

Бойко С. Т.,
*науковий співробітник лабораторії психодіагностики
та науково-психологічної інформації
Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України
lana.svit.boiko@gmail.com*

РОЛЬ ПСИХОЛОГІЧНИХ РЕСУРСІВ БАТЬКІВ У ЗБЕРЕЖЕННІ НАВЧАЛЬНОЇ МОТИВАЦІЇ ТА ЕМОЦІЙНОЇ РІВНОВАГИ ОБДАРОВАНИХ ШКОЛЯРІВ У ПЕРІОД ВІЙНИ

Анотація. У статті розглянуто вплив психологічних ресурсів батьків на емоційний стан та навчальну мотивацію обдарованих школярів у кризових умовах війни в Україні. Проаналізовано особливості психоемоційного реагування дітей шкільного віку на травматичні події, визначено роль батьківської підтримки в збереженні емоційної рівноваги та когнітивної активності. Представлено практичні рекомендації для батьків і педагогів щодо підтримки обдарованих дітей та перспективи подальших досліджень у сфері психологічної ресурсності сім'ї.

Ключові слова: психологічні ресурси батьків, обдаровані діти, навчальна мотивація, емоційна рівновага, війна, стресостійкість.

Abstract. The article examines the influence of parental psychological resources on the emotional state and academic motivation of gifted schoolchildren under crisis conditions of the war in Ukraine. The study analyzes the peculiarities of school-age children's psych-emotional responses to traumatic events and identifies the role of parental support in maintaining emotional balance and cognitive activity. Practical recommendations for parents and educators are provided, and prospects for further research in the field of family psychological resourcefulness are outlined.

Keywords: parental psychological resources, gifted children, academic motivation, emotional balance, war, resilience.

У сучасних умовах в Україні діти шкільного віку опинилися у стані підвищеної вразливості до психоемоційного стресу. Воєнні дії, тривалі соціальні потрясіння та стан невизначеності створюють потужний стресовий фон, який істотно впливає на психоемоційний розвиток дітей. У контексті російсько-української війни дитинство набуває рис кризи – порушується базове відчуття безпеки, зникає звична структура повсякденності, обмежується соціальна взаємодія, що є визначальними чинниками формування тривожних і дезадаптивних реакцій.

Особливо вразливими є обдаровані школярі, у яких поєднуються високий інтелектуальний потенціал та підвищена емоційна чутливість. За даними досліджень [1; 2], у таких дітей часто спостерігається інтенсивність емоційних переживань, глибоке рефлексування травматичних подій, схильність до самозвинувачення чи екзистенційних роздумів.

В умовах війни це проявляється у гострішому переживанні небезпеки, страху втрати близьких, почутті безсилля, а також у зниженні навчальної мотивації через втрату сенсу діяльності. Перфекціонізм і висока вимогливість до себе можуть поглиблювати емоційне напруження. Водночас саме обдаровані діти демонструють значний потенціал когнітивної гнучкості, креативного мислення та здатності до смислотворення, що може виступати основою посттравматичного зростання за умови належної підтримки [3].

Війна змінила формат навчальної діяльності, перевівши її в дистанційно-змішаний режим, що для багатьох учнів супроводжується зниженням концентрації, втому, дефіцитом міжособистісного спілкування. Для обдарованих дітей, чия пізнавальна активність тісно пов'язана зі стимульним соціальним середовищем, це стало серйозним випробуванням. Втрата стабільного навчального ритму й зворотного зв'язку від учителів та однолітків негативно позначається на мотиваційній сфері та емоційному стані.

У цій ситуації психологічна ресурсність батьків стає ключовим чинником підтримки емоційного стану дитини та збереження її навчальної мотивації. Дослідження українських науковців [4; 5] свідчать, що емоційна стабільність і ресурсність батьків безпосередньо впливають на рівень адаптації дитини. Атмосфера прийняття, довіри, спільного пошуку рішень допомагає знизити відчуття безсилля та зберегти внутрішню мотивацію до навчання навіть у надзвичайних обставинах. Тож батьки є ключовими медіаторами у процесі становлення обдарованості, адже «саме вони мають створити такі умови для обдарованої дитини, які б сприяли її вихованню та становленню її обдарованості, а саме: свободу вибору, умови для творчої діяльності, повагу до бажання дитини самостійно працювати, заохочення обдарованої дитини, формування пізнавальних інтересів, особистісного світогляду тощо» [4, с. 195].

У кризових умовах війни сім'я стає головним простором психологічної безпеки для дитини, а психологічні ресурси батьків – ключовим чинником її адаптації, емоційного благополуччя та навчальної стійкості. Втрата соціальної опори, руйнування усталених освітніх і життєвих структур роблять саме батьківську підтримку визначальним джерелом стабільності для обдарованих школярів, чия емоційна чутливість і потреба в інтелектуальній стимуляції особливо загострюються у стресових ситуаціях [4].

