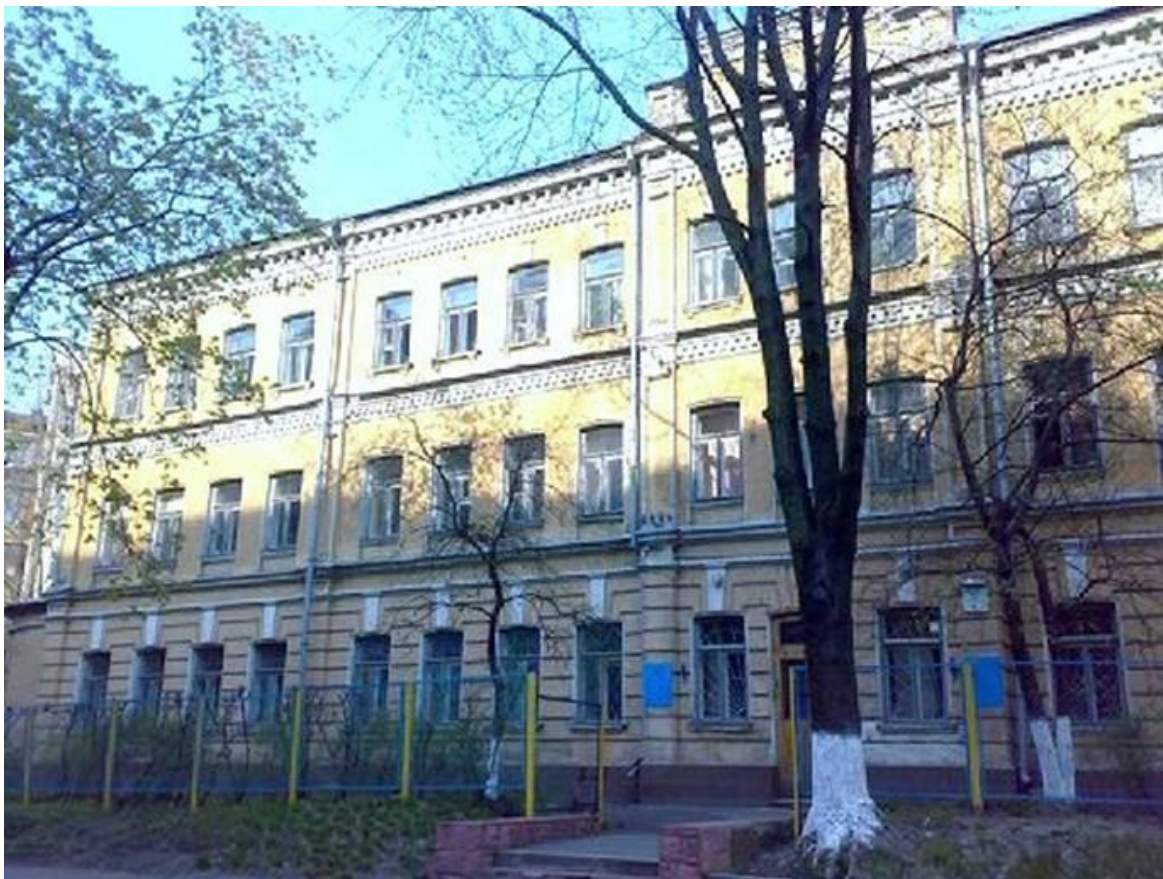




**Національна академія педагогічних наук України  
Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України  
Лабораторія психології навчання імені І. О. Синиці**

## **Актуальні проблеми психології навчання в сучасній соціокультурній ситуації**

**Збірник тез наукових доповідей  
круглого столу,  
присвяченого творчій спадщині І. О. Синиці**



**Київ – 2023**



**Національна академія педагогічних наук України  
Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України  
Лабораторія психології навчання імені І. О. Синиці**

# **Актуальні проблеми психології навчання в сучасній соціокультурній ситуації**

**Збірник тез наукових доповідей круглого столу,  
присвяченого творчій спадщині І. О. Синиці  
( м. Київ, 30 жовтня 2023 року)**

**Київ – 2023**

*Друкується за ухвалою Вченої ради Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України (протокол №13. від 3.11. 2023 року).*

**Актуальні проблеми психології навчання в сучасній соціокультурній ситуації:** збірник тез наукових доповідей круглого столу, присвяченого творчій спадщині І. О. Синиці (м. Київ, 23 жовтня 2023 року). Київ, 2023. 81 с.

**ISBN 978-617-7745-35-7**

**Редакційна колегія:**

**Максименко Сергій Дмитрович**, дійсний член НАПН України, доктор психологічних наук, професор; **Дзюбка Людмила Віталіївна**, старший науковий співробітник Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник; **Скулиш Наталія Євгенівна** старший науковий співробітник Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН, кандидат психологічних наук; **Слободяник Наталія Володимирівна**, старший науковий співробітник Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник.

До збірника тез увійшли матеріали наукових доповідей, які були представлені на круглому столі «Актуальні проблеми психології навчання в сучасній соціокультурній ситуації», присвяченому творчій спадщині І.О. Синиці, який відбувся 30 жовтня 2023 року в Інституті психології імені Г.С. Костюка НАПН.

Учасники круглого столу обговорили актуальні теоретичні проблеми та прикладні завдання, що постали перед віковою та педагогічною психологією в умовах воєнного стану в Україні. Розглянуто актуальні питання потенціалу генетичної психології в дослідженні взаємодії суб'єктів освітнього простору. Висвітлено внесок І. О. Синиці в становлення вітчизняної педагогічної психології. Обговорено питання психологічного аналізу взаємодії суб'єктів освітнього простору. Особливості дистанційного (змішаного) навчання учасників освітнього простору в умовах воєнного стану. Психологічний супровід взаємодії учасників освітнього процесу (учнів, вчителів, батьків), постраждалих в зоні бойових дій. Особливості організації психологічної допомоги учасникам освітнього простору в умовах війни. Медико-психологічні та психотерапевтичні аспекти взаємодії суб'єктів в сучасному освітньому просторі.

Збірник адресований фахівцям-психологам науковцям та практикам, викладачам закладів вищої освіти, педагогам та вихователям, аспірантам та студентам, усім, хто цікавиться проблемами сучасної розвивальної освіти.

Матеріали опубліковані в авторській редакції. Відповідальність за достовірність викладеного матеріалу та належність його автору, за правильне цитування джерел та посилання на них покладено на авторів статей. Думки авторів можуть не збігатися з позицією редколегії.

**ISBN 978-617-7745-35-7**

© Автори статей  
© Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2023

## ЗМІСТ

<b>Максименко С. Д.</b> Дослідницький потенціал психологічного вивчення саморозвитку особистості в парадигмі генетичної психології	<b>6</b>
<b>Брик О. М., Кочаровський М. С.</b> Особливості дистанційного ведення занять з психології прийняття рішень в умовах воєнного стану	<b>8</b>
<b>Бучма В. В.</b> Формування громадянської компетентності молодших школярів засобами підручника Нової української школи	<b>10</b>
<b>Гриценко Л. І., Імшенецька І. А.</b> Оцінка громадянами України задоволеності власним життям в умовах воєнного стану	<b>14</b>
<b>Каплуненко Я. Ю.</b> Емпіричне дослідження здатності до усвідомлення (Майндфулнес) в українських студентів-психологів	<b>18</b>
<b>Кесьян Т. В.</b> Роль шкільного психолога у забезпеченні психологічної допомоги учням в умовах війни	<b>22</b>
<b>Литвинчук Л. М.</b> Особливості шкільної мотивації дітей у період російського вторгнення : психологічний аспект	<b>24</b>
<b>Мар'яненко Л. В.</b> Генетичний підхід до вивчення проблеми розвитку пізнавальної діяльності учня	<b>31</b>
<b>Маслюк А. М.</b> Психологічна допомога суб'єктам освітнього простору в умовах війни	<b>36</b>

<b>Мойзріст О. М.</b>	
Психологічний аналіз проблеми адаптації до школи дітей із хронічними соматичними захворюваннями	<b>40</b>
<b>Невмержицький В. М.</b>	
Вплив освітнього простору на розвиток психологічної стійкості учнівської молоді	<b>44</b>
<b>Олійник В. М.</b>	
Профілактика адиктивної поведінки у дітей та підлітків, що переживають процес адаптації у зв'язку з переселенням до іншої країни	<b>46</b>
<b>Парфенюк О. М.</b>	
Психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту у волонтерській діяльності	<b>50</b>
<b>Пастушенко В. С.</b>	
Травматичний досвід взаємодії молодших школярів в процесі навчання	<b>53</b>
<b>Поклад І. М.</b>	
Застосування деяких психотерапевтичних прийомів у подоланні стресу, викликаного воєнною агресією	<b>56</b>
<b>Пушкарьська Л. П.</b>	
Заняття для дітей казкотерапією	<b>59</b>
<b>Скальська Л. О.</b>	
Соціокультурні детермінанти розвитку психології особистості в Україні ХХ-ХХІ століття	<b>61</b>
<b>Скулиш Н. Є.</b>	
Психологічні особливості само актуалізації студентів в процесі учбової діяльності	<b>63</b>

<b>Слободяник О. Я., Загородня О. С.</b> Особливості навчання студентів медичних вищих навчальних закладів під час російсько-української війни	<b>66</b>
<b>Тарасенко О. А.</b> Вплив розвитку «soft skills» на формування стресостійкості у підлітків	<b>69</b>
<b>Терещенко Л. А., Дзюбка Л. В.</b> Вплив педагогічної оцінки на формування позитивної самооцінки учнів початкової ланки НУШ	<b>71</b>
<b>Чудакова О. М.</b> Умови і принципи психолого-педагогічного супроводу розвитку креативності у дітей молодшого шкільного віку	<b>74</b>
<b>Шатирко Л. О.</b> Психологічний аналіз сучасних навчальних матеріалів: практичні питання підготовки психологів-експертів	<b>79</b>

# ДОСЛІДНИЦЬКИЙ ПОТЕНЦІАЛ ПСИХОЛОГІЧНОГО ВИВЧЕННЯ САМОРОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ В ПАРАДИГМІ ГЕНЕТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Максименко С. Д. (ORCID: 0000-0002-3592-4196)

Ця цілісність і нерозривна єдність психіки людини і є те, що утворює особистість. Особистість – це форма існування психіки людини, яка являє собою цілісність, здатну до саморозвитку, самовизначення, свідомої предметної діяльності і саморегуляції, та має свій унікальний і неповторний внутрішній світ. Самоконтроль та саморозвиток як фундаментальні якості особистості підкреслюються у різних підходах. Так, зокрема, Л.І. Божович визначає особистість як такий рівень розвитку індивіда, котрий уможливує здійснення ним контролю над подіями власного життя та над самим собою. У нашому визначенні підкреслене головне: природа людської психіки – особистісна. Вищий із відомих нам рівень розвитку буття, наділений рефлексією і тому здатний відображати все інше буття і самого себе, втілюється і стає дійсним способом існування конкретної людини. Можна сказати і зворотно: життя людини у світі є дійсним способом (формою) існування вищої психіки. Ми не знаходимо у світі.

Особистість виникла й розвинулася впродовж суспільно-історичного розвитку людства, впродовж праці. Належність особистості до певного суспільства, включеність в певну систему суспільних відносин визначає її психологічну та соціальну сутність.

Особистість – соціальна істота, суб'єкт пізнання, активний діяч суспільного розвитку. Характерними ознаками особистості є наявність у неї свідомості, місце, яке вона посідає в суспільстві, її суспільна роль, діяльність на користь суспільства.

Одним з найяскравіших виявів особистості є її індивідуальність – своєрідне, неповторне сполучення таких психологічних особливостей людини, як характер, темперамент, особливості перебігу психічних процесів (сприймання, пам'яті, мислення, мовлення, почуттів, волі), особливості її мотиваційної сфери.

Наукове дослідження психології особистості як дійсного (а не уявного лише) предмету вивчення, як унікальної, неповторної і цілісної системи, єдності, являє собою дуже велику проблему.

Особистість є складною системою, що саморозвивається, тобто – сама моделює і реалізує власну генезу. Для того, щоб науково дослідити цей процес, а отже, й дослідити саму особистість, ми маємо створити такі способи і форми вивчення, які б не переривали й не зупиняли його штучно, а – викликали,

співіснували б із ним. В ідеалі – це є співіснування за принципом сполучальності (Г.С. Костюк): ми повинні дати змогу особистості (об'єкту вивчення) вільно функціонувати і розвиватися за власними законами, але, водночас, надавати їй керувано такі можливості (природні і соціальні), які підлягають емпіричній фіксації і верифікуванню.

Ми виходили з того, що об'єктом дослідження є не окремих учень, група або вчитель, а сукупне переживання учасників освітнього процесу (освітнє середовище). Це переживання за самою природою – суперечливе. Воно містить як обов'язкові компоненти пізнавальний інтерес (з усіма вимогами, що забезпечують його задоволення) і креативність, яка передбачає свободу. Як у крапельці води, ці суперечності мусять зійтися і розрядитися в свободну дію. Переживання являє собою особливу діяльність, специфічну роботу, що реалізується зовнішніми та внутрішніми діями процесу перебудови психологічного світу. Переживання спрямоване на встановлення смислової відповідності між свідомістю та буттям, загальною метою якого є підвищене осмислення життя. Діапазон можливих носіїв переживань включає в себе безліч форм та рівнів поведінкових та психологічних процесів, таких як: гумор, сарказм, іронія, сором, порушення константності сприйняття і т.п.

Здатність до саморегуляції поведінки – ще одна сутнісна ознака особистості. Відомо, що досить довгий час в онтогенетичному розвитку збалансованість психологічних процесів досягається завдяки неусвідомлюваним механізмам так званої базальної емоційної регуляції. Ці механізми працюють незалежно від бажання людини, і сенс їхньої роботи полягає в забезпеченні психологічно комфортного і стабільного стану внутрішнього світу. Вони діють протягом всього життя людини, але з ускладненням життєвої ситуації (а це є прямим наслідком розвитку і соціалізації) їх дія виявляється недостатньою – занадто складними й неоднозначними стають умови життя. Тому в особистості здійснюється формування принципово нових механізмів, які управляються свідомо самою людиною. Першим з відомих є механізм вольової регуляції поведінки. В ситуації боротьби різних, а часто й протилежних, мотивів, вольове зусилля забезпечує вибір і безконфліктний подальший життєвий рух. Виникнення такого механізму є справжнім і значним надбанням особистості. Але виявляється, що він лише частково полегшує стан невизначеності і протистояння. В експериментах доведено, що внутрішнє протистояння мотивів після вольової дії повністю не припиняється і стан психологічного комфорту, як правило, не виникає (дуже яскраво це описує теорія когнітивного дисонансу). Напруга і внутрішня конфліктність супроводжує дію даного



механізму весь час. Чому ж, в такому випадку, існує багато ситуацій, коли напруження дійсно спадає і особистість виявляється самовідрегульованою? Вищі і найскладніші механізми саморегуляції поведінки можуть здійснюватися лише всією особистістю – цілісною і інтегрованою. Отже, можна виокремити такі послідовні етапи становлення саморегуляції в системі інтеграції особистості: базальна емоційна саморегуляція; вольова саморегуляція; смислова, ціннісна саморегуляція.

**Максименко Сергій Дмитрович** (ORCID: 0000-0002-3592-4196)  
доктор психологічних наук, професор дійсний член (академік) НАПН України,  
директор Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України

## **ОСОБЛИВОСТІ ДИСТАНЦІЙНОГО ВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ З ПСИХОЛОГІЇ ПРИЙНЯТТЯ РІШЕНЬ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ**

**Брик О. М.** (ORCID: 0000-0003-4527-2408)  
**Кочаровський М. С.** (ORCID: 0000-0002-1481-1918)

Війна, що триває на теренах нашої країни вже більш як півтора року, та реалії воєнного часу, що прийшли разом з нею, змусили українське освітнє середовище активно шукати шляхів адаптації до тих фундаментальних і часто важкопрогнозованих змін, що настали та продовжують відбуватися в умовах поточного моменту. Особливості та конкретика цього періоду змін, що пов'язані з вимогами та умовами воєнного стану в нашій країні, визначаються більш за все проблематикою забезпечення неперервності вітчизняного освітнього процесу, що за існуючих умов досить непросто. Втім, відновленню та розвитку навчального процесу в Україні за нинішніх реалій воєнного часу, дуже допомогла вже існуюча на початок війни та активно впроваджувана від початку кризи COVID-19 практика переведення навчального процесу в медіапростір. Для освітнього простору нашої країни наявність великої кількості онлайн-курсів різностороннього спрямування на відповідних медіа платформах набула характеру звичного стану речей ще до початку воєнного стану в нашій країні. Самоочевидно, що реалії поточного моменту активно сприяли розвитку дистанційного навчального процесу та розробці все нових і нових онлайн курсів з різних предметів, що своєчасно генерувалися та відповідно пропонувалися учасникам освітнього процесу. Набуваючи характеру звичайної навчальної практики, дистанційна форма навчання

продемонструвала ряд різноманітних особливостей свого застосування, в тому числі – психологічного характеру, при тому деякі з них з настанням воєнного часу стали проявлятися ще виразніше. Що пов'язано, очевидно, з динамікою та розвитком змін психологічного стану учасників освітнього процесу, спричиненим змінними обставинами життя та переживанням стресу через війну і зумовлений нею травматичний досвід. Все зауважене є вельми значимим для курсів з психологічних дисциплін, в тому числі – для курсу з психології прийняття рішень, оскільки, саме подібні курси з очевидних причин і є наразі одними з найцікавіших та затребуваних студентами через ті знання та компетенції, якими вони забезпечують слухачів.. Проте, курси такої психологічної спрямованості також можуть мати і виразний психотерапевтичний вплив для слухачів, допомагаючи їм впоратись зі своїми власними переживаннями, розгубленістю та нерішучістю, осмислюючи все це у відповідності до обставин поточного моменту та реалізуючи енергію цих переживань в навчанні, творчості, а головне - в прийнятті релевантних життєвим обставинам рішень. За нашими спостереженнями та вже досить тривалим (4 роки) досвідом щодо ведення онлайн занять з курсу психології прийняття рішень, можна зауважити, що передбачені програмою курсу творчі завдання та роботи, а також відповідні тренінгові заняття дають можливість індивідуального підходу до кожного із слухачів, що не лише полегшує сприйняття та засвоєння ними навчального матеріалу, а і створює відповідні умови для вищезазначеного психотерапевтичного впливу.

За нашими спостереженнями вибір студентами для проблемних творчих завдань та тренінгових занять тематики пов'язаної прямо чи опосередковано з війною в перший рік війни мав пріоритетний характер. Причому, проблеми, що найбільше турбували слухачів та були пов'язані з необхідністю для них приймати те чи інше рішення, насамперед стосувались таких питань, як відірваність від родини, друзів, Батьківщини чи малої батьківщини, самотність, прийняття рішення про виїзд чи невиїзд за кордон. Зрозуміло, що відповідні теми викликали найбільш гострий інтерес і найбільш зацікавлене обговорення, що явно було пов'язано з необхідністю вирішити для себе те чи інше гостроактуальне питання. Цікаво, що проблема відсутності чи пошуків роботи слухачами в перший рік війни практично не обговорювалась і, схоже, що як значна нагальна проблема, що потребує негайного вирішення, не усвідомлювалась. Втім, в перший рік війни курс читався протягом часу, що припадав на 3-5 місяць війни і, можливо, на той час вплив шоку, спричиненого початком війни та її розвитком в перші місяці, був ще дуже значним і проблеми, що торкаються роботи не видавались першорядними. Щодо другого року війни (15-16 місяць війни), то за нашими спостереженнями

можна вже говорити про те, що актуальна тематика першого року війни все ж лишається досить затребуваною, проте втратила в пріоритетності за кількістю виборів тем для проблемних творчих завдань та тренінгових занять, поступившись натомість темам, пов'язаним з проблемами власне з адаптацією та усвідомленням необхідності адаптації до нових умов життя, нової роботи, країни, проблемами виїзду чи повернення на Батьківщину чи малу батьківщину, та з реаліями звичайного «невійськового» життя. Зросло також усвідомлене прагнення навчитись новому для того, щоб це допомогло в нинішньому і майбутньому житті, роботі та побудові кар'єри. Варто сказати, що, очевидно, описані зміни можуть бути пояснені активно діючими процесами адаптації та вже відомим «ефектом звикання до війни», як їх наслідку: війна починає сприйматись, як «нова реальність», щось буденне, щось, що постійно існує і з усвідомленням її тривання потрібно навчитись жити.

Слід зауважити, що все вищенаведене можна вважати лише своєрідним пілотним дослідженням, що торкається даної тематики. Цілком очевидно, що все це згодом вимагатиме значно більш розгорнутого, глибокого, ґрунтовного та детального дослідження, та набагато глибшого осмислення і розуміння, що, в свою чергу сприятиме осмисленню тих соціальних, соціально-психологічних та психологічних процесів, що активно ідуть в нашому суспільстві в нинішній, дуже значимий і бурхливий, період історії нашої країни.

**Брик Оксана Михайлівна** (ORCID ID 0000-0003-4527-2408), магістр психології, старший викладач кафедри психології та педагогіки Національного Університету «Києво-Могилянська Академія».

**Кочаровський Мстислав Сергійович** (ORCID ID 0000-0002-1481-1918), магістр фінансів і кредиту, асистент кафедри психології та педагогіки Національного Університету «Києво-Могилянська Академія».

## **ФОРМУВАННЯ ГРОМАДЯНСЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ЗАСОБАМИ ПІДРУЧНИКА НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ**

**Бучма В. В.** (ORCID ID: 0000-0001-6163-0223)

Громадянська компетентність є однією з ключових компетентностей, які визначені як орієнтири результативності освітнього процесу Нової української школи. У Концепції «Нова українська школа» громадянська компетентність

визначається як здатність та володіння громадянською культурою, культурою демократії, що передбачає наявність у особистості певних якостей та громадянських цінностей [2]. Метою Нової української школи є виховання свідомого громадянина, патріота, професіонала, людини, світогляд і спосіб мислення якої спрямовані на саморозвиток та розвиток демократичного громадянського суспільства в Україні [2]. Отже, одним з найголовніших завдань Нової української школи є актуалізація питання громадянської освіти, що має на меті формування громадянської компетентності учнів.

В умовах військової агресії російської федерації проти України особливо усвідомлюється необхідність формування громадянської компетентності підростаючого покоління. Важливе значення має громадянське виховання в початковій школі. У цей період навчання у молодших школярів закладаються основи ціннісних орієнтацій свідомого громадянина. Набуті в початковій школі громадянськознавчі знання, уміння і ціннісні орієнтації визначають громадянську позицію вже дорослої людини. Аналіз психолого-педагогічної літератури свідчить про те, молодший шкільний вік розглядається науковцями як період громадянського становлення особистості, оскільки в цьому віці дитини починає усвідомлювати важливість подій, які відбуваються в суспільстві [1].

Громадянська компетентність є проявом сформованої громадянськості особистості. Громадянська компетентність є однією з ключових в структурі компетентностей учнів молодшого шкільного віку. Тому, важливим завданням громадянської освіти в початковій школі є створення умов для формування громадянської компетентності учнів, яка спрямована на соціалізацію особистості в суспільстві, розвиток патріотизму, політичної культури.

Реалізація цього завдання потребує визначення складових громадянської компетентності, які мають формуватися у початковій школі. Отже, складовими громадянської компетентності молодших школярів є:

- громадянські знання – це знання про державу, закони, права і обов'язки людини і громадянина України;
- громадянські вміння – діяти за правилами, виконувати обов'язки, залучатися до суспільно-корисної діяльності; вміння спілкуватися з однолітками та дорослими, виявляючи повагу і толерантність;
- громадянські чесноти – цінності й якості, притаманні громадянину демократичного суспільства [3].

