

**Міністерство освіти і науки України  
Чернівецький національний університет  
імені Юрія Федьковича**

**Факультет педагогіки, психології та соціальної роботи  
Кафедра педагогіки та соціальної роботи**

**Кваліфікаційна робота**

на тему:

**СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ УЧНІВ ДО  
НАВЧАННЯ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ**

**Виконала:**

**Студентка IV курсу, групи 401  
спеціальності 231 «Соціальна робота»  
Черевко Марини**

**Керівник**

к. психол. н., ас. Цимбалюк Н.С.

До захисту допущено:

Протокол засідання кафедри №9

від «23» травня 2023

зав.кафедри \_\_\_\_\_ д.пед.н., проф.Тимчук Л.І.

**Чернівці – 2023**

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	3
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ДО НАВЧАННЯ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ</b> .....	7
1.1 Соціально-психологічні особливості адаптації та дезадаптації у розвитку дітей молодшого шкільного віку.....	13
1.2. Адаптація до навчання молодших школярів в умовах війни.....	17
Висновки до розділу 1.....	23
<b>РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ АДАПТАЦІЇ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ДО НАВЧАННЯ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ</b> .....	25
2.1 Характеристика вибірки та процедура дослідження .....	29
2.2 Аналіз та інтерпретація результатів дослідження.....	30
Висновки до розділу 2.....	
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	40
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	42
<b>ДОДАТКИ</b> .....	47

## ВСТУП

**Актуальність теми.** Сучасні умови життя і діяльності людини в Україні характеризуються кардинальними змінами в економіці, соціальних та освітніх процесах. Суспільство ставить нові вимоги до розвитку особистості - формування ініціативності, сміливості, вміння приймати самостійні рішення та швидко адаптуватися до різних ситуацій.

Незважаючи на те, що багато випускників дошкільних закладів з нетерпінням чекають вступу до школи, у їхньому житті неминуче виникають вимоги, обов'язки та навіть обмеження. Крім того, постають емоційно напружені ситуації, змінюються звичні стереотипи, зростає психологічне та фізичне навантаження. Для того, щоб пристосуватись до нових умов та вимог, необхідно пройти процес адаптації. Саме від протікання процесу та результату адаптації до навчання значною мірою залежить успішність дитини в школі: не лише академічна, але й особистісна (становлення її особистісних рис).

Проблема покращення шкільної адаптації, попередження можливих негативних явищ у психічному та особистісному розвитку першокласників передбачає ранню діагностику шкільної адаптації, що є одним з пріоритетних напрямків діяльності шкільної соціально-психологічної служби. На етапі дошкільного та молодшого шкільного віку відбувається безпосереднє формування людини як учасника суспільних відносин. Набуття необхідних знань, умінь та навичок у цей період визначає характер та особистість дитини. Освітній заклад є базовою установою для адаптації дитини. Під час перебування в ньому діти набувають необхідних навичок взаємодії з соціумом і навколишнім середовищем та засвоюють матеріал навчальних предметів.

Повномасштабне вторгнення російських військ на територію України та введення воєнного стану вплинуло на життя кожного громадянина. Галузь освіти, зокрема дошкільної та початкової, зазнає серйозних трансформацій. Навчальні заклади, які не знаходяться в зоні бойових дій, працюють

дистанційно. В умовах воєнного стану особливого значення набуває питання адаптації дітей дошкільної та початкової освіти до навчання.

Дослідженням питання адаптації до шкільного навчання займалися такі вчені як Я. Л. Коломінський, Е. А. Панько, Л. І. Божович, Л. С. Виготський, А. Г. Глушенко, К. Абульханова-Славська, В. С. Мухіна, О. Я. Савченко, В. А. Енгельгард, М. Г. Кджанян, Б. Д. Паригін, Л. Г. Почебут, В. А. Чикер та ін.

Адаптацію до навчання в умовах воєнного часу вивчали: Назаренко Ю., Жерьобкіної Т., Когут І., Березко О. О. Карман, М. Дем'яненко, І. Нестайко.

Враховуючи вищесказане актуальність теми зумовило вибір теми нашого дослідження **«Соціально-психологічна адаптація учнів до навчання в умовах воєнного часу»**.

**Мета дослідження** полягає у теоретичному та емпіричному аналізі соціально-психологічної адаптації учнів до навчання в умовах воєнного часу.

Відповідно до мети були окреслені такі **завдання дослідження**:

- проаналізувати особливості адаптації до навчання молодших школярів в умовах війни
- визначити чинники успішної адаптації дитини до школи;
- скласти рекомендації для успішної адаптації першокласників.

**Об'єктом дослідження** є учні молодшого шкільного віку.

**Предметом дослідження** є процес адаптації молодших школярів до навчання в умовах воєнного часу.

**Методи дослідження.** Відповідно до визначеної мети і сформульованих завдань застосовувались такі методи дослідження:

а) теоретичні методи (аналіз, порівняння, систематизація, класифікація, узагальнення) дали можливість науково-теоретичного обґрунтування досліджуваної проблеми;

б) емпіричні методи дослідження: проєктивна методика «Школа звірів» (автори Вьюнова Н. І., Гайдар К. М.), Тест тривожності (Р. Темпл, М. Доркі, В. Амен), методика «Експертна оцінка адаптованості дитини до школи»

(автори Чирков В. І., Соколова О. Л., Сорокіна О. В.); кількісна та якісна обробка даних.

**Практичне значення:** одержані теоретичні та експериментальні результати дослідження можуть стати у нагоді педагогічним працівникам та фахівцям соціальної роботи у закладах середньої освіти як допоміжний інструмент у супроводі процесу адаптації першокласників. Результати кваліфікаційної роботи були апробовані на щорічній Студентській конференції 2022-2023 н.р.

Логіка дослідження зумовила структуру роботи: вступ, два розділи, висновки, список використаних джерел, який налічує 49 найменувань, 3 додатки. Загальний обсяг 57 сторінок.

# РОЗДІЛ 1

## ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ДО НАВЧАННЯ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ

### 1.1. Соціально-психологічні особливості адаптації та дезадаптації у розвитку дітей молодшого шкільного віку

Поняття адаптації є міждисциплінарним і займає важливе місце в дослідженнях. Незважаючи на велику кількість досліджень, присвячених питанню адаптації, все ще існує багато прогалин у нашому розумінні природи, типу та структури цього явища, а також його детермінант. Аналіз сутності та змісту соціально-педагогічних аспектів адаптації особистості потребує звернення природничих наук, соціології та педагогіки [42].

Так, зокрема Г. Балл виділив два основні підходи до розуміння адаптації: широкий (приспособування організмів у середовищі, спрямовані на підтримання гомеостазу), вузький (індивід підпорядкований середовищу, по суті незалежний від середовища) [5].

Поняття адаптації може мати різний зміст залежно від біологічного, соціального чи психологічного аспекту, який розглядається вченими. Розглядаючи адаптацію людини на фізичному рівні, можна виділити біологічну, фізіологічну та психологічну адаптацію.

Як відомо, термін «адаптація» прийшов у науку з біологічних наук. У фізіології термін означає пристосувальну реакцію органів чуття на дію відповідних подразників; у біології - пристосування структури функції органів чуття до умов існування організму. Поняття підтримки гомеостазу, тобто адаптації, залишається і в соціальній роботі. Це особливо помітно в концепціях, спрямованих на аналіз взаємовідносин між індивідом і навколишнім середовищем [22].

Але варто відмітити, що зміст поняття «адаптація» набагато ширший, ніж у біології. Оскільки у біології воно називається «приспосовуванням» через його соціальне значення, тобто необхідність приспосовування до нового соціального середовища і важливість адаптації діяльності різних типів індивідів [33].

У широкому розумінні «адаптація - це динамічна характеристика будь-якої самоорганізованої системи (біологічної, соціальної, технологічної), яка полягає у формуванні, наслідках і процесах приспосовування організму або особистості до умов навколишнього середовища та її здатності пристосовуватися до постійно мінливих умов середовища [39]. Таке розуміння проявляється на філософському, соціально-психологічному, педагогічному та психолого-педагогічному рівнях аналізу.

На філософському рівні адаптація розглядається як процес, в якому система, що саморозвивається і саморегулюється (організм, популяція тощо), активно взаємодіє з навколишнім середовищем з метою підвищення стійкості способу розвитку цієї системи в конкретних умовах середовища [31].

На рівні соціально-психологічного аналізу адаптація – це пристосовування індивіда до нової групи (культури, професії, етносу тощо). У сучасній вітчизняній та зарубіжній науці проблема адаптації посідає важливе місце в теоретичних і практичних дослідженнях [4].

Зокрема, відомий вчений В. Петровський також розглядає «адаптованість/неадаптованість» як «показник адаптивності, який визначається відповідністю/відмінністю між цілями індивіда або системи і результатами, досягнутими в процесі діяльності. Показником соціальної адаптованості є порівняння з метою, яка є результатом, що лежить в основі аналізу самодосягнення» [42].

Сьогодні школа ставить перед дитиною велику кількість нових завдань, які потребують мобілізації її фізичних та інтелектуальних сил. Першокласнику необхідно звикнути до нових умов, що виникли в його житті, підлаштуватися під них. Якщо говорити про адаптацію до школи, то це найнапруженіший

період у перший рік навчання. Вона відбувається на соціальному, фізіологічному та соціально-психологічному рівні. Адаптація дітей першого класу до шкільних умов одна із найбільш актуальних проблем психолого-педагогічної науки. Зумовлено такий інтерес з боку вчених і тим, що у початковій школі кількість дезадаптованих дітей збільшується з кожним роком [26].

Адаптація до школи – це «приспособлення дитини до умов і вимог школи, які для неї є новими порівняно з умовами дитячого навчального закладу і сім'ї в дошкільному дитинстві» [32].

Враховуючи вище сказане, навчання в першому класі - найвідповідальніший етап у розвитку, так як саме тут закладається фундамент моральності, відбувається формування соціальних установок, ставлення до самого себе, до інших людей, до суспільства, формується переконання.

Адаптація молодших школярів до нових умов може розвиватися за двома різними сценаріями. Дитина може або успішно адаптуватися до школи (вона приймає і усвідомлює свою нову соціальну роль учня, розуміє вимоги, що ставляться перед нею), або ж таки не адаптуватися до школи. В останньому випадку можна говорити про поняття дезадаптації [35].

Адаптація є фундаментальним елементом у процесі розвитку особистості дитини. Для ефективної адаптації дитини до навчання мають бути створені необхідні умови. Основним завданням навчальних закладів у цьому контексті є забезпечення нормальних умов для адаптації, захист прав учнів, створення та визначення освітнього і творчого потенціалу дитини. Педагогам необхідно мінімізувати шкідливий вплив соціуму на дітей шляхом створення безпечного та комфортного освітнього середовища [40].

Хочемо звернути увагу на аналіз адаптації С. М. Кулик, яка вирізняє такі основні підходи:

- біофізіологічний,
- психологічний,
- інформаційно-комунікативний [25].



Біофізіологічний. Суть підходу полягає а активній адаптації та підтримці необхідного рівня пристосованості структур організму до внутрішніх і зовнішніх змін, що відбуваються під впливом біологічних, хімічних, екологічних і фізіологічних факторів (температура, тиск, освітлення тощо).

Психологічний. Формування індивідуального стилю діяльності. Діалектична інтеграція діяльності та соціально-психологічних відносин між суб'єктом, що адаптується, і соціальним середовищем. Входження індивіда в систему відносин групи та адаптація до неї. Вироблення стереотипів мислення і поведінки, що відображають систему цінностей і норм конкретної виробничої групи. Набуття, зміцнення і розвиток навичок міжособистісного спілкування в рамках даної групи.

Інформаційно-комунікативний. Зміни в структурі або функціонуванні системи та результати аудитів на їх основі. Збір поточних даних та інформації для досягнення оптимальних умов, коли інформації недостатньо або коли змінилися умови використання. Отримання, сприйняття та обробка інформації при контакті.

Критеріями успішної адаптації до школи є, з одного боку, продуктивність навчальної діяльності, а з іншого – соціально-психологічний стан учня, емоційне благополуччя, відсутність тривожності та внутрішнього дискомфорту. Більшість учнів дуже швидко адаптуються до шкільного середовища, приймаючи вимоги навчального процесу. Важливим фактором адаптації дитини до школи є соціальне оточення - вчителі, клас і сім'я. Ставлення вчителя до дитини може вплинути на її успішність або неуспішність у школі. Позиція дитини серед однолітків у класі та ситуація, в яку вона потрапляє, також визначають успішність або неуспішність адаптації дитини до навчання.

У процесі адаптації учня виділяють три рівні адаптації: високий, середній і низький [38].

Високий - учень позитивно ставиться до школи, нових шкільних правил і вимог. Предмет засвоюється легко. Має глибоке і повне розуміння змісту

навчальної програми, розв'язує складні завдання, ввічливий, уважно слухає вказівки і пояснення вчителя. Виявляє великий інтерес до самостійного навчання і готується до всіх уроків. Має високий авторитет у класі.

Середній - учні позитивно ставляться до школи і не мають негативних почуттів під час відвідування уроків. Вони можуть зрозуміти предмет, якщо вчитель пояснює його досить детально і зрозуміло. Вони засвоюють основний зміст навчальної програми на всіх уроках і самостійно виконують загальні завдання. Вони зосереджені та уважні під час виконання завдань, домашніх завдань та інструкцій вчителя. Водночас потребують контролю з боку дорослих. Зосереджується лише тоді, коли займається чимось цікавим самостійно. Майже завжди готується до уроків і виконує домашні завдання. Сумлінно виконує домашні завдання. Дружить з багатьма однокласниками.

Низький - учні негативно або байдуже ставляться до школи. Періодично порушують дисципліну. Самостійна робота з підручниками викликає труднощі, і хоча виконуються самостійні завдання, але не виявляється до них особливого інтересу. Підготовка до занять неорганізована і потребує постійного контролю та систематичної уваги з боку вчителів і батьків. Потребує значної допомоги з боку вчителів та батьків для розуміння нового матеріалу. Завдання виконує під контролем, без особливого бажання.