Психологічні ресурси батьків – це сукупність внутрішніх і зовнішніх можливостей особистості, які забезпечують ефективне подолання стресових ситуацій, збереження емоційної рівноваги та здатність підтримувати інших [6]. До них належать: *емоційні ресурси* (оптимізм, емоційна стабільність, здатність до саморегуляції); *когнітивні ресурси* (реалістичне сприйняття ситуації, конструктивне мислення, гнучкість у прийнятті рішень); *соціально-комунікативні ресурси* (емпатія, навички ефективного спілкування, співпереживання); *смисложиттєві ресурси* (віра в майбутнє, ціннісні орієнтири, почуття відповідальності).

За підходом М. Селігмана [7], позитивні настановлення й оптимістичне мислення допомагають батькам зберігати психологічну стійкість, бути джерелом надії та емоційного балансу для дітей.

Психологічна ресурсність батьків виявляється у таких аспектах: *емоційна підтримка* – створення атмосфери прийняття, зниження рівня тривоги дитини, підтримка відчуття безпеки; *мотиваційна підтримка* – допомога у збереженні інтересу до навчання, наголошення на цінності освіти, підкріплення досягнень; *когнітивна підтримка* – організація умов для навчання, розвиток самостійності, стимулювання пошуку інформації; *смилова підтримка* – спільне осмислення подій, формування бачення майбутнього, трансляція цінностей гуманізму, стійкості й надії.

Дослідження [2; 4; 5] свідчать, що в родинях, де батьки зберігають емоційну стабільність і демонструють упевненість, рівень навчальної мотивації обдарованих дітей залишається вищим, ніж у сім'ях із підвищеним рівнем тривоги або фрустрації.

Механізми цього впливу мають медіативний характер: через емоційну взаємодію, ідентифікацію та спільну діяльність дитина переймає способи подолання труднощів і стратегії мислення батьків. Психологічно стійкі батьки допомагають дитині зменшити рівень тривоги через спільне обговорення подій без катастрофізації; формують почуття контролю над життям, що є протиположним безсиллю; демонструють приклади адаптивних копінг-стратегій (планування, пошук підтримки, активне вирішення проблем).

За концепцією посттравматичного зростання (*posttraumatic growth*) [3], здатність батьків знаходити смисл у кризових подіях сприяє розвитку в дітей вищого рівня життєстійкості, глибшого усвідомлення власних цінностей і здатності до саморегуляції.

Для збереження власної ресурсності батьки потребують психологічного супроводу, зокрема: просвітницьких програм із саморегуляції та управління стресом; груп взаємопідтримки батьків дітей, які навчаються в умовах війни; участі в тренінгах розвитку емоційної компетентності; консультацій шкільних і кризових психологів.

Такі заходи сприяють підвищенню ефективності батьківської підтримки, поліпшенню комунікації з дітьми та створенню сприятливого мікроклімату для збереження навчальної мотивації й емоційного балансу обдарованих школярів.

Практичні рекомендації для батьків щодо підтримки обдарованих школярів у кризових умовах

У період воєнних дій в Україні обдаровані діти виявляють не лише підвищену пізнавальну активність, а й високу емоційну вразливість. Для збереження їхнього психологічного благополуччя та навчальної мотивації необхідна скоординована підтримка сім'ї та освітнього середовища, спрямована на формування відчуття безпеки, стабільності та смислу навчання.

Батьки мають демонструвати спокій, упевненість і контроль над ситуацією, адже діти, особливо молодшого шкільного віку, схильні до емоційного зараження. Рекомендовано зберігати емоційну відкритість у спілкуванні, не заперечувати складності ситуації, але підкреслювати можливість її подолання; створювати ритуали безпеки (спільні вечірні обговорення, планування завдань на наступний день, розмови про надію і

майбутнє); підтримувати емоційний контакт через невербальні прояви – обійми, спільні ігри, творчість.

В умовах війни навчальна мотивація часто знижується через втрату звичних орієнтирів. Ефективно допомагають визнання зусиль дитини, а не лише результатів («Ти зміг зосередитися, попри складні умови»); персоналізація навчання – дозвіл обирати теми для проєктів, творчих завдань; підкріплення зв'язку між навчанням і реальним життям (як отримані знання можуть допомогти у відбудові країни, у мріях про мирне майбутнє).

Важливо допомагати дитині знаходити смисл навіть у складних подіях. Це може бути: обговорення теми добра, співчуття, стійкості; участь у волонтерських або творчих ініціативах («малюнки для захисників», благодійні проєкти школи); підкреслення ролі знань і талантів у побудові майбутнього України.

