера. У приміщенні, де росте ялівець, сосонка чи ялинка, повітря завжди свіже і легко дихається.

Ароматерапія – це стародавнє, вдосконалене віками мистецтво використання ефірних олій, фітонцидів рослин та інших ароматичних речовин для укріплення фізичного і психічного здоров'я та для косметичного

догляду за тілом. Використання ароматичних речовин відоме ще з часів стародавніх культур Єгипту, Індії і Китаю, античної Греції та Риму. Велика кількість мікроорганізмів та вірусів, що спричиняють, наприклад, нежить, грип, респіраторні хвороби, потрапляють до організму повітряно-крапельним шляхом. Рослини, що містять леткі речовини, в тому числі антибіотики, перешкоджають захворюванню. Якщо ж дитина захворіла на грип, ангіну, бронхіт або іншу респіраторну хворобу, то ефірні олії полегшують перебіг хвороби, пришвидшують одужання. Це пояснюється їхньою значною антибіотичною активністю та здатністю деяких з них до стимуляції імунітету, до підвищення опірності організму та здатності протидіяти інфекції при грипі та застуді. Ефірні олії містять гвоздика, кориця, сосна, аніс. Якщо додати у воду 1 краплю лавандової та 1 краплю евкаліптової олії чи олії чайного дерева, то ця процедура не лише практично забезпечить стерилізацію приміщення, профілактику та поліпшення самопочуття при респіраторних захворюваннях, а й поліпшить емоційний стан, заспокоїть, забезпечить спокійний сон.

Зоотерапія — в останні роки для поліпшення емоційного стану дітей інтенсивно застосовують методи зоотерапії. Широко відомі “терапевтичні” властивості кішок, собак, морських свинок, коней і т.д. Одним з різновидів зоотерапії є метод іпотерапії.

Іпотерапія (від грецького “hippos” – кінь) — метод лікування, заснований на взаємодії людини і коня, спеціально тренованого до можливостей дитини в опануванні верхової їзди. Діапазон захворювань, при яких забезпечується швидше і повне, порівняно з традиційним лікуванням, видужування, або стійке поліпшення стану дитини, досить широкий. Ефективно відбувається психологічне розвантаження дитини, поліпшення емоційного стану.

Позитивний вплив іпотерапії на здоров'я дитини виявляється завдяки тому, що їзда верхи вимагає постійного тренування базових рефлексів, які передбачають відповідну участь м'язів тіла, а це відіграє велику роль у

лікуванні пацієнтів, які страждають на порушення функцій опорно-рухової системи і системи керування рухами (наприклад, при дитячому церебральному паралічі).

Матеріально-технічна база екологічних центрів, станцій юних натуралістів забезпечена всім необхідним для проведення цих методик. Наприклад, живий куточок з великим різновидом тварин, спілкування з якими буде не тільки безпечним, а й досить корисним для дітей під час літньої реабілітації (анімалотерапія). На територіях закладів є достатньо велике видове різноманіття рослин, що стане в нагоді для проведення ландшафтної арт-терапії, екотерапії, пейзажної кольоротерапії. Також «Зимовий сад», навчальні теплиці, де зібрано багато рослин, які допоможуть у впровадженні натурпсихотерапії. У «Зеленому класі» можна проводити аеротерапію та ароматерапію. Літотерапію маємо можливість проводити у лабораторіях ужиткового мистецтва, де діти зможуть познайомитися та пізнати всі переваги у роботі з глиною. Природотерапія передбачає вплив природних чинників на чуттєву і емоційну сфери психіки дітей. Цю психолінгвотерапевтичну форму впливу можна використовувати у розвитку мовленнєвої діяльності дітей як самостійно, так і в поєднанні з іншими формами та методами вербального характеру.