Шкільна дезадаптація – це процес, при якому спостерігається створення механізмів адаптації дитини до школи, які вважаються неадекватними, і виявляються у вигляді порушень поведінки школяра та умов навчання, супроводжуються конфліктними стосунками, психогенними захворюваннями та реакціями, підвищеним рівнем тривожності та наявністю спотворень в особистісному розвитку [27].

Ознаками дезадаптації можуть бути неуспішність, войовничість, капризи, погана поведінка, енурез, погані відносини з однолітками і вчителем. Вчені говорять про те, що у дитини може формуватися «психогенне захворювання» і «психогенне формування особистості дитини, що порушує її

суб'єктивний і об'єктивний статус у школі та сім'ї і уповільнює навчально-виховний процес» [1].

Отже, вважаємо за необхідне розкрити ці поняття. Психогенне захворювання виникає під впливом психотравмуючих ситуацій. У першокласників таким психотравмуючим чинником може бути неуспішність адаптації до школи, несприятлива соціально-психологічна атмосфера в школі, не складаються взаємини з учителем і однокласниками. Учені відзначають, що до 30% першокласників з дезадаптацією потребують кваліфікованої соціально-психологічної допомоги, а ще більший відсоток дітей потребує соціально-психологічної профілактики [27].

На нашу думку, до тих факторів, які були перераховані нами вище і впливають на формування дезадаптації першокласника, слід віднести і авторитарний стиль викладання педагога. А також не останнє місце належить ролі, яку відіграють і сім'я, і стиль стосунків, який склався в сім'ї. Емоційний клімат, соціально-психологічна атмосфера сім'ї відіграє істотну роль у формуванні позиції учня. Школа і сім'я повинні дотримуватися єдиних вимог по відношенню до дитини.

Варто розуміти, якщо з різних причин навчальна діяльність не є важливою складовою розвитку особистості дитини і, відповідно, не може повністю задовольнити пізнавальні потреби та прагнення до нових соціальних стосунків, які виникають у шкільному середовищі, дитину можна назвати дезадаптованою або не повністю адаптованою до школи. Якщо ці потреби задовольняються, дитина може усвідомити, що навчання є важливою і значущою діяльністю, яка призводить до певних результатів, важливих як для неї самої, так і для дорослих, які її оточують (особливо батьків і вчителів).

Таким чином, проблема адаптації дітей до школи є однією з найбільш важливих проблем початкового ступеня освіти, від успішного вирішення якого залежить подальший всебічний розвиток особистості першокласника.

Відомо, що в сучасній періодизації психічного розвитку, молодший шкільний вік визнається таким, що охоплює віковий проміжок від 6-7 до 9-11

років. Цей період характеризується змінами в способі життя і звичках, у тому числі новими соціальними ролями учня, новими вимогами і змінами в основній діяльності - навчальній діяльності. При цьому змінюється і сприйняття дітей молодшого шкільного віку в системі стосунків, інтересів та цінностей [41].

У початковій школі активно розвиваються такі сфери мотивації, як мотивація встановлення та підтримання добрих міжособистісних стосунків з однолітками. На перший план виходять пізнавальні потреби, такі як потреба виконувати вимоги вчителя, отримувати високі оцінки, похвалу від дорослих, бути найкращим учнем у класі, взаємодіяти з однолітками [8].

На думку В. С. Мухіної, в молодшому шкільному віці спостерігається зростаюча тенденція до самовираження і потреби на визнання з боку педагогів, батьків і однокласників (особливо в зв'язку з успіхами в навчальній діяльності) [17].

Мотивація розвивається в напрямку усвідомленості та стає довільною. Навчальна діяльність сприяє формуванню та розвитку почуття відповідальності як риси особистості, що характерно для цієї вікової групи.

У цьому віці активно розвивається самосвідомість. Старшокласники починають усвідомлювати, що вони є особистостями, які піддаються соціальному впливу. Вони повинні вчитися і в процесі цього засвоювати систему соціальних очікувань і цінностей щодо знань, понять, ідей, соціальної поведінки, які можуть їх змінити. При цьому учні відчують свою унікальність, свою ідентичність, прагнуть отримати схвалення дорослих і однолітків [49].

Під час навчальної діяльності в учнів початкових класів розвивається самооцінка, а також навички самоконтролю та саморегуляції. У дітей молодшого шкільного віку формується спосіб спонтанної організації. Спочатку це передбачає словесні інструкції вчителя, а потім, у міру розвитку самосвідомості дитини, спонтанні дії стимулюються власними потребами дитини. До кінця початкової школи формуються такі спонтанні риси особистості, як самостійність, наполегливість і витримка [10].

Психолог Л. С. Виготський відмічає, що формування в учнів уміння володіти зовнішнім виразом почуттів є основним педагогічним завданням [8].

Разом з підвищенням довільності емоційного процесу, в даному віці зазнає зміни змістовна сторона емоцій і почуттів. Розвиваються вищі почуття: інтелектуальні (сумнів, здивування, інтелектуальне задоволення), моральні (почуття дружби, співчуття, боргу та ін.), естетичні [8].

Вікова норма емоційного життя дитини молодшого шкільного віку – переважно життєрадісний настрій. Але, згідно з дослідженнями Л. С. Славіної, у ряду учнів в цей період можливий прояв схильності до гострих афектних станів, це обумовлено як незадоволена потреба в близьких взаєминах з оточуючими, так і розходження між підвищеним рівнем домагань і рівнем власних можливостей при наявності неусвідомлюваної невпевненості в собі [45].

Говорячи про такі особливості варто сказати про кризу 6-7 років. Як вважає дослідниця Л. І. Божович, криза 7 років – це період народження соціального «Я» дитини [36].

Ця криза впливає на кожну дитину по-різному. Зазвичай у цей період діти усвідомлюють, що їхнє становище в системі стосунків змінюється, а зміни в Я-концепції призводять до переоцінки цінностей. Найважливіші та життєво важливі речі відходять на другий план, а натомість з'являються нові цінності. Наприклад, старі інтереси перестають бути цікавими, ігрова діяльність стає менш важливою, а навчальна діяльність стає більш пріоритетною та цікавою для дитини. Часто ознаками кризи у віці 7 років є негативна поведінка, що характеризується примхливими тенденціями, створенням конфліктних ситуацій у стосунках з однолітками та родичами, але ці ознаки починають зникати, коли криза закінчується [37].

Варто зосередити увагу на тому, що у дітей відбувається «втрата дитячої безпосередності», тобто вчинки набувають інтелектуального моменту. Тепер дитина починає думати, перш ніж діяти, намагається оцінити свій вчинок з точки зору його результату, можливих наслідків, поставленої мети [30].

Вагомою особливістю у житті школяра стає його смислове орієнтування в своїх діях. Це можна обґрунтувати змістом переживань дитини з приводу страху зміни стосунків з оточуючими, втрати своєї значущості в їхніх очах, тому починають міркувати з приводу своїх дій, починають приховувати свої переживання [46].

У цьому віці дитина стає вкрай чутливою до оцінки своєї поведінки дорослими. На думку А. Валлона, дитина починає відчувати емоційне задоволення від своєї поведінки, коли бачить, що її робота корисна, що вона приносить задоволення дорослим, подобається оточуючим. Саме так, вважає дослідник починають формуватися громадські мотиви поведінки [7].

Розвиток особистості молодшого школяра залежить від успішності, оцінки дитини дорослими і дітьми. Зміни в особистості кожної дитини часто призводять до виплеску емоцій на оточуючих, до примх. Пережиті дитиною в будь-яких ситуаціях успіх або невдачі, призводять до формування стійких афективних комплексів: почуття власної значущості, компетентності або, навпаки, почуття неповноцінності, ураженого самолюбства [3].

Цей вік характеризується прагненням до досягнень. Саме тому основний мотив діяльності молодшого школяра це - мотив досягнення успіху. Нерідко таке явище пов'язують з мотивами і бажаннями, які носять егоїстичний характер і проявляються у тому, щоб бути схваленим дорослим або зміцнити свою особистісну позицію в групі однолітків. Часто можна зустріти й інший вид цього мотиву - мотив уникнення невдачі [47].

Молодший шкільний вік - це період поглинання, накопичення та засвоєння знань. Цю важливу функцію успішно виконують особливості дітей цього віку: надійна слухняність авторитетам, підвищена сприйнятливність, уважність, наївне та ігрове ставлення до багатьох речей, з якими вони стикаються [13].

Діти молодшого шкільного віку вразливі до зовнішніх впливів. З цієї причини вони засвоюють не лише інтелектуальні знання, але й моральні. Вчителі відіграють важливу роль у встановленні моральних норм і розвитку

дитячих інтересів, але ступінь їхнього успіху залежить від того, які стосунки вони будують зі своїми учнями [24].

У цьому віці діти починають усвідомлювати себе особистостями, прагнуть досконалості та відчують свою унікальність. Це відображається у стосунках з однолітками та в усіх аспектах життя дитини. Спочатку вони намагаються поводитися так, як прийнято в їхній групі, підкоряючись законам і правилам, але з часом вони беруть на себе лідерські ролі і намагаються завоювати домінування серед однолітків. У цьому віці дружні стосунки стають більш інтенсивними, але не надто напруженими. Діти розвивають здатність заводити друзів і взаємодіяти з ними [44].

У шкільні роки розвивається здатність до емпатії. Діти, які вступають у нові дружні стосунки, мимоволі змушені порівнювати себе з іншими дітьми - їхніми успіхами, досягненнями та поведінкою [27].

Закінчення початкової школи характеризується глибокою кризою мотивації. Мотивація, пов'язана з бажанням набути нового соціального статусу, закінчується, а основна мотивація до навчання часто втрачається. Ця криза характеризується негативним ставленням до школи загалом і до необхідності відвідувати школу, відсутністю мотивації до виконання навчальних завдань і конфліктами з учителями. Ситуація ускладнюється ще й тим, що негативне ставлення учнів до школи є досить стійким і має тенденцію зберігатися від початкової школи до старших класів [46].

Таким чином, основні новоутворення особистості молодшого школяра відіграють ключову роль у процесі адаптації та можуть допомогти зробити його протікання більш сприятливим через такі основні характеристики: орієнтація на групу однолітків; формування особистісної рефлексії (здатність самостійно встановити межі своїх можливостей); формування усвідомленої і узагальненої самооцінки; усвідомлення і стриманість в прояві почуттів, формування вищих почуттів; усвідомленість вольових дій, формування вольових якостей.

## 1.2. Адаптація до навчання молодших школярів в умовах війни

У процесі адаптації до нового етапу навчання діти молодшого шкільного віку переживають трансформацію свого шкільного життя і змушені пристосовуватися до нових правил і вимог. Погана адаптація до нових умов навчання призводить до так званої «дезадаптації», яка спричинена неготовністю до трансформації. Деадаптація проявляється у спалахах гніву, депресії, поганій здатності до навчання, дратівливості, замкнутості, постійній втомі, тривожності та проблемах з адекватною оцінкою своїх здібностей.

Освіта в умовах воєнного стану вимагає нових вимог до соціально-психологічної підтримки дітей молодшого шкільного віку. Вчителям початкових класів, соціальним педагогам необхідно організувати мотиваційні ранкові збори для всіх учнів, які включатимуть психологічні роз'яснення для вікових груп (незалежно від форми навчання - онлайн або в режимі реального часу), підтримуючі бесіди, уроки навчання методам самопомоги, інші заходи, які б сприяли профілактиці негативних явищ в учнівському середовищі, сприяли закріпленню позитивних установок, зростанню самооцінки, зростанню рівня обізнаності з питань саморегуляції.

Цього року українським школярам ще важче зануритися у навчання за партами у зв'язку із постійними сигналами повітряної тривоги. Діти також бояться надовго залишатися в незнайомому місці і без батьків. Особливо це стосується першокласників та евакуйованих дітей. Сьогодні більшість батьків вже вирішили, як навчатимуться їхні діти.

Період адаптації до школи часто буває дуже складним, супроводжується погіршенням поведінки та емоційного фону. Це нормально, і цього не варто боятися.

Воєнний час - це період, коли дітям, вчителям і батькам постійно доводиться пристосовуватися до нових ситуацій, багато з яких не дуже сприятливі. Безпека та здоров'я дітей є найважливішим і першочерговим пріоритетом.



Діти вбирають всі емоції, які дарують їм батьки. Якщо батьки зможуть контролювати свої емоції, правильно їх виражати і справлятися зі своїми переживаннями, діти будуть більш захищеними і спокійними.

Одним із напрямків формування шкільної зрілості дітей шестирічного віку у роботі соціального педагога є просторове орієнтування першокласника, що особливо є важливим у воєнний час. Адже учням потрібно залишати приміщення класу у разі сигналу повітряної тривоги. Тому навички самостійного орієнтування в просторі дуже важливі для успішного навчання в школі. Практика просторового розподілу є особливо складною для дітей дошкільного віку.

Як уже згадувалося, ігрова діяльність дуже важлива для дітей дошкільного віку. Це ж стосується і дітей молодшого шкільного віку. Для дітей, які тікають із зони бойових дій, гра є засобом розуміння емоцій, які вони переживають. Таким чином, сюжетна гра може відображати військові дії, евакуацію та життя в притулках. Такі умови, на думку більшості дослідників, є адекватною реакцією [20].

Допомогти дітям інтегруватися в новий колектив, залучити їх до навчального процесу, знизити рівень стресу, мотивувати до навчання - ось деякі із завдань, які доводиться виконувати вчителям та вихователям. Успіх у виконанні цього завдання починається з того, як відбувається знайомство дитини з новим колективом. Якщо вчитель намагається підкреслити важкий досвід, який дитина отримала в зонах конфлікту, це може призвести до того, що клас відкине новачка або «прославить» його минуле. Звичайно, вчителі та однокласники повинні знати щось про нового учня, але школа повинна зосередитися на тому, щоб залучити дитину до навчального процесу.