Висновки та перспективи подальших досліджень

У сучасних кризових умовах, спричинених війною в Україні, проблема психологічної стійкості та ресурсності батьків обдарованих школярів набуває особливої актуальності. Отримані теоретичні узагальнення та результати аналізу наукових джерел дають змогу сформулювати такі висновки:

1. Війна як екстремальний соціально-психологічний чинник впливає на емоційний стан і когнітивну активність дітей шкільного віку, особливо обдарованих. Підвищена чутливість, тривожність і потреба у смисловій стабільності роблять їх вразливими до подій, що дестабілізують.

2. Психологічні ресурси батьків (емоційна стійкість, оптимізм, емпатія, смислотворення, гнучкість мислення) виступають ключовими детермінантами збереження навчальної мотивації та емоційної рівноваги обдарованих дітей у період війни. Вони забезпечують дітям почуття безпеки, підтримку пізнавального інтересу й орієнтацію на майбутнє.

3. Сім'я є базовим середовищем емоційної підтримки, у якому дитина засвоює стратегії подолання стресу. Конструктивна поведінка батьків і їхня психологічна стабільність виконують роль моделі адаптивної реакції на травматичні події.

4. Освітній простір має стати другим полюсом підтримки, орієнтованим на безпечну взаємодію, індивідуалізацію навчання й розвиток смислових орієнтирів школярів. Партнерська співпраця батьків, педагогів і психологів формує єдине середовище розвитку, що зменшує вплив воєнного стресу.

5. Психологічний супровід батьків є необхідною умовою збереження їх ресурсного потенціалу. Освітні й просвітницькі програми, групи взаємопідтримки, тренінги з емоційної саморегуляції та інформаційної гігієни сприяють підвищенню здатності батьків до конструктивного реагування на стрес і підтримки своїх дітей.

Подальше вивчення проблеми може бути спрямоване на емпіричне дослідження взаємозв'язку між рівнем психологічної ресурсності батьків і навчальною мотивацією обдарованих школярів у кризових умовах; розроблення психодіагностичного інструментарію для оцінки батьківських

ресурсів і типів адаптивних стратегій у стресових ситуаціях; створення та апробацію програм психологічної підтримки сімей, які виховують обдарованих дітей у період воєнних дій або вимушеного переселення; дослідження ролі медіасередовища у формуванні стійкості та смислотворення дітей і батьків; вивчення феномену «посттравматичного зростання» у контексті сімей, що долають воєнні труднощі, як потенційного ресурсу для розвитку позитивної ідентичності та громадянської свідомості обдарованої молоді.

Список використаних джерел

1. Piechowski, M., Daniels, S., eds. Living with Intensity: Understanding the Sensitivity, Excitability, and Emotional Development of Gifted Children, Adolescents, and Adults. Great Potential Press. 2009. URL: https://www.academia.edu/upgrade?feature=searchm&trigger=mentions-view-download-onsite-ping&after_upgrade_path=%2Fmentions
2. Neihart M. Psychosocial factors in talent development. In M. Neihart, S. I. Pfeiffer, & T. L. Cross (Eds.), *The social and emotional development of gifted children: What do we know?* (2nd ed., pp. 159–171). Prufrock Press Inc. 2016. URL: <https://psycnet.apa.org/record/2015-50472-013>
3. Tedeschi R. G., Calhoun L. G. Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence. *Psychological Inquiry* 15(1): 1-18 January 2004. DOI: [10.1207/s15327965pli1501_01](https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01)
4. Ціннісна детермінація становлення обдарованої особистості: монографія / [О. Л. Музика, І. М. Біла, Д. К. Корольов та ін.]; за ред. О. Л. Музики. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2017. 220 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/708203/1/Muzyka_O_L_ZDSOO_IP_2017.pdf
5. Музика О. Л. Ціннісна підтримка самоідентичності обдарованої особистості в освітньому просторі. *Проектування розвитку та психолого-педагогічного супроводу обдарованої особистості: в умовах воєнного стану*: матеріали науково-практичної онлайн-конференції (Київ, 23–25 червня, 2022). Київ : Інститут обдарованої дитини НАПН України, 2022. С. 219–231. (0,6 др.арк.). URL: https://lib.iitta.gov.ua/731446/1/Muzyka_O_ZPSOOOP_IP_LPO.pdf
6. Antonovsky A. Unraveling the Mystery of Health: How People Manage Stress and Stay Well. San Francisco : Jossey-Bass, 1987. 218 p. URL: https://www.researchgate.net/publication/271898528_Unraveling_the_Mystery_of_Health_How_People_Manage_Stress_and_Stay_Well_Aaron_Antonovsky_Jossey-Bass_Publishers_San_Francisco_1987_3500
7. Seligman M. Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being. New York : Free Press, 2011. 368 p.