Однією з умов формування громадянської компетентності є створення комфортного, безпечного середовища, у якому учні мають можливість творчого розвитку, саморозвитку і самовиявлення. Наступною умовою формування громадянської компетентності молодших школярів є розвиток

емоційної сфери, коли почуття визначають вчинки і виступають в якості мотивів поведінки.

Значний вплив на емоційну сферу дитини мають твори народного мистецтва, відомості про культурні та історичні традиції народу, що містяться у навчальній книзі. Дотик до історії свого народу викликає в учнів позитивні емоції, спонукає їх уважно ставитися до історичних коренів. Отже, підручник є одним з засобів формування громадянської компетентності.

Зауважимо, що зміст навчального матеріалу підручника повинен враховувати попередні знання та вміння учнів, їх потреби та життєвий досвід. Завданням підручників з гуманітарного циклу є формування в учнів складових громадянської компетентності. На нашу думку, реалізація цього завдання можлива за допомогою хрестоматії як різновиду навчальної книги. Зокрема, хрестоматія для дітей молодшого шкільного віку містить казки, приказки, прислів'я, які використовуються в освітньому процесі. Казка це улюблений жанр молодших школярів. В більшості випадків, герої казок наділені такими позитивними якостями як сміливість, патріотизм, вірність слову, відданість Батьківщині тощо. Їм протиставляється насильство, жорстокість, зверхність, ворожнеча тощо. Прислів'я про народних оборонців рідної землі формують у молодших школярів почуття національної гордості, патріотизму. Мистецтво слова формує в учнів позитивний образ своєї країни, розширює уявлення про її національні і державні символи, історію, традиції та культуру українського народу. Формуванню громадянської компетентності учнів сприяє відображення в художніх творах особливостей українського національного характеру.

Формуванню громадянської компетентності молодших школярів сприяє розвиток їх творчих здібностей. Тому, доцільним буде відображення в підручниках НУШ завдань на аналіз, синтез, абстрагування, узагальнення.

Наприклад, завдання, з метою обговорення творів, може бути сформульоване наступним чином: «Читаючи твори цього розділу, ви будете: визначати послідовність подій; знаходити зв'язки між подіями, почуттями та вчинками дійових осіб, між заголовком твору і його головною думкою». Сформованість громадянської компетентності означає, що людина вміє взаємодіяти з іншими членами суспільства. Тому, одним з актуальних завдань підручника Нової української школи є формування в молодших школярів комунікативної компетентності. У зв'язку з цим мова підручника, повинна відповідати нормам літературної мови і бути зрозумілою для учнів цього віку. Також, доцільним буде виконання вправ діалогічного характеру. Це можуть бути вправи, в яких передбачено діалог учня з героями твору. Завдання, що організовані в формі спілкування – «обговорюємо разом», «працюємо в парі»,

«продовжуємо з друзями», сприяють реалізації принципу партнерства. Рівноправне партнерство спонукає дітей до відповідальності за виконання спільної справи. Зазначимо, що громадянська компетентність формується і процесі самостійної пізнавальної діяльності. Тому в підручники варто включати завдання на актуалізацію пізнавального інтересу. Наприклад, запропонувати учневі самостійно скласти родинне дерево. Завдання продовжити речення «А що було б, якби...» сприяє вмінню учнів висловлювати і пояснювати власну точку зору. Зацікавленості учнів також сприяють рубрики підручника «ЦІКАВО ЗНАТИ!», «ЗВЕРНІТЬ УВАГУ!».

В умовах викликів російсько-української війни формування громадянської компетентності учнів стає пріоритетним завданням підручника Нової української школи. Особливості формування громадянської компетентності молодших школярів засобами підручника полягають у тому, що діти знають про національні та загальнолюдські цінності, про права і обов'язки громадянина України, про правила спілкування з однолітками та дорослими, виявляють патріотизм, шанобливо ставляться до національної історії, культури, мови. Слід зазначити, що в період війни з'явилася велика кількість патріотичних творів літератури та мистецтва, в яких відображено боротьбу із ворогом, відданість своїй Батьківщині, героїчний спротив наших військових російській агресії. Такі твори вселяють віру та надію, тим самим наближаючи перемогу. Вважаємо, що доцільним буде відтворення патріотичних творів в оновлених підручниках для початкової школи. Авторам підручника Нової української школи варто приділяти увагу питанням конструювання його змісту, який сприяє формуванню громадянської компетентності молодших школярів.

Список використаних джерел

1. Бех І. Д. Виховання особистості : у 2 кн. Кн. 1: Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади : наук. вид. Київ: Либідь, 2003. 280 с.
2. Концепція Нової української школи [Електронний ресурс]. Режим доступу: [URL:https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf](https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf)
3. Формування громадянської компетентності старшокласників засобами різних предметів. [Електронний ресурс]. Режим доступу: [URL:https://geum.ru/next/art-31728.php](https://geum.ru/next/art-31728.php)

**Бучма Вікторія Володимирівна**, (ORCID ID: 0000-0001-6163-0223) старший науковий співробітник лабораторії психології навчання імені І.О.Синиці Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України (Київ, Україна)

## ОЦІНКА ГРОМАДЯНАМИ УКРАЇНИ ЗАДОВОЛЕНОСТІ ВЛАСНИМ ЖИТТЯМ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Гриценок Л. І. (ORCID ID: 0000-0002-0055-2185)

Імшенецька І. А.

Благополуччя нації – питання, що турбує учених всього світу і актуальність якого для українських науковців останнім часом різко зросла. Для українців травмівний вплив російського вторгнення комбінується із медіанебезпеками, спричиненими розвитком цифрових технологій і ворожими деструктивними інформаційними впливами, посилюється тиском вимушеної «дистанційності» освітніх і соціальних практик, яка склалася іще з початком «ковідної» пандемії 2019 року. Згідно ВООЗ стан психологічного благополуччя, при якому людина може реалізувати свій власний потенціал, справлятися із життєвими стресами, продуктивно працювати та робити внесок у життя своєї спільноти відображає стан її психічного здоров'я [1, с. 187]. Психологічне благополуччя можна визначити як суб'єктивне переживання особистості, яке ґрунтується на позитивному ставленні до себе і свого минулого, наявності цілей та занять, що додають життю сенсу, а також на здатності виконувати вимоги повсякденного життя, відчувати задоволення від розвитку і самореалізації та від стосунків із іншими людьми, пронизаними турботою і довірою при збереженні здатності наслідувати власні переконання [1, с. 190].

Періодично здійснюються спроби встановити єдиний показник благополуччя / добробуту (well-being). Частина дослідників центральним показником психологічного благополуччя пропонують розглядати рівень задоволеності власним життям. Наприклад, вчені Hall, Jon & Barrington-Leigh, Christopher & Helliwell, John, у звіті Інституту економічних досліджень імені Лейбніца при Мюнхенському університеті 2010 року, вказують, що «найсильнішим кандидатом» в показники благополуччя на противагу ВВП є всеосяжна міра того, як ми *ставимося до свого життя* [4, с. 9]. Інші віддають перевагу вивченню різних складових: інтелектуальна, соціальна, життєстійкості, когнітивної ефективності, самооцінки, треті відштовхуються від встановлення дефіцитарних, хворобливих станів та невдоволення як бар'єрів досягнення доброго буття.

Для розв'язання проблем, пов'язаних із психологічним благополуччям (добробутом) українців, важливим виявляється не просто констатація травмівного впливу війни. Існує загальносвітова тенденція відходу від дефіцитарного підходу у вивченні благополуччя (що саме спричинює обмеження, хворобливий стан, неможливість повноцінно функціонувати чи

почуватися задоволеним життям) до підходу можливостей (дуже узагальнено - як реалізовуватися і почуватись щасливим). Тому і в сучасних дослідженнях українських вчених (як от Титаренко Т. М., Бал Ю.М., Дзюбка Л.В. та ін.) велика увага приділяється не стільки визначенням станів людини та факторів, що впливають на психологічний добробут, стільки питанню – як повноцінно жити після травми, виживати і зберігати фізичне та психічне здоров'я в умовах пролонгованого травмівного впливу та, зокрема, обнадійливому феномену посттравматичного зростання [3]. Відстеження загального стану, в якому перебуває населення України, різноманітні соціальні групи, дозволяє фіксувати і своєчасно реагувати на рівень і характер об'єктивної потреби в психосоціальній підтримці та підвищувати готовність населення скористатися наявними ресурсами.

Наразі маємо на меті представити дані двох діагностичних зрізів Інституту соціальної та політичної психології НАПН України 2022 та 2023 років.

Дослідження “Психологічний стан населення України в умовах повномасштабної війни”, методологія якого розроблена Інститутом соціальної та політичної психології (наук. кер. Найдьонова Л.А.), було проведене компанією Kantar Україна за фінансової підтримки БФ UAF Coin в другій половині 2022 року на вибірці 1014 респондентів з різних регіонів України. Індекс психологічного благополуччя (ІПБ) українців всіх демографічних груп на час дослідження зафіксовано на рівні вище середнього (6,66 балів з 9-ти можливих). Серед складових психологічного благополуччя найвищим по вибірці був індекс самооцінки (7,31), найнижчою за рівнем і при цьому середньою за абсолютними показниками стала емоційна складова (індекс емоційного інтелекту = 6,32 - значущо вище «нейтральних» 5 балів). Попри тривожні очікування, пов'язані з наслідками широкомасштабного вторгнення, в структура загального ІПБ українців не мала дефіцитарних складових в жодній із демографічних груп та регіонів. Хоча варто зауважити, що суб'єктивна оцінка психологічного благополуччя вимушено переміщених осіб, котрі продовжують перебувати в евакуації (6,37), виявилась дещо нижчою, ніж у когортах тих, хто залишався вдома (6,65) або вже встиг повернутися (6,79). У осіб, які не планували повертатися, показники індексів благополуччя виявились найнижчими не тільки на загальному масиві респондентів, а і в порівнянні з тими, хто так само ще перебуває в евакуації, але планує повернення. Психологи (Чуніхіна С.Л.) пов'язують несподівано високий ІПБ українців із психологічною мобілізацією у суспільстві, при тому, що 40% опитаних пережили ситуацію загрози власному життю або були безпосередніми свідками таких загроз у зоні бойових дій чи під обстрілами,



понад 41% мали родичів чи близьких у зоні бойових дій, 16% втратили близьких, 6% зазнали безпосередньої загрози насильства чи стали свідками таких загроз в окупації, а кожен двадцятий (5%) пережив або був свідком усіх типів травмівних подій (зазнав гіперкумулятивної травматизації). Однак такий ефект мобілізаційного ресурсу може вичерпатися в умовах, коли ситуація воєнного стану пролонгується на невизначений термін.

Попри суб'єктивну досить оптимістичну оцінку власного стану, за об'єктивними даними 57% респондентів перебували у зоні ризику розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР), і всього кожен 9-10-й із більш ніж 1 тис. опитаних не мав жодного із його симптомів. 23% мали бажання але не змогли (не зуміли) звернутися до психолога, отож реалізували це бажання всього 3% респондентів. Бар'єрами отримання психологічної підтримки для українців є низький рівень психологічної культури, відсутність загальноприйнятої практики звертатися за допомогою до фахівців ментального здоров'я, звичка не звертатися взагалі за винятком невідкладних станів (якось буде, я не хворий), оплата (це дорого). Близько 30% опитаних декларували готовність отримувати психологічну допомогу лише на безоплатній основі, що посилює роль державних інституцій та всіляких благодійних фондів і волонтерських ініціатив.

Масове опитування, окремі результати якого наводимо далі, проведено Інститутом соціальної та політичної психології НАПН України спільно з Асоціацією політичних психологів України методом інтерв'ю на початку травня 2023 року. Вибірка квотна, репрезентує доросле населення України віком від 18 років за віком, статтю, рівнем освіти, національною належністю. Опитано 2000 респондентів у всіх регіонах України за винятком тимчасово окупованих територій. Похибка вибірки склала 3,2%. Для аналізу регіональних особливостей використано умовний поділ областей України на 4 макрорегіони (Західний, Центральний, Східний та Південний). Опитування є черговим етапом багаторічного моніторингу стану суспільної свідомості в Україні [2].

Апелюючи до згаданих вище Джона Холла, Крістофера Баррінгтона-Лі, Джона Геллівела [4], візьмемо оцінку рівня задоволеності своїм життям в якості одного із критеріїв психологічного благополуччя українців. Для цього розглянемо, як розподілилися відповіді на одне із запитань моніторингової анкети “Чи задоволені Ви своїм життям загалом?”

Попри воєнний стан у травні 2023 року кожен третій українець (31%) вказав, що загалом задоволений власним життям. З них «цілком задоволеним» виявився лише кожен двадцятий (4,8%), а от «не задоволених» своїм життям було значно більше – майже кожен другий (47,7%). Частина респондентів, які

не змогли визначитися із відповіддю(19,4%) є відносно стабільною для останніх 5 років моніторингу [2].

У *регіональному* розрізі на момент опитування із урахуванням безпекової ситуації очікувано найбільш «задоволеними» виявилися жителі західних областей (39,3%), при цьому демонструючи значущо нижчий від середнього по вибірці відсоток незадоволених (36,3%) і традиційно вищу в цьому регіоні частку «обережних» громадян, кому «складно відповісти» (24,3%). Як бачимо, різниця між частками задоволених і незадоволених в західних областях знаходиться в межах статистичної похибки. Знов же очікувано значущо меншою є частка задоволених (24%) як і більшою частка незадоволених (59,2%) серед жителів східних областей, включаючи ВПО. Схожа тенденція в південних областях, де при меншій частці «задоволених» (27,1%) (різниця перебуває на межі статистичної похибки) кількість незадоволених (58,7%) значущо більша, ніж у західних та центральних областях. У згаданих областях (умовно «Південний» та «Східний» регіони) багато опитаних безпосередньо перебували чи перебувають під обстрілами або є ВПО і інтенсивніше емоційно залучені в ситуацію воєнного стану, серед них значущо менша частка тих, кому «важко відповісти» (16,9% у східних і 14,2% у південних областях). Спостерігається специфіка оцінки задоволеності власним життям і у *віковому* розрізі. Когорта 30-55 річних практично відтворює співвідношення задоволених-незадоволених по вибірці загалом (33,2% задоволених проти 47,9% незадоволених). Найбільше задоволених в молодшій віковій групі 18-29 років (37,8%), а незадоволених серед них хоча і найменше порівняно з іншими віковими групами, їх однак більше ніж задоволених (43%). Найуразливішою виявилася старша вікова когорта від 56 років. Задоволеними серед них є лише кожен четвертий (25,9%), що на третину менше ніж по вибірці загалом, і вдвічі менше, аніж незадоволених в цій віковій категорії (52,9%). Старшим респондентам також значно частіше було важко визначитися щодо відповіді (21,2 %).

Як бачимо, стан психологічного благополуччя населення по осі «задоволення-незадоволення власним життям» має певні вікові та регіональні особливості, які необхідно враховувати в плануванні державної політики та організації заходів з соціально-психологічної підтримки населення та психологічної реабілітації. Висока самооцінка психологічного благополуччя не виключає розвитку посттравматичних розладів, але особистий досвід переживання травматичних ситуацій людиною не впливає напряму на рівень травматизації і може бути опорою в мобілізації ресурсів для посттравматичного зростання. Для отримання населенням адекватної допомоги важливо не тільки формувати систему і розвивати мережу надання доступних психосоціальних

послуг, а і масштабно працювати над підвищенням рівня психологічної культури громадян, обізнаністю щодо можливостей отримання підтримки та дестигматизацією в масовій свідомості самого факту звернення до фахівців – психологів та психотерапевтів.

Список використаних джерел

1. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Т.2. Гол.ред. Л. Царенко. Київ: ОБСЄ, 2018. 240 с.

2. Стан суспільної свідомості в Україні під час повномасштабного російського вторгнення (за даними всеукраїнського репрезентативного опитування, проведеного 8-18 травня 2023 року) Інститут соціальної та політичної психології: веб-сайт. URL: <https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2023/07/opyt2023.pdf>

3. Титаренко Т. М. Посттравматичне життєтворення: способи досягнення психологічного благополуччя: монографія / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. – 160 с.

4. Hall, Jon & Barrington-Leigh, Christopher & Helliwell, John. (2010). Cutting through the Clutter: Searching for an Over-Arching Measure of Well-Being. CESifo DICE Report. 8. 8-12.

**Гриценко Людмила Іванівна** (ORCID ID: 0000-0002-0055-2185), науковий співробітник науково-організаційного відділу Інституту соціальної та політичної психології НАПН України (м. Київ, Україна)

**Імшенецька Інна Анатоліївна**, в.о. начальника науково-організаційного відділу Інституту соціальної та політичної психології НАПН України (м. Київ, Україна)

## **ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗДАТНОСТІ ДО УСВІДОМЛЕННЯ (Майндфулнес) В УКРАЇНСЬКИХ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ**

**Каплуненко Я. Ю.** (ORCID ID: 0000-0001-7369-8495)

Термін «майндфулнес» (mindfulness) з англійської перекладається як «усвідомлення», «уважність», «зосередженість» та розуміється як безоцінкова зосередженість уваги на поточному моменті реальності, з повним прийняттям та зауваженням різних її аспектів, без спроб їх інтерпретації (Кабат-Зінн, 2003).

Усвідомлення виступає як одна із форм переживання дійсності, яка дозволяє людині рефлексувати (відчувати, відслідковувати) власні емоції, думки, не піддаючи їх аналізу та критиці. Засновником концепту вважається

Дж. Кабат- Зінн, автор підходу зниження стресу на основі майндфулнес (Mindfulness Based Stress Reduction - MBSR), що широко використовується для подолання стресового навантаження, деструктивних думок, тривоги та депресії. В науковий обіг термін введено в 80-х роках ХХ століття. Сьогодні майндфулнес - підхід є дієвим методом зменшення стресу, покращення фізичного та психічного здоров'я, поліпшення концентрації та продуктивності. Усвідомлення (майндфулнес) – це здатність підтримувати усвідомленість та відкритість до поточного досвіду, включаючи внутрішні психічні стани й аспекти зовнішнього світу, з прийняттям та без осуду. Основна ідея полягає в цілісній присутності в поточному моменті, замість блукання думками у минулому чи майбутньому.

Серед основних технік майндфулнес виділяють: медитативні техніки, що містять релаксаційний та розвивальний вплив, навчають цілісної присутності в «тут і тепер», уважності звичних станів нашої свідомості; сканування тіла, медитація в русі, фокусування уваги на диханні, на природних об'єктах. Емпіричні дослідження вказують на ефективність майндфулнес-підходу для зменшення симптомів тривоги, депресії, нав'язливих станів, стресу, залежностей, соматичних скарг, перезбудження, ПТСР; на позитивний вплив цього підходу для поліпшення якості життя та психологічного здоров'я, для профілактики професійного вигорання, зменшення дистресу та інших психологічних симптомів (Каплуненко, Кучина, 2022). Останнім часом цей підхід також ефективно застосовується в освітньому просторі, узагальнюючи наукові, теоретичні та практичні напрацювання. Науковою спільнотою вивчаються можливості усвідомлення (майндфулнес) як частини професійного розвитку вчителів та підвищення соціально-емоційних та академічних навичок студентів, зокрема зниження стресової напруги, збільшення залученості до навчання, покращення навичок саморегуляції та оптимізації взаємодії у студентському середовищі. Своєю чергою це позитивно впливає на зниження тривоги та стресу, зокрема, через переживання персонального смислу, подолання соціальної ізоляції, покращення контакту з собою та власною професійною ідентичністю, закорінення в поточному моменті, збільшення та поглиблення поля досвіду.

Мета та опис дослідження: З метою вивчення здатності до усвідомлення (майндфулнес) та виявлення можливих взаємозв'язків між цією здатністю та рівнем екзистенційної тривоги в українських студентів під час війни, нами проведено емпіричне дослідження серед студентів-психологів 2-3 курсу Національного університету «Києво-Могилянська академія». Наукові дослідження здатності до усвідомлення (майндфулнес) почалися достатньо давно, і вже близько 40 років відбувається активна інтеграція цього методу в

психологічну та психотерапевтичну практику, що вимагає розробки інструментів для вимірювання його ефективності. Одним з таких інструментів є «П'ятифакторний опитувальник усвідомлення» (FFMQ-39), розроблений Ruth Baer та ін. (Baer., etc., 2006) й адаптований в Україні Каплуненко Я. та Кучиною В. (Каплуненко, Кучина, 2021). Саме він був використаний в даному дослідженні. Опитувальник являє собою шкалу самооцінки, яка складається з 39 запитань, вимірює здатність людини до усвідомлення думок, почуттів і поведінки в повсякденному житті й містить 5 підшкал: 1) «спостереження» внутрішніх або зовнішніх подразників, таких як відчуття, почуття, думки, образи, звуки і запахи; 2) «словесний опис» цих стимулів; 3) «свідома дія» на протипагу автоматизму та неухажності; 4) «неосудливість» щодо внутрішніх переживань; 5) «нереагування» на внутрішні переживання, що дозволяє думкам і почуттям «зринати й розчинятися», не затоплюючи людину повністю (Carmody & Baer, 2008). Вибірка становила 66 студентів, дослідження проводилось протягом 2022-2023 років.

За результатами дослідження було визначено, що показники здатності до майндфулнес в даній вибірці респондентів досить високі: середнє значення за шкалою «спостереження» становило – 29,19 балів; за шкалою «вербальний опис» - 30,37 балів; за шкалою «усвідомлена дія» - 26,98; за шкалою «неосудність» - 30,01 балів; нереактивність – 21; загальний показник «майндфулнес» - 137,98. До професійно важливих якостей фахівців психологічного профілю відносять здатність до рефлексії й вербалізації власних думок та емоцій, усвідомлення й здатність до прогнозування власних вчинків, здатність до самоконтролю, тощо, тому підвищені показники здатності до майндфулнес у студентів-психологів цілком закономірні.

Крім того, показники усвідомлення в даній вибірці, було порівняно з даними стандартизації, зібраними нами під час адаптації цього тесту в Україні у 2021 році, та з результатами дослідження цієї здатності у студентів Університету Кастельйон, Іспанія, опублікованими у 2015 році. (Aguado та ін., 2015).

Порівняльний аналіз вказує, що показники здатності до мандфулнес в даній групі досліджуваних дещо вищі за дані стандартизації, та відповідні показники іспанських студентів. Причини цього можуть бути різні – й особливості самих респондентів, і культурно-національні характеристики, й вплив поточної ситуації та часу. Звертає на себе увагу той факт, що загальний рівень усвідомлення став значущо вищим в українській вибірці 2022-23 років у порівнянні з вибіркою стандартизації 2021 року (Рис.1). Це підтверджує ефективність тесту, як діагностичного інструменту для дослідження рівня

усвідомлення, а також, може вказувати, що здатність до майндфулнес є професійно значущою характеристикою фахівців соціономічного профілю.