З вказаного вище можна зазначити, що для того, аби соціально-психологічна реабілітація дітей в літній період проходила більш ефективно, буде доречно поєднувати методи натурпсихотерапії між собою, а також з такими методами арт-терапії, як музикотерапія, танцювальна терапія, драмотерапія, казкотерапія, бібліотерапія, пісочна терапія, ігротерапія, кольоротерапія, фототерапія тощо. При плануванні короткострокових програм з соціально-психологічної реабілітації, слід враховувати не тільки вікові особливості дітей (вихованців), а й тип населеного пункту, природно-кліматичні умови регіону, типи та віддаленість від природних об'єктів, екологічну ситуацію та інші чинники. Попри значні відмінності, які будуть в конкретних випадках, та визначатись безпосередньо педагогом, загальними

повинні стати наступні підходи до вибору форм та методів роботи цих об'єднань:

I. Максимально використовувати час перебування у природному середовищі поза межами навчального закладу. Винятком можуть стати погодні умови, але і в цьому випадку можна організувати діяльність за принципом «у природи немає поганої погоди». Водночас у пригоді можуть стати природні матеріали, які були заготовлені заздалегідь.

II. Педагог повинен виконувати роль модератора та більш досвідченого товариша, а не носія знань і беззаперечного лідера. Діти за період карантину мали змогу достатньо часу, щоб спілкуватися з дорослими (батьками), водночас, як правило, це супроводжувалось конфліктами та настановами дорослих. До цього слід додати вимушений тиск з боку педагогів закладів загальної середньої освіти при проведенні корегуючих занять. Такий тип поведінки педагога не буде сприйматись, провокувати супротив, що не сприятиме соціально-психологічній реабілітації дітей.

III. Надання максимальної можливості міжособистісного спілкування між вихованцями. Навіть після повернення до навчального закладу, а враховуючи значний обсяг навчального навантаження після закінчення карантину, дефіцит спілкування, особливо неформального, буде відчуватись довгий час.

IV. Використання природних об'єктів для релаксації, психофізичної корекції, збору природного матеріалу для подальшої відповідної роботи в закладі. Цей напрям передбачає, що під час відвідування природних об'єктів діти повинні максимально зменшувати свій звуковий тиск на природу та самі сприймати звуки природи. Водночас акцент слід робити на те, що в цей період у тварин (звірі і птахи) іде період розмноження, і тому не слід їх лякати. Як відомо в медицині, звуковий фон (шум) природи (зелений за кольором) сприяє синхронізації біохімічних реакцій, відтворенню ферментів АТФ, регуляції основних біохімічних реакцій організму, стабілізації нервової системи. Прослуховування (релаксація) звуків природи сприяє

психофізичному захисту дітей, лікуванню синдрому хронічної втоми, психоемоційних порушень, депресивного стану тощо, що вкрай необхідно дітям навесні, при закінченні навчального року, а особливо після карантинних заходів та посилення навчального процесу наприкінці 2019-2020 навчального року. Також під час перебування на природі слід проводити спостереження, фотографування, замальовки, збір природного матеріалу для подальшої арт-терапії за межами природних об'єктів та при несприятливих погодних умовах в приміщеннях навчального закладу.

За цих обставин у нагоді стануть: проведення квестів, активних рухливих ігор тощо (водночас не забуваємо про режим максимального зменшення шумового тиску на природу). Дуже корисним буде, щоразу при відвідуванні природних об'єктів, проводити конкурс на найдивовижніший природний об'єкт під гаслом «Неймовірні творіння природи». Частина з цих об'єктів: коріння, пеньки, шишки, каміння, покрите мохом, тощо — можна забрати до закладу, де створити справжній арт-об'єкт «Сад чудес природи» (на зразок японських садів каміння). З цією ж метою (для подальшого використання в творчих проєктах та висвітлення своєї роботи і почуттів в соціальних мережах) слід проводити фотографування, замальовки, нариси та віршовані описи тощо.

При проведенні занять на природі, влітку значну увагу слід приділити вивченню лікарських рослин та, по можливості, заготівлі лікарської сировини для створення заспокійливих, противірусних, імуномодулюючих, енергетичних зборів тощо. Діти повинні зрозуміти, що природа є основним і невичерпним джерелом здоров'я, сили та творчого натхнення. Це також буде сприяти розумінню бережливого ставлення до неї.