На успішну адаптацію також впливає те, як дитина йде до школи і повертається зі школи, де вона залишається після уроків, чи відвідує музичні або спортивні гуртки, якщо вона звикла до таких занять вдома. Тому дуже важливим є контакт між батьками та вчителями [14]. Це важливо не тільки для того, щоб підготувати дитину до позитивного ставлення до адаптації, але й для

того, щоб бути готовими разом долати труднощі, коли вони виникатимуть. Батьківська підтримка може допомогти дати дітям відчуття захищеності, вселити впевненість у позитивних результатах і допомогти їм швидше інтегруватися в нову групу [15].

Сучасні дослідники виділяють такі критерії визначення рівня адаптації молодших школярів внаслідок бойових дій, у навчальних закладах.

1. Поведінковий. Це відображення дотримання кодексу поведінки в початковій школі.

2. Презентаційний. Інформування учнів середньої школи та їхніх батьків/опікунів про специфіку навчального закладу, розклад занять, вимоги до поведінки та оцінювання. Вчителі мають знайомити учнів із закладом у формі екскурсій та залучати до цього процесу інших учнів, інформуючи їх про традиції та свята закладу.

3. Соціально-психологічний. Проявляється у визначенні ролі особистості в моделі взаємовідносин. Як відомо, ставлення до учнів формується в початковій школі. Однак з часом це ставлення може змінюватися, спричиняючи труднощі соціалізації в школі для учнів, впливаючи на їхню самооцінку та ускладнюючи їхню інтеграцію в клас.

4. Емоційний. Це загальний емоційний стан дітей під час перебування в школі.

5. Академічний. Мається на увазі, чи є учень успішним у навчальній діяльності. Щоб покращити їхню адаптацію, дітям варто запропонувати додаткові курси. Важливо створювати ситуації, які дозволяють «новим учням» досягати успіху, щоб діти не втрачали впевненості та бажання вчитися [29].

Адаптація дитини до навчання у школі відбувається не одразу. Це досить довгий процес, пов'язаний зі значними проблемами як об'єктивного, так і суб'єктивного характеру. Тому вважаємо за доцільне виокремити наступні чинники успішної адаптації.

Серед таких, що впливають на успішну адаптацію молодших школярів можна виділити наступні [2]:

- вікові та індивідуально-психологічні особливості дитини;
- фізичне і психічне здоров'я;
- рівень готовності до школи (розвиток інтелекту, мотивація навчання, бажання навчатися, вміння спілкуватися, адекватно поводитися і реагувати на ситуацію, організовувати поведінку і діяльність, розвиток психофізіологічних функцій, рівень розумової і пізнавальної активності),
  - вік початку систематичного навчання;
  - особливості шкільної ситуації;
  - стосунки з учителями та однокласниками;
  - мікроклімат в сім'ї;
  - особистісні якості та основні параметри психічного розвитку.

Дослідники Я. Л. Коломінський і Е. А. Панько виділили позитивні і негативні фактори пристосування дітей до школи. Дослідження показують, що адекватна оцінка дитиною свого положення в школі, зміна виду діяльності, оптимальні методи сімейного виховання, відсутність конфліктних ситуацій в сім'ї, високий статус в групі однолітків сприяє успішній адаптації дітей до навчання, в той час як функціональна неготовність до школи, незадоволеність у спілкуванні з дорослими, негативне ставлення педагога і несприятливий мікроклімат в сім'ї ускладнюють процес адаптації до школи [38].

Хочемо зупинитись на розгляді деяких з цих факторів більш детально.

Зокрема, один з чинників є вік початку систематичного навчання. Адаптація дітей шестирічного віку до школи зазвичай триває довше - у них можна спостерігати підвищену напругу всіх систем організму, більш низьку і нестійку працездатність. Однак, рік, що відокремлює 6-річну дитину від 7-річної дуже важливий для фізичного, функціонального та психічного розвитку [13].

Якщо поглянути на молодший шкільний вік зі сторони фізіології, то його можна визначити як період бурного фізичного зростання, коли дітям характерний швидкий ріст, можна помітити дисгармонію, коли фізичний розвиток значною мірою випереджає нервово-психічний розвиток

дитини. Наступним чинником є стан здоров'я дитини (фізична готовність до навчання) - один з основних факторів, що впливає не тільки на тривалість і успішність адаптаційного періоду, а й на весь процес подальшого навчання [12].

Те, наскільки дитині притаманна готовність до початку систематичного навчання є наступним важливим чинником. І власне, психологічна готовність дитини до шкільного навчання - це один з найважливіших підсумків психічного розвитку в період дошкільного дитинства [3].

Уявлення про готовність дитини до школи ґрунтуються на вченнях Л.С. Виготського, який говорив, що готовність до шкільного навчання полягає в рівні розвитку пізнавальних процесів, а вже на другий план варто віднести те, настільки дитина має кількісний запас знань і умінь. Тому готовність до школи, пов'язана перш за все, зі здатністю узагальнювати, диференціювати в відповідних категоріях предмети і явища навколишнього світу, встановлювати причинно-наслідкові зв'язки, робити самостійні висновки [8].

На особливу важливість особистісної та інтелектуальної готовності до школи звертає дослідниця Л. І. Божович, яка підкреслювала, саме ці аспекти важливі як для успішного оволодіння навчальною діяльністю, так і для якнайшвидшої адаптації дитини до нових умов; успішність навчання багато в чому залежить і від рівня мотиваційного розвитку, рівня довільності поведінки і розвитку інтелектуальної сфери [6].

Хочемо звернути увагу, що в певній мірі полегшує адаптацію до школи попереднє перебування дітей в дитячому садку.

У своїх роботах А. Г. Глушенко зазначає, що характер виховання в дошкільному віці впливає на розвиток і протягом адаптаційного процесу [9].

Великий вплив на ефективність адаптованості учнів першого класу має позиція та стиль спілкування з учнями вчителя [15].

Варто відмітити, що для успішної адаптації педагогам і батькам необхідно розвивати у дітей вміння взаємодіяти з однолітками та дорослими,

вміти бачити та реагувати на чужі переживання, тобто таким чином ставати соціально і емоційно компетентними.

Отже, проблема адаптації дітей до школи є однією з найбільш важливих проблем початкового ступеня освіти, від успішного вирішення якого залежить подальший розвиток особистості першокласника.

Підсумовуючи вище зазначене, хочемо виділити важливі, на наш погляд, важливі особливості на початковому етапі навчання адаптації дитини до школи:

- першокласнику потрібна допомога, в тому, щоб прийняти, зрозуміти і усвідомити нові вимоги школи, йому потрібна підтримка для того, щоб він легко прийняв нову роль учня;

- в перший час робота повинна бути спрямована не на навчання письму і рахунку, а на прийняття і привчання дитини до режиму дня та дотримання санітарно-гігієнічних норм.

## **Висновки до розділу 1**

Отже, розглянувши особливості шкільної адаптації, її теорії та концепції, опрацювавши інформацію про особливості адаптаційного періоду учнів, а також обґрунтувавши причини дезадаптації молодших школярів можна зробити деякі узагальнення та висновки.

Адаптація - це динамічний процес, завдяки якому мобільна система організму підтримує стабільність, необхідну для процвітання, незважаючи на мінливі умови. Процес адаптації виникає при значних змінах у системі «організм-середовище» і забезпечує формування нових гомеостатичних умов, які дозволяють забезпечити максимальну ефективність фізіологічних функцій і поведінкових реакцій.

Основними показниками соціально-психологічної адаптації в школі є формування відповідної поведінки: встановлення контакту з учнями та вчителями і набуття навичок навчальної діяльності. Успішна адаптація до шкільного життя залежить від готовності до навчання в першому класі та сформованості базових умов для навчальної діяльності. Чим більше організм дитини буде підготовлений до того, щоб впоратися з усіма змінами, які супроводжують початок шкільного життя, і подолати неминучі труднощі, тим легше вони будуть подолані і тим плавніше пройде процес адаптації до шкільного життя.

У процесі аналізу теоретичних аспектів були виявлені наступні причини дитячої дезадаптації: неефективні методи виховання в сім'ї, відсутність функціональної підготовки до школи, проблеми спілкування з дорослими, неусвідомлення свого становища серед однолітків, конфліктні ситуації в сім'ї через алкоголізм, негативне становище дитини серед однолітків у дитячому садку, низький рівень освіти батьків, конфліктні ситуації в сім'ї, негативне ставлення вчителів до дитини, воєнний стан.

## РОЗДІЛ 2

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ АДАПТАЦІЇ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ДО НАВЧАННЯ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ

#### 2.1 Характеристика вибірки та процедура дослідження

Мета дослідження - емпірично дослідити соціально-психологічні особливості адаптації учнів до навчання у школі в умовах воєнного часу.

Основні етапи нашої дослідницької роботи:

1. Організаційний етап передбачав пошук та теоретичне опрацювання літератури за даною темою, постановку мети дослідження. Також нами були обрані методики для діагностики адаптації першокласників в умовах воєнного часу.

Проективна методика «Школа звірів» (автори Вьюнова Н. І., Гайдар К. М.) була обрана, тому що малювання для молодших школярів є звичною і цікавою справою. Аналіз намальованого дає можливість зробити деякі припущення про ті труднощі, які виникли у дітей в процесі навчальної діяльності.

Тест тривожності (Р. Темпл, М. Доркі, В. Амен) була обрана тому, що аналіз методики дає можливість виявити загальний рівень тривожності та у ситуаціях різного типу.

Методика «Експертна оцінка адаптованості дитини до школи» (автори Чирков В. І., Соколова О. Л., Сорокіна О. В.) обиралися за принципом легкості та доступності для педагога та батьків. Стимульний матеріал є досить конструктивний та зрозумілий для досліджуваних. Методика дозволяє оцінити та проаналізувати адаптацію першокласника зі опитування педагога та батьків.

2. Етап збору даних являє собою власне експериментальне дослідження.

Для дослідження були обрані діти 1 класу, їхні батьки та педагог.

База дослідження: Тернівський ОЗЗСО I-III ступенів

У дослідженні взяли участь 20 учнів 1 класу, 20 батьків, 1 педагог.

3. Якісна та кількісна обробка отриманих результатів. На даному етапі був здійснений кількісний та якісний аналіз отриманих даних.

У сучасній науково-практичній літературі арсенал методик дослідження адаптації молодших школярів є доволі широким. Якщо проаналізувати зміст і характер наявних методів вивчення цього феномену, то всі їх можна розділити на дві групи: одні будуються на оцінюванні поведінки дитини спостерігачем, інші базуються на відповідях чи малюнках власне дитини. Щоб проаналізувати цілісну картину ми обрали методики, які відносяться до двох груп: різностороння оцінка характеристик процесу адаптації дасть нам більш широкий аспект розгляду цього явища

1) Проективна методика «Школа звірів» (автори Н. І. Вьюнова, К. М. Гайдар) [23].

Ця методика дає можливість виявити шкільні особливості дезадаптації на початковій стадії розвитку. Невизначеність стимульного матеріалу, атмосфера доброзичливості і відсутність оціночних суджень дозволяють отримати незаангажовані результати. Для дослідження ми обрали групову форму проведення діагностики.

При інтерпретації враховуються такі аспекти:

1. Розміщення малюнка на аркуші.

Якщо малюнок розташований ближче до верхнього краю аркуша, це інтерпретується як висока самооцінка, незадоволеність становищем людини в групі і відсутність визнання з боку оточуючих. Якщо малюнок розташований ближче до нижнього краю аркуша, це інтерпретується як низька впевненість у собі та занижена самооцінка.

2. Контури фігур.

Контури фігури аналізуються на основі наявності або відсутності виступів, таких як щити, обладунки або голки, чіткості намальованих ліній і темряви, що вказує на захист від інших. Агресивний - коли фігура намальована з гострими кутами; боязкий або тривожний - коли лінії темні; тривожний або підозрілий - коли є щити або перешкоди.



### 3. Натиск.

Оцінюючи лінію, слід звернути увагу на тиск. Стабільний натиск вказує на стабільність, слабкий - на тривогу, а дуже сильний - на напругу. Якщо ви перебуваєте у стані стресу, лінія може бути розірвана, мати штрихи або позначки, які були стерті.

### 4. Наявність деталей, що відповідають органам чуттів, — очі, вуха, рот.

Відсутність очей вказує на неприйняття інформації, в той час як вуха (особливо великі, деталізовані вуха) вказують на зацікавленість в інформації, особливо в думці інших людей про себе. Відкритий і затінений рот свідчить про схильність до страху. Зуби - ознака вербальної агресії.

5. Аналіз якості і взаємодії персонажів показує особливості комунікативних стосунків.

Той факт, що багато дітей мають різні стосунки один з одним (наприклад, грають, беруть участь у навчальній діяльності) і між ними немає розмежувальної лінії, свідчить про те, що вони мають добрі стосунки з однолітками. Якщо це не так, це може свідчити про труднощі у побудові стосунків з іншими учнями.

6. Характер стосунків між твариною-вчителем і твариною, що зображує дитину.

Необхідно простежити, чи немає протиставлення між ними? Як розташовані фігури вчителя і учня стосовно один до одного?

### 7. Зображення навчальної діяльності.

Якщо не зображена навчальна діяльність, можна припустити, що дитина цікавиться неакадемічними аспектами школи. Якщо не зображені учні, вчителі, навчальна та ігрова діяльність, а також тварини і люди в школі, можна припустити, що дитина не моделює позицію учня і не усвідомлює позицію учня.

### 8. Колірна гамма.

Яскраві, життєрадісні тони говорять про благополучний емоційний стан дитини в школі. Похмурі тони можуть свідчити про неблагополуччя і пригнічений стан.

Узагальнений аналіз допоможе скласти загальний соціально-психологічний портрет процесу проходження адаптації, доповнити характеристику вербального тесту

## 2) Тест тривожності (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен)[18].

Методика призначена для визначення рівня тривожності дитини молодшого шкільного віку. Діагностика тривожності у першокласників є необхідною, оскільки вона пов'язана з новим соціальним статусом – школяра, а особливо сьогодні у воєнний час, тому вбачаємо за доцільне дослідити показник тривожності.

Експериментальний матеріал – 14 малюнків, кожен з яких відображає певну типову для життя молодшого школяра ситуацію.