	Спостережен	Опис	Св.дія	Неосудність	Нереактивніс	ЗПМайндфул	N/Роки	Країна
1	23,01	28,7	27,9	28,6	20,1	128,9	173/2015	Іспанія
2	25,9	26	24	24,9	20,41	119,91	253/2021	Україна
3	29,19	30,37	26,98	30,01	21	137,98	66/2022-23	Україна

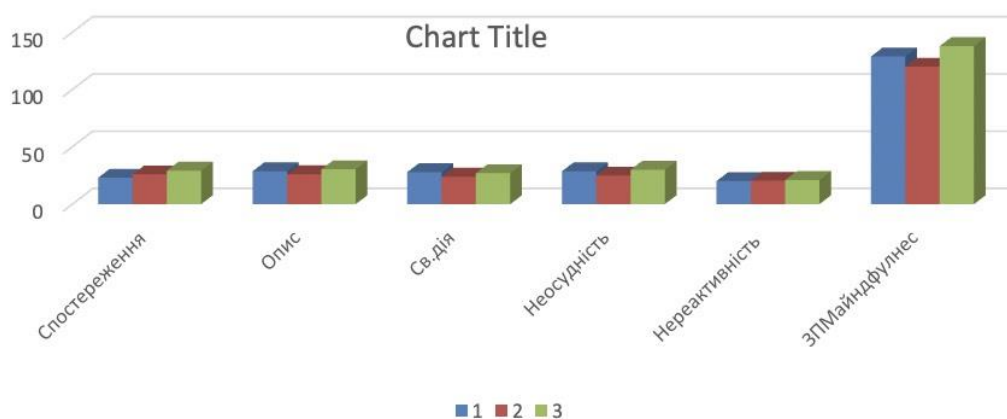


Рис.1 Результати порівняльного аналізу показників майндфулнес у вибірці 2015 (іспанські студенти); вибірка стандартизація (Україна, 2021); вибірка українських студентів-психологів (Україна, 2022-2023).

Аналіз взаємозв'язку між загальним рівнем екзистенційної тривоги та загальним рівнем здатності до усвідомлення (майндфулнес) виявив значущу негативну кореляцію між ними ( $-0,518$ ,  $p < 0,01$ ). За коефіцієнтом Спірмена виявлено обернену кореляцію між загальним показником ЕТ (Existential Concerns Questionnaire (ECQ, Vincent Van Bruggen, 2017) та загальним показником усвідомлення ЗМ (Five Facet Mindfulness Questionnaire, «FFMQ», R. Baer, 2006) в адаптації (Ю. Каплуненко, В. Кучина, 2021)

Таким чином, респонденти з вищими показниками здатності до усвідомлення відчувають нижчий рівень екзистенційної тривоги. І навпаки, збільшення екзистенційної тривоги може призвести до зниження нашої здатності безпосередньо відчувати життя тут і зараз, оприсутнюватись в ньому.

Висновки. В кризових умовах, в яких зараз знаходиться Україна, турбулентності піддаються всі рівні нашого буття. Це також стосується й зростання різних видів тривоги, яка є одним із наслідків впливу кризи. Пошук ефективних підходів до регуляції поточного стресового навантаження є одним з актуальних напрямків психологічних досліджень.

Аналіз показників здатності до усвідомлення (майндфулнес) у даній вибірці студентів-психологів показав високі результати за всіма складовими

усвідомлення - «спостереження» внутрішніх або зовнішніх подразників, «словесний опис» цих стимулів; «свідома дія», «неосудливість» щодо внутрішніх переживань; «нереагування» на внутрішні переживання, що вказує на досить високий розвиток цієї здатності. Крім того, дослідження виявило значущу негативну кореляцію між загальним рівнем екзистенційної тривоги та загальним рівнем здатності до усвідомлення (майндфулнес), тобто розвиток здатності до усвідомлення може бути ефективним інструментом зниження загального рівня тривоги та стресу.

Список використаних джерел

1. Aguado, J., Luciano, J. V., Cebolla, A., Serrano-Blanco, A., Soler, J., & García-Campayo, J. (2015). Bifactor analysis and construct validity of the five facet mindfulness questionnaire (FFMQ) in non-clinical Spanish samples. *Frontiers in psychology*, 6, 404. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00404>
2. Baer, R. A., Smith, G. T., Hopkins, J., Krietemeyer, J., & Toney, L. (2006). Using self-report assessment methods to explore facets of mindfulness. *Assessment*, 13(1), 27–45. DOI: <https://doi.org/10.1177/1073191105283504>
3. Carmody, James, and Ruth A. Baer. Relationships between mindfulness practice and levels of mindfulness, medical and psychological symptoms and well-being in a mindfulness-based stress reduction program. *Journal of behavioral medicine*. 2008. № 31. P. 23-33.
4. Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-Based interventions in context: Past, present, and future. *Clinical Psychology: Science & Practice*, 10(2), 144-156.
5. Каплуненко, Y., Kuchyna, V. (2022). Adaptation and validation of five factor mindfulness questionnaire. *International Journal of Innovative Technologies in Social Science*, 1(33). [https://doi.org/10.31435/rsglobal\\_ijitss/30032022/7795](https://doi.org/10.31435/rsglobal_ijitss/30032022/7795)

**Каплуненко Ярина Юріївна** (ORCID ID: 0000-0001-7369-8495)  
кандидат психологічних наук, старша наукова співробітниця лабораторії психології навчання Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України

## **РОЛЬ ШКІЛЬНОГО ПСИХОЛОГА У ЗАБЕЗПЕЧЕННІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ УЧНЯМ В УМОВАХ ВІЙНИ**

**Кесьян Т. В.** (ORCID ID: 0000-0003-2858-9526)

Війна завжди є найскладнішим часом для будь-якого суспільства. Вона залишає сліди на всіх аспектах життя, зокрема на психічному стані дітей та підлітків. Стрес, тривога і травматичні події, які пережили діти можуть сильно впливати на їх психічне і психологічне здоров'я. Саме тому важливо

організувати та надавати психологічну допомогу дітям під час війни. І в цьому беззаперечну роль відіграють шкільні психологи.

Психологічна підтримка допомагає дітям:

Подолати стрес: діти можуть відчувати стрес і тривогу через небезпеку та невизначеність війни. Психологічна допомога допомагає їм знайти способи впоратися з цими почуттями.

Зберегти нормальний психічний стан: психологічна допомога попереджає розвиток психічних розладів, таких як ПТСР, які можуть виникнути після травматичних подій.

Відновити навчальну діяльність: психологічна допомога може допомогти дітям повернутися до навчання та зосередитися на навчальних завданнях, навіть в умовах війни.

Розвивати стресостійкість: психологи навчають дітей навичкам саморегуляції та стресостійкості, що допомагає їм краще справлятися зі стресовими ситуаціями та труднощами.

Види психологічної допомоги школярам в умовах війни по забезпеченню їх психічного і психологічного благополуччя:

Психологічна підтримка та консультації: шкільні психологи надають індивідуальні консультації дітям, які можуть відчувати стрес, тривогу чи травматичні наслідки війни. Допомагають дітям висловлювати свої почуття, розуміти їх та розвивати навички подолання страхів.

Проведення групових занять: організація шкільними психологами групових сесій дозволяє дітям спілкуватися між собою, обговорювати свої почуття та спільно знаходити рішення проблем, розвивати важливі навички саморегуляції та способи виразу емоцій через творчість.

Розвиток резиліентності: завдяки тренінгам шкільні психологи допомагають дітям розвивати резиліентність, тобто здатність відновлювати психічний стан після стресу і адаптуватися до труднощів. Вони навчають дітей важливим навичкам, таким як впорядкування емоцій, розв'язання суперечок, конфліктів і розвивають стресостійкість.

Співпраця з педагогами і батьками: шкільні психологи щільно співпрацюють з учителями і батьками. Вони можуть проводити навчальні семінари для вчителів і батьків щодо виявлення та допомоги дітям, які потребують психологічної підтримки, надаючи їм поради та інструкції.

Моніторинг та оцінка: шкільні психологи можуть вести моніторинг психічного стану учнів і оцінювати ефективність наданої допомоги. Це дозволяє вчасно реагувати на зміни в психічному стані дітей та коригувати психологічну допомогу.



Сприяння створенню безпечного середовища: шкільні психологи сприяють створенню безпечного і підтримуючого середовища в школі, де діти можуть відчувати підтримку та довіру.

Застосування терапевтичних методів: для дітей, які пережили тяжкі травматичні події, шкільні психологи можуть використовувати терапевтичні методи, такі як арт-терапія, гра-терапія, музикотерапія тощо.

Важливо, щоб психологи були добре підготовлені до роботи з дітьми в умовах війни та мали належну кваліфікацію і підтримку від адміністрації шкіл.

Також психологи повинні мати чутливість до потреб і почуттів дітей, і за необхідності, ділитися інформацією з іншими професіоналами (наприклад, педагогами та психіатрами), якщо потрібно додаткова експертна допомога.

**Висновок.** Загальні принципи психологічної допомоги школярам в умовах війни включають в себе: розуміння та сприйняття дитячих почуттів, підтримку та надання простору для виразу емоцій, розвиток навичок саморегуляції та стресостійкості, співпрацю з родинами та вчителями для створення безпечного та підтримуючого середовища. Запевняючи дітей в тому, що їхні почуття важливі та їхні реакції на війну нормальні, можна сприяти їхньому психічному відновленню та розвитку в майбутньому.

**Кесьян Тетяна Валентинівна**, (ORCID: ID 0000-0003-2858-9526) молодший науковий співробітник, лабораторії психології навчання імені І.О.Синиці Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України (Київ, Україна)

## **ОСОБЛИВОСТІ ШКІЛЬНОЇ МОТИВАЦІЇ ДІТЕЙ У ПЕРІОД РОСІЙСЬКОГО ВТОРГНЕННЯ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ**

**Литвинчук Л. М.** (ORCID: ID 0000-0002-5085-4499)

Теперішні зміни, що стрімко відбуваються в Україні, значні соціально-економічні та культурні перетворення, посилення вимог, які пред'являються суспільством до людини, зміна багатьох цінностей - ці та багато інших умов, безсумнівно, впливають на формування особистості дитини.

У цьому сенсі особливо вразливими є діти, які переживають кризові моменти у розвитку, пов'язані зі зміною соціальної ситуації. Вступ до школи знаменує початок нового, надзвичайно важливого в житті дитини періоду, та пов'язаний з необхідністю адаптації до умов. Перші місяці навчання у школі є дуже напруженими, оскільки школа з перших днів ставить перед учнями завдання, які пов'язані зі своїми досвідом, і потребує мобілізації

інтелектуальних і фізичних сил. Проблемі формування особистості молодшого школяра приділяли увагу численні дослідники: особливості цього віку розглядали А. Гребенюк, Д. Ельконін, Н. Лейтес, А. Петровський, Боришевський М.Й. та ін.

Загалом у науковому дослідженні проблеми адаптації можна виокремити основні парадигми, що сформувалися в гуманітарному знанні. Так, найбільшу популярність у науковій літературі отримали моделі, що розвивалися у межах біхевіоризму (Е. Торндайк, Д. Уотсон, Б. Скінер) [1], символічного інтеракціонізму (Ч. Кулі, Дж. Мід, Л. Філіпс) [3, с. 10,] структурно-функціонального аналізу (Т. Парсонс) [2] і психоаналітичної теорії (Г. Гартман). Згідно біхевіористських уявлень соціальна адаптація розглядалась як процес соціального научіння, під час якого стає пріоритетною установка на соціальну дію. Як зазначає українська дослідниця Т. Коленіченко, «інтеракціоналісти під ефективною адаптацією особистості розуміють такий різновид адаптації, при досягненні якої особистість задовольняє мінімальні вимоги та очікування суспільства» [4].

У першому класі успішність у оволодінні навчальною діяльністю, програмним змістом навчальних предметів, оцінка педагога є найважливішими критеріями оцінки себе більшості дітей. Проте, інтерес до школи, на початках сформований на базі ігрової та соціальної мотивації, у разі виникнення перших труднощів у навчанні різко падає, оскільки ні ігрові, ні соціальні мотиви безпосередньо не пов'язані зі змістом навчання. Однією з найважливіших умов, які забезпечують успішну адаптацію першокласників є формування навчальної мотивації. Крім того, успішність адаптації дітей до школи багато в чому залежить від ставлення педагога до учнів, стилю його спілкування з ними. Важливу роль в процесі адаптації до школи грають і особистісні особливості учнів. У більшості робіт, присвячених генезі самооцінки, механізмам та умовам її формування розглядається в межах конкретного вікового періоду.

Молодший шкільний вік вважається віком формування особистості. Йому притаманні нові стосунки з однолітками та дорослими, включення до нового виду діяльності, включення до цілої системи колективів, навчання, яке висуває низку істотних вимог до учня. Це безпосередньо позначається на закріпленні та формуванні нової системи відносин до навчання, людей, колективу та пов'язаних з ними обов'язків, формує волю, характер, розвиває здібності, розширює коло інтересів. У цей час здійснюється засвоєння правил поведінки та моральних норм, закладається фундамент моральної поведінки, починає формуватися загальна спрямованість особистості.

Характер дітей віком 7-11 років має певні особливості. Діти імпульсивні, це означає, що вони схильні до негайної дії під впливом спонукань, безпосередніх імпульсів, не зваживши всіх обставин і не подумавши. Причина такої поведінки пов'язана із слабкою вольовою регуляцією поведінки та активною зовнішньою розрядкою [13]. Загальна недостатність волі так само вважається особливістю даного віку, полягає вона в тому, що молодший школяр ще не має достатнього досвіду для тривалої боротьби за поставлену мету, долаючи перешкоди та труднощі. Він легко може втратити віру у власні сили і при невдачах опустити руки. Досить часто можна і спостерігати впертість та примхи.

Першорядною причиною цього є виховання сім'єю дитини. Дитина з дитинства звикла до постійного виконання її бажань і вимог. Примхи та впертість це своєрідна форма протесту молодшого школяра проти вимог, які пред'являються вчителем, проти необхідності виконувати дані дії проти своєї ж волі. Молодші школярі досить емоційні, оскільки вся їхня психічна діяльність виражається через емоції. Також цього віку не вміють контролювати зовнішній прояв своїх почуттів, стримувати їх, вони дуже відверті та безпосередні у виразі радості.

Емоційність виявляється у їх частій зміні настроїв, великій емоційній нестійкості, бурхливими і короткочасними проявами радості, схильністю до афектів, гніву, горя, страху. З віком дедалі більше розвивається здатність стримувати небажані прояви, регулювати свої почуття [2].

Нами була проведена діагностика готовності учнів до шкільної діяльності (Тест Керна Йірасика на виявлення загального рівня психічного розвитку, рівня розвитку мислення, вміння слухати, виконувати завдання за зразком, довільність психічної діяльності). У дослідженні брали участь 53 учнів: школярі 1 класу (з них 28 хлопців та 25 дівчат), що навчались у двох класах (1-а та 1-б) а також вчителі початкової школи. У 1-а класі навчалось 27 (14 хлопців і 12 дівчат), а у 1-б класі – 26 дітей (по 13 дітей обох статей). 1-ф клас був взятий у якості експериментальної, а 1-й б клас – у якості контрольної групи.

Емпірично з'ясувалось, що розподіл за рівнями відбувається досить рівномірно. Нами була проведена діагностика тривожності на вибірці молодших школярів.

По рівням тривожності учні розподілилися так: учнів із низьким рівнем тривожності виявилось близько 7% загальної вибірки; учнів із високим рівнем тривожності – 18,5% для 1-а та 23,1 % для 1-б класу. Більшість школярів демонструвала середній рівень тривожності.

Визначено, що високий рівень тривожності мали діти, сім'ї яких переїхали із зони тимчасової окупації та військових дій, викликаних повномасштабним вторгненням РФ.

У близько 10% молодших школярів було виявлено низьку шкільну мотивацію, негативне ставлення до школи, шкільну дезадаптацію, оскільки у дітей не було бажання ходити до школи, у всіх можливих випадках вони пропускали б заняття, не хотіли робити домашнє завдання, загалом, школа їм не подобалася.

У майже 70% було виявлено середню шкільну мотивацію, позитивне ставлення до школи, але школа залучала їх позанавчальною діяльністю. Вони більше ходили до школи через своїх однокласників, хотіли більше спілкуватися і грати з ними, також хотіли, щоб у них був менш суворий вчитель.

У близько 15% молодших школярів, які брали участь в опитуванні, виявився високий рівень шкільної мотивації та навчальної активності а троє учнів (двоє в 1-а і один в 1-б) мали дуже високий рівень мотивації. Ця частина учнів хотіла здобувати більше знань і майже не пропускала заняття, що дуже обнадіює.

Молодший шкільний вік вважається віком формування особистості. Йому притаманні нові стосунки з однолітками та дорослими, включення до нового виду діяльності, включення до цілої системи колективів, навчання, яке висуває низку істотних вимог до учня. Це безпосередньо позначається на закріпленні та формуванні нової системи відносин до навчання, людей, колективу та пов'язаних з ними обов'язків, формує волю, характер, розвиває здібності, розширює коло інтересів. У цей час здійснюється засвоєння правил поведінки та моральних норм, закладається фундамент моральної поведінки, починає формуватися загальна спрямованість особистості.

Характер дітей віком 7-11 років має певні особливості. Діти імпульсивні, це означає, що вони схильні до негайної дії під впливом спонукань, безпосередніх імпульсів, не зваживши всіх обставин і не подумавши. Причина такої поведінки пов'язана із слабкою вольовою регуляцією поведінки та активною зовнішньою розрядкою [13]. Загальна недостатність волі так само вважається особливістю даного віку, полягає вона в тому, що молодший школяр ще не має достатнього досвіду для тривалої боротьби за поставлену мету, долаючи перешкоди та труднощі. Він легко може втратити віру у власні сили і при невдачах опустити руки. Досить часто можна і спостерігати впертість та примхи.

Першорядною причиною цього є виховання сім'єю дитини. Дитина з дитинства звикла до постійного виконання її бажань і вимог. Примхи та

впертість це своєрідна форма протесту молодшого школяра проти вимог, які пред'являються вчителем, проти необхідності виконувати дані дії проти своєї ж волі.

Молодші школярі досить емоційні, оскільки вся їхня психічна діяльність виражається через емоції. Також цього віку не вміють контролювати зовнішній прояв своїх почуттів, стримувати їх, вони дуже відверті та безпосередні у виразі радості. Емоційність виявляється у їх частій зміні настроїв, великій емоційній нестійкості, бурхливими і короткочасними проявами радості, схильністю до афектів, гніву, горя, страху. З віком дедалі більше розвивається здатність стримувати небажані прояви, регулювати свої почуття [2].

Список використаних джерел

1. Рибалка, В. В. (2000). Психологічна структура особистості. Психологія за ред. Ю. Л. Трофімова. 116–122.
2. Ткаченко, О. М. (2009). Принципи і категорії психології. Психологія і суспільство, (1(35)), 44–133.
3. Ткачишина, О. Р. (2021). Особистість у сучасному соціумі: психологічний аспект. *Habitus*, No 2 (24), 107–111.
4. Фурман, В. В. & Рева, О. М. (2021). Психологічні особливості управління стресом в умовах суспільних трансформацій. *Габітус*, No 27, 151–155.
5. Chomsky, N. (2017). *On Language: Chomsky's Classic Works: Language and Responsibility and Reflections on Language*. The New Press.

Peculiarities of school motivation of children during the Russian invasion:  
psychological aspect UDC 159.9 (043.2)

Lytvynchuk Lesia. Doctor of psychological sciences, professor, Senior researcher of I.O. Synytsya Laboratory of the psychology of studies, G.S. Kostyuk Institute of Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine (Kyiv, Ukraine)

Current changes that are rapidly taking place in Ukraine, significant socio-economic and cultural transformations, increased demands placed on a person by society, changes in many values - these and many other conditions undoubtedly affect the formation of a child's personality.

In this sense, especially vulnerable are children who are experiencing crisis moments in development, connected with a change in the social situation. Entering school marks the beginning of a new, extremely important period in a child's life, and is associated with the need to adapt to the conditions. The first months of schooling are very stressful, because the school from the first days sets students tasks related to

their experience and requires the mobilization of intellectual and physical forces. Numerous researchers have paid attention to the problem of the formation of the personality of a younger schoolboy: A. Grebenyuk, D. Elkonin, N. Leites, A. Petrovsky, M.Y. Boryshevsky considered the peculiarities of this age. etc.

In general, in the scientific study of the problem of adaptation, it is possible to single out the main paradigms formed in humanitarian knowledge. Thus, the most popular in the scientific literature were the models developed within the framework of behaviorism (E.Thorndike, D. Watson, B. Skinner) [1], symbolic interactionism (C. Cooley, J. Mead, L. Phillips) [3, with. 10,] structural-functional analysis (T. Parsons) [2] and psychoanalytic theory (G. Hartman). According to behaviorist ideas, social adaptation was considered as a process of social learning, during which the attitude towards social action becomes a priority. As noted by the Ukrainian researcher T. Kolenichenko, "interactionalists understand the effective adaptation of the individual as a type of adaptation, when the individual meets the minimum requirements and expectations of society" [4].

Younger school age is considered the age of personality formation. It is characterized by new relationships with peers and adults, inclusion in a new type of activity, inclusion in a whole system of collectives, training that makes a number of significant demands on the student. This directly affects the establishment and formation of a new system of relations to education, people, the collective and related duties, forms will, character, develops abilities, expands the range of interests. At this time, the rules of behavior and moral norms are learned, the foundation of moral behavior is laid, and the general orientation of the individual begins to form.

The character of children aged 7-11 years has certain peculiarities. Children are impulsive, which means that they are prone to immediate action under the influence of impulses, direct impulses, without weighing all the circumstances and without thinking.

The reason for this behavior is related to weak volitional regulation of behavior and active external discharge [13]. The general lack of will is also considered a feature of this age, it consists in the fact that the younger schoolboy does not yet have enough experience for a long struggle for the goal, overcoming obstacles and difficulties. He can easily lose faith in his own strength and give up in case of failure. You can often observe stubbornness and whims.

The primary reason for this is the upbringing of the child by the family. Since childhood, the child has been accustomed to the constant fulfillment of his wishes and demands.

Quirks and stubbornness are a kind of protest of a younger schoolboy against the demands made by the teacher, against the need to perform these actions against his

own will. Younger schoolchildren are quite emotional, since all their mental activity is expressed through emotions. Also, at this age, they do not know how to control the external manifestation of their feelings, restrain them, they are very frank and direct in their expression of joy.

Emotionality is manifested in their frequent mood swings, great emotional instability, stormy and short-term manifestations of joy, a tendency to affect, anger, grief, fear. With age, the ability to restrain unwanted manifestations and regulate one's feelings develops more and more [2]. In the first grade, success in mastering educational activities, program content of educational subjects, teacher's evaluation are the most important criteria for self-evaluation of most children. However, interest in school, initially formed on the basis of game and social motivation, in the event of the first difficulties in learning drops sharply, since neither game nor social motives are directly related to the content of learning. One of the most important conditions that ensure the successful adaptation of first-graders is the formation of educational motivation. In addition, the success of children's adaptation to school largely depends on the teacher's attitude towards students, his style of communication with them. Personal characteristics of students also play an important role in the process of adaptation to school. In most of the works devoted to the genesis of self-esteem, the mechanisms and conditions of its formation are considered within a specific age period.

We conducted a diagnosis of students' readiness for school activities (the Kern Jirasik test to identify the general level of mental development, the level of thinking development, the ability to listen, perform tasks according to the model, arbitrariness of mental activity).

53 students took part in the study: 1st graders (28 boys and 25 girls) studying in two grades (1st and 1st grade) and elementary school teachers. There were 27 students in the 1st grade (14 boys and 12 girls), and 26 children in the 1st grade (13 children of both sexes). The 1<sup>st</sup> class was taken as an experimental group, and the 1st class - as a control group.

Empirically, it was found that the distribution by levels is quite uniform. We conducted a diagnosis of anxiety on a sample of younger schoolchildren to obtain a representative picture and empirically substantiate the relevance of the problem.

According to the level of anxiety, students were distributed as follows: students with a low level of anxiety were about 7% of the total sample; students with a high level of anxiety - 18.5% for the 1st grade and 23.1% for the 1st grade. Most schoolgirls showed an average level of anxiety.

It was determined that children whose families moved from the zone of temporary occupation and hostilities caused by the full-scale invasion of the Russian Federation had a high level of anxiety. About 10% of younger schoolchildren were found to

have low school motivation, a negative attitude towards school, school maladjustment, as the children had no desire to go to school, in all possible cases they would miss classes, did not want to do homework, in general, they did not like school liked.