V. Максимальне впровадження ігрових форм, арт-терапії тощо. Вибір ігрових форм максимально повинен бути ініційований дітьми, при збереженні умов мінімуму шумового ефекту. Засоби арт-терапії також можуть бути різноманітними. Водночас ці матеріали можна використовувати у подальшому для участі у відповідних конкурсах. Не слід нехтувати і

соціальними мережами, де можна розмістити відповідні матеріали, з метою поширення цього явища та позитивних емоцій у молодіжному середовищі (див. нижче).

VI. Створення в соціальних мережах відповідних сторінок. Це дозволить дітям самим надавати одне одному поради щодо виходу з «постпандемічного коронавірусного синдрому». Це новий вимір використання соціальних мереж. Не як місця отримання лайків чи своїх «героїчних вчинків» з метою привернення уваги до себе. Світ, і молодіжне середовище, буде змінюватись після подолання (якщо швидко вдасться) коронавірусної пандемічної інфекції. Це реальний шанс наповнити молодіжні соціальні мережі «змістовними» платформами.

VII. Створення в межах гуртків (творчих об'єднань) нових стійких груп дітей за інтересами та умов для їх подальшого спілкування. Після завершення роботи таких гуртків нові групи дітей зможуть продовжити своє спілкування. Водночас, у подальшому, вони зможуть створити умови протидії негативним проявам у молодіжному середовищі, включаючи булінг, куріння, наркозалежність тощо.

VIII. Навіть такі традиційні неформальні форми роботи, як бесіди, дискусії, диспути, рольові ігри тощо, слід проводити з урахуванням ситуації, яка склалась, та на подолання її негативних проявів. Водночас діти повинні самостійно (молодші за допомогою педагогів) зрозуміти природу цієї та інших масових інфекцій, і не тільки біологічну, а й екологічну, соціальну, економічну тощо. За цих обставин, враховуючи реальний досвід, діти повинні зрозуміти індивідуальну та колективну відповідальність, усвідомлене самообмеження, зрозуміти значення згуртованості суспільства у подоланні значних викликів, справжньої дружби тощо. Можна також створити своєрідну картотеку авторських (індивідуальних) порад, з особистого досвіду дітей, «Шляхи виживання та збереження позитивного настрою в умовах самоізоляції» тощо. Реальна ситуація, життєві події, емоції дітей самі підкажуть нові різноманітні форми роботи.

IX. Цей же період можна і треба використати як один з етапів із залучення дітей до участі в громадському русі, підготовки їх до активних проявів своєї соціальної позиції. Це можна організувати шляхом створення (доручення) дитячих громадських екологічних організацій, участі в волонтерському русі (поясненні його суті та значимості у суспільстві) тощо.

Завершення 2019-2020 навчального року в системі позашкільної освіти

Виходячи з реальної ситуації, враховуючи виклики, які виникли перед позашкільною освітою, та на майбутнє необхідно:

- рекомендувати педагогічним радам закладів позашкільної освіти еколого-натуралістичного напрямку для більшості гуртків (творчих об'єднань) розробити короткострокові програми реабілітаційного спрямування на період після завершення карантину, включаючи літній період;
- включити до програм гуртків (творчих об'єднань) еколого-натуралістичного напрямку, які будуть завершувати 2019-2020 навчальний рік у звичному режимі, заняття та заходи, спрямовані на соціально-психологічну реабілітацію та усунення проявів негативних явищ серед учнівської молоді;
- використати набутий досвід роботи за реабілітаційним напрямом для врахування при плануванні роботи на 2020-2021 навчальний рік.

Цей підхід пояснюється тим, що саме еколого-натуралістичний напрям позашкільної освіти є найбільш підготовлений для вирішення проблем, які виникли та виникнуть серед учнівської молоді після закінчення карантину.

Головним повинно стати набуття досвіду роботи та напрацювання певних алгоритмів діяльності для подальшого їх впровадження в роботу всіх профілів гуртків та створення нових програмних продуктів. Особливо слід

приділити увагу короткостроковим програмам, які можна буде запроваджувати в роботу автоматично, за певних умов, таким як – початок навчального року, канікулярний період, карантин, закінчення навчального року, літо тощо.