Кожний малюнок виконано у двох варіантах: для дівчинки (та для хлопчика). Обличчя дитини не вимальоване, а лише контур голови. Кожний малюнок доповнений двома зображеннями дитячої голови, що за розмірами точно відповідає контурам обличчя на малюнку. На одному із двох зображень – усмінене обличчя, на іншому – сумне.

Малюнки демонструють дитині в чітко визначеному порядку один за одним. Бесіда відбувається в окремій кімнаті. Показуючи дитині малюнок, дослідник дає інструкцію.

Аналіз результатів передбачає:

### А. Кількісний аналіз

На підставі даних протоколу обчислюється індекс тривожності дитини (ІТ), що дорівнює процентному відношенню числа емоційно негативних виборів (сумне обличчя) до загального числа малюнків (14):

$$ІТ = (\text{число емоційних негативних виборів} / 14) * 100\%$$

Залежно від рівня індексу тривожності діти підрозділяються на 3 групи:

- високий рівень тривожності (ІТ вище 50%);

- середній рівень тривожності (ІТ від 20 до 50%);
- низький рівень тривожності (ІТ від 0 до 20%).

#### Б. Якісний аналіз

Кожна відповідь дитини аналізується окремо. Робляться висновки щодо можливого характеру емоційного досвіду дитини в даній (і подібної їй) ситуації. Особливо високе проєктивне значення мають малюнки: № 4 («Одягання»), № 6 («Укладання спати на самоті»), № 14 («Їжа на самоті»).

Діти, які роблять в цих ситуаціях негативний емоційний вибір, найімовірніше будуть володіти найвищим індексом тривожності ІТ; діти, що роблять негативні емоційні вибори в ситуаціях, зображених на малюнках: № 2 («Дитина і мати з немовлям»), № 7 («Умивання»), № 9 («Ігнорування») і № 11 («Збирання іграшок»), з більшою ймовірністю будуть мати високий або середнім індексом тривожності ІТ.

3) Методика «Експертна оцінка адаптованості дитини до школи» (автори В. І. Чирков, О. Л. Соколова, О. В. Сорокіна) [18]

Мета: визначити рівень адаптованості дитини до навчання в школі.

Методика складається з двох схем:

Схема 1: вивчення соціально-психологічної адаптації дітей до школи, для вчителів.

Схема 1 (для вчителів) включає 4 критерії адаптованості і 7 характеристик (шкал) для їхньої оцінки. Як критерії виступають такі параметри:

1. Ефективність навчальної діяльності.
2. Засвоєння шкільних норм поведінки.
3. Успішність соціальних контактів.
4. Емоційне благополуччя.

Схема 2: вивчення соціально-психологічної адаптації, для батьків.

Схема 2 (для батьків) містить 6 характеристик (шкал):

1. Успішність виконання шкільних завдань.
2. Ступінь зусиль, необхідних дитині для виконання шкільних завдань.

3. Самостійність дитини у виконанні шкільних завдань.
4. Настрій, з яким дитина йде до школи.
5. Взаємини з однокласниками.
6. Загальна оцінка адаптованості.

Форма проведення: індивідуальна і групова.

Матеріали: стимулюючий матеріал, бланки.

Інтерпретація результатів:

Схема 1

22-35 балів – зона адаптації;

15-21 бал – зона неповної адаптації;

0-14 балів – зона дезадаптації

Схема 2

19-30 балів – зона адаптації;

13-18 балів – зона неповної адаптації;

0-12 балів – зона дезадаптації.

Таким чином, проведення емпіричного дослідження передбачає планування ряду підготовчих етапів та планомірну їх реалізацію, забезпечення отримання ряду даних, які потребують ретельної обробки, аналізу та інтерпретації.

## 2.2 Аналіз та інтерпретація результатів дослідження

Результати діагностики адаптації першокласників за методикою «Школа звірів» (автори Вьюнова Н. І., Гайдар К. М.) представлені в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

### Результати діагностики за методикою «Школа звірів» (автори Вьюнова Н. І., Гайдар К. М.)

Критерій оцінювання	Характеристики	Кількість дітей
Розміщення малюнка	Ближче до верхнього краю	4
	В нижній частині	7
	На середній лінії	9
Контури фігур	Наявність виступів (панцирів, щитів)	1
	Гострі кути	10
	Затемнення контурної лінії	6
	Промальовування контурної лінії	12
Натиск	Стабільний	9
	Слабкий	5
	Сильний	12
	Розірваність ліній, сліди стирання	11
Наявність деталей, що відповідають органам чуттів	Вуха (ретельно промальовані та великі)	7
	Відкритий рот	3
	Зуби	5
	Відсутність очей	8
Аналіз якості і взаємодії персонажів	Велика кількість персонажів, що мають різні стосунки між собою (грають, навчаються, гуляють і т.д.)	10
	Відсутність роздільних ліній	8
	Наявність роздільних ліній	11
Характер стосунків між твариною-вчителем і твариною, що зображує дитину.	Вчителя і учня щось розділяє	9
	Вчителя немає	3
	Вчителя і учня нічого не розділяє	8
	Присутня	7

Зображення навчальної діяльності	Відсутня	13
Колірна гама	Яскраві життєрадісні тони	14
	Похмурі тони	6

Проаналізувавши результати, можемо зробити наступні висновки.

#### 1. Розміщення малюнка на аркуші.

Висока самооцінка, як незадоволеність своїм статусом в колективі, недостатність визнання з боку оточуючих характерна для 4 дітей (20%). Невпевненість в собі, низька самооцінка притаманна для 7 дітей (35%). Адекватна самооцінка та задоволеність своїм статусом у колективі – 9 дітей (45%).

#### 2. Контури фігур.

Контури фігур вказують на захист від оточуючих. Підозрілість притаманна тільки для 1 учня. Агресивний захист (10 учнів) страхом або тривогою – 12 учнів.

3. Натиск. Було виявлено, що для усіх школярів характерними є прояви тривожності, але при цьому 9 з них мають виражену стійкість. Варто відмітити, що 12 школярів (60%) відчують себе напруженими – у їхніх малюнках чітко спостерігається сильний натиск..

#### 4. Наявність деталей, що відповідають органам чуттів, — очі, вуха, рот.

У 7 дітей (35%) виявлено зацікавленість інформації, основною мірою їх цікавить що про них думають оточуючі. В свою чергу неприйняття інформації спостерігається у 8 дітей (40%), також є тенденція до виникнення страхів.

5. Аналіз якості і взаємодії персонажів показує особливості комунікативних стосунків.

Крім того, кількість і положення тварин на малюнках були використані як критерії аналізу, що вказують на стосунки дітей з класом і їхнє ставлення до шкільного життя. На дитячих малюнках тварини сиділи на партах, а троє дітей (50%) виконували домашнє завдання. Це позитивний критерій, який свідчить про усвідомлення важливості виконання навчальних завдань і навчальної діяльності в цілому. У 40% малюнків тварини були намальовані так, ніби вони

стояли в ряд. Це свідчить про механічне ставлення до завдання та низький рівень креативності. У 10% малюнків тварини були зображені затиснутими між стінами або деревами, що символізує труднощі у спілкуванні з іншими людьми.

6. Характер стосунків між твариною-вчителем і твариною, що зображує дитину. Важливим показником у дитячих малюнках є фігура вчителя. У 40% першокласників було виокремлено фігуру вчителя або розташуванням, або розміром, або окремими деталями (указка, книги, окуляри, портфель). Це показник значимості вчителя як шкільного лідера. Водночас у 45% зображень фігуру вчителя не було промальовано, що свідчить про сприймання педагога як не значимого або наявність невротичного ставлення до нього через можливі конфлікти. І звісно, особливої уваги потребує той факт, що 3 дітей (15%) не зобразили вчителя взагалі.

7. Зображення навчальної діяльності. Аналіз малюнків показав, що наявність будівель, які символізують школу, свідчить про інтерес до навчання, тоді як відсутність будівель вказує на інтерес до гри, а не до навчання. Аналіз малюнків показав, що 35% дітей намалювали будівлі різних розмірів і форм, що свідчить про те, що діти визнають школу своїм домом і вважають навчання важливим і необхідним. Також було виявлено, що 65% дітей не зобразили на своїх малюнках будівлі, які б символізували школу, що свідчить про те, що вони сприймають школу як місце для гри та навчання, і не більше.

#### 8. Колірна гамма.

Позитивним моментом діагностики є те, що 14 дітей (70%) мають благополучний емоційний стан в школі.

За проективною малюнковою методикою «Школа звірів» (автори Вьюнова Н. І., Гайдар К. М.) було виявлено першокласників тих, котрі зацікавлені навчальною діяльністю (35%). Вони проявляють позитивне ставлення до навчальної діяльності та приймають її як значиму. Значний відсоток учнів (65%), котрі зацікавлені позаурочною діяльністю. Вони більше схильні встановлювати соціальні контакти, надають перевагу іграм або

спілкуванню з однолітками. Серед них також виявлено 1 дитину, котру можна віднести до групи ризику (малюнок без людей, лише темними кольорами зображені лінії).

Результати рівня тривожності першокласників за методикою «Тест тривожності (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен)» представлені в таблиці 2.2.

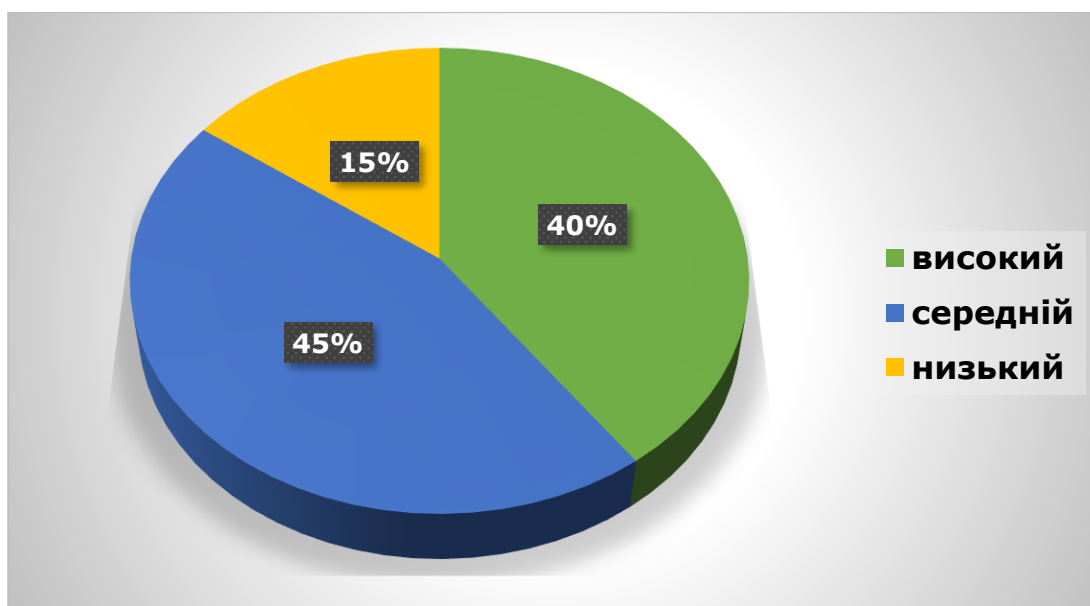
Таблиця 2.2.

**Результати діагностики рівня тривожності першокласників  
за методикою «Тест тривожності (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен)»**

№	Ім'я дитини	Індекс тривожності	Рівень тривожності
1.	Надія	30%	середній
2.	Максим	52%	високий
3.	Тарас	30%	середній
4.	Олексій	26%	середній
5.	Марина	55%	високий
6.	Тереза	52%	високий
7.	Ілля	18%	низький
8.	Злата	65%	високий
9.	Данило	35%	середній
10.	Ян	66%	високий
11.	Петро	44%	середній
12.	Христина	38%	середній
13.	Олівія	68%	високий
14.	Марк	25%	середній
15.	Олег	18%	низький
16.	Мірра	70%	високий
17.	Соня	25%	середній
18.	Давид	57%	високий
19.	Матвій	17%	низький
20.	Женя	29%	середній

За результатами, що видно з вище поданої таблиці, виявлено: високий рівень тривожності у 8 учнів, середній рівень у 9 учнів, низький рівень у 3 першокласників (рис. 2.1.)





**Рис. 2.1. Розподіл рівнів прояву тривожності у відсотках  
(Тест тривожності (Р. Темпл, М. Доркі, В. Амен))**

Високий рівень тривожності проявляється в ситуаціях № 2 («Дитина і мати з немовлям»), № 9 («Ігнорування»). Та ситуації, що моделюють стосунки дитина-дитина («Гра з молодшими дітьми», «Об'єкт агресії», «Агресивний напад»). Це проявляється у висловлюваннях дітей, що мають стосунок до страху втрати любові батьків. Це можна пояснити тим, що у період війни в Україні, діти бояться найбільше втратити «свого дорослого», що є для них опорою у складних життєвих ситуаціях та зокрема, коли їм страшно.

Зведені результати за методикою «Експертна оцінка адаптованості дитини до школи» (автори Чирков В. І., Соколова О. Л., Сорокіна О. В.) можемо спостерігати у таблиці 2.3.

Таблиця 2.3.

**Результати дослідження за методикою  
«Експертна оцінка адаптованості дитини до школи»  
(автори Чирков В. І., Соколова О. Л., Сорокіна О. В.)**

№	Ім'я дитини	Схема 1 (для вчителя)	Рівень	Схема 2 (для батьків)	Рівень
1.	Надія	32	зона адаптації	29	зона адаптації
2.	Максим	21	зона неповної адаптації	17	зона неповної адаптації
3.	Тарас	30	зона адаптації	27	зона адаптації

4.	Олексій	16	зона неповної адаптації	15	зона неповної адаптації
5.	Марина	16	зона неповної адаптації	18	зона неповної адаптації
6.	Тереза	24	зона адаптації	28	зона адаптації
7.	Ілля	33	зона адаптації	20	зона адаптації
8.	Злата	15	зона неповної адаптації	13	зона неповної адаптації
9.	Данило	16	зона неповної адаптації	14	зона неповної адаптації
10.	Ян	26	зона адаптації	21	зона адаптації
11.	Петро	16	зона неповної адаптації	14	зона неповної адаптації
12.	Христина	20	зона неповної адаптації	17	зона неповної адаптації
13.	Олівія	16	зона неповної адаптації	25	зона адаптації
14.	Марк	32	зона адаптації	20	зона адаптації
15.	Олег	33	зона адаптації	28	зона адаптації
16.	Міра	10	зона дезадаптації	10	зона дезадаптації
17.	Соня	23	зона адаптації	29	зона адаптації
18.	Давид	14	зона дезадаптації	16	зона неповної адаптації
19.	Матвій	27	зона адаптації	25	зона адаптації
20.	Женя	20	зона неповної адаптації	15	зона неповної адаптації
	-розбіжності у рівнях адаптації				

За методикою «Експертна оцінка адаптованості дитини до школи»  
(автори Чирков В. І., Соколова О. Л., Сорокіна О. В.)