Almost 70% showed secondary school motivation, a positive attitude towards school, but the school engaged them in extracurricular activities. They went to school more because of their classmates, wanted to communicate and play with them more, and also wanted to have a less strict teacher.

About 15% of junior high school students who participated in the survey had a high level of school motivation and academic activity, and three students (two in 1-a and one in 1-b) had a very high level of motivation. This part of the students wanted to gain more knowledge and almost did not miss classes, which is very encouraging.

Referentes

1. Rybalka, V. V. (2000). Psychological structure of personality. Psychology edited by Yu. L. Trofimova. 116–122.
2. Tkachenko, O. M. (2009). Principles and categories of psychology. Psychology and Society, (1(35)), 44–133.
3. Tkachyshina, O. R. (2021). Personality in modern society: psychological aspect. Habitus, No. 2 (24), 107–111.
4. Furman, V. V. & Reva, O. M. (2021). Psychological features of stress management in conditions of social transformations. Habitus, No. 27, 151–155.
5. Chomsky, N. (2017). On Language: Chomsky's Classic Works: Language and Responsibility and Reflections on Language. The New Press.

**Литвинчук Леся Михайлівна** (ORCID ID: 0000-0002-5085-4499) старший науковий співробітник лабораторії психології навчання імені І.О.Синиці Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, доктор психологічних наук, професор (м. Київ, Україна)

## **ГЕНЕТИЧНИЙ ПІДХІД ДО ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ПІЗНАВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ УЧНЯ**

**Мар'яненко Л. В.** (ORCID ID: 0000-0003-4166-7349)

Метою генетичної психології є вивчення умов, за яких людина може досягти такого рівня досконалості її пізнавальної діяльності (і будь-якого виду діяльності взагалі), коли виникають творчі здібності (знайдення творчих образів, навіть здійснення відкриття). Такі зміни пізнавальної діяльності здійснюються у процесі трансформації власних психічних явищ людини: їх



змісту, форми, перетворення станів свідомості і способів дій, коли завдяки цьому досягається високий рівень функціонування навчальної діяльності, пізнавальної діяльності, що сягає рівня творчості.

Застосування генетичного методу в психології пов'язано з іменами Д. Болдуїна, К. Гросса, Карла і Шарлотти Бюлер, А. Біне, А. Валлона, Е. Клапареда, Р. Заззо, Ж. П'яже та ін. Г. С. Костюк вважав, що пізнавальна діяльність особистості є складним психологічним явищем, що вбирає в себе духовне життя особистості, різноманітні творчі вияви і творчу діяльність. Науковець виділив компоненти пізнавальної діяльності, як-от: чутливість пізнавальних аналізаторів; становлення пізнавального образу; пізнавальні дії: сенсорні, перцептивні, мнемічні, мислительні; рух від неповної інформації про пізнавальний предмет до відповідно повної інформації про нього; категоризація розробленого пізнавального образу; творчість (перехід від перцептивних задач до більш складних навчально-пізнавальних задач, і від них – до творчо-пізнавальних задач). Г. С. Костюк зауважував, що хоч розвиток і пов'язаний із вихованням і навчанням, але має свої особливості, що не тотожні ні вихованню, ні навчанню. Розвиток має рушійні сили. Пізнавальні процеси (мислення, відчуття, сприйняття, пам'ять) у генетичному підході не абсолютизуються, тобто не перетворюються на самостійні сутності (що відбувається у загальнопсихологічному вимірі), а вивчаються як результати дій, діяльності, поведінки. У генетичному підході якісні зміни пізнавальної діяльності через становлення трьох її фаз (активно-сумісної, самостійної і творчої) не визначені віком дитини. Становлення пізнавальної діяльності учня відбувається завдяки особистому ставленню учня до виконання пропонованих учителем навчально-пізнавальних завдань (активізувально-сумісних, самостійних, творчих, а також через цілеспрямоване формування вчителю в учнів таких умінь, як передбачення, планування, контроль, оцінювання виконання результатів завдання. У результаті розвивального навчання сформований рівень пізнавальної діяльності (активний, самостійний, творчий) може перевищити рівень пізнання, характерний для певного віку учня. Операційний компонент пізнавальної діяльності, що містить у собі такі пізнавальні процеси, як сприймання, увага, довільна пам'ять, активна уява, мислення, вольові дії, розглядається як природжена властивість психіки людини. Але в розгляді генетичної психології ці пізнавальні процеси, а, отже, і пізнавальна діяльність, розглядаються як предмет тривалого розвитку в просторі активної життєдіяльності людини.

Отже, становлення пізнавальної діяльності визначається не віком дитини, а її активним формуванням у навчанні, особливо за наявності

переходу навчання від традиційного до розвивального. Традиційне навчання дає учням можливість дізнатися лише про рівень досягнень: учень добре усвідомлює, що він відмінник, середній або слабкий учень.

Генетична психологія вивчає пізнавальну діяльність як процес її становлення й розвитку, а також формування, а не як просто констатацію факту. Генетичну психологію цікавить, як учні оволодівають пізнавальними діями, чи активно вони їх застосовують, чи регулюють свою пізнавальну діяльність, чи використовують і як саме пізнавальний зміст, чи приєднує учень знання, набуті з інших джерел, до власних логічних схем. Треба зазначити, що наукові знання, які набуває учень у розвивальному навчанні, обов'язково систематизує спочатку вчитель, а потім – і сам учень.

Психічний розвиток учнів досліджують за допомогою формувального експерименту, адже формувальний експеримент – це, по суті, певний тип реального розвивального навчання і виховного процесу. Мета формувального експерименту, якщо порівняти з традиційним навчанням, полягає у досягненні вищих результатів навчальної діяльності учнів. Залежно від того, як побудовано формувальний експеримент, може змінитися і тип розвивального навчання. Розвивальне навчання забезпечує пізнання на основі активності дитини. Щоб зберегти психологічне здоров'я дитини і досягти її розвитку, необхідно в процесі навчання та виховання встановити психогігієнічні норми, забезпечити належне оточення і сприятливі й позитивні соціально-психологічні впливи у взаємодії між учителем та учнем. Усе це і є умовами створення позитивної взаємодії в системі «вчитель-учень». [4].

С. Д. Максименко у своїх працях зазначає, що у психології прийнято таку періодизацію психічного розвитку в онтогенезі, що будується за критерієм провідної діяльності, а саме: предметно-маніпулятивна діяльність (ранній дошкільний вік), гра (пізній дошкільний вік), навчальна діяльність (молодший шкільний вік), спілкування і взаємодія (підлітковий вік). Інші види діяльності, як-от спортивна, художня, музична, також можуть зайняти місце провідної діяльності у того чи того учня в рамках його навчальної діяльності. Розвиток особистості розглядається як з'явлення новоутворень, що є механізмами творчості. Зовнішні впливи на дитину-учня в міжособистісній взаємодії перетворюються у психічні явища за схемою: «здатки – здібності – механізми – функціонування».

Становлення й розвиток пізнавальної діяльності учня здійснюється за такою схемою: становлення – зміни – рух – розвиток – творчість. [1] Г. Олпорт вважав, що психологи не переймаються поясненням того, як організована й розвивається окрема істота (з усією її широтою, глибиною, висотою і

внутрішнім багатством). Ніяка наука не вивчає цілісну людину в її власній індивідуальній системі.

Варто виокремити два яскраво контрастних підходи до проблеми становлення. Це, на думку Г. Олпорта, локківська та лейбніцька традиції. Ідеться не про філософські доктрини, а про погляд на аспект людського розуму – його сутність, пасивну (Лок Д.) чи активну (Лейбніц Г.В.). Локківська традиція дотримується доктрини «*tabula rasa*», генетична психологія підкреслює важливість навчання й виховання в ранньому дитинстві. Локківська традиція не приймає уявлень Лейбніца та його послідовників про дійсно активний інтелект, властивий персональному «я». Психологи іноді підсвідомо тяжіють до тих чи тих філософських концепцій природи людини. Існують теорії, що постулюють самоактуалізацію, а також базові мотиви – підтримання, актуалізації і збільшення здібностей організму, що розвивається. Потрібно відчиняти двері, що ведуть до утворення й розвитку особистості. Олпорт Г. прагнув до того, щоб виявити основні питання становлення [5, с. 166–216].

Отже, становлення – це досягнення такого рівня сформованості й досконалості, за межею якого відбувається рух и розвиток. Основна мета генетичного дослідження: вияв зв'язків психічних явищ у часі, вивчення переходів від менш розвинутих до більш досконалих форм існування психічних явищ, особистісних феноменів [1;4].

Досягнення учнем пізнавальної діяльності у стані розвитку проявляється саме через пізнавальну активність, саморегуляцію, використання пізнавального змісту в розв'язанні навчально-пізнавальних завдань. Генетичний метод проявляє себе у впровадженні формувального експерименту в навчальний процес. Також проявом розвитку пізнавальної діяльності є досягнення учнем систематизації знань, тобто знання не запам'ятовуються механічно, а активно розподіляються в систему набутих знань. У процесі розвивального навчання цілеспрямованому формуванню підлягають пізнавальні процеси, розумові дії, інші психічні процеси, види діяльності – навчальна, пізнавальна, творча.

Психічний розвиток у навчанні здійснюється у вигляді засвоєння зразків. Психічний розвиток є необхідним і логічним наслідком процесу формування, передбаченого і заданого експериментально-генетичним методом. Експериментально-генетичне дослідження – це перевірка ефективності запровадження того чи того виду розвивального навчання. Щоб у процесі навчання керувати розвитком, треба знати умови виникнення психічного феномену, що підлягає розвитку, також треба враховувати закони розвитку структур психіки і свідомості, пізнавати їх природу і закономірності

функціонування. Однією з проблем генетичної психології є розвиток здібностей учня. Розвиток здібностей залежить від організації учіння і життєвого шляху учня, а також від того, чи створений зв'язок розвитку задатків і навколишнього середовища [1; 2; 3].

Можливості пізнання людини безмежні. Пізнавальні здібності трансформують пізнавальний зміст інформації у пізнавальний образ. Інтеграція знань у цілісність відбиває сутність людини, яка пізнає. Розвивальне навчання забезпечує пізнання на основі активності дитини: учень пізнає, діючи, а пізнаючи – діє, розв'язує необмежене коло пізнавальних задач, що виникають.

Аби керувати розвитком особистості, пізнавальної діяльності, здібностями тощо, необхідно враховувати особливості вікових етапів, враховувати також розкриття потенціалу, досягнення учнем саморегуляції, самодетермінації, самокерування і самопрезентації себе і своїх знань у поведінці, досягнення самоконтролю [1].

С. Д. Максименко, поглиблюючи проблему експериментально-генетичного методу, розробив принципи методологічного дослідження: 1) принцип аналізу за одиницями; 2) принцип єдності біологічного й соціального; 3) принцип креативності; 4) принцип рефлексивного релятивізму; 5) принцип єдності експериментальної та генетичної ліній розвитку; 6) принцип історизму; 7) принцип системності. Один з принципів генетико-моделюючого методу – креативність – дослідник перетворює в напрям і метод дослідження. На етапі теоретичного розроблення принципово нового методу, який має назву «генетико-креативний», розроблено й визначено основні його принципи, а саме: принцип розвитку, принцип переживання, принцип свободи, принцип взаємодії, принцип невизначеності та індетермінізму, принцип терапевтичного ефекту.

Принцип взаємодії означає для С. Д. Максименка, що суперечність «нормативність – креативність» може бути реально розв'язано лише у вільній взаємодії [2;3].

Список використаних джерел

1. Максименко С. Д. Основи генетичної психології: навч. посіб. Київ : НПЦ Перспектива. 1988. 220 с.
2. Максименко С. Д. Психологія учіння людини: генетико-моделюючий підхід : монографія. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2013. 592 с.
3. Максименко С. Д. Психогенетичний потенціал особистості: методологія та принципи. Українська психологія. XXI століття. Початок. (Дні української психології в Берліні): матеріали наук.-практ. конф. з міжнар. участю 27–28

квітня 2023 року : зб. матеріалів / за ред. В. Г. Панка. Київ : Інститут психології Г. С. Костюка НАПН України, 2023. С. 11–29.

DOI: <http://doi.org/10.33120/UPS21Proceedings-2023>

URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/735227>

4. Мар'яненко Л. В. Вплив міжособистісної взаємодії в системі «вчитель-учень» на розвиток навчально-пізнавальної діяльності учнів. Українська психологія. ХХІ століття. Початок. (Дні української психології в Берліні): матеріали наук.-практ. конф. з міжнар. участю 27–28 квітня 2023 року : зб. матеріалів / за ред. В. Г. Панка. Київ : Інститут психології Г. С. Костюка НАПН України, 2023. С. 222–225.

DOI: <http://doi.org/10.33120/UPS21Proceedings-2023>

URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/735227>

**Мар'яненко Ліана Василівна**, (ORCID ID: 0000-0003-4166-7349) кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник, старший науковий співробітник лабораторії психології навчання імені І.О.Синиці Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України (Київ, Україна)

## **ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА СУБ'ЄКТАМ ОСВІТНЬОГО ПРОСТОРУ В УМОВАХ ВІЙНИ**

**Маслюк А. М.** (ORCID: 0000-0002-0530-9969)

Постановка проблеми. Слово «війна» для більшості громадян України було далеким, неусвідомленим, чимось таким, що відбувається десь там на Сході з 2014 року. І зовсім іншого значення те саме слово набуло для громадян нашої держави 24 лютого 2022 року о 5 годині ранку. Почалося миттєве розуміння різних небезпек, які несуть у собі ці п'ять літер. Мозок багатьох не хотів усвідомлювати, що таке може бути в ХХІ столітті в центрі Європи. Це була катастрофа, яка огорнула мільйони людей (біженці, смерть, згвалтування, зруйновані міста й села, біль і сльози, відчайдушний героїчний супротив у рази переважаючого супротивника, згуртування нації й міжнародна підтримка), смертельний бій, де має залишитись один переможець. Неймовірні зусилля ЗСУ й всіх, хто допомагає долати ординців. У цей історичний надскладний період існування України від кожного з нас залежить європейське майбутнє нашої держави.

Мета статті – з'ясувати особливості проведення психоедукаційних заходів для освітян.

Виклад основного матеріалу. Чи були ми психологічно готовими до повномасштабної війни? Очевидно, що ні. Ми не Ізраїль, який живе постійно у стані готовності до військової ескалації. Війна застала більшість громадян України зненацька. Пригадайте свою реакцію 24 лютого 2022 року о 5 годині ранку коли розпочалася війна. Чи повірили Ви у початок війни? Як реагували Ваші діти? Як Ви себе поводити? Як пояснювали дітям, що відбувається? Як реагували Ваші домашні улюбленці, коли чули звуки вибухів? І таких питань можна задати безліч й вони будуть про Вашу реакцію на початок повномасштабної війни з ордою. Кожен з нас вчиняв як вважав за потрібне: одні виїхали на Захід або за межі України, інші записались у територіальну оборону, до лав ЗСУ, треті – залишились вдома й почали волонтерити тощо. Постійно відбувалися обстріли, вимикалося тепло, вода, світло. В столиці на березень 2022 року залишалось близько 700 000 жителів від декількох мільйонів. І тим не менш життя продовжувалося (вмикалося по графіку світло, вивозилося сміття, частина продовольчих магазинів і аптек працювала, на блокпостах ретельно перевіряли авто, бо мали місце випадки діяльності диверсійно-розвідувальних груп ворога, деякі люди жили в метрополітені...).

Починаючи з березня 2022 року команда психологів почала працювати з громадою м. Києва. Йдеться про психологічну допомогу критичній інфраструктурі столиці, зокрема працівникам Київтеплоенерго, лікарям, соціальним працівникам, вчителям, працівникам управлінь соціального захисту та ін. Починали працювати з тими, хто знаходився на станціях Київського метрополітену, як об'єкті подвійного призначення (на той момент бомбосховище). Потім з жителями бомбосховищ багатоквартирних будинків, різних установ столиці тощо.

До початку повномасштабної війни психологи отримували дипломи без знань щодо надання першої психологічної допомоги постраждалим. Допомога Ізраїлю у цьому напрямку була неоціненною. За ініціативи директора освітніх програм О. Гершанова з Ізраїльської коаліції травми/Israel Trauma Coalition (ITC) було розпочато безкоштовне навчання психологів. Це ніби як ковток повітря над поверхнею води для потопаючого в океані хаосу. Додатково навчання продовжувалося онлайн з українськими, німецькими, американськими фахівцями по роботі з травмою. Інтенсивна робота психологом «у полі» давала внутрішнє відчуття професійного зростання. Ти бачиш результати своєї роботи та розумієш, що не помилився у виборі своєї професії й реально допомагаєш своїй громаді відновити психологічний баланс.

Освітні заклади столиці розглядалися як першочергові в опануванні базових знань про травму. Охопити учнів понад 400 столичних шкіл – це

нездійсненна місія, а навчити вчителів – більш реально. Тому було ухвалене рішення працювати з вчителями м. Києва. Слід зауважити, що психологи нашої команди пройшли спеціальне навчання Ізраїльської коаліції травми (ІТС) спрямоване саме на психологічну роботу з освітянами та учнями.

Основний акцент у роботі було зроблено на стабілізації психічного стану вчителів, опануванні навичок самодопомоги та подальшій передачі отриманих знань учням. Ми виходили з того, що коли ти розумієш, що з тобою відбувається, ти можеш по-іншому реагувати навіть на жахливі події, які відбуваються у твоєму житті. Через це наші тренінгові зустрічі починалися з базових основ про стрес, травму, травмуючу подію, кризу. Як їх відрізнити?

Який вплив вони здійснюють на людину на шкалі часу? «При отриманні сигналів про небезпеку наш організм мобілізується, підвищується тиск, частішає серцебиття, посилено працюють усі наші системи. Наше тіло і мозок реагує, щоб зберегти себе. Це складний і дивовижний процес, відточений еволюцією» [1, с. 17]. Довготривалий травматичний стрес може призводити до різних наслідків: від погіршення загального фізіологічного стану до проблем у соціальних відносинах тощо. Базові знання з фізіології про вплив травмуючого стресу на мозок і тіло людини давали вчителям розуміння власної поведінки в школі й поза її межами.

Акцент було зроблено на перебігу травми в часовому вимірі. Н. Макієнко та О. Гершанов вказують на часові рамки реакції організму людини після того як травматична подія відбулася: «Не вся допомога психолога однаково корисна, на все свій час» [1, с. 22]. Важливо усвідомити, що на кожному етапі надається певний вид психологічної допомоги. Непрофесійність може призводити до ускладнень перебігу травми. Крім гострої стресової реакції й гострого стресового розладу, було наведено світову статистику щодо розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Коли вчителі чули цифри статистики, то відчувалося деяке полегшення.

Сформувані практичні навички самодопомоги у вчителів було одним із пріоритетних завдань. Для цього використовували протокол самодопомоги «Чотири стихії» І. Шапіро у модифікації О. Гершанова. Основна мета технік протоколу полягає у стабілізації людини через відновлення контролю над собою й можливістю активно включитися у ситуацію.

Також ми обговорили з вчителями важливість значення салютогенного підходу у житті людини, яка зазнала травми. А. Антоновський, через поняття «салютогенезу», пропонує звернути увагу людини не на хвороби (патогенез), а на здоров'я й її потужні власні ресурси. Фактично від бачення свого життя залежить наше фізичне й психічне здоров'я. Наприклад, якщо немає задоволення від роботи, спілкування з учнями, батьками, адміністрацією

школи, то велика вірогідність того, що вчитель матиме певні психосоматичні проблеми. Про роль сенсу життя та його втрату відомо ще з праць В. Франкла, В. Яніва та ін.

Відпрацювання з вчителями протоколу з надання першої психологічної допомоги МААСЕ за авторства М. Фархі показало, що головне бути самим у стабільному стані й дотримуватись загального підходу, який складається з простих чотирьох кроків. Під час ситуаційних ігор вчителям не відразу вдавалося надати першу психологічну допомогу, однак після декількох повторів, результати стали значно кращими від попередніх.

Одним із ключових запитань, яке ми задавали вчителям, звучало наступним чином: «Що Вам допомагає долати стрес?». І після обговорення ми пропонували ознайомитись з мультимодальною моделлю BASIC PH, яку запропонував М. Лахад. «Важливо звернути увагу людини на те, що кожний із ресурсних каналів має як адаптивний, так і дезадаптивний прояви.

Дезадаптивний прояв ресурсного каналу відбувається, коли функціонування людини, її повсякденне життя і комунікації з близьким колом людей страждають. Завдання фахівця – переорієнтувати поведінку людини до адаптивного використання цього ресурсного каналу» [2, с. 14]. Визначення провідних ресурсних каналів за мультимодальною моделлю BASIC PH давало вчителям можливість усвідомлення й розширення своєї поведінки у подоланні стресових ситуацій.

Окремого розгляду потребували питання, що стосувалися практичних запитів щодо того як: «Коректно збирати інформацію про ситуацію в сім'ї дитини? Якщо в класі є нові учні, то як толерантно дізнатися про їх життєві обставини? Як реагувати на різні ситуації? та ін.».

Висновки. Проведена психоедукаційна робота з вчителями м. Києва засвідчила про актуальність та нагальну потребу системи освіти у психологічних знаннях, спрямованих на подолання травмуючих подій пов'язаних з російсько-українською війною. Віримо у перемогу України, й маємо надію, що після війни українці спроможуться розбудувати сильну європейську державу. Для цього кожен з нас має докласти максимум зусиль, щоб зберегти своє фізичне й психічне здоров'я.

Перспективи подальших наукових пошуків полягають у проведенні психоедукаційної роботи з учнями загальноосвітніх навчальних закладів.

Список використаних джерел

1. Макієнко Н., Гершанов О. Шлях до зцілення: основи роботи з наслідками травматичних подій. Київ : 7БЦ, 2023. 120 с.
2. Гершанов О. Основи роботи з травмою. <https://rm.coe.int/ptsd-ukr/1680a0a10b>



**Маслюк Андрій Миколайович** (ORCID: 0000-0002-0530-9969), доктор психологічних наук, старший науковий співробітник, головний науковий співробітник лабораторії психології навчання імені І.О.Синиці Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України (Київ, Україна)

## **ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ АДАПТАЦІЇ ДО ШКОЛИ ДІТЕЙ ІЗ ХРОНІЧНИМИ СОМАТИЧНИМИ ЗАХВОРЮВАННЯМИ**

**Мойзріст О. М.** (ORCID: ID 0000-0002-9780-5643)

Одним із важливіших розділів загальної психології є розділ про закономірності, умови та особливості перебігу адаптаційних процесів людини.

Особливе місце він посідає у віковій та педагогічній психології, де проблема формування і розвитку адаптивної активності особистості в обставинах, що постійно змінюються, набуває статусу першорядної, вихідної.

Початок навчання в школі - один з найбільш складних і відповідальних моментів в житті дітей, як в соціально - педагогічному, психологічному, так і фізичному плані. Поступивши в школу, дитина стає школярем далеко не відразу.

Це становлення, входження, в шкільне життя відбувається впродовж початкової школи, і поєднання рис дошкільного дитинства з особливостями школяра характеризуватиме важкий період молодшого шкільного віку. Якісно інша, у порівнянні з попередніми інститутами соціалізації (сім'я, дошкільні заклади), атмосфера шкільного навчання, що складається із сукупності розумових, емоційних і фізичних навантажень, пред'являє нові, ускладнені вимоги не тільки до психофізіологічної конституції дитини чи її інтелектуальних можливостей, але і до цілісної її особистості і, насамперед, до її соціально-психічного рівня. Адаптацію визначають не лише як процес пристосування до успішного функціонування в даному середовищі, але й як здатність до подальшого психологічного, особистісного, соціального розвитку людини.

Основними показниками психологічної адаптації дитини до школи є формування адекватної поведінки: встановлення контактів з учнями, з учителем; оволодіння навичками навчальної діяльності.

На стику медичної і педагогічної психології лежить питання протікання адаптаційних процесів у дітей із хронічними соматичними захворюваннями. Його першорядна важливість полягає у тому, що і так непростий процес

соціалізації в даному випадку ускладнюється тягарем хвороби, що лежить на дитині. Основними факторами, від яких залежить наскільки успішною чи ні буде соціально-психологічна адаптація дитини з хронічним соматичним захворюванням, є:

- 1). Сімейна ситуація, стиль сімейних відносин;
- 2). Вимоги й обставини навчального процесу;
- 3). Конкретна нозологічна форма захворювання; вік, у якому виникло захворювання; тяжкість його протікання, частота і тривалість загострень.

Першим і самим головним фактором є сім'я. Виконання складної і відповідальної задачі виховання дитини різко ускладнюється, якщо в дитини виявляється хронічне соматичне захворювання. Хвороба дитини впливає не тільки на нього самого, але, як правило, у ситуацію хвороби включається вся сім'я. Саме під впливом сім'ї у хворої дитини відбувається формування внутрішньої картини хвороби – уявлення дитини про його захворювання, способи лікування, можливі причини виникнення та наслідки, а також відношення до самого захворювання. Відомо, що виразність реакції дезадаптації, пов'язаної із соматичним захворюванням, найчастіше відповідає уявленням про його тяжкість, що існує у дитини і її оточення.

Потрапляючи в ситуацію хронічного захворювання дитина зіштовхується з новим, раніше не відомим їй досвідом, вона стає більш залежною від дорослих.

При цьому, соціальні вимоги до дитини знижується до мінімуму, формується певний стиль взаємовідносин з дитиною - відношення до дитини як до «маленького невдахи», «безталанного». Переважає впевненість у тім, що вона у силу свого стану не зможе обійтися без материнської допомоги. Дійсно, при хворобі дитини більш ніж усі переживає, відривається від свого звичного життєвого укладу і включається в ситуацію хвороби саме мати. Між матір'ю і хворою дитиною встановлюється дуже сильний зв'язок, прихильність, емоційне злиття, неподільність, що часто позбавляє дитину автономного розвитку.

Разом з тим, із літературних джерел відомі випадки, коли хвороба дитини використовувалася матір'ю для вирішення власних проблем, внутрішніх і сімейних конфліктів. У такому випадку всіляко перевищується роль матері, її жертвність, що може викликати у дитини пригніченість та почуття вини. Все це значно погіршує соціально-психологічну адаптацію дитини.

Другий фактор – це школа. Учбовому процесу притаманні найрізноманітніші адаптаційні процеси особистості. Це і процес-результат психічної адаптації учнів до розкладу уроків і навчальних предметів; і процес

міжособистісної взаємоадаптації між класним колективом, окремими його членами і кожним учителем; і процес реадаптації раніше сформованих та переадаптації актуалізованих міжособистісних контактів учнів класу за оновлених обставин навчання; і внутрішні процеси самоприспосовування учня і вчителя до самих себе.

Проблеми, що виникають у дитини з хронічним соматичним захворюванням, тісно пов'язані з частотою та тривалістю загострень хвороби. Причому в цій ситуації слід виходити з такої закономірності: чим насиченішим є шкільне середовище і чим кардинальніші зміни відбуваються у ньому за короткий відрізок часу, тим важче дитині, що багато пропустила, адаптуватися до змін шкільного життя і тим імовірніше виникнення у неї дезадаптованості.

Діти, що, у зв'язку з хворобою, пропускають багато занять, можуть зазнавати серйозних утруднень в навчальній діяльності, тому що не встигають працювати в єдиному з усіма темпі, не здатні до швидкого реагування на зміну тих чи інших ситуацій, що, крім навчальних невдач, перешкоджає нормальним контактам з оточуючими. Типовим для них є також швидка втома на уроках, підвищена стомлюваність, часті скарги на погане самопочуття, що в цілому приводить до нерівномірних досягнень у навчанні, помітно знижуючи рівень успішності при нормальному рівні розвитку інтелекту. Під впливом складнощів, що виходять за рамки власне навчальної діяльності і поширюються на сферу взаємин з однолітками, у такої дитини формується відчуття власної малоцінності. На тлі зниження самооцінки з'являються і нові проблеми: поведінка таких дітей відрізняється нерішучістю, конформністю, крайньою непевністю у власних силах, що формують почуття залежності, сковуючи розвиток ініціативи і самостійності у вчинках і судженнях.

Проблема відчуття власної малоцінності збільшується, якщо й у сім'ї до дитини відносяться як до «маленького невдахи». Взагалі, ряд зарубіжних дослідників відзначають, що складнощі в сімейному вихованні впливають на виникнення шкільних труднощів сильніше, ніж сама школа (Т. Moore, 1966; М. Cooper, 1966; К. Lovel, 1973 і ін.).

І, нарешті, останній фактор – це особливості, що притаманні конкретній нозологічній формі хвороби. Так, наприклад, при пороках серця частіше за все зустрічаються неврастеноподібні стани. Явища стомлюваності відмічаються найбільш виразно при фізичних навантаженнях. Першою ознакою втоми, що виникає при розумовому навантаженні, є підвищена виснажливість активної уваги. Хвора дитина починає робити помилки при лічбі, в неї з'являються неприємні відчуття в очах при читанні, іноді головний біль. На уроці при втомі дитина може реагувати роздратуванням, заплакати, відмовитися відповідати.

Також при пороках серця можуть спостерігатися інтелектуальні зміни, що проявляються в деякій інертності мислення, звуженні кола інтересів. При ревматизмі на початку хвороби виразно виступають астеничні порушення у вигляді млявості, зниженого настрою, швидкої втомлюваності, неприємних відчуттів у кінцівках. У дітей з'являється роздратованість, виникають конфлікти у школі з вчителями та учнями. Також при ревматизмі часто зустрічаються афективні розлади, депресії, тривога, страхи. Бронхіальна астма – хронічне захворювання, при якому основним симптомом є приступи задухи, зумовлені порушенням прохідності бронхів. У картині психічних порушень при бронхіальній астмі велике місце займають страхи, що виникають як реакція на приступ та як болісне очікування приступу задухи. Також можуть виникати різноманітні істероформні розлади, але вони звичайно носять характер вегетативних та сенсомоторних пароксизмів, без виразних істероподібних форм поведінки.

Вік виникнення захворювання. Як відомо з літературних джерел, чим більше у дитини досвіду успішної адаптації і чим вище її соціальний статус у колективі, тим легше надалі вона буде справлятися з проблемами, привнесеними хворобою. Частота і тривалість загострень. Щоразу після тривалого пропуску шкільних занять перед школярем постає задача реадаптації: він повинен наздоганяти пропущений навчальний матеріал, заново включатися в громадське життя шкільного колективу. Як уже згадувалося вище, це завдання тим складніше, чим насиченішим є шкільне середовище і чим кардинальніші зміни відбуваються в ньому за короткий відрізок часу.

З огляду на найтісніше переплетення факторів сімейного виховання, навчального процесу і симптоматики хронічного захворювання, спільність біологічних і соціальних детермінант, що лежать у їхній основі, профілактика і психолого-педагогічна корекція порушень шкільної адаптації дітей із хронічними соматичними захворюваннями повинна включати: цілеспрямований вплив на сім'ю (у т.ч. і з питань профілактики соматичних розладів); корекцію можливих інтелектуальних, емоційних і особистісних порушень; психологічне консультування вчителів із проблем індивідуалізації навчання і виховання даного контингенту дітей; створення сприятливого психологічного клімату в учнівських колективах, нормалізацію міжособистісних відносин учнів.

**Мойзріст Олена Михайлівна** (ORCID: ID 0000-0002-9780-5643) молодший науковий співробітник, лабораторія психології навчання, Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України

## ВПЛИВ ОСВІТНЬОГО ПРОСТОРУ НА РОЗВИТОК ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ

Невмержицький В. М. (ORCID ID : 0000-0002-7489-0726)

Психологічну стійкість (далі стійкість) можна визначити як процес динамічного розвитку людини, результатом якого є здатність долати проблемні ситуації шляхом позитивної адаптації (зокрема, своєї поведінки) на основі певної сукупності психосоціальних ресурсів.

Під проблемними ситуаціями розглядається широкий спектр переживань, які сприяють небажаним реакціям чи змінам у житті людей, зокрема учнівської молоді.

Стійкість характеризується тим, що вона:

- постійно розвивається в перебігу певного процесу (набувається, а не успадковується) та по мірі зміни особистості (групи);
- є динамічною (ніколи не буває однаковою ні за типологією, ні за інтенсивністю).
- впливає на життєві плани людей (успішність навчання, професійну та соціальну інтеграцію), особливо у періоди переходу до дорослого життя.

Стійкість може бути притаманною як індивідууму, так і групам людей (таким, як сім'я, школа, соціальна організація). До наведених вище прикладів проблемних ситуацій слід також додати прояви насильства у сім'ї: жорстоке поводження та травмуючі життєві події у дитинстві виявляються стійко взаємопов'язаними з високим ризиком розвитку психопатологічних проблем. Важливу роль у попередженні цих проблем відіграє наявність у учня референтного дорослого, який не обов'язково може бути одним із батьків або родичів. Для дитини, що зазнала домашнього насильства, наявність такого позитивного дорослого може стати також реальним захисним фактором від виникнення поведінкових проблем, які можуть виникнути у підлітковому віці (наприклад, девіантної поведінки).

Відносно проявів такої поведінки у сім'ї слід зазначити, що стійкість – це конструкт, який стосується не лише окремих людей, а й може бути побудований відносно цілих груп. Наприклад, сім'ї можуть зазнавати впливу стресу та труднощів та, як окремі люди, можуть зберігати стійкість чи дестабілізуватися.

Є деякі характеристики, які дозволяють визначити сім'ю як стійку чи нестійку. Стійка сім'я насамперед наділена гнучкістю по відношенню до сприйняття та думки кожного її члена. Комунікативний обмін є підтримуючим і позитивним, у той час як взаємодія, як правило, сприяє емпатії та

неупередженій поведінці. Крім того, у стійких сім'ях, система цінностей поділяється всіма її членами та відповідає тому, як вони долають негаразди, що виникають. Нарешті, стійкі сім'ї не бояться конфронтації із суспільством; за необхідності визнають, що потребують допомоги, і, повною мірою, використовують ресурси соціального середовища.

Ефективні відносини, що сприяють стійкості, можна розвивати у багатьох сферах життя, зокрема в умовах освіти та навчання.

Під час перебування в освітньому просторі, на стійкість індивіда впливають такі психологічні виміри, як:

1. Риси особистості: досить стійкі характеристики, що регулюють взаємодію між людьми та довкіллям; вони являють собою побудову поведінкових реакцій, внутрішню організацію способу дій, які роблять соціальну поведінку регулярною та стабільною;
2. Мотивація: забезпечує відданість, зусилля та наполегливість у досягненні індивідуальних та соціальних цілей. У цілому, вона залежить від особистісних установок на задоволення потреб (автономія, компетентність, відносини) і від умов, які сприяють або не сприяють досягненню цих цілей.
3. Психологічний капітал: позитивний стан особистості, який є відносно стабільним, проте не менш обумовленим обставинами; набір фундаментальних ресурсів, що дозволяють протистояти викликам, використовувати можливості та долати труднощі у житті [1].

Психологічний капітал складається із набору позитивних психологічних характеристик особистості. Вони є відносно стабільними, але водночас чутливими до досвіду (наприклад, до успіхів та невдач у повсякденному житті) та контекстуальних характеристик.

Між стійкістю та деякими особистісними характеристиками учнів існують тісні зв'язки, наприклад, з сумлінністю. Працездатний, відповідальний учень, швидше за все, матиме більше шансів подолати складну ситуацію як у школі, так і поза нею. Подібна ситуація може бути також пов'язана з такою характеристикою особистості, як відкритість (зокрема, до досвіду). Учень, що володіє творчими здібностями, схильний до рефлексії, чутливий; може опинитися у більш вигідному становищі у важких ситуаціях, завдяки більш широкому спектру доступних альтернатив для подолання таких ситуацій. Аналогічно, велика емоційна стійкість, також, дозволяє краще долати стресові ситуації (наприклад, велике навчальне навантаження).

Враховуючи мотиваційні аспекти, стійкість, у рамках психологічного капіталу, може розглядатися як змінна, що пов'язує особистість та активацію, за допомогою якої учень намагається досягти своєї мети та вирішити майбутні завдання.

Стійкості молоді, в умовах освітнього простору, сприяє:

- 1) Розвиток особистісних якостей, пов'язаних із психологічним капіталом (наприклад, сумлінність, відкритість, емоційна стійкість).
- 2) Одночасний розвиток всіх компонентів психологічного капіталу.
- 3) Залучення індивіда до системи відносин (на рівні класу) та інституційної підтримки (на рівні суспільства).

Таким чином, освітній простір може здійснювати великий вплив на розвиток стійкості учнівської молоді. Зокрема, учні, особливо якщо вони належать до групи «високого ризику», можуть набути важливих якостей щодо особистісного зростання та усвідомлення своїх сильних і слабких сторін. Молодь, яка позитивно ставиться до школи, рівноцінно ставиться і до позитивних дорослих, тобто здатна заохочувати їх до співпраці з ними і визнавати їх навички.

Також, беручи участь у заходах щодо допомоги та підтримки інших однолітків, вона можуть одночасно зміцнювати свої навички, уявлення про себе, а отже, свою власну психологічну стійкість.

Список використаних джерел

1. Luthans F., Avey J. B., Avolio B. J., Peterson S. The development and resulting performance impact of positive psychological capital. *Human Resource Development Quarterly*. 2010. 21(1). P. 41-67.

**Невмержицький Володимир Максимович**, (ORCID ID : 0000-0002-7489-0726) кандидат психологічних наук, доцент, провідний науковий співробітник лабораторії психології навчання імені І.О.Синиці Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України (Київ, Україна)

## **ПРОФІЛАКТИКА АДИКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ У ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ, ЩО ПЕРЕЖИВАЮТЬ ПРОЦЕС АДАПТАЦІЇ У ЗВ'ЯЗКУ З ПЕРЕСЕЛЕННЯМ ДО ІНШОЇ КРАЇНИ**

**Олійник В. М.** (ORCID:0009-0006-2690-1490)

В цій статті розглянемо напрямок психологічної допомоги дітям та підліткам, що вимушено переїхали в інші країни з України, від початку повномасштабного вторгнення. А саме, профілактику адиктивної поведінки, що є наразі актуальною потребою.

Мета: Надати значення проблемі адикції дітей та підлітків, формування якої підсилюються і масштабується в ситуації змін, пов'язаних з війною.

Звернення уваги на узалежнення від гаджетів, що може вести далі до вживання алкоголю та наркотичних речовин.

На конференції з адиктології, що проводилася в інституті ім. Г.С.Костюка спільно з дивізіоном адиктології НПА, було проведено круглий стіл.

Одним з аспектів, що було виявлено в процесі обговорення, які стосуються саме підлітків, і можуть бути фактором погіршення здатності до навчання дітей та зниження мозкової діяльності та мотивації у даної групи Українців.

Пункт 9 з підсумку круглого столу: «Збільшилась кількість підлітків з асоціальною поведінкою, включаючи зловживання ПАР. Загалом підліткова (від 12 до 16 років) наркотизація зростає катастрофічно. Однією з причин є проблеми в сім'ї, викликані війною (наприклад, батько на фронті, мати – волонтер, піклуються бабусі). У підлітків за кордоном присутня проблема складності адаптації українських підлітків до європейської наркополітики та культури вживання з легалізацією вживання, часто підлітки які повертаються з Європи починають займатися торгівлею наркотичними речовинами. Є проблема у підлітків, що вони зміщують свою ненависть до росії на пошук «цапів відбувайлів» серед своїх».

Завдання: Розробка тренінгу, ціль якого - профілактика адиктивної поведінки у дітей середнього шкільного віку.

Задача тренінгу: самопізнання, розвиток вміння керувати своїми емоціями, пробудження міркування; усвідомлення цінності себе; показати важливість цілепокладання, формування навичок самозайнятості. Уміння проведення самоаналізу. Просвіта щодо конструктивної взаємодії та екологічних способів виходу із конфлікту. Вивчення методів подолання перешкод.

Актуальність теми виникла на підставі того, що частина дітей, які приходили в загальну дитячу кімнату на заняття, багато часу проводили в своїх гаджетах. Деякі батьки спеціально записували своїх дітей до табору, що проводився фундацією в літній період, щоб вирішити проблему узалежнення дитини від телефону і комп'ютера. Такий спосіб утікання від дійсності у дитини може обумовлюватися соціальною дезадаптацією, відсутністю навичок планування, підвищенням рівня внутрішньої напруги, що відчувається, як невпевненість, тощо.

Тренінг розроблено спираючись на дослідження доктора психологічних наук, професора, Максимової Наталії Юрїївни, що описано у статті «Психологічна готовність підлітків до адиктивної поведінки» .



Тренінг «Свідома людина» передбачає 4 заняття для підлітків 10 – 15 років, тривалістю 1,5-2 години кожне.

1. «Я – це...» мислення, самовизначення, почуття. Завдання 1 - ведучій представляється, проговорює про те, що: «в цьому місці ми домовляємося про поважне ставлення одне до одного – це основне правило», також, ведучій задає питання, які ще правила групи пропонують учасники. Завдання, щоб кожен учасник запропонував 1 правило. Один учасник групи записує правила, зберігає їх і приносить на наступне заняття, далі, естафета передається іншому учаснику. Ведучій дає прогладжування за міркування і запитує, як учасникам було виконувати це завдання. Кожен учасник представляється, розповідаючи про себе те, що вважає потрібним, про що попередньо оголошує ведучій. Далі ведучий розповідає про мету заняття: знайомство з собою, емоціями та здатністю думати. Озвучує структуру проведення занять на сьогодні.

Завдання 2 – потрібно намалювати себе на цілий листок і прописати 10 визначень – «Хто Я» - тривалість до 30 хв., слідує обговорення малюнків кожного учасника. Якщо у когось не виходило виконувати завдання, після кола обговорення, ведучій запитує, чи змінилось щось після висловлювань інших у баченні виконання завдання. Якщо не змінилось, ведучій просить учасників допомогти з питанням Хто Я тим, у кого не виходить.

Завдання 3 – починається з питання ведучого: які почуття знають діти, хтось з дітей, за бажанням, виходить до дошки і записує назви почуттів. Далі ведучій питає про функції почуттів – гнів, печаль, радість, страх – для чого вони потрібні. Прояснює те, що не зрозуміло. Наступний крок – намалювати себе на цілий листок, намалювати в середині себе почуття різними кольорами, там, де учасники їх відчують у себе в тілі. Обговорення малюнків. Прояснення про те, що почуття знаходяться в середині людини і влада над почуттями в руках людини, а не навпаки. Останнє коло: що нового я сьогодні дізнався про себе? Що я відчуваю? Що я думаю?

2. «Діамант всередині мене»

Заняття починається з привітання, потім ведучій просить учасників нагадати правила групи. Закріплюємо матеріал минулого заняття. Кожен отримує листки паперу і олівці та малюють коло, всередині якого знаходяться емоції, що учасники відчувають. Коли всі намалювали – кожен учасник показує свій малюнок на спільне коло та розповідає про свій емоційний стан зараз.

Вправа на переключення та пробудження роботи мозку: хтось з учасників називає слово, далі по колу асоціації на слово. 3 кола.

Питання для всіх: які гарні якості характеру ви знаєте? Хтось з групи, за бажанням, виходить до дошки і записує ці риси. Ведучій може доповнити

список. Кожен бере листочок і пише ті гарні якості, які властиві саме йому. Умовно розділивши листочок на стільки частин, скільки позитивних якостей учасник помічає в собі - малюється, як ця якість проявляється в житті. 30 хв. Обговорення малюнків. Після презентації малюнка кожного учасника, ведучий просить групу озвучити ті позитивні якості презентуючого, які він сам в собі не помічає. Кожна презентація закінчується оплесками. Учасники діляться на трійки і обговорюють, що саме вони вважають своєю особливістю. Після, обговорення, кожен учасник встає і озвучує свою особливість. Закінчується заняття вправою: «повтори рух» - один учасник показує декілька плескань (напр.: долоні, ноги, долоні), всі інші повторюють вправу, і так по колу. Ця вправа, допоможе зняти можливу напругу, що виникає під час заняття. Та резюмуванням кожного учасника, що нового він сьогодні для себе дізнався, що сподобалось, що не сподобалось.

### 3. «Мрій та прагни».

Заняття починається з привітання та нагадування правил групи. Гра – вгадай емоцію. ведучий просить описати емоційний стан свого сусіда, потім питає у людини, яку описували, чи вірно вона саме так себе почуває, чи вона хоче поправити описуючого, або щось додати. Ведучий розмовляє з групою про відмінності і схожості мрій і цілей. Після цього, кожен учасник отримує два листка, де на одному він малює свою мрію, а на іншому свою ціль. Слідує обговорення малюнків.

Рухлива гра: ведучий називає колі, учасники повинні знайти його на собі або комусь з групи і доторкнутися.

Після перезавантаження за допомогою гри, слідує наступне завдання.

Техніка 6-ти картинок: кожен учасник бере листочок і ділить його на 6 частин. Інструкція – намалюйте свого улюбленого героя; намалюйте в чому його сила; чого хоче герой; що заважає герою, які перепони; де і чим герой підживлює свою силу, щоб рухатися далі; останній малюнок – герой, що отримав бажане. Кожен по черзі розповідає про свій малюнок. У колі обговорення ведучий питає: Як ви думаєте, чому обрали саме цього героя? Що спільного у вас з ним? Що б ви хотіли від нього перейняти? Закінчується група підведенням підсумків щодо сьогоднішньої групи. Кожен учасник аналізує, що нового він сьогодні для себе дізнався, що сподобалось, що не сподобалось.

### 4. «Сила перемоги над собою».

Заняття починається з привітання та повторення правил. Вправа «мотоцикл»: кожен учасник сідає на уявний мотоцикл, приймаючи відповідну позицію з положення стоячи. Задача вправи, простояти якомога довше. Коли всі сідають в коло, починається обговорення, яка ціль була у тих, хто стояв до кінця, і чому перші хто здався, це зробили.

Завдання: діти діляться на команди по 3-5 осіб. Інструкція: треба придумати назву команди та девіз. Із таких матеріалів, як 1 зифірінка, 12 довгих спагетті, 2 метри ниток, 2 листи паперу та метр скотчу, потрібно вистроїти вежу. Перемагає команда, яка зробить найстійкішу, якісну та високу вежу. Команда-переможець отримує приз. Обговорення вправи: які кроки ви робили, щоб побудувати вежу? Які складнощі були? Що допомагало вам продовжувати вправу? Чи задоволені ви результатом? Останнє коло – підсумки сьогоднішнього дня. Підсумки всього тренінгу. Що нового ви дізнались? Що вам сподобалося? Що ви будете приміняти в житті?

Висновки: чотири тижні поспіль, в групі з 7 дітей проводився тренінг «Свідома людина», діти охоче приймали участь у завданнях і з цікавістю досліджували себе. Наразі ми не можемо говорити щодо ефективності даних занять а) із за відсутності порівняльного аналізу, шляхом дослідження; б) із за невеликої кількості занять. Та з впевненістю можемо зауважити, що початок вивчення себе у ранньому віці саме по собі несе користь; під час занять у дітей не виникало бажання поринути у ілюзорний світ віртуальної реальності.

**Олійник Вікторія Миколаївна**, (ORCID:0009-0006-2690-1490) психолог, несертифікований психотерапевт в напрямку транзакційний аналіз. Місце роботи: Польща, Познань. Fundacja ORCHidea, Fundacja AITWAR (робота з переселенцями), приватна практика.