За (схемою №1 для вчителя) отримані результати:

В зоні адаптації знаходиться 9 учнів - це 45%.

В зоні неповної адаптації - 10 учнів - це 50%.

В зоні дезадаптації - 1 учень - це 5%.

За (схемою №2 для батьків) результати наступні:

В зоні адаптації знаходиться 10 учнів - це 50%.

В зоні неповної адаптації - 10 учнів - це 50%.

В зоні дезадаптації – не виявлено.

Варто відмітити, що між рівнями адаптації батьків та вчителя виявлено розбіжності, які стосуються 2 дітей. Перша розбіжність – рівень адаптації для вчителя (зона неповної адаптації), рівень адаптації для батьків (зона адаптації). Друга розбіжність – рівень адаптації для вчителя (зона дезадаптації), рівень адаптації для батьків (зона неповної адаптації).

Отже, проведене дослідження дає підстави зробити наступні висновки. Результати діагностики серед дітей свідчать, що існують значні труднощі у процесі адаптації, багато з досліджуваних першокласників не мають сформованої внутрішньої позиції школяра, не відчують важливості вчителя у процесі навчальної діяльності. Також виявлено високі показники тривожності, які значно ускладнюють процес адаптації до шкільного навчання. Також у шкільному колективі панує не дуже сприятливий емоційний клімат. Тому можна припустити, що позиція «школяра» знаходиться на етапі формування. Варто відмітити, й те що вчитель бачить значно більше труднощів в соціально-психологічній адаптації, ніж самі батьки. Великої уваги потребує дитина, у результатах якої виявлено зону дезадаптації. Таким чином, нами було сформовано ряд рекомендацій з метою покращення проходження процесу адаптації школярами, особливо важливо дотримуватись цих рекомендацій в умовах сьогодення – під час війни.

Рекомендації для педагогічних та соціальних працівників для успішної адаптації:

1. Найважливішими професійними завданнями у роботі з дезадаптацією є зняття тривожності та надмірного психоемоційного збудження, зміна ставлення до суб'єктивних причин тривожності, навчання усвідомлено оцінювати та адекватно реагувати на конкретні міжособистісні проблеми та конфлікти, які часто є причиною негативних психічних станів.
2. Використовувати проєктивні методики для виявлення особистісно значущих ситуацій, де у дитини низький поріг чутливості до різних фрустраційних реакцій.

3. Модифікація рівня самооцінки та очікувань дитини. Це дозволяє усунути тривоги, труднощі та невдачі, зменшити прив'язаність до своїх почуттів, переживань та страхів.

4. Забезпечення дітям максимально позитивний емоційний фон, ситуації успіху (в реальності та в грі), самореалізації та самоповаги.

5. Навчання дітей методам самодопомоги та саморегуляції

6. Не перезавантажувати дитини великим обсягом домашньої роботи. У першому класі основне завдання педагога - це допомогти в успішній адаптації до нових умов життя.

7. Уроки в школі доповнюйте короткими іграми, фізкультхвилинками, прогулянками на свіжому повітрі.

8. Варто сприяти тому, щоб діти після занять відвідували будь-які спортивні секції. Для цього ви можна провести бесіду з батьками або зацікавити самих дітей.

*Рекомендації для батьків для успішної адаптації:*

1. Якщо можливо, познайомте дитину зі школою та її першою вчителькою заздалегідь, а вдома навчіть її збирати портфелі, слухати вчителя та виконувати його вказівки.

2. Не лякайте - ніяких криків чи негативних емоцій. Перетворіть кожне завдання на гру та адаптуйте до ситуації улюблену казку чи епізод з мультфільму вашої дитини. Це допоможе дитині звикнути до нового середовища без небажаних наслідків.

3. Не ігнорувати погляди своїх дітей, вони повинні вислухати їх і дійти спільної згоди.

4. Зусилля дитини мають бути визнані. Позитивна оцінка та добре, тепле ставлення є важливими для благополуччя дитини та розвитку таких важливих якостей, як впевненість та компетентність.

5. У повсякденному житті дитини повинні бути постійні завдання, які вже давно закріплені за нею. Діти, які вміють працювати вдома, можуть легко брати участь у навчанні.

6. Розширювати і збагачувати їхні навички спілкування з дорослими та однолітками, вчити формувати власну думку, враховуючи оцінки та думки інших.

7. Не порівнювати їх з іншими дітьми. Порівнювати їх з тим, що вони робили вчора або що вони будуть робити завтра.

8. Не обговорювати проблеми поведінки при дитині. Дитина може подумати, що конфлікт неминучий, і продовжуватиме конфліктувати.

9. Дозволяйте дитині бути незалежною і заохочуйте її маленькі прояви.

10. Не критикуйте дитину при свідках.

11. Заохочуйте дитину розвивати свій світогляд і розширювати свої інтереси.

12. Обґрунтуйте заборони та прохання: діти чутливі до несправедливості, що міститься в більшості прохань. Пошук аргументів допоможе їм переглянути необхідність їх виконання.

13. Намагайтеся дивитися на світ з точки зору дитини: будьте чесними у спілкуванні з дитиною та цікавтеся її інтересами.

14. Частіше використовуйте у спілкуванні з дітьми «Я – висловлювання».

## Висновки до розділу 2

Вступ до школи та початкові шкільні роки - важливий етап у житті дитини. Оскільки школа - це і навчальний процес, і важлива сфера розвитку особистості, тим, хто працює з першокласниками, важливо розуміти не лише знання, вміння та навички дитини на момент вступу до школи, а й її очікування, прагнення, наміри, уподобання та уявлення про себе і своє місце серед інших.

Початок навчання дитини в першому класі - це етап, сповнений викликів і відповідальності: це не лише нові умови життя та праці, але й нові контакти, нові стосунки та нові обов'язки.

Деякі важливі зміни, притаманні молодшим школярам, стосуються характеру їхнього спілкування з іншими. Вчителі займають центральне місце як авторитети, арбітри і постачальники нової інформації. Однолітки стають все більш важливими в житті учнів початкової школи.

Змінюється їхня соціальна позиція: з дітей вони стають учнями. Змінюється соціальний інститут освіти: це вже не дитячий садок чи бабуся, а школа, де навчання стає первинним, обов'язковим, важливим і соціально цінним, розширюються права і обов'язки дитини та її стосунки з навколишнім середовищем. Змінюється все життя дитини, і все стає предметом навчання, шкільного виховання та академічних досліджень.

Адаптація - це і процес, і результат, коли зникає напруженість. Пристосування дитини до школи не відбувається за одну ніч. Щоб посправжньому звикнути до школи, потрібен не один день чи тиждень. Це досить тривалий процес, який створює велике навантаження на всі системи організму, і лише через п'ять-сім тижнів показники успішності поступово покращуються і стабілізуються, а дитина стає менш нервовою і стресовою [19].

Діти, яким важко адаптуватися до школи, потребують особливої уваги та індивідуальної підтримки як з боку вчителів, так і з боку психологів, які надають психологічний супровід у цьому процесі.

Отже, емпіричне дослідження дало змогу дослідити соціально-психологічні особливості адаптації учнів до навчання у школі в умовах воєнного часу, зробити аналіз результатів та виявити рівень адаптованості учнів 1 класу.

Були проведені три методики, і кожна з них дала нам певний результат: за допомогою таких методик можна визначити тривожність у першокласників, оскільки вона пов'язана з ступенем адаптивності школяра, це є особливо важливим є у даний період життя, адже через воєнний час тривожність може підвищуватися та бути перешкодою для навчання.

Важливим моментом у проведенні досліджень була участь батьків та вчителя, для того щоб краще зрозуміти учнів було важливо зробити оцінку та провести аналіз з двох сторін, а саме батьків та вчителя.

Кожне з проведених досліджень було легким та доступним у своєму використанні, тому діти змогли без перешкод та труднощів зробити завдання, які були необхідними. На основі проведеного дослідження було складено рекомендації для педагогічного колективу.

## ВИСНОВКИ

Нами було проаналізовано основні підходи до визначення поняття «адаптація» та «дезадаптація». Адаптація до школи – це пристосування дитини до умов і вимог школи, які для неї є новими порівняно з умовами дитячого навчального закладу і сім'ї в дошкільному дитинстві. Шкільна дезадаптація – це неадекватний механізм пристосування дитини до школи, що може проявлятися у формі порушень навчання та поведінки, конфліктних відносин, підвищеного рівня тривожності, спотворень в особистісному розвитку. Розвиток особистості молодшого школяра залежить від багатьох чинників, серед яких успішність, оцінка дитини дорослими та статус серед інших дітей.

Серед чинників, що впливають на успішну адаптацію молодших школярів можна виділити наступні: гнучкість, здатність до самодисципліни, адекватний рівень самооцінки, ефективна комунікація, достатній рівень фізичного та психічного здоров'я, рівень готовності до школи (розвиток інтелекту, мотивація навчання, бажання навчатися, вміння спілкуватися, адекватно поводитися і реагувати на ситуацію, організовувати поведінку і діяльність, розвиток психофізіологічних функцій, рівень розумової і пізнавальної активності), вік початку систематичного навчання, особливості шкільної ситуації, стосунки з учителями та однокласниками, мікроклімат в сім'ї, особистісні якості та основні параметри психічного розвитку.

Можна зробити висновок, що адаптація дітей молодшого шкільного віку до навчання в умовах воєнного стану є складним та багатогранним процесом. Проведене нами емпіричне дослідження дало можливість виявити низькі показники адаптації до шкільного навчання. Процес адаптації по суті є непростим для молодших школярів, а накладення зовнішніх обставин, таких як наслідки військових дій (високий рівень стресів, зростання тривожності, можлива зміна шкільного середовища у зв'язку з евакуацією та ін.) ще більше ускладнюють проходження молодшими школярами цього процесу. У цьому



контексті педагогам необхідно організувати ефективну взаємодію з усіма учасниками освітнього процесу, підтримувати сприятливий клімат у шкільному середовищі.

В умовах воєнного стану важливу роль відіграє те, як навчальні заклади взаємодіють з вчителями, учнями та їхніми батьками. Ефективна комунікація дозволяє налагодити оптимальний зворотний зв'язок та обмін інформацією. Це забезпечить більш гармонійне пристосування дітей до навчання. Діти внаслідок активних воєнних дій мають особливі труднощі з адаптацією до школи, оскільки вони переживають стрес війни та труднощі в новій соціальній ситуації, проте, розроблені нами рекомендації можуть допомогти зробити процес адаптації більш гнучким, швидким та ефективним.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Адаптація дітей до навчання у школі в діяльності психологічної служби: методичні рекомендації / за наук. ред. В. Г. Панка. Київ, Український НМЦ практичної психології і соціальної роботи. 2013. 350 с.
2. Алєндарь Н. Адаптація першокласників до навчання в школі. *Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Педагогічні науки*. 2013. № 7. С. 20-23.
3. Афанасьєва В. Дитина повинна відчувати любов до себе : створюємо передумови для комфортної адаптації майбутніх першокласників. *Початкова освіта*. 2015. № 6. С. 44-46.
4. Багно Ю. М. Адаптація. Сучасний психолого-педагогічний словник / за заг. ред. О. І. Шапран. Переяслав-Хмельницький: Домбровська Я.М., 2016. С.10.
5. Бал Г. А. Поняття адаптації та її значення для психології особистості. *Питання психології*. 1989. №1. С. 92–100.
6. Булах І. С. Психологічні особливості шкільної тривожності молодших школярів. *Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент*. 2011. Вип. 7. С. 150-157
7. Васянович Г. П. Основи психології : навчальний посібник. К. : Педагогічна думка. 2012. 114 с.
8. Выготский Л. С. Педагогическая психология. М.: Просвещение, 2008. 300 с.
9. Вовнянко Т. Проблеми адаптації першокласників. *Психолог*. 2015. № 15-16. С. 36-38.
10. Голосова Т. С. Програма з адаптації дитини до навчання в початковій школі. *Педагогічна майстерня*. 2014. № 7. С. 30-32.
11. Гончарук І. Створення вчителем комфортних умов для адаптації першокласників до навчання у школі. *Початкова школа*. 2013. № 7. С. 42-44.

12. Гуменна О. А. Фізіологічні характеристики організму дітей молодшого шкільного віку в різних умовах навчання: автореф. дис. ... канд. біол. наук: 03.00.13. К., 2006. 20 с.
13. Давосир Л. Успішна адаптація першокласника : майстер-клас. *Психолог*. 2015. № 15-16. С. 64-67.
14. Дем'яненко М. Внутрішньо переміщені особи в Україні: актуальні проблеми та шляхи їх розв'язання. *Україна: події, факти, коментарі*. 2018. №3. С. 34.
15. Експрес оцінка психологічного становища дітей в Донецькій області. URL:<https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/38595/1> (дата звернення: 10.12.2022)
16. Закон України «Про забезпечення прав внутрішньо переміщених осіб». URL:<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2136-20#Text> (дата звернення: 12.01.2023)
17. Здібності, творчість, обдарованість: теорія, методика, результати досліджень / за ред. В.О. Моляко, О.Л. Музики. Житомир: Вид-во Рута, 2006. 320 с.
18. Івахова О. М. Адаптація першокласників до навчання в школі. Методичний посібник с. Петрашівка. 2016. 98 с.
19. Ієговська Л. І. Соціальна адаптація дітей шестирічного віку до навчання в початковій школі. *Педагогіка та психологія*. 2013. Вип. 43. С. 48- 53.
20. Карман О. Соціальні характеристики дітей і молоді – жертв гібридної війни на сході України. *Вісник Луганського національного університету*. 2019. №1. Ч 1. С. 14-23.
21. Кожемякина Н. І. До питання про шкільну дезадаптацію дітей першого класу. *Наука і освіта*. 2002. № 2. С. 32–35.
22. Кокун О. М. Психофізіологія. Навчальний посібник. К: Центр навчальної літератури. 2006.184 с.

23. Колесова, Г. Діагностика адаптації першокласників : Методичне забезпечення. *Психолог*. 2010. № 23/24. С. 3-18.
24. Коровіна О. Адаптація до навчального процесу учнів 6-річного віку. *Початкова школа*. 2013. № 8. С. 46-47.
25. Кулик С. М. Психологічні особливості управління професійною адаптацією вчителів: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05. Інститут психології ім. Г. С. Костюка АПН України. К., 2004. 140 с.
26. Лемешева Т. Є. Етапи соціалізації дитини: підготовка до школи та адаптація першокласників. *Таврійський вісник освіти*. 2013. № 4. С. 270-277
27. Максим О. В. Психологічні механізми адаптації дезадаптованих молодших школярів. *Молодий вчений*. 2013. № 1(01). С. 82-89.
28. Мелега К. Вікові і статеві особливості рівня соматичного здоров'я та адаптаційного потенціалу школярів. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2010. №2. С. 31-34.
29. Методичні рекомендації щодо організації в закладі освіти психологічного та соціально-педагогічного супроводу дітей, які пережили втрату батьків внаслідок бойових дій. *ЧОППОПП*. 2017. С. 13.
30. Мішкулинець О. О. Формування «Я образу» в процесі соціально-психологічної адаптації молодшого школяра. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12 : Психологічні науки*. 2014. Вип. 43. С. 246-252.
31. Москвяк Н. В. Формування адаптації школярів молодших класів на сучасному етапі. *Медичні перспективи*. 2009. Т. 14, № 3. С. 116-121.
32. Нестайко І. Соціальна адаптація та інтеграція внутрішньо переміщених осіб в результаті війни (польський досвід). Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки: II Міжнародна наукова конференція. 2022. С. 20-22.
33. Ніколаєнко С. І. Поняття адаптації в різних напрямках психології. *Світогляд - Філософія - Релігія : збірник наукових праць*. Суми : УАБС НБУ, 2012. Вип. 2. С. 68-77.

34. Про організацію освітнього процесу в початковій школі в умовах воєнного часу. Лист МОН №1/3725-22 від 29.03.22 року. Міністерство освіти і науки України. URL: [https://osvita.ua/legislation/Ser\\_osv/86159/](https://osvita.ua/legislation/Ser_osv/86159/) (дата звернення: 15.02.2023)

35. Омельченко Я. М. Вплив тривожних станів різної інтенсивності на навчальну успішність молодших школярів. Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент. 2009. Вип. 1. С. 190-200.

36. Особистість у розвитку: психологічна теорія і практика : монографія / за ред. С. Д. Максименка, В. Л. Зливкова, С. Б. Кузікової. Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка. 2015. 430 с.

37. Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика : монографія / за ред. С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, В. Л. Зливкова. Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка. 2017. 540 с.

38. Прозар М. В. Адаптація учнів перших класів до навчальної діяльності в початковій школі. *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Серія : Педагогіка.* - 2015. № 1. С. 49-55.

39. Психологічні чинники соціальної адаптації першокурсників в умовах освітнього середовища професійно-технічного навчального закладу : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Андросович Ксенія Анатоліївна; Східноукр. нац. ун-т ім. Володимира Даля. Северодонецьк. 2015. 19 с.

40. Савенок Л. В. Особливості діагностики адаптації обдарованих дітей до умов початкової школи. *Освіта та розвиток обдарованої особистості.* 2013. № 7. С. 53-56.

41. Сидоренко О. Б. Практикум з вікової та педагогічної психології : навчальний посібник для студентів подвійних спеціальностей з психологією. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2018. 262 с.

42. Соціальна адаптація обдарованої особистості: від дитинства до юності : методичний посібник / під ред. К. А. Андросович. Київ : Інститут обдарованої дитини НАПН України. 2021. 106 с.

43. Соціально-психологічна та педагогічна допомога сім'ям з дітьми в період військового конфлікту: навчально-методичний посібник. К.: Агентство «Україна». 2017. С. 73.

44. Спільнота в умовах воєнного конфлікту: психологічні стратегії адаптації : колективна монографія / за наук. ред. Л.М.Коробки; національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. 286 с.

45. Теоретичні та методологічні проблеми практичної психології, її перспективи: Збірник доповідей міжвузівської студентської науково-практичної онлайн конференції, присвяченої 130-річчю з Дня народження К. Левіна. Кропивницький. 2020. 381 с.

46. Формування ціннісно-змістовної сфери дітей дошкільного та молодшого шкільного віку»: матеріали обласної науково-практичної конференції 28 березня 2018 р. Дніпро. 531 с.

47. Фроленкова Н. О. Адаптація дітей дошкільного та молодшого шкільного віку до навчання в умовах воєнного стану. *Перспективи та інновації науки*. 2022. № 7 (12). С. 471–482.

48. Шевцова Г. Г. Молодший шкільний вік: традиції та інновації в дослідженнях . Педагогічні науки: Зб. наук. праць. Вип. LXVIII. м. Херсон, ХДУ. 2015. С. 134 – 138.

49. Шпак С. Г. Вплив тривожності на механізми адаптації дітей молодшого шкільного віку. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12 : Психологічні науки*. 2014. Вип. 43. С. 136-142.

## ДОДАТКИ

### Додаток А

#### Проективна методика «Школа звірів»

(автори Вьюнова Н. І., Гайдар К. М.)

**Обладнання:** Аркуш, кольорові олівці.

**Попередня підготовка.**

**Психолог:** Зараз ми з вами зробимо дивну подорож в чарівний ліс. Сядьте зручно, розслабтеся, закрийте очі. Уявіть, що ми опинилися на сонячній лісовій галявині. Послухайте, як шумить листя над головою, м'яка трава торкається ваших ніг. На галявині ви бачите «Школу звірів». Погляньте довкола. Які звіри вчать в цій школі? А який звір вчитель? Чим займаються учні? А якою твариною є ви? Що ви при цьому відчуваєте? Проживіть ці відчуття в собі. Ви можете знаходитися ще деякий час в цій «Школі звірів», поки я рахуватиму до 10, а потім розплющте очі.

**Інструкція.**

**Психолог:** Ви побували в «Школі звірів». А тепер візьміть олівці і папір і спробуйте намалювати те, що бачили.

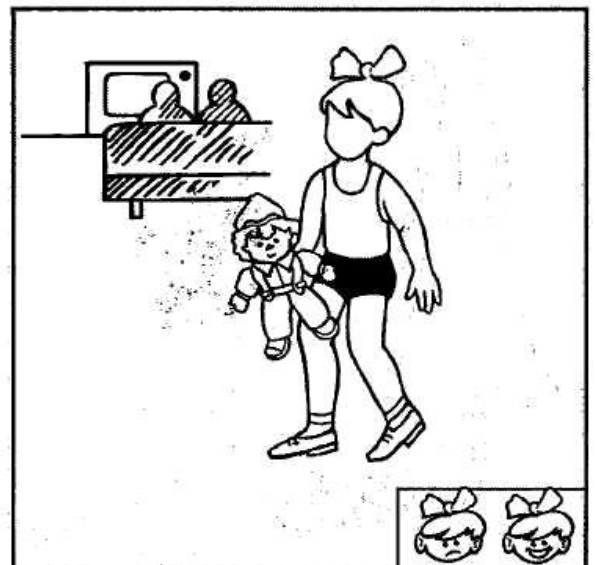
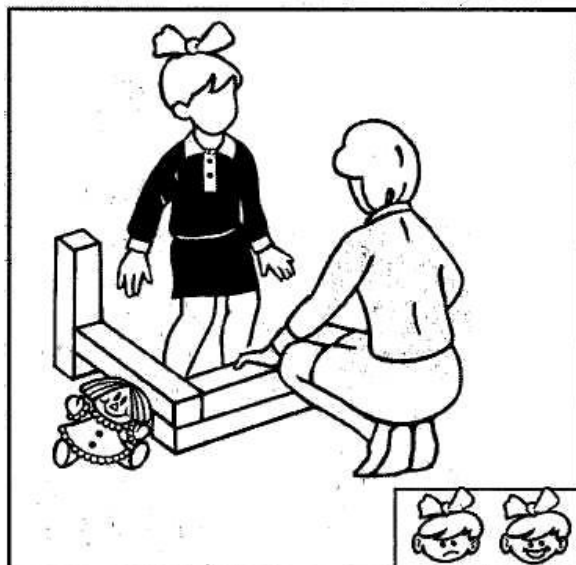
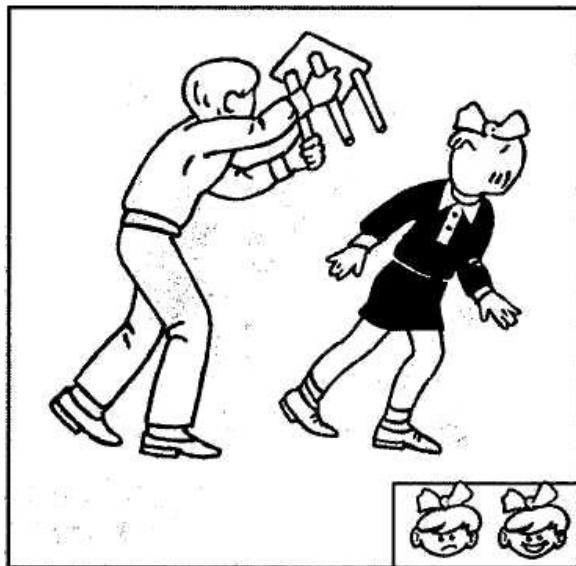
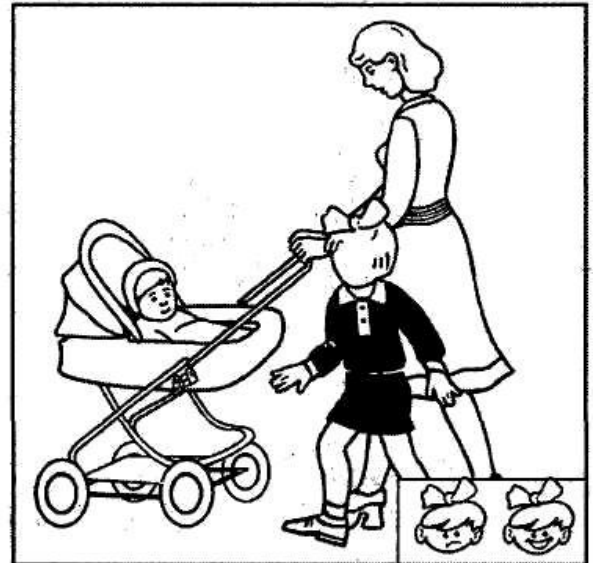
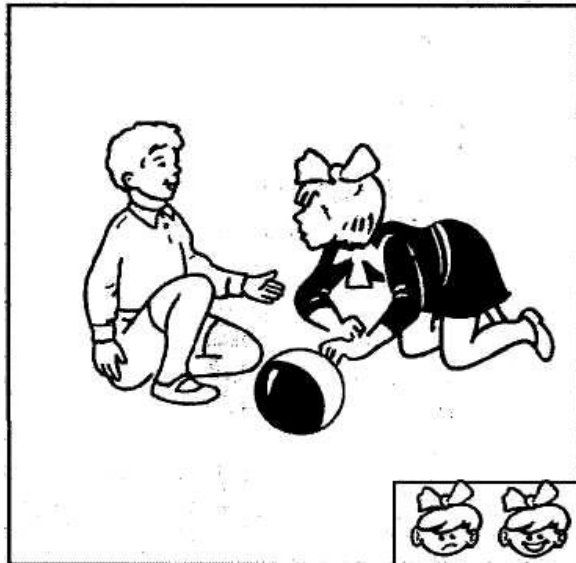
Діти виконують завдання.

Поглянете уважно на свій малюнок і знайдіть ту тварину, якою могли б бути ви. Поряд з ним поставте «х» або букву «я».