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ВОЛОНТЕРСЬКІЙ ДІЯЛЬНОСТІ**

**Парфенюк О. М.**

Однією з особливостей волонтерської діяльності є невизначеність навколишнього середовища, а ефективна волонтерська діяльність висуває вимоги до самостійності, що передбачає наявність когнітивних та особистісних передумов для сприйняття невизначеності.

В умовах невизначеності значне місце серед учасників волонтерського руху посідають дії самоконтролю та самооцінки, які неможливі без опори на інтелектуально-особистісний потенціал, як основу саморегуляції їх діяльності та проведення успішної соціалізації [1].

Соціалізація сприймається як процес, в результаті якого індивід набуває знань, цінностей, соціальних навичок і соціальної чутливості, які дозволяють йому інтегруватися в суспільство і вести себе в ньому адаптивно. Однак для того, щоб успішно інтегруватися в таке складне суспільство, як нинішнє,

кожній людині потрібен емоційний інтелект (EQ) – особливий набір соціальних навичок.

За даними Brighton School of Business and Management, EQ на роботі вдвічі важливіший за hard skills, а 44% опитаних співробітників вважають саме цей показник відмінною рисою ефективних лідерів.

З високим рівнем EQ можливо: справлятися з тиском та стресом від роботи; ефективно управляти собою та іншими під час переговорів; досягати бажаного результату під час взаємодії з колегами; заслужити повагу інших; мотивувати команду; вирішувати конфлікти.

Загалом, дослідження EQ розпочалося відносно нещодавно, коли в 1990 році вийшла невелика стаття Дж. Майера і П. Салоуея, які знайшли докази того, що емоційний інтелект можна вважати окремим видом інтелекту і вважати розумною формою підходу до даних, які ми отримуємо за допомогою емоцій [2].

Автори виділили у структурі емоційного інтелекту чотири компоненти (усвідомлена регуляція емоцій; розуміння емоцій; асиміляція емоцій у мисленні; розрізнення та вираження емоцій).

Дослідження емоційного інтелекту саме у представників волонтерської діяльності відбувається в таких напрямках: аналіз особистісних чинників емоційного інтелекту (І. Андрєєва, Л. Колісник), функціональне значення емоційного інтелекту та адаптативні функції (С. Дерев'янка), диференційні характеристики емоційного інтелекту (О. Власова, А. Фурман).

Волонтерська діяльність передбачає постійну взаємодію з різними людьми, високий рівень самоорганізації та значне інформаційне навантаження, здійснення організаторської діяльності (пошук обладнання, коштів на його закупку є щоденною рутинною волонтера). Окрім того, під час розв'язання організаційних проблем волонтери часто йдуть на компроміси зі своїми страхами, упередженнями та стереотипами.

Згідно визначення поняття волонтерства, наданого Українською волонтерською службою, «Волонтерство – добровільна допомога у вирішенні чи пом'якшенні соціальних проблем.

Волонтерство – це інвестиція свого часу, зусиль та таланту у вирішення суспільних проблем. Кожен волонтер вкладає у те майбутнє, яке хоче бачити».

Ефективність діяльності волонтера багато в чому залежить від практичного застосування теорії емоційного інтелекту Д. Гоулмана, який виділив п'ять основних складових емоційного інтелекту:

Самосвідомість. Здатність усвідомлювати та аналізувати власні емоції, а також знання своїх слабких та сильних сторін.

Самоконтроль. Вміння керувати своїми емоціями та зберігати емоційний баланс навіть у критичних ситуаціях.

Емпатія. Розуміння емоцій оточуючих та здатність спілкуватися з іншими з урахуванням їхнього внутрішнього стану.

Навички відносин. Вміння взаємодіяти з людьми, управляти їх емоціями, залагоджувати конфлікти, працювати у команді чи очолювати її.

Дані складові є базовими для проведення успішної волонтерської діяльності, від вміння зрозуміти емоційний стан іншої людини та знайти компромісне рішення під час розв'язання складної ситуації, яка викликана змінами у навколишньому середовищі.

У липні 2022 року в Україні було проведено дослідження «Мріємо та діємо» за підтримки USAID, IREX та IRI. До дослідження залучили фокус групи, що склалися з учасників із тилкових (Рівненської, Волинської, Івано-Франківської та Закарпатської) та прифронтових (Київської, Одеської, Запорізької та Харківської) областей України. Вік учасників коливався від 16 до 35.

Для досягнення поставлених завдань було сформовано 7 груп: дві групи тилкових (вік 16-23 та 23-35), дві групи прифронтових (вік 16-23 та 23-35), дві не-волонтерів – змішані (вік 16-23 та 23-35), а також 1 тилову змішану (24-28 років). Одним із завдань дослідження було визначення мотивів волонтерської діяльності серед молоді.

Відповідно до висновків, запропонованих у ході дослідження, ключовими мотивами для здійснення волонтерської діяльності серед молоді виявилися такі:

1. Альтруїзм (для переважної більшості): спосіб сприяння перемозі України у війні; патріотизм; можливість зробити добру справу, допомогти; співчуття до тих, хто постраждав від війни; бажання бути корисним людям і Батьківщині.
2. Прагматизм (набагато рідше): спосіб самореалізації (пошук лідерства, впливу); спосіб переключити емоції (від негативних новин до емоційно винагородженої роботи); інструмент саморозвитку; спілкування (нетворкінг), досвід спілкування з новими людьми; можливість вирішити проблему, покращити ситуацію у своєму місті.
3. Вимушеність (поодинокі випадки): зобов'язання перед суспільством, альтернатива участі у війні; необхідність контролю за правильним витрачанням зібраних коштів.

Слід зазначити, що найбільший вплив на здійснення волонтерської діяльності має комунікативна сфера. Спілкування з людьми, постраждалими від війни дуже часто викликає відчуття провини та сумнівів у самих волонтерів. (зроблено недостатньо, невчасно...).

Загалом, волонтерство – це широкий спектр діяльності. Водночас, в реаліях сучасної України це поняття пов'язано з допомогою таким групам населення, як: військові, переселенці, місцеве населення, постраждале внаслідок бойових дій, тварини, рідше соціально незахищені верстви населення (люди похилого віку, діти).

Високий рівень розвитку EQ у представників волонтерської діяльності дозволяє проводити ефективну комунікацію та кооперацію всіх учасників процесу в умовах постійної зміни вихідних умов навколишнього середовища, ідентифікувати емоційний стан всіх учасників процесу, оптимально використовувати отриману інформацію, розуміти причини виникнення емоцій, тощо.

Оскільки компоненти емоційного інтелекту, такі як здатність до розуміння та управління своїми емоціями, здатність до розуміння та управління емоціями інших можна розвивати, існує ймовірність того, що розвиток емоційного інтелекту може сприяти зростанню загальної ефективності волонтера.

Список використаних джерел

1. Карпенко Є.В. Методологічні настанови щодо вивчення емоційного інтелекту в парадигмі позитивної психотерапії. Психологія особистості. 2014. Вип. 1 (5). С. 90–97.
2. Salovey P., Mayer J. D. Emotional intelligence. Imagination, Cognition, and Personality. 1990. Vol. 9. № 3. P. 185–211. DOI: <https://doi.org/10.2190%2FDUGG-P24E-52WK-6CDG>

**Парфенюк Олена Михайлівна**, аспірантка лабораторії психології навчання імені І.О. Синиці Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України (Київ, Україна).

Науковий керівник: Маслюк Андрій Миколайович, доктор психологічних наук, доцент.

## **ТРАВМАТИЧНИЙ ДОСВІД ВЗАЄМОДІЇ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ В ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ**

**Пастушенко В. С.** (ORCID : 0000-0003-4477-2769)

### **ВПЛИВ ВІЙНИ НА ПСИХІКУ ДІТЕЙ. ПОРАДИ БАТЬКАМ**

Шкільна освіта часто є однією з перших послуг, від якої відмовляються в умовах збройного конфлікту та війни. Це відбувається з багатьох причин -

батьки побоюються за безпеку своїх дітей поза межами їхніх домівок, школи руйнуються або пошкоджуються внаслідок бомбардувань чи обстрілів, а в наш час можливості онлайн-освіти роблять скасування формальної шкільної освіти відносно нешкідливим. Більше того, через російські атаки на енергетичну інфраструктуру країни в листопаді 2022 року кілька відключень електроенергії залишили 10 мільйонів сімей без світла (Save the Children 2022), що вплинуло на онлайн-класи та здатність дітей виконувати домашні завдання. [2]

Окрім навчання, це також суттєво впливає на соціальні навички, яких діти набувають у школі. Крім того, школи забезпечують безпечний притулок, особливо в часи хаосу. Таким чином, збройний конфлікт негативно впливає на дітей, їхню освіту та майбутнє, призводячи до довгострокових психологічних і фізичних перешкод.[1]

Війна може бути найсильнішим психосоціальним стресором для розвитку дітей та підлітків, оскільки вона може спричинити втрати, порушення стабільності, згубний вплив на здоров'я та дезорганізацію сімейної/громадської системи. Багато дітей та підлітків піддаються різним видам травм, наприклад, жорстокому поводженню під час війни. Травма може спричинити серйозні та довготривалі порушення та наслідки, найбільш вивченими з яких є посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). ПТСР дуже поширений у клінічній практиці (близько 7%) і є виснажливим наслідком травми. Серед дітей та підлітків, які зазнали травми, приблизно у 16% розвинеться ПТСР: майже у 10% як наслідок не міжособистісних травматичних подій і у 25% після міжособистісних травм.[3]

Як терапія допомагає?

Травматерапія дає дітям можливість безпечно поділитися своїми почуттями, розповісти свою історію та отримати підтримку. Під час терапії діти навчаються навичкам подолання та заспокоєння, які допомагають їм впоратися з тривогою, яку вони відчувають після травми. Це полегшує розмову про те, що вони пережили. Завдяки терапії діти вчаться коригувати деякі свої думки про травму. Вони вчаться відпускати будь-яку провину або сором за те, що з ними сталося. Поступово вони вчаться дивитися в очі речам, яких раніше уникали. Терапія допомагає дітям набратися сміливості та впевненості. Діти використовують свої сильні сторони, щоб впоратися з ситуацією. [4]

Як батьки можуть допомогти?

Якщо ваша дитина пережила травму, ось що ви можете зробити:

Допоможіть дитині відчути себе в безпеці. Їй може знадобитися додатковий час, комфорт і турбота з вашого боку на деякий час.

Допоможіть дитині розслабитися. Запропонуйте їй зробити кілька повільних вдихів разом з вами. Вдихніть, рахуючи до 3, видихніть, рахуючи до 5.

Робіть разом те, що вам подобається. Травма може заважати відчувати позитивні емоції, які природним чином допомагають дітям перезарядитися. Грайтеся, смійтеся, насолоджуйтеся природою, займайтеся музикою або мистецтвом, готуйте їжу. Ці види діяльності можуть зменшити стрес і підвищити життєстійкість вашої дитини.

Заспокоюйте дитину. Дайте їй зрозуміти, що вона з цим впорається. І що ви завжди готові допомогти.

Повідомте лікаря вашої дитини про те, через що вона пройшла. Отримайте направлення до фахівця з психічного здоров'я (наприклад, психіатра, психолога або консультанта з питань психічного здоров'я, який спеціалізується на травматичній терапії).[5]

Список використаних джерел

1. Bell, S. & Huebler, F. (2011). The Quantitative Impact of Conflict on Education. Technical Paper No 7. UNESCO Institute for Statistics.

2. Онлайн джерело: <https://esthinktank.com/2023/04/12/ukraine-the-impact-of-armed-conflict-on-childrens-right-to-education/>

3. Онлайн джерело: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5632779/>

4. Gutermann J., Schreiber F., Matulis S., Schwartzkopff L., Deppe J., & Steil R. (2016). Psychological treatments for symptoms of posttraumatic stress disorder in children, adolescents, and young adults: A meta-analysis. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 19(2), 1–2. doi: 10.1007/s10567-016-0202-5 [PubMed] [CrossRef] [Google Scholar]

5. Онлайн джерело: <https://kidshealth.org/en/parents/ptsd.html>

**Пастушенко Валентина Семенівна** (ORCID ID: 0000-0003-4477-2769), науковий співробітник лабораторії психології навчання імені І.О.Синиці Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України (Київ, Україна).

## **ЗАСТОСУВАННЯ ДЕЯКИХ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНИХ ПРИЙОМІВ У ПОДОЛАННІ СТРЕСУ, ВИКЛИКАНОГО ВОЄННОЮ АГРЕСІЄЮ**

**Поклад І. М.** (ORCID: 0000-0002-8493-1763)

Динамічні зміни, які відбуваються в сучасному суспільстві, науці і культурі які, насамперед, пов'язані з воєнною агресією як проти нашої країни



так і проти інших демократичних держав, наглядно показують, що перед практичними психологами, які займаються консультуванням та немедичною психотерапією, ставиться важливе завдання – осмислити увесь творчий потенціал цих галузей науки для того, щоб надати якомога кваліфіковану психологічну допомогу особистості по подоланню стресових ситуацій, психотравматичних розладів, а отже по збереженню її психологічного здоров'я.

Психологічне консультування є різновидом надання психологічної допомоги психічно здоровим людям у складних життєвих обставинах, що не вимагає глибинних змін особистості, реалізується у формі діалогу, необхідною умовою якого є взаєморозуміння консультанта та клієнта. Отже, головне завдання консультанта полягає в тому, щоб надати клієнтові можливість дослідити, виявити та з'ясувати джерело особистісних проблем та шляхи їх вирішення, що дозволить йому жити більш продуктивно і мати краще самопочуття [2].

Разом з тим, варто наголосити, що психологічне консультування – це діалог індивідуальностей, унікальних особистостей. Воно потребує застосування різних діагностико-корекційних методик, які б дозволили виявити деструктивні вияви через пізнання протиріччя в логіці свідомого й несвідомого, і мали б психокорекційний ефект через розширення поля свідомості клієнта.

Консультуючи, практичний психолог може обирати різні підходи, крім того, психологічне консультування в межах одного підходу, як правило, відрізняється залежно від галузі, в якій воно використовується. Так, наприклад, психодрама, яку ми будемо розглядати як один з психотерапевтичних методів, завдяки якій клієнт представляє свої внутрішні процеси шляхом театралізації, є прийнятною для кожної людини.

Психотерапевтичний ефект театрального дійства був відомий людям давно, проте створення та розвиток психодрами, як терапевтичного методу, нерозривно пов'язані з іменем Я.Л. Морено – засновника не лише психодрами, а й усієї групової психотерапії [1]. Вчений вважав, що людині притаманна природна здатність до гри і вона, виконуючи різні ролі, може творчо «проробити» власні проблеми та конфлікти, тому що у ході психодрами відбувається пошук ефективних шляхів вирішення психологічних проблем різних рівнів: від буденного, побутового до екзистенційного.

У класичному варіанті психодрама – це груповий терапевтичний процес, де драматична імпровізація слугує дослідженню та вираженню внутрішнього світу клієнта. Вона є способом виявлення особистісних проблем, страхів і фантазій учасників, а також їхнього подальшого вивчення. Психодрама

базується на твердженні, відповідно до якого дії, що відтворюють життєву ситуацію, у процесі дослідження почуттів і формування нових установок та моделей поведінки, є більш ефективними, ніж вербалізація. Таким чином, глобальність бачення людини і завдань, які вона вирішує в житті, вибір чинних культурних метафор визначає ефективність цього напрямку психотерапії. Взагалі, психодрама може бути дієвим методом лікування фобій, корекції агресивної поведінки, надання допомоги у вирішенні проблем спілкування клієнта з оточенням, розв'язанні конфліктів та інших складних ситуацій [1].

Разом з тим, слід відзначити, що психодрама не є окремою технікою, а являє собою методологію, синтетичний метод, за допомогою якого можна викликати найширший спектр переживань клієнта. Сила його переживань може посилюватися шляхом застосування різних психодраматичних прийомів, що полегшить вираження почуттів. Завдяки «програванню» власних проблем, клієнт, таким чином, виносить багато вражень «на поверхню», що сприяє психологічному аналізу та розширенню поля свідомості особи, яка звернулася по допомогу.

В психологічному консультуванні психодраму можна поєднувати з невербальними вправами та іншими психогімнастичними іграми. Коротко розглянемо деякі з таких психодраматичних прийомів:

1. Самопрезентація. Складається з коротких інсценувань, у ході яких клієнт зображає самого себе, а також інших осіб, важливих для нього.
2. Монолог. Клієнт розповідає про свою проблему, говорячи немовби із собою. На відміну від програвання ролі самого себе, він намагається не обмежуватися акцентуванням уваги на зовнішніх реакціях, а прагне проаналізувати почуття, власні мотиви й психологічні витoki поведінки.
3. Чарівний магазин. Цей прийом допомагає клієнтові зрозуміти його справжні прагнення в житті. Він зустрічається з «чарівником», який пропонує йому все що тільки він міг би собі побажати – здоров'я, успіх, щастя, геніальність, любов, але вимагає заплатити за це тим, що є цінним у житті.
4. Порожній стілець. Звернення до «порожнього стільця» доцільно використовувати з метою опрацювання проблемного особистісного матеріалу (клієнт може здійснити діалог із «проблемою», «власною якістю характеру», «почуттям» тощо).
5. Монолог від імені іграшки. Клієнтові пропонується вибрати серед іграшок ту, яка є йому емоційно близькою, і спонтанно розповісти від її імені історію життя, розказати про почуття, думки «іграшки», згадати її минуле і спроектувати можливе майбутнє.
6. Повернення в часі. Відтворення клієнтом значущих подій із минулого життя в яких він ретельно копіює те, що вже відбулося.

7. Проектування майбутнього. Такий прийом застосовується для опису очікуваних явищ. Клієнт програє ситуацію, в якій він «потрапив у майбутнє». Існує також гра «на пошук виходу», де клієнт програє низку фрустраційних ситуацій, з якими він може зіткнутися в майбутньому.
8. Спалах. Після короткого обмірковування клієнт повідомляє про те, що він сприймає в цей момент, відчуває або хоче зробити.
9. Діалог на ходу. Розмова між психологом та клієнтом відбувається під час «ходіння по залу», причому зовнішній рух повинен дати поштовх і внутрішнім психічним процесам.
10. Гра-казка. Матеріалом психодраматичної дії є відома або спонтанно складена казка [3].

Таки чином, виходячи з міркувань, що особистісний досвід переживання проблемної ситуації в процесі психодрами може дати людині поштовх для ретроспективного аналізу свого життя, використання в психологічному консультуванні психодраматичних прийомів засвідчує високу ефективність надання такої психологічної допомоги.

Враховуючи все вищенаведене, є всі підстави зробити такий висновок: застосування психодраматичних прийомів під час індивідуального консультування забезпечує синтез процесів діагностики, корекції психіки клієнта та творчу трансформацію особистісного досвіду, що робить процес надання психологічної допомоги більш ефективним через краще усвідомлення людиною деструктивних проявів поведінки, а головне – сприяє налагодженню зв'язків між свідомими та несвідомими сферами психіки клієнта, що надає людині відчуття психологічної сили та здатності керувати власним життям.

Список використаних джерел

1. Мушкевич М.І., Чагарна С.Є. Основи психотерапії: навч. посіб. Вид. 3-тє. Луцьк: Вежа-Друк, 2017. 420 с.
2. Поклад І.М. Арт-терапія як засіб актуалізації ресурсів особистості до збереження психологічного здоров'я. Психологія національної безпеки: збірн. тез наук.- практ. конф. з міжнар. участю (м. Львів, 25 квіт. 2017 р.). Львів: СПОЛОМ, 2017. С. 128–130.
3. Яценко Т.С. Психологічні основи групової психокорекції: навч. посібн. Київ: Либідь, 1996. 264 с.

**Поклад Ірина Миколаївна**, (ORCID: 0000-0002-8493-1763) кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник, провідний науковий співробітник лабораторії загальної психології та історії психології ім. В.А. Роменця Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України (Київ, Україна)

## ЗАНЯТТЯ ДЛЯ ДІТЕЙ : КАЗКОТЕРАПІЯ

Пушкарська Л. П. (ORCID ID 0000-0003-4459-1319)

Казковий простір оточує людину все її життя – це напрямок творчості, який не має вікових обмежень. З самого дитинства людина захоплюється казкою. Казка – це стародавній спосіб підтримати людину за допомогою слова. Казкотерапія — метод психологічної корекції особистості дитини за допомогою читання/прослуховування спеціально підібраних текстів народної фантастичної прози або літературних казкових творів; один із видів бібліотерапії [1].

Психолог і психіатр Б. Беттельгейм у науковій праці «Чарівне і корисне: про значення і цінності казки» (B. Bettelheim, «Cudowne i pożyteczne. Oznaczeniach i wartościach baśni», t. 1, tłum. D. Danek, Warszawa, 1985) дослідив класичний фонд народної фантастичної прози. Вивчивши усталені казкові мотиви, вчений довів, що казки та легенди здатні допомогти дитині адаптуватись у мінливому соціокультурному середовищі, засвоїти народні традиції, перебороти страх перед дорослим життям і майбутньою самотійністю, а також виховати відповідальність.

У 1970-х метод казкотерапії почала впроваджувати у практику Д. Бретт. Дослідниця створила цикл оповідань («Annie Stories», 1988), в яких маленька дівчинка Анна потрапляє у складні ситуації. В основі сюжетів оповідань — життєві події, що їх зазвичай переживають однолітки головної героїні.

В Україні наприкінці 20 ст. побачили світ оригінальні терапевтичні казки М. Моліцької (M. Molicka, «Wajki terapeutyczne», Poznan, 1999). З часом почали з'являтися подібні видання інших авторів для підготовчих освітніх закладів, дитячих бібліотек і молодших шкільних класів [1].

Психологам, вчителям, вихователях, асистентам поряд з дітьми саме казка дає можливості для терапевтичних занять, які допоможуть підтримати та вибудовувати виховний механізм для дітей.

Терапевтичний інструмент як ширма (рама з порт'єри) – це театральний атрибут, для казки, для розігрування сюжетів, ефективно використовується у казкотерапії і дітям дуже подобається. Ширму краще зробити з дитиною або на занятті праці з групою дітей. Також ширма працює з дітьми тривожними, сором'язливими, невпевненими, з дітьми які мають розлади аутичного спектра, з дітьми, які мають різні форми когнітивних порушень, проблеми з пам'яттю або затримки розвитку різного типу, для дітей з порушеннями слуху, для дітей які складно адаптуються. Ви знаєте, що з такими дітьми контакт ускладнений, тобто він можливий але просто треба більше часу для того, щоб вони звикли до нового середовища.

Якщо у групі можна поставити на її парту, щоб дитині там було красиво сидіти і зможе ховатися й поступово звідти визирати і відповідати. Коли педагогічний працівник до нього підходить або асистент звертається – дитина, відкриває віконечко та говорить за ширмою – він виконує свої задачі. Просто відгороджується від тих, хто несе для нього загрозу, а це інші діти, які шумлять, тому що він до такого не звик, тому що йому важко. Ширма – це те, що відгороджує його власний світ від того світу, від якого відчувається небезпека.

Розповідь про їжачка.

Ставимо перед собою ширму, яку виготовили з дітьми, у терапевтичній роботі психолога, педагога, вихователя набагато краще діти реагують яка виготовлена своїми руками або виготовлена з групою.

Їжачок жив у красивому лісі. Їжачок допомагав мамі і татові. І наш їжачок в ночі прийшов знайти собі та мамі їжу. У день він побачив біля яблуні 3 яблука. Дві гусені теж побачили ці яблука. Наступила ніч гусені разом з їжачком прийшли лакомитися яблуками і такі вони були жадібні, що їжачок був наляканий, то виставляв голочки, ховав носик та перечікував страх. Він подумав про маму і лапками та зубчиками став виганяти цих «нахабок», вони кусалися, але сміливий боєць їжачок переміг. Він наколов на спинку 3 яблука та із останніх сил приніс їх татові, мамі і собі. Всі вдома танцювали, смакували та обговорювали пригоду. І у вечірню пору всі були щасливі, а їжачкові снився дивний яблуневий сад, з великими яблуками та горіховими кущами і звичано мама, яка була поряд. У кінці розповіді повинен бути щасливий кінець та присутній добрий гумор.