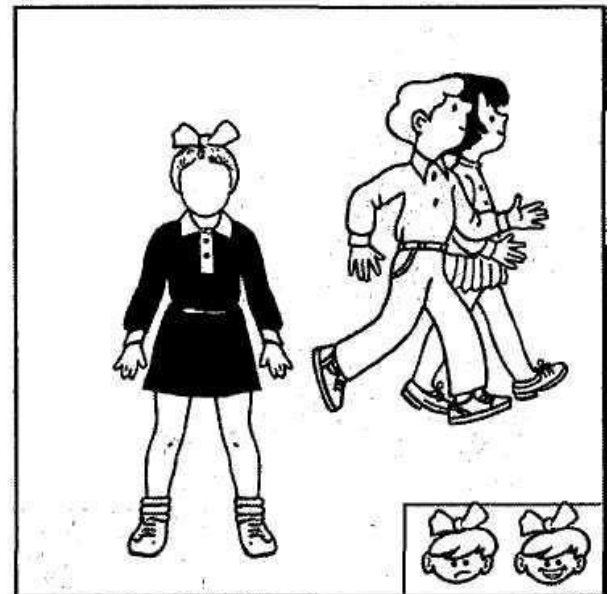
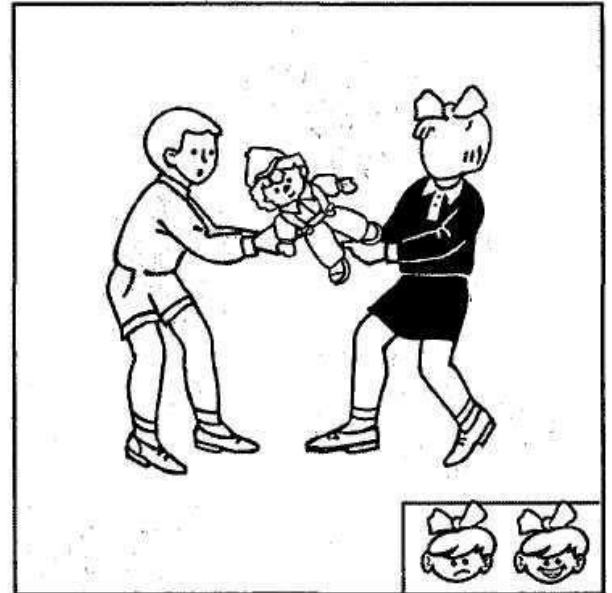
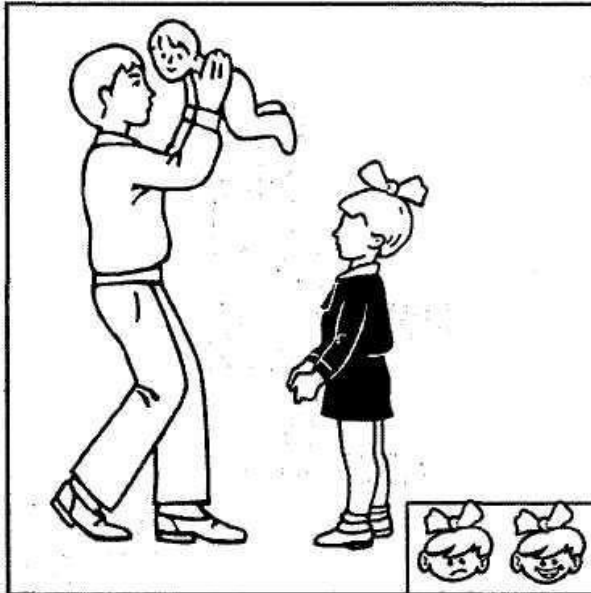
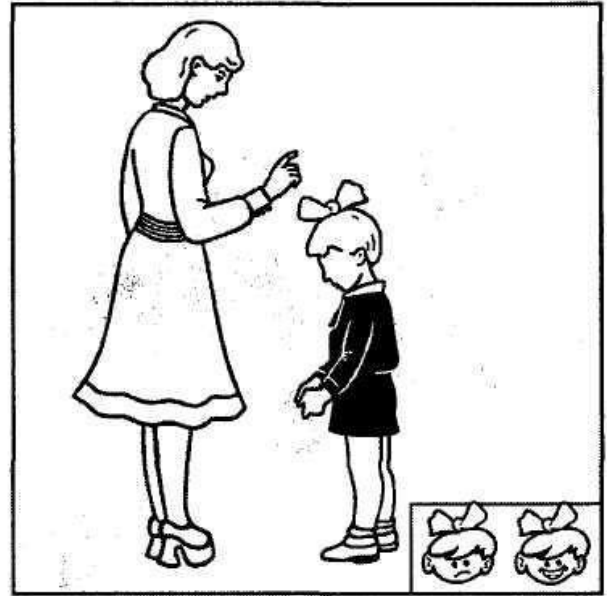
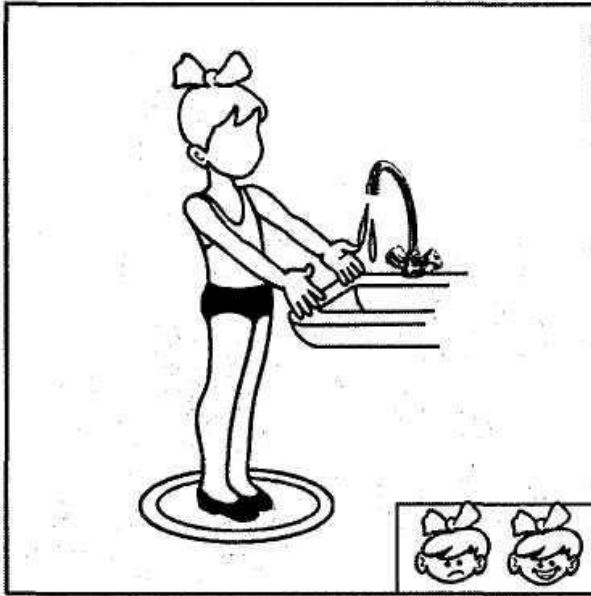
Додаток Б

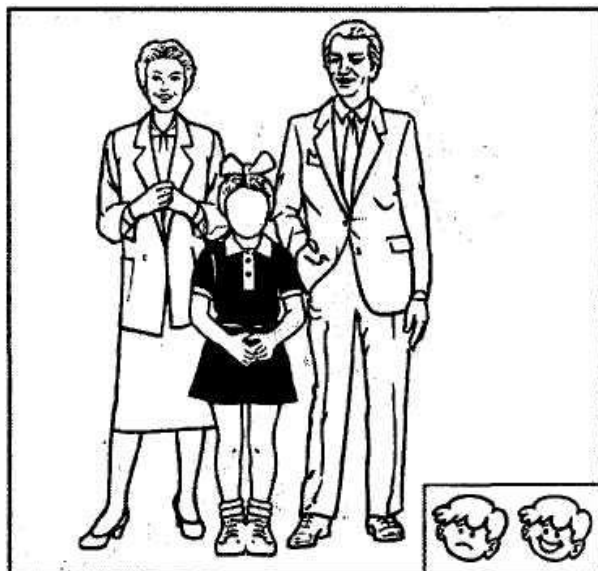
Тест тривожності (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен)

варіант для дівчаток

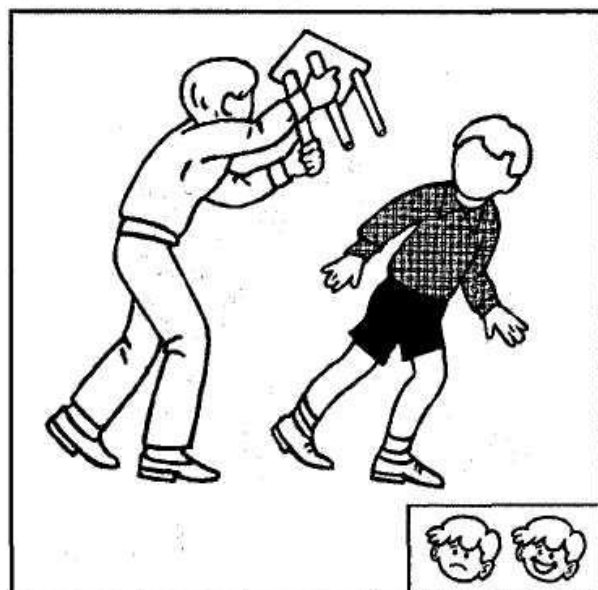
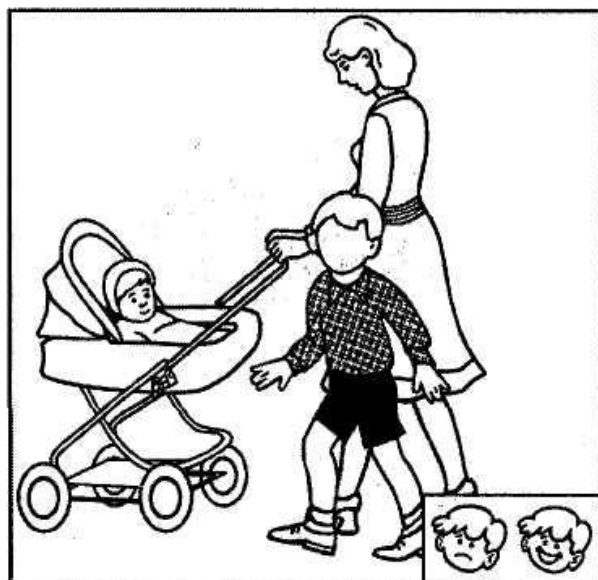
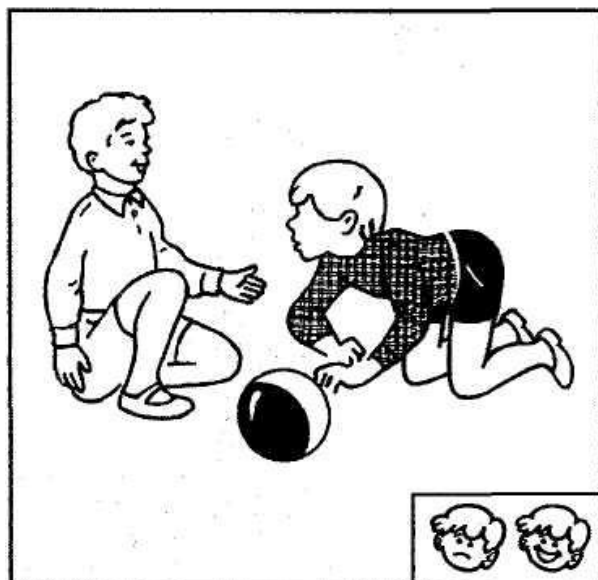


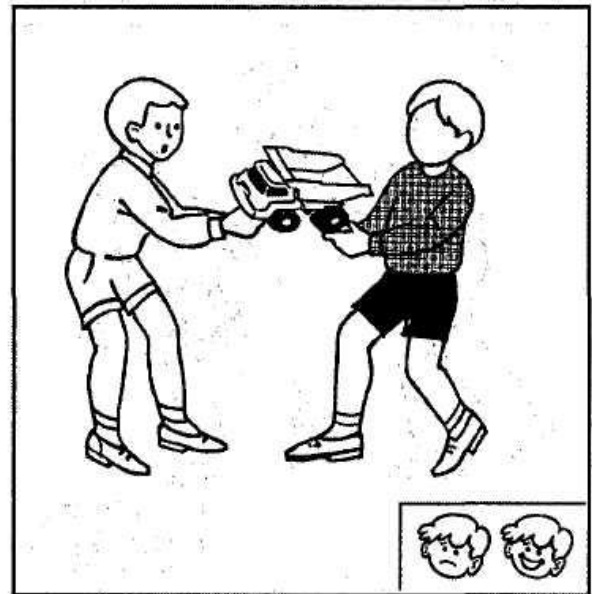
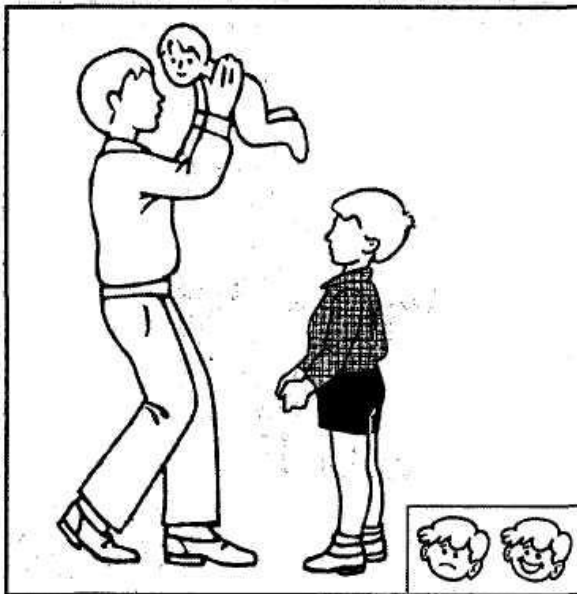
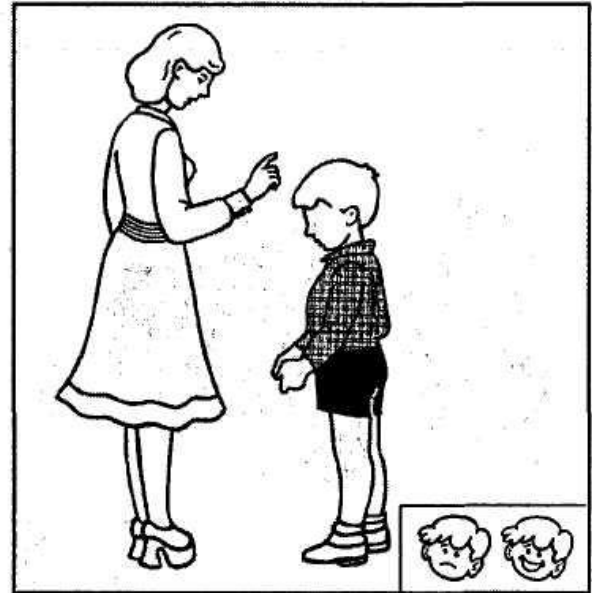
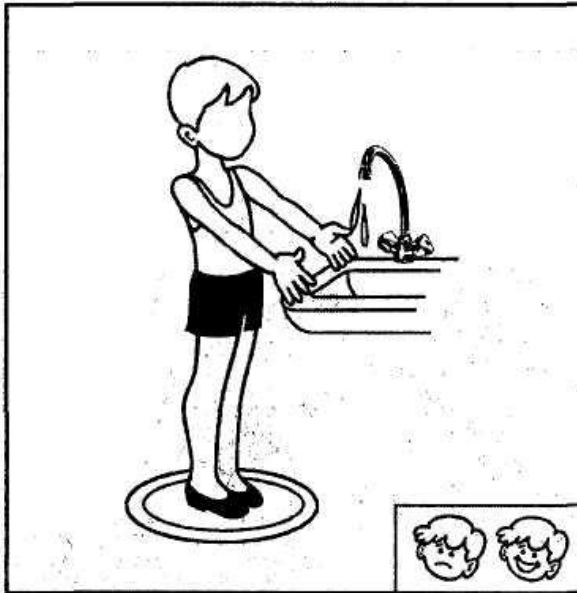
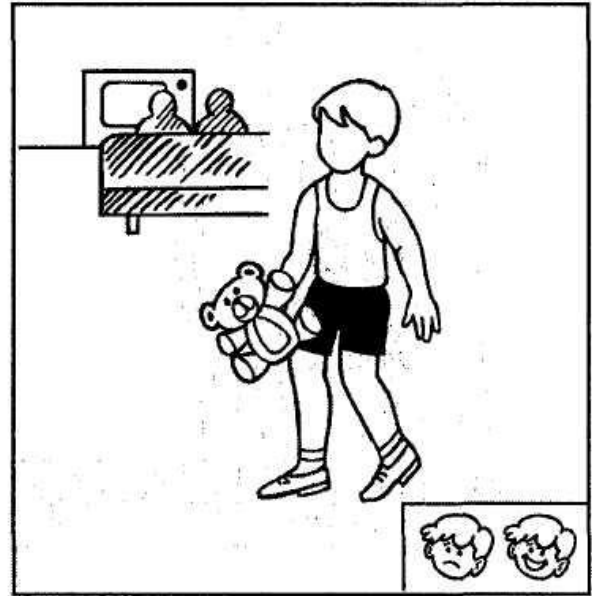
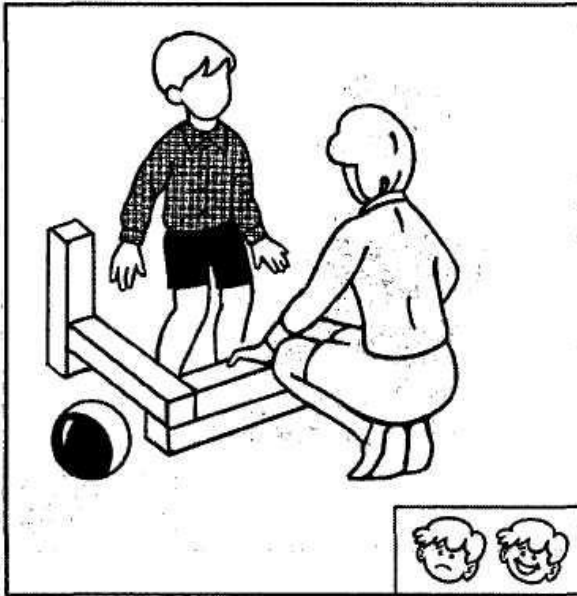