Казка допомагає дитині знаходити рішення з надзвичайно складних ситуаціях, тому що коли дитина потрапляє нелегку життєву ситуацію й не отримує підтримки дорослих, з якихось причин, вона може просто подавати якісь невербальні сигнали внутрішні, а дорослі не завжди вміють зчитати ці сигнали. То саме через казку дитина проходить арттерапію та може шукати варіанти і знаходити відповіді. Гарно працювати з казкою з групою дітей, тоді варіантів розв'язання проблеми буде у рази більше. І діти побачать різні підходи до розв'язання однієї й тієї ж проблеми, яка для них є актуальною. І це надзвичайно цінно. Тому і індивідуальна робота з казкою, і групова робота з казкою повинна мати місце у залежності від того, що ви можете пробувати різні варіанти. Казковий персонаж, як і діти, потрапляють у скрутні ситуації, шукають вихід і знаходять вихід з них.

„Без казок немислимий повноцінний розумовий розвиток дітей”.

(В.О.Сухомлинський)

Список використаних джерел

1. Казкотерапія (електронний ресурс). URL: <https://vue.gov.ua/> Пушкарська Леся Павлівна ( <https://orcid.org/0000-0003-4459-1319> ), молодший науковий співробітник лабораторії психології навчання імені І.О.Синиці Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України, молодший науковий співробітник.

**Пушкарська Леся Павлівна**, (<https://orcid.org/0000-0003-4459-1319>), молодший науковий співробітник лабораторії психології навчання імені І.О.Синиці Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України (Київ, Україна)

## **СОЦІОКУЛЬТУРНІ ДЕТЕРМІНАНТИ РОЗВИТКУ ПСИХОЛОГІЇ ОСОБИСТОСТІ В УКРАЇНІ ХХ-ХХІ СТОЛІТТЯ**

**Скальська Л. О.** (ORCID : 0000-0002-0233-4034)

Повномасштабне вторгнення Росії в Україну, яке розпочалося 24 лютого 2022 року, призвело до серйозних наслідків для середньої освіти в Україні. Школи зазнали людських втрат: вчителі, учні та батьки загинули внаслідок військових дій та/або російської окупації. Сотні шкіл були зруйновані або пошкоджені. Мільйони дітей і тисячі українських вчителів були змушені переїхати в межах країни або виїхати за кордон. Щодня всім учасникам освітнього процесу доводиться долати виклики війни: вимушені перерви під час занять, перехід на дистанційний або змішаний формат навчання, попередження про повітряні нальоти та відключення електроенергії. Повномасштабна війна погіршила доступ до освіти та поглибила існуючу освітню нерівність, негативно вплинула на якість освітнього процесу та успішність учнів, позначилася на психологічному та емоційному стані учнів та вчителів. [2]

Як освітній тренд у світі, дистанційне навчання закріплене в низці державних документів. Навчання - це безперервний процес. Активне навчання та стратегії навчання є частиною політики навчальних закладів на майбутнє, адже необхідно навчати учнів та студентів, яким доведеться змінювати багато професій, оскільки останні стануть неактуальними або незатребуваними. Водночас, головною метою дистанційного навчання під час війни є не отримання нових знань, а психологічна підтримка, спілкування, переключення уваги дітей та студентів. Діти, які навчаються дистанційно, проводять більше

часу за домашніми завданнями, ніж у школі. Умови воєнного часу також створюють додаткове навантаження для вчителів: їм доводиться витратити більше часу на організацію занять під час повітряних нальотів і відключень електроенергії, виконувати роботу своїх колег, які переїхали, а також підтримувати учнів, які зараз перебувають за кордоном. Дистанційне навчання також стало викликом для батьків, оскільки їм доводиться приділяти більше часу навчанню своїх дітей. Батьки дітей, які навчаються в початковій та основній школі, найбільше залучені до навчання своїх дітей (63% з них беруть участь у навчанні щодня), а батьки старшокласників - найменше (14%). [2]

Перехід на онлайн-освіту може принести деякі переваги та зручності для дитини. Крім того, онлайн-навчання дає більше можливостей батькам брати участь в освіті дитини. Онлайн-навчання дозволяє більш персоналізований підхід. Кожен учень створює індивідуальний навчальний план і навчається у власному темпі. Роль батьків у навчанні дитини дуже важлива, незалежно від того, йде мова про традиційне чи онлайн-навчання.

Участь батьків у навчанні дитини залишається незмінною. Насправді, онлайн-навчання спрощує життя навіть батькам. Наприклад, немає необхідності їздити до звичайної школи, щоб перевірити успішність дитини. Замість цього, це доступно у пару кліків щодня.

Однак з початком війни в Україні кількість слабких місць і загроз, які несе в собі дистанційне навчання, зросла. Зокрема, багато учнів не готові психологічно та фізично продовжувати навчання. Крім того, деякі учні та викладачі не мають необхідних побутових умов для проведення занять (стабільний інтернет-зв'язок, потужні комп'ютери, окреме приміщення тощо). Виявлені під час аналізу дистанційного навчання позитивні моменти дозволяють розробити рекомендації для більш ефективного відновлення освітнього процесу навіть у воєнний час та інтеграції дистанційного навчання як окремої форми освіти в мирний час, що являється метою нашого подальшого дослідження. [3],[4]

#### Література

1.Онлайн джерело:

[https://www.researchgate.net/publication/371123410\\_Distance\\_Learning\\_Challenges\\_on\\_the\\_Use\\_of\\_Self-Learning\\_Module](https://www.researchgate.net/publication/371123410_Distance_Learning_Challenges_on_the_Use_of_Self-Learning_Module)

2. Онлайн джерело:

<https://cedos.org.ua/en/researches/war-and-education-how-a-year-of-the-full-scale-invasion-influenced-ukrainian-schools/3>

3. Lesya Ukrainka Volyn National University (2021). Дистанційна освіта: реальний стан, виклики та перспективи [Distance education: real situation,

challenges and prospects].<https://vnu.edu.ua/uk/news/navchannya/distanciyna-osvita-realniy-stan-vikliki-ta-perspektivi>

4.Онлайн джерело:

<https://dif.org.ua/en/article/distance-learning-en>

**Скальська Людмила Олександрівна** (ORCID ID: 0000-0002-0233-4034), молодший науковий співробітник лабораторії загальної психології та історії психології імені В.А. Роменця Інститут психології імені Г.С.Костюка НАПН України

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМО АКТУАЛІЗАЦІЇ СТУДЕНТІВ В ПРОЦЕСІ УЧБОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

**Скулиш Н. Є.** (ORCID: 0009-0001-0071-7904)

Навчально-пізнавальна діяльність підлітків починає визначатися мотивами спрямованими на реалізацію майбутнього, усвідомлення своєї життєвої перспективи, професійних намірів та самовизначення. Формування у них стійкої навчальної мотивації, інтересу до обраної професії виступає інформаційний простір та обізнаність в обраній професії. Психологічною умовою успішності професійної підготовки студентів може слугувати компенсаторним чинником у випадку недостатнього високого рівня розвитку спеціальних здібностей.

Взаємозв'язок сприйняття потоку інформації та пізнавальної діяльності, яка повинна перейти у внутрішню стійку систему знань, що слугує розвитком і самореалізацією особистості у подальшому житті. Молодіжне середовище виокремлює освіту та здобуття професії як обов'язкові умови самореалізації особистості, але освітній потенціал молоді не реалізується належною мірою через невідповідність між системою освіти та потребами ринку праці. Основою психологічної готовності до професійної діяльності є особистісне зростання майбутнього фахівця, що передбачає не лише розвиток, а й прагнення розкрити власний ресурс та готовність змінюватись відповідно до стадій формування професійної ідентичності та життя в теперішніх умовах. У навчанні виявляється соціальна та пізнавальна мотивація: перша через усвідомлення ролі та необхідності знань для життя та праці, друга – у ставленні до змісту знань, в інтересі до них. Праця викликає потребу у знаннях, у ній формуються загальні та спеціальні здібності молоді. Протягом навчання майбутній фахівець набуває ґрунтовну освітню підготовку за фахом,



розкриває творче і критичне мислення, визначає ступінь готовності до вибору з альтернативних можливостей, визначає свій освітній вектор професійного становлення через інформаційний простір задовольняє потребу в розвитку своєї компетентності як суб'єкта майбутньої професійної діяльності.

Ознаками сформованості відповідальності у студентів визначено: особистісно-професійна мотивація прийняття обов'язків, розуміння змісту обов'язків студента та фахівця, їх морального аспекту, значущість для саморозвитку та професійного розвитку; самостійне ухвалення відповідального рішення та організація його виконання щодо поставленої мети; прояв емоційного ставлення до виконання обов'язків у навчально - професійній діяльності не лише теоретично, а і практично.

Навчальна діяльність студента, на відміну від учня школяра, є професійно спрямованою, оскільки передбачає оволодіння способом і досвідом професійного вирішення тих практичних завдань, з якими доведеться зіштовхнутися в майбутньому, оволодіння професійним мисленням і творчістю на практиці.

З точки зору вчених, студенти, з сильно вираженим прагненням до досягнення успіхів, домагаються в житті набагато більшого, ніж ті, у яких така мотивація слабка, або відсутня. Мотивація досягнення спрямована на певний кінцевий результат, який отримується завдяки власним здібностям особистості, а саме: на досягнення успіху або уникнення невдачі. Мотивація досягнення, таким чином, орієнтована на мету. Самореалізація особистості підлітка є продуктивна діяльність, спрямована на досягнення особистісних, групових чи загальнозначущих цінностей, внаслідок чого розкривається культурологічні та соціально – психологічні характеристики самої особистості та її потенційних можливостей.

Структура самореалізації особистості за Л. Левченко формується через особистість і діяльність: це послідовні акти самопізнання, самооцінки, прояву творчої активності, самостійності, самовираження. Творча самореалізація відбувається як практичний, продуктивний процес вже на основі підготовки, мобілізуючої роботи само актуалізації, а також реалізація внутрішнього потенціалу особистості, що відбувається шляхом розв'язання досить гострих суперечностей між «Я - ідеалом» та «Я - реальністю».

Професійна самореалізація – це розвинена професійна самосвідомість, педагогічна спрямованість, сформовані професійно-педагогічні знання й уміння, навички на творчому рівні, високий ступінь емоційної стійкості та самоконтролю. Структура професійної самореалізації особистості виявляється у предметній галузі.

В цілому, аналіз наукової психологічної літератури показує недостатню розробленість таких питань, як можливості розвитку особистісних якостей, детермінуючи успішність протікання процесу професійного самовизначення особистості, особливостей впливу на ефективність учбової і професійної діяльності, яку виконує індивід, а також створення ефективних методів і технологій підсилення і оптимізації професійного самовизначення на етапі професійної підготовки. Організація і формування успішної професійної діяльності особистості та її вдосконалення є пріоритетними напрямками сучасних наукових досліджень. Вагомий внесок у розв'язання зазначених проблем зробили відомі науковці (Л.Виготський, С.Гончаренко, І. Зязюн, Г.Костюк, О.Леонтьєв, І.Надольний та ін.).

Розглядаючи освітнє середовище як систему соціальних ролей, то в основі професійного становлення майбутнього фахівця лежить самоідентифікація з професією, яка розглядається як провідний компонент професійної підготовки. При цьому професійна ідентичність майбутнього фахівця має відповідати вимогам гнучкості та здатності до змінювання освітнього середовища. На думку Е. Еріксона, сенситивним для формування професійної ідентичності є період навчання у вищому навчальному закладі.

Навчально-виховний процес у вузі повинен спрямовувати на формування професійної ідентичності, в основі якої лежать певні складові особистості, наприклад, прагнення до особистого зростання, професійна свідомість, креативність, адаптивність. Основою формування даних характеристик є здатність майбутніх фахівців відповідально ставитись до особистісного змінювання, змінювання професійної моделі поведінки, здатності ухвалювати рішення та нести професійну відповідальність в нестандартних умовах протягом навчання та в подальшій професійній діяльності.

На основі аналізу структури професійної самореалізації учнів старших класів подано як мету, завдання, потреби, мотиви самореалізації, установку на само здійснення, а також конкретні дії: самопізнання (самоаналізу, самоідентифікації), само актуалізації (активізація внутрішнього потенціалу, розкриття власної «Я-концепції»), самореалізація на основі виявлених потенційних сил (передбачення, впорядкування власних сил та спрямування їх на максимально повне розкриття у професійній діяльності), самовдосконалення, саморозвиток (поступовий рух і позитивна динаміка виявлення внутрішніх сил людини, що призводить до розквіту власних здібностей); результат професійної самореалізації особистості як новий продукт професійної діяльності.

**Скулиш Наталія Євгенівна** (ORCID: 0009-0001-0071-7904) старший науковий співробітник, лабораторії психології навчання імені І.О. Синиці Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України (Київ, Україна)

## **ОСОБЛИВОСТІ НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ МЕДИЧНИХ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ ПІД ЧАС РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ**

**Слободяник О.Я.** (ORCID ID: 0000-0003-0885-3860)

**Загородня О.С.** (ORCID ID: 0000-0003-0424-8380)

Навчання медицині має свої особливості, що полягають у дуже швидкому оновленні знань (щодня знання в сферах патогенезу та лікування захворювань подвоюються), важливості практичної складової (набуття навичок виконання діагностичних та лікувальних маніпуляцій), набутті навичок спілкування з хворим (які взагалі не можна відтворити жодним симуляційним тренінгом).

Саме тому надзвичайно важливим є особистий контакт з викладачем, його авторитет не лише з педагогічної точки зору, але і в лікарських якостях, в особливостях спілкування з пацієнтом та його родиною.

Національний медичний університет імені О.О.Богомольця є провідним в Україні закладом вищої медичної освіти III рівня акредитації. НМУ 2023 року підтвердила ліцензії на найбільшу кількість медичних спеціальностей для підготовки.

Друга декада двадцятого сторіччя відзначилась важкими випробуванням для цього світу. Невідома досі за масштабами пандемія COVID-19 спонукала розвиток не лише епідеміології, вірусології, реаніматології та організації охорони здоров'я. Необхідність обмеження скупчень людей стимулювала розвиток дистанційних форм навчання. Втім з вщуханням пандемії досвід дистанційних форм навчання набув нового розвитку в Україні 2022 року – повномасштабне вторгнення ворога примусило студентів залишити Київ, а деяких і країну. Багато студентів НМУ відправилось на фронт в якості військових медиків. В очній формі навчання студентів медичних закладів передбачає лекційні, семінарські та практичні заняття. Для проведення онлайн навчання в НМУ було організовано платформу LKar.nmu, на якій було розміщено навчальні матеріали для

самостійної підготовки студентів, а також завдання для контролю вихідного та кінцевого рівня знань.

Лекція (від лат. *lectio* – читання) – метод викладення навчального матеріалу в систематичній і послідовній формі, що є сконцентрованим, головним чином, навколо фундаментальних засад науки. Основна мета – дати систематизовані основи знань з навчальної дисципліни, зосередити увагу студентів на найбільш складних та ключових питаннях. Її використовують у практиці професійної підготовки фахівців, тобто в умовах коли у студентів є певний досвід навчально-пізнавальної діяльності, сформовані основні загальнонавчальні навички, і перш за все вміння самостійного набуття знань.

Під впливом лекції у студентів виробляється певний погляд на науку, її завдання і перспективи розвитку, формуються наукові переконання та професійні вміння [1].

В умовах онлайн –навчання лекції в НМУ було організовано таким чином – на платформу було викладено відеозаписи прочитаних викладачами лекцій. Безперечною перевагою такої форми є її доступність для студента в зручний для нього час, можливість повторного перегляду. Недоліком – відсутність зворотного зв'язку з лектором.

Семінар (лат. *seminarium* - розсадник) – метод викладення навчального матеріалу, який передбачає самостійне опрацювання студентами окремих тем і проблем відповідно змісту навчальної дисципліни та обговорення результатів цього вивчення, представлених у вигляді тез, повідомлень, доповідей, рефератів тощо [2]. Така форма подачі навчального матеріалу несе 3 функції - контролю, розвитку та навчання.

В умовах онлайн навчання семінарські заняття було організовано на платформах дистанційних зустрічей – ZOOM та GOOGLE MEET. Перевагою таких зустрічей є зручне місце та обраний для всієї групи зручний час, відсутність необхідності витрати часу на дорогу, а запис конференції дозволяє переглянути її для повторення матеріалу. Водночас, студенти відмічають більшу формальність таких семінарів, неможливість особистого спілкування з викладачем.

Практичні заняття — форма навчального заняття, при якій викладач організує детальний розгляд студентами окремих навичок та їх практичного застосування шляхом індивідуального виконання студентом відповідно сформульованих завдань [3]. Для цього кожна кафедра НМУ має набір тренажерів для відпрацювання навичок діагностичних та лікувальних маніпуляцій.

В умовах дистанційного навчання цей вид занять організувати було найважче. Для цього застосовують відео –записи демонстрації навичок

викладачем, які викладено на платформі Likar.nmu, а також наявні в мережі симуляційні онлайн-тренінги.

В вересні 2023 року Наказом міністерства освіти та науки було регламентовано відновлення очного навчання з дотриманням правил безпеки військового часу. Нами було проаналізовано зацікавленість студентів IV-VI курсів медичних факультетів НМУ у відвідуванні офлайн занять. Дослідження було проведено на кафедрі акушерства та гінекології №1.

Для цього було проаналізовано відвідування студентами занять в вересні та жовтні 2023 року, частоту запізнень на заняття, активність студентів на занятті (кількість заданих викладачу запитань). Також було проаналізовано дані анкетування студентів, для чого їм при завершенні навчального циклу було задано питання «Чи задоволені ви якістю занять?» стосовно лекційних, семінарських та практичних занять.

Так, в вересні кількість пропущених занять склала 1,8% від загальної кількості студентогодин (2019 року цей показник по кафедрі 10,7%), в жовтні – вже 10,8%. Частота запізнень на заняття в вересні склала 10,8%, в жовтні – 23,7%. Кількість заданих питань протягом заняття в вересні була 16,3, в жовтні – 8,7. За результатами опитування, 87,9% студентів були задоволеними якістю лекційних занять у вересні, 86,8% - в жовтні. Для семінарських занять цей показник склав 91,0 та 90,3% відповідно, а для практичних занять – 100% і в жовтні, і у вересні.

Таким чином, можемо зробити висновок, що на початку відновлення офлайн навчання зацікавленість в ньому студентів була надзвичайно високою, проте зменшилась у жовтні до докарантинного рівня. Попри це, рівень задоволення заняттями є досить високим і зберігається таким впродовж 2 місяців. Студенти переважно є задоволеними всіма видами занять, проте максимальний рівень його демонструють заняття зі здобуття практичних навичок.

Список використаних джерел

1. Кузьмінський А. І., Педагогіка вищої школи, Навчальний посібник, К.: Знання, 2005.- 486 с.
2. Мосієнко А. С. Новітні технології в медичній освіті / А. С. Мосієнко, Т. В. Поліщук // Сучасні аспекти модернізації науки в Україні: стан, проблеми, тенденції розвитку : матеріали IV Міжнар. наук.-практ. конф., м. Київ, м. Мадрид (Іспанія), 07 грудня 2020 р. / за ред. Є. О. Романенка, І. В. Жукової. – Київ : ФОП Кандиба Т. П., 2020. – С. 153–155.
3. Використання дистанційних методів навчання в медичній освіті / І. М. Скрипник, Г. С. Маслова, Н. П. Приходько [та ін.] // Проблеми безперервної медичної освіти та науки. – 2020. – № 3 (39). – С. 29–32.

**Слободяник Олег Янович**, (<https://orcid.org/0000-0003-0885-3860>)  
кандидат медичних наук, доцент кафедри акушерства і гінекології №1 НМУ  
імені О.О.Богомольця

**Загородня Олександра Сергіївна**, (<https://orcid.org/0000-0003-0424-8380>) – доктор медичних наук, професор кафедри акушерства і гінекології №1  
НМУ імені О.О.Богомольця

## **ВПЛИВ РОЗВИТКУ «SOFT SKILLS» НА ФОРМУВАННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ У ПІДЛІТКІВ**

**Тарасенко О. А.** (ORCID: 0009-0007-5457-034X)

В умовах війни, в якій зараз живе Україна, для кожного з нас важливими є навички стресостійкості. Вміння з переліку “soft skills” набули для нас нових сенсів. Питання наслідків психологічного характеру у воєнний та повоєнний період ще будуть вивчатись науковцями всього світу. Комплексна робота в системі освіти як з психологічної обізнаності підлітків, так і з усвідомленого розвитку у них вмінь з переліку “soft skills” допоможе у відновленні психіки дитини. Вважаємо, що робота з психологічного розвитку підлітків у цьому напрямку сприятиме зниженню ризиків виникнення та зменшення проявів та наслідків негативних впливів такої руйнівної події як війна. Такі шкільні проблеми як булінг, прояви агресії, тривожності та заниженої самооцінки підлітка, які існували і до початку війни, зараз можуть ускладнюватись аж до депресій, панічних атак, ПТСР тощо. Вважаємо, що ці негативні, руйнівні прояви можуть суттєво зменшитись за рахунок ґрунтовного пізнання підлітками власної психології, внутрішнього світу. Опановані знання та навички розвинути здатність дитини до толерантної та ефективної взаємодії з однолітками та дорослими, основою яких є повага і довіра як до себе, так і до іншої людини. Комплекс вмінь з переліку “soft skills” сприятиме налагодженню гармонійної комунікації підлітка із дорослими: батьками, вчителями, що є, власне, дуже сприятливою основою для особистісного розвитку підлітка та формуванню системи ціннісних орієнтацій.

Ми спираємось на результати наукових досліджень вчених Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, які були представлені академіком Максименком С. Д. на засіданні Президії НАПН України 16 червня 2022 року. Були виокремлені проблемні моменти відображення соціальної ситуації життєдіяльності під час війни в Україні всіх учасників освітнього простору на рівні психологічної складової освітніх процесів. [1]

Психологічна підтримка та супровід учасників освітнього процесу, проблеми збереження їхнього психічного здоров'я, надання кваліфікованої психологічної допомоги в усіх сегментах освітнього простору актуалізують завдання визначення специфічних проблем проживання воєнних подій, добору психологічних засобів їх супроводу, підтримки, корекції та подолання з метою забезпечення ефективного функціонування системи освіти.

Науковці наголошували, що в умовах війни системоутворювальним напрямом психологічного супроводу стає консолідація зусиль усіх працівників освіти у розв'язанні гострих проблем, що центруються навколо найбільш уразливої групи учасників освітнього простору – дітей, оскільки основним травмівним чинником створення психологічних проблем сьогодення для усіх вікових груп є переживання дитиною ситуації війни.

Найбільш гострими проблемами, які ускладнюють адаптацію дітей до навчання і вимагають зусиль усіх учасників освітнього простору є: різний ступінь психологічної травматизації; посилення негативного впливу на дітей інформаційно-комунікаційних технологій через послаблення в умовах війни батьківського контролю; обмеження реальних соціальних контактів.

Для розв'язання окреслених проблем одним із напрямів роботи було запропоновано впровадження в систему навчальної підготовки школярів спеціальних програм та курсів, спрямованих на проблему збереження ментального, психоемоційного здоров'я; розроблення методичних рекомендацій та практичних посібників для фахівців щодо психологічного супроводу суб'єктів освіти. [1]

Гнучкі навички “soft skills”, значимість яких описана в різних дослідженнях, допоможуть дитині опанувати власний світ емоцій, розвинути здатність до емпатії, навчать знаходити спільну мову з оточенням. Розвиток лідерських якостей відкриє спроможність вірити у власні сили, цінувати себе як особистість, відкривати свої сильні сторони іншим та ефективно працювати в команді. Креативність та гнучкість розвине вміння знаходити рішення в будь-якій ситуації та підсилить психологічну стійкість дитини. Опанування підлітками «мови гнучких навичок», відкриває їм світ нових можливостей, пробуджує інтерес до процесу навчання, який так потрібен для побудови ефективної майбутньої кар'єри. Зацікавленість в навчанні та прагнення розвитку, сприяють якісному засвоєнню знань в обраній професії та своєчасному удосконаленню їх впродовж життя.

Список використаних джерел

1. Наукова доповідь за результатами наукових досліджень вчених Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України на засіданні Президії НАПН

України 16 червня 2022 р. Вісник Національної академії педагогічних наук України 4(1).

**Тарасенко Ольга Анатоліївна**, (<https://orcid.org/0009-0007-5457-034X>), аспірантка Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, практичний психолог Київського Палацу дітей та юнацтва (Київ, Україна)

## **ВПЛИВ ПЕДАГОГІЧНОЇ ОЦІНКИ НА ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОЇ САМООЦІНКИ УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ЛАНКИ НУШ**

**Терещенко Л. А.** (ORCID: ID 0000-0002-4279-158X)

**Дзюбко Л. В.** (ORCID: ID 0000-0002-1972-348)

Реформування національної освіти зумовило кардинальні зміни у системі оцінювання навчальних досягнень школярів. Запропоновано нові критерії оцінювання, які мають на меті реалізацію принципів гуманізації і демократизації освіти й спрямовані на суттєву переорієнтацію процесу навчання, яка забезпечувала б особистісний розвиток кожного учня. Прописати критерії оцінювання має кожний вчитель, згідно програми предмету, який викладає.

Особливо важливу роль система оцінювання відіграє у період молодшого шкільного віку, тому що безпосередньо пов'язана з формуванням у дитини відповідного ставлення до себе.

Психологи і педагоги одностайні в тому, що педагогічна оцінка здатна викликати в учня гаму гострих і глибоких переживань: радість успіху, задоволення, сором за невдачу, підвищену тривожність тощо. Позитивні емоції, пов'язані з одержаною оцінкою, вчені вважають могутнім стимулом навчання, негативні – навпаки, погіршують загальний стан школяра, знижують його працездатність.

Молодші школярі часто сприймають педагогічну оцінку як оцінювання власної особистості, і на її основі формується самооцінка школяра. Самооцінка – вагомий інструмент підтримки самостійності учнів та їх незалежності від впливу вчителів. Учні, які можуть реально оцінити себе, отримують чітку картину власних досягнень і менше почувають себе невпевненими. Але, учні початкових класів, у більшості, ще неспроможні давати об'єктивну оцінку якості своєї роботи чи особистості в цілому і судять про це на основі оцінок дорослих, передусім вчителів.



У процесі формування самооцінки і рівня домагань велику роль відіграє мотив досягнення успіху. Якщо дитина постійно не може впоратися із завданням і одержує низькі оцінки, то мотив досягнення успіху значно послаблюється. Спочатку виникає негативне невротичне переживання, потім – байдуже ставлення до негативної оцінки іншими людьми своєї діяльності. Наслідком цього є ціннісна переорієнтація особистості.

За Концепцією НУШ оцінки мають допомагати аналізувати індивідуальний прогрес і планувати темп навчання, а не ранжувати учнів. Тобто оцінки – це рекомендації до дії. Основні підходи до оцінювання – компетентнісний і позитивний. Перший передбачає оцінювання результатів навчання відповідно до ключових компетентностей, які мають отримати учні. Другий акцентує учнів на досягнення.

Рекомендації вчителям як не нашкодити оцінкою:

- не робіть оцінку самоціллю для дітей;
- не лякайте оцінкою;
- не викликайте до оцінки емоції страху або байдужості;
- не карайте оцінкою і не зводьте рахунки з її допомогою;
- не провокуйте оцінкою погорду;
- не оцінюйте особистість;
- не перебирайте на себе роль останньої інстанції у пошуку істини.

У новій сучасній школі змінюється загальна мета оцінювання: вона перестає бути всього лише інструментом, щоб виміряти успішність учня, а стає засобом навчання – і вчителі це мають враховувати. Таким засобом є – формувальне оцінювання.

Формувальне оцінювання не передбачає поняття «погано» і є тим, для учня, над чим потрібно ще попрацювати, тобто – доопрацювати. Такий підхід не принижує дитину, а мотивує її більше приділяти увагу тим предметам, де є проблеми, щоб поліпшити результат.

Можливості формувального оцінювання:

- для учня – відстежувати особистісний шлях у навчанні й планувати подальші кроки за допомогою вчителя;
- для педагога – бути поруч із учнем і вести його до успіху, вносити корективи в освітній процес.

Виходячи з вищесказаного, варто підкреслити, що в руках вчителя – велика сила, що може рухати вперед розвиток особистості та удосконалювати чи виправляти поведінку дитини, змусити її вірити у свої сили, а може й навпаки – знищити. Варто пам'ятати, що оцінювання має подвійну спрямованість: одна його сторона спрямована на учнів, а друга – на вчителів. Майстерність оцінювання є одним із провідних критеріїв професійної

майстерності педагогів. Тому особливу важливість набуває психологічний аспект оцінювання в умовах становлення НУШ.

**Терещенко Людмила Анатоліївна** (ORCID: ID 0000-0002-4279-158X), кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник, старший науковий співробітник лабораторії психології навчання Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України

**Дзюбка Людмила Віталіївна** (ORCID: ID 0000-0002-1972-348), кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник, старший науковий співробітник лабораторії психології навчання Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України

## **УМОВИ І ПРИНЦИПИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНОГО СУПРОВОДУ РОЗВИТКУ КРЕАТИВНОСТІ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ**

**Чудакова О. М.** (ORCID 0000-0002-1486-7874)

**Актуальність.** Незважаючи на теоретичну розробленість теми дослідження, проблема формування дієвої системи виявлення, підтримки та супроводу дітей з обдарованістю залишається складним комплексним завданням. У багатьох випадках робота з обдарованими дітьми ведеться лише шляхом збільшення обсягу предметних знань та без вирішення особистісних, психологічних та соціальних проблем цієї категорії дітей.

Прояв обдарованості у дитячому віці можна розглядати як потенціал психічного розвитку стосовно наступних етапів життєвого шляху особистості. Обдарованість визначається не тільки й не так наявністю високого рівня розвитку здібностей, а тим, що Ф. Гальтон (1965) понад сто років тому визначив головною характеристикою обдарованих людей – «прихильністю до справи». Здатність до самостійного розвитку діяльності тоді, коли це не є необхідністю для досягнення успішного результату, і є той психологічний феномен, що характеризує обдарованість, на відміну від дітей з високими здібностями і досягненнями.

У теоретичному моделюванні процесу розвитку креативності особистості закордонні та вітчизняні дослідники спираються на відому концепцію Дж. Рензулі (1997), яка активно використовується ними для розробки освітніх моделей та прикладних проблем у контексті творчості та обдарованості.

Основний аргумент: креативність – одна з найважливіших характеристик обдарованості (Д.Б. Богоявленская, В.Н. Дружинин, Н.С.

Лейтес, А. Маслоу, В.О. Моляко, Дж. Рензулли та ін.). У результаті, структура креативності представлена як тріада: 1) творча спрямованість особистості (потреба у творчості); 2) творче (продуктивне) мислення; 3) спеціальні здібності.

Молодший шкільний вік є сензитивним періодом у розвитку креативного мислення. У психолого-педагогічній літературі креативність сприймається як засіб розвитку особистості дитини, оскільки під час вирішення завдань за допомогою креативного мислення важливі не конкретні величини досягнень, а процес пошуку і виникнення креативної ідеї.

Розвиток креативності особистості розглядається у педагогічному процесі, оскільки саме у ньому може бути створено ресурс для збагачення суб'єктного досвіду учня. Психолого-педагогічний супровід розвитку креативності у дітей молодшого шкільного віку є комплексною технологією підтримки та допомоги дитині; він є особливим видом організованої взаємодії супроводжувачого та супроводжуваних дорослих, які створюють оптимальні умови навчання та забезпечують творчий розвиток дитини в освітньому середовищі [3].

Система психолого-педагогічного супроводу розвитку обдарованості повинна будуватися на принципах урахування закономірностей природного розвитку дітей та творчого підходу – залучення до різноманітних видів творчої діяльності до вирішення реальних проблем їхнього життя. Оптимальний психолого-педагогічний супровід розвитку креативності школярів передбачає навчання з опорою на розвиток дивергентності мислення, організацію діалогічних форм навчання. Важливою умовою супроводу є підтримка вчителем ініціативи та нестандартності розумових дій учнів. Серед принципів, що сприяють становленню передумов обдарованості, називається принцип підтримки допитливості й дослідницької активності, створення умов для спільної роботи учнів за мінімальної участі вчителя, принцип свободи вибору учнями додаткових освітніх програм, створення особливої атмосфери вільної від страху, знецінення результатів, завищеного очікування успіху, психологічного тиску, вимог відповідності та високих результатів.

Однак, як наголошує А.І. Савенков (2001), спеціальні педагогічні технології можуть виправити багато, але не все. У реальному процесі розвитку обдарованості важко розділити вплив соціального та природного факторів, а особливості віку формують специфічні характеристики обдарованості, «задають» особливості її прояву (Л.І. Божович, Л.С. Виготський, О.М. Дьяченко, Н.С. Лейтес, М.О. Холодна, В.С. Юркевич та ін.), тому врахування вікової специфіки у розвитку обдарованості дитини в молодшому шкільному віці вважається одним із основних принципів розвитку креативності в цей

період. Передчасний або запізнювальний педагогічний вплив виявляється недостатньо ефективним і несприятливо позначається на розвитку особистості.

Однак, незважаючи на спроби створення умов, що розвивають креативність у дітей, традиційні програми навчання не можуть забезпечити розкриття індивідуальних особливостей кожної дитини повною мірою та врахувати його потреби й бажання у пізнавальній та творчій діяльності, оскільки у шкільних освітніх закладах дотримання структури програми є обов'язковим для всіх учнів. Так, результати досліджень свідчать, що креативність дітей, які навчаються у формальних школах, значно нижча за показники рівня креативності дітей, які розвиваються в школах з неформальною атмосферою. При цьому Barron F., Gruber H. та Amabel T.M. вважають, що тренування креативності не може призвести до значних результатів, тому що креативний процес можливий лише при поєднанні особливих індивідуальних якостей та навичок, наявності проблеми та спеціального оточення. Тому такі джерела здійснення творчої взаємодії, як особистісні якості та сприятливе освітнє середовище слід вважати визначальними для педагога, який здійснює психологічну підтримку процесу творчості в навчально-виховній роботі.

Вияв справжніх ресурсів дітей молодшого шкільного віку можливий лише в збагаченому освітньому середовищі, що забезпечує можливість доторкнутися до різноманітної навколишньої дійсності і відчутти радість відкриття світу. Варто зазначити, що рекомендується підбирати таке середовище, яке може динамічно змінюватися і оснащене великою кількістю розвиваючого матеріалу. На думку Л.С. Виготського, «найкращим стимулом дитячої творчості є така організація життя і середовища дітей, яка створює потреби і можливості дитячої творчості» [1, с. 58]. Творчість дітей цінна не так кінцевим результатом, як самим процесом, тому вчений зауважував, що момент творчості існує не лише там, де створюється щось нове, а й там, де людина надає своє розуміння певного явища, по-своєму відтворює, змінює вже існуюче [1].

Дослідницька активність дитини сприймається як основний прояв креативності у дитячому віці і становить передумову його подальшого творчого розвитку. Пошукова творча діяльність у молодшому шкільному віці є своєрідним внутрішнім генератором, рушійною силою саморозвитку, самовдосконалення особистості та сприяє актуалізації внутрішнього потенціалу дитини в майбутньому. У процесі творчого розвитку обдарованої дитини її дослідницька активність перетворюється на вищі форми, забезпечуючи тим самим можливість переходу до наступного етапу розвитку

(Матюшкін О.М., 1989). У зв'язку з цим, особливості побудови змісту та методів навчання на кожному етапі навчання повинні бути спрямовані на те, щоб висока дослідницька активність дитини, яка проявляється ним у різних формах, його підвищені пізнавальні можливості мали багате «живильне середовище» і були «затребувані» в процесі навчання у школі.

Американський психолог П. Торренс серед факторів, що стимулюють креативність дітей, називає такі: орієнтація на потребу у творчому розв'язанні задач; відсутність перешкод стосовно проявів спонтанності та ініціативи; створення можливості маніпуляції з предметами й варіативності думок; навчання уважного ставлення до сигналів навколишнього середовища; виховні впливи, спрямовані на визнання людиною цінності креативних рис своєї особистості. До факторів, які гальмують креативність, дослідник відніс орієнтацію лише на успіх, страх дати неправильну відповідь; підсилену орієнтацію на думку однолітків, побоювання звинувачень у незвичайності; обмеження ініціативи й заборона запитань; надмірну фіксацію на стереотипах статевої належності; уявлення про дивергентне мислення як про відхилення від норми; жорстке розмежування трудової та ігрової діяльності [5].

Умови успішної роботи з обдарованими дітьми – це залучення до роботи з обдарованими учнями насамперед вчителів, які вміють захопити, зацікавити, підтримати, які володіють певними якостями: продуктивно реагувати на виклики, вміти сприймати критику, працюючи із здібними й знаючими учнями.

Взаємодія вчителя з обдарованим учнем має бути спрямована на оптимальний розвиток здібностей, мати характер допомоги, підтримки, бути недирективною. К. Роджерс визначає головними функціями вчителя фасилітуючу та психотерапевтичну, а найважливішими умовами взаємодії педагога з дітьми – безумовне прийняття дитини, безоцінне до неї ставлення та емпатію [4].

Томас Гордон вводить поняття «ефективний вчитель», сенс якого полягає у факті прийняття вчителем змін у собі, учні та ситуації, що зменшують зону проблемності в їхніх взаєминах. Ефективний вчитель, на думку автора, здатний чітко визначати зону власних проблем, намагається впоратися з ними, не перекладаючи їх на дитину, і зону проблем учня, даючи можливість вирішувати їх самостійно. У числі здібностей та властивостей, необхідних для ефективного впливу педагогів, він називає прагнення до максимальної гнучкості, здатність до емпатії та сензитивності до потреб учнів, вміння надати особистісне забарвлення викладанню, установці на створення позитивних підкріплень для самовдосконалення учнів, володіння стилем

неформального теплому спілкуванню, перевага усних контактів письмовим, емоційна врівноваженість, впевненість у собі [2].

У вчителів для обдарованих дітей та у звичайних вчителів помітна різниця полягає у розподілі часу на види активності. Вчителі, які працюють із талановитими дітьми, менше кажуть, менше дають інформації, влаштовують демонстрації та рідше вирішують завдання за учнів. Вони більше запитують і менше пояснюють. Помітні відмінності у техніці постановки питань. Вчителі обдарованих набагато більше ставлять відкритих питань, провокують учнів виходити межі початкових відповідей. І вони набагато частіше намагаються зрозуміти, як учні дійшли до висновку, рішення, оцінки.

У міжособистісній сфері відзначаються рівні відносини вчителів для обдарованих із учнями. Вчителі отримують насолоду від своїх учнів як від цікавих людей. Вони частіше обговорюють з ними теми, які прямо не пов'язані з навчальними заняттями, демонструють велику повагу до своїх співрозмовників, вільно обмінюються точками зору і навіть дозволяють школярам вчити себе. Пошук ефективних засобів психологічного супроводу становлення та розвитку особистості в освітньому просторі зумовлюється запитом суспільства на розвиток творчого потенціалу дітей. Нині вміння вирішення проблемних завдань вважається основною навичкою, на розвиток якої спрямована сучасна освіта, тому впровадження творчого компонента в освіту сприяє покращенню академічних результатів учнів та розвиває їхню креативність.

Список використаних джерел

1. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте: психологический очерк: кн. для учителя / 3-е изд. Москва: Просвещение, 1991. 278 с.
2. Гордон Т. Курс эффективного преподавателя. Как раскрыть в школьниках самое лучшее: методическое пособие. Москва: Ломоносовъ, 2010. 433 с. URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=73990>
3. Психолого-педагогічний супровід обдарованої дитини як реалізація особистісно орієнтованого підходу / Професійно-педагогічна освіта: особистісно-орієнтований підхід: монографія / за ред. О.А. Дубасенюк. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. Івана Франка, 2012. С. 316-345.
4. Роджерс К.Р., Фрейберг Дж. Свобода учиться. Москва: Смысл, 2002. 527 с.
5. Torrance E.P. Can we teach children to think creatively? The Journal of Creative Behavior, 1972 6 (2), 114–143. URL: <https://doi.org/10.1002/j.2162-6057.1972.tb00923.x>

**Чудакова Олена Миколаївна**, (ORCID: 0000-0002-1486-7874)  
молодший науковий співробітник лабораторії психології навчання імені І.О. Синиці Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України (Київ, Україна)

## **ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ СУЧАСНИХ НАВЧАЛЬНИХ МАТЕРІАЛІВ: ПРАКТИЧНІ ПИТАННЯ ПІДГОТОВКИ ПСИХОЛОГІВ-ЕКСПЕРТІВ**

**Шатирко Л. О.** (ORCID ID:<https://orcid.org/0000-0002-1953-0656>)

Психологічна експертиза освітніх матеріалів є важливою складовою роботи з навчальними ресурсами, оскільки метою цього завдання є прагнення забезпечити відповідність навчальних матеріалів психологічним та педагогічним вимогам. Психологічна складова сучасної учбової книги відіграє важливу роль у процесі навчання та розвитку учнів. Відтак, психологічний аналіз сучасного шкільного підручника передбачає вивчення та оцінку його впливу на психічний розвиток та навчальні можливості учнів. Психологічний аналіз шкільного підручника допомагає встановити, що матеріали, які використовуються в навчальному процесі сприяють розвитку та навчанню учнів та відповідають їхнім психологічним потребам та можливостям.

Для проведення психологічної експертизи освітніх матеріалів залучають фахівців з психології, педагогіки, спеціалісти з освіти та інших відповідних галузей. Постає важливе питання забезпечення експертів системою показників та критеріїв, що зорієнтовують у загальному спрямуванні психологічної експертизи та допомагають визначити, наскільки матеріали відповідають вимогам якісної освіти та сприяють розвитку учнів. Потрібна уніфікована, забезпечена нормативними та змістовними матеріалами, інструкціями програма підготовки психологів-експертів до здійснення психологічного аналізу освітніх матеріалів. Експертиза – чутлива, важлива й відповідальна складова відбору, затвердження навчальної літератури, адже від її результатів певною мірою залежать остаточні рішення відбору, які торкаються авторів, педагогів практиків, батьків, адміністраторів системи освіти. Психологи-експерти повинні володіти глибокими знаннями з психології розвитку, педагогіки та психології освіти. Якісний ґрунтовний аналіз та рекомендації можуть значно покращити якість навчальних матеріалів і сприяти психологічному розвитку учнів. Психологи-експерти грають ключову роль у

цьому процесі, оцінюючи, наскільки навчальні матеріали відповідають психологічним вимогам і можуть бути рекомендовані до широкого впровадження в освітній процес.

Психологічна та педагогічна науки, практика освіти надають на сьогоднішній день достатньо інформативний перелік психологічний підґрунть, які можуть розглядатись як основа побудови підручника і як орієнтири його психологічного аналізу. Сучасні освітні настанови суспільства в царині навчальної літератури ґрунтуються на уявленнях, відповідно яким важливою складовою учбових матеріалів є аспекти психологічної побудови змісту, форм організації процесу навчання, врахування психологічного впливу на учнів. Психологічні вимоги до освітніх матеріалів окреслюються широким колом важливих питань: необхідності врахування рівня когнітивного, мотиваційного, емоційного розвитку та інтересів учнів конкретного вікового групи, їх індивідуальних відмінностей; навчальні матеріали мають стимулювати розвиток психологічних процесів учнів, сприяти засвоєнню знань та навичок учіння, розвитку критичного, креативного мислення учнів, стимулювати їх аналітичні навички; підкреслюється необхідність врахування різноманітних культурних та соціальних контекстів, в яких матеріали будуть використовуватися; вони мають відповідати основним цілям та завданням навчання, сучасним науковим стандартам та доведеним педагогічним принципам, містити правильну і актуальну інформацію. Важливо враховувати емоційний аспект навчання та намагатися підтримувати активне ставлення учнів до навчання, сприяти позитивним емоціям, психологічному комфорту та стимулювати мотивацію до навчання; матеріали мають стимулювати активну участь учнів, сприяти формуванню навичок самостійного навчання, дослідницької роботи, бути адаптованими для учнів з різними освітніми потребами та надавати їм необхідну підтримку. Усі ці аспекти допомагають створити психологічно збалансовану учбову книгу, яка сприяє розвитку учнів та організовує їхнє навчання.

В лабораторії психології навчання імені І.О. Синиці Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України в напрямку вирішення завдання психологічного аналізу шкільного підручника опрацьовано методологію та методику, що дозволяють розкрити й описати, на основі яких психологічних параметрів, з допомогою яких критеріїв можна відслідкувати представленість в матеріалі підручника психологічної складової і її відповідність настановам освітньої концепції суспільства. Сформульовано систему психологічних питань, опрацювання яких, вважаємо, є необхідною складовою підготовки психологів-експертів.



Програма підготовки психологів-експертів має включати наступні теми, які окреслюють проблеми діяльності учіння, психологічної структури діяльності і компетенції уміння вчитись. Означені методологічні координати є продуктивною основою побудови змісту підручників і здійснення подальшого психологічного аналізу цього змісту:.

1. Психологічні характеристики навчальних матеріалів в контексті проблеми навчання та розвитку.
2. Психологічна сутність діяльності учіння.
3. Специфічні психологічні вимоги до різних видів освітніх матеріалів.
4. Особливості психолого-педагогічної експертизи.
5. Методологічні підґрунтя психологічної складової розробки навчальних матеріалів.
6. Практичні питання підготовки психологів-експертів під час здійснення апробації шкільної навчальної книги.

**Шатирко Лариса Олексіївна** (ORCID ID: 0000-0002-1953-0656), старший науковий співробітник, Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, Київ.

**Національна академія педагогічних наук України  
Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України  
Лабораторія психології навчання імені І. О. Синиці**

Наукове видання

**Збірник тез наукових доповідей круглого столу,  
присвяченого творчій спадщині І. О. Синиці  
( м. Київ, 30 жовтня 2023 року)**

## **Актуальні проблеми психології навчання в сучасній соціокультурній ситуації**

Комп'ютерна верстка

Матеріали подано мовою оригіналу.

Друкується в авторській редакції з оригіналу макетів авторів.

Редколегія не завжди поділяє погляди авторів статей.

Автори опублікованих наукових матеріалів несуть повну відповідальність за підбір, точність наведених фактів, цитат, економіко-статистичних даних, власних імен та інших відомостей.

### **Контакти лабораторії психології навчання імені І.О. Синиці:**

Україна, 01033, Київ-33, вул. Паньківська, 2.  
Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України  
2 поверх, кімната 24.  
e-mail: [psynav4annja@gmail.com](mailto:psynav4annja@gmail.com)

Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України  
01033, м. Київ, вул. Паньківська, 2;  
тел./факс: (044) 288-33-20

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи  
до Державного реєстру видавців, виготовлювачів  
і розповсюджувачів видавничої продукції  
№ 6418 від 03.10.2018 р