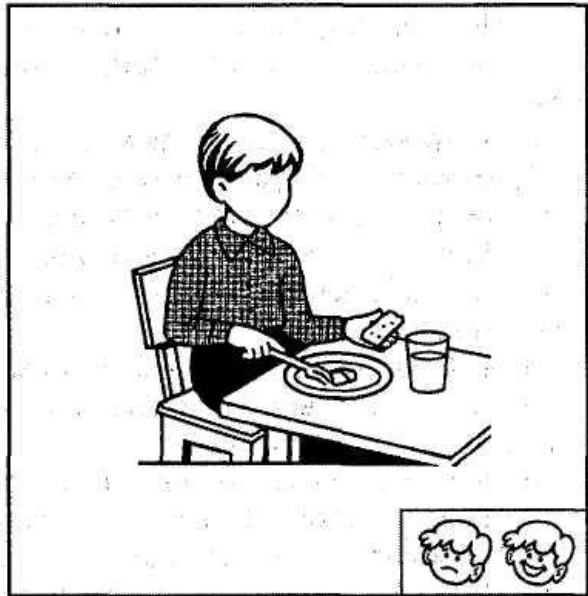
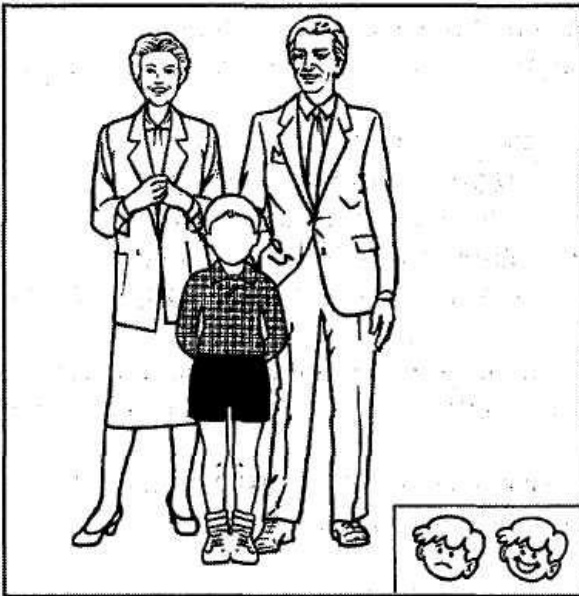
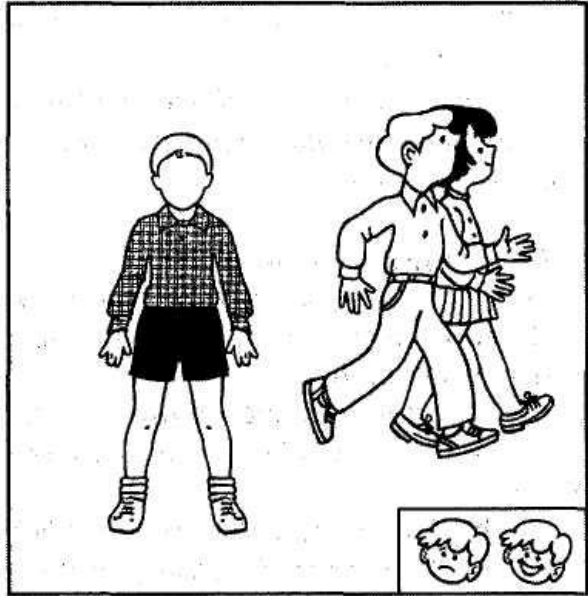
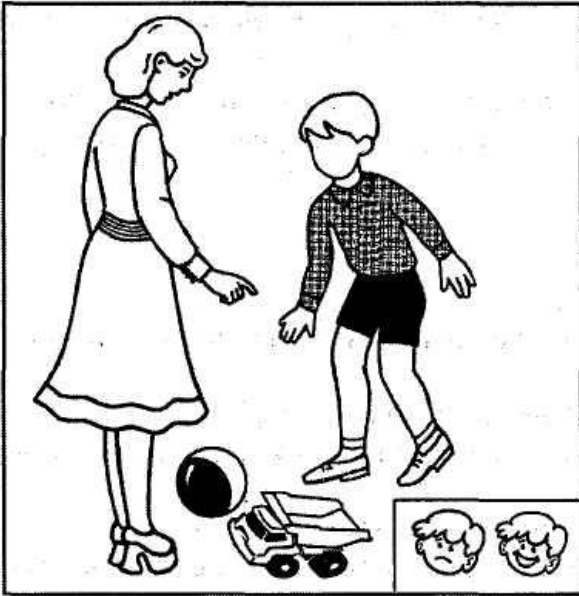




ВАРІАНТ ДЛЯ ХЛОПЧИКІВ







## Додаток В

## Методика «Експертна оцінка адаптованості дитини до школи»

(автори Чирков В. І., Соколова О. Л., Сорокіна О. В.)

Методика складається з двох схем

**Схема 1**

Вивчення соціально-психологічної адаптації дітей до школи (заповнює вчитель).

**I критерій «Ефективність навчальної діяльності»****1 Шкала «Навчальна активність»**

5. Активно працює на уроці, часто підносить руку і відповідає правильно.
4. На уроці працює, позитивні й негативні відповіді чергуються.
3. Рідко підносить руку, але відповідає правильно.
2. Навчальна активність на уроці носить короткочасний характер, часто відволікається, не чує запитання.
  1. Пасивний на уроці, дає негативні відповіді або не відповідає зовсім, часто переписує готове з дошки.
  0. Навчальна активність відсутня (дитина не включається в навчальний процес).

**2 шкала «Засвоєння знань» (успішність)**

5. Правильне, безпомилкове виконання шкільних завдань.
4. Невеликі поодинокі помилки.
3. Поодинокі помилки, пов'язані з пропуском букв і їхньою заміною.
2. Погане засвоєння матеріалу одного з основних предметів, наявність достатньої кількості помилок.
  1. Часті помилки, неакуратне виконання завдань: багато виправлень, закреслень.
  0. Погане засвоєння програмного матеріалу з усіх предметів: грубі помилки, велика їх кількість.

**II критерій «Засвоєння шкільних норм поведінки»****3 шкала «Поведінка на уроці»**

5. Сидить спокійно, сумлінно виконує всі вимоги вчителя.
4. Виконує вимоги вчителя, але іноді, на короткий час, відволікається від уроку.
3. Зрідка повертається, обмінюється короткими репліками з товаришами.
2. Часто простежується скутість у рухах, позі, напруженість у відповідях.
1. Виконує вимоги вчителя частково, відволікається на сторонні заняття, постійно розмовляє.
0. Не виконує вимоги вчителя: велику частину уроку займається сторонніми справами (переважають ігрові інтереси).

#### **4 шкала «Поведінка на перерві»**

5. Висока ігрова активність, охоче бере участь у рухливих колективних іграх.
4. Активність виражена мало: любить заняття в класі з ким-небудь із дітей, читання книг, спокійні ігри.
3. Активність дитини обмежується заняттями, пов'язаними з підготовкою до наступного уроку (готує підручники, зошити, миє дошку, прибирає клас).
2. Не може знайти собі заняття, переходить від однієї групи дітей до іншої.
1. Пасивна, рухи скуті, уникає інших.
0. Часто порушує норми поведінки: заважає іншим дітям грати, кричить, бігає, не змінює своєї поведінки, коли роблять зауваження (не володіє собою).

#### ***III критерій «Успішність соціальних контактів»***

##### **5 шкала «Взаємини з однокласниками»**

5. Товариська, легко контактує з дітьми.
4. Малоініціативна, але легко вступає в контакт, коли до неї звертаються діти.
3. Сфера спілкування обмежена: контактує тільки з деякими дітьми.
2. Воліє знаходитися поруч із дітьми, але не вступає з ними в контакт.
1. Замкнута, ізольована від інших дітей, воліє бути на самоті (інші діти байдужі до неї).

0. Виявляє негативізм стосовно дітей, постійно свариться і кривдить їх (інші діти її не люблять).

### **6 шкала «Ставлення до вчителя»**

5. Виявляє товариську стосовно вчителя, прагне сподобатися йому, після уроку часто підходить до вчителя, спілкується з ним.

4. Цінує гарну думку вчителя про себе, прагне виконувати всі його вимоги, у разі потреби сама звертається до нього за допомогою.

3. Старанно виконує вимоги вчителя, але за допомогою звертається частіше до однокласників.

2. Виконує вимоги учителя формально, не зацікавлена у спілкуванні з ним, намагається бути непомітною.

1. Уникає контакту з учителем, у спілкуванні з ним легко бентежиться, губиться, говорить тихо, затинається.

0. Спілкування з учителем призводить до негативних емоцій, ображається, плаче при найменшому зауваженні.

### ***IV критерій «Емоційне благополуччя»***

#### **7 шкала «Емоційне благополуччя»**

5. Гарний настрій, часто посміхається, сміється.

4. Спокійний емоційний стан.

3. Епізодично виявляється знижений настрій.

2. Негативні емоції:

а) тривожність, засмучення, іноді страх;

б) уразливість, запальність, дратівливість.

1. а) Окремі депресивні прояви, плач без усяких на те причин.

б) Агресивні реакції: часто свариться з дітьми, підвищує голос.

0. а) Перевага депресивного настрою.

б) Агресія (вибуху гніву, злості) виявляється у відносинах з дітьми (може вдарити, щось зламати, зчинити бійку) і у відносинах з учителем.

### **Схема 2**

Вивчення соціально-психологічної адаптації дитини до школи (заповнюють батьки).

Інструкція: Шановні батьки! Інформація, яку Ви повідомите, є конфіденційною та анонімною. Просимо Вас відповісти на запропоновані питання. Оберіть той варіант, який, на Ваш погляд, найбільш підходить до Вашої дитини.

***I шкала «Успішність виконання шкільних завдань»***

5. Правильне безпомилкове виконання шкільних завдань.
4. Одиничні помилки.
3. Поодинокі помилки, пов'язані з пропуском букв або їхньою заміною.
2. Погане засвоєння матеріалу з одного з основних предметів.
1. Погане засвоєння програмного матеріалу з усіх предметів.

***II шкала «Ступінь зусиль, необхідних дитині для виконання шкільних завдань»***

5. Дитина працює легко, вільно, без напруження.
4. Виконання шкільних завдань не викликає в дитини особливих утруднень.
3. Іноді працює легко, іноді виявляє впертість, виконання завдань вимагає певного напруження для завершення.
2. Виконання шкільних завдань потребує від дитини визначеного ступеня напруги.
1. Дитина відмовляється працювати, може плакати, кричати, виявляти агресію.

***III шкала «Самостійність дитини у виконанні шкільних завдань»***

5. Дитина сама справляється зі шкільними завданнями.
4. Працює самостійно, майже не звертаючись по допомогу до дорослого.
3. Іноді звертається по допомогу, але частіше виконує завдання сама.
2. Дитина могла б справлятися зі шкільними завданнями самостійно, але воліє робити їх за допомогою дорослого.



1. Для виконання дитиною шкільних завдань потрібна ініціатива, допомога і постійний контроль з боку дорослого.

***IV шкала «Настрій, з яким дитина йде в школу»***

5. Дитина посміхається, сміється, з гарним настроєм іде в школу.

4. Спокійна, діловита, немає проявів зниженого настрою.

3. Іноді бувають прояви зниженого настрою.

2. Трапляються прояви негативних емоцій:

а) тривожність, засмучення, іноді страх;

б) уразливість, запальність, дратівливість.

1. Перевага депресивного настрою або агресії (вибуху гніву, злості).

***V шкала «Взаємини з однокласниками»***

5. Товариська, ініціативна, легко контактує з дітьми, у неї багато друзів, знайомих.

4. Малоініціативна, але легко вступає в контакт, коли до неї звертаються діти.

3. Сфера спілкування трохи обмежена: спілкується тільки з деякими дітьми.

2. Воліє знаходитися поруч з дітьми, але не вступати з ними в контакт.

1. а) Замкнута, ізольована від інших дітей, воліє знаходитися на самоті.

б) Ініціативна у спілкуванні, але часто виявляє негативізм стосовно дітей: свариться, дратується, б'ється.

***VI шкала «Загальна оцінка адаптованості дитини»***

5. Високий рівень адаптованості.

4. Рівень адаптованості вище за середній.

3. Середній рівень адаптованості.

2. Рівень адаптованості нижче середнього.

1. Низький рівень адаптованості.