

Тематична рубрика: **ВІКОВА ТА ПЕДАГОГІЧНА ПСИХОЛОГІЯ**

УДК: 159.942.943.2

Гнатюк О.В.

к.психол.н.,

провідний науковий співробітник лабораторії психодіагностики та
науково-психологічної інформації
Інститут психології імені Г.С. Костюка
Національної академії педагогічних наук України

Пророк Н.В.

д.психол.н., с.н.с.,

старший науковий співробітник,
завідувачка лабораторії психодіагностики та
науково-психологічної інформації
Інститут психології імені Г.С. Костюка
Національної академії педагогічних наук України

Чекстере О.Ю.

к.психол.н.,

провідний науковий співробітник лабораторії психодіагностики та
науково-психологічної інформації
Інститут психології імені Г.С. Костюка
Національної академії педагогічних наук України

**ПРОБЛЕМИ АДАПТАЦІЇ ДО НАВЧАННЯ ЗДОБУВАЧІВ
ПОЧАТКОВОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ**

PROBLEMS OF ADAPTATION TO STUDY OF PRIMARY EDUCATION PUPILS IN THE CONDITIONS MARTIAL LAW

Стаття присвячена дослідженню проблеми адаптації до навчання здобувачів початкової освіти в умовах воєнного стану. Визначено основні стресори, які впливають на психіку дітей – це сигнали повітряної тривоги, перебування тривалий час в укритті або бомбосховищі, важкі побутові умови життя, переїзд до нового місця проживання, зокрема й в інші країни, освітній процес з різними форматами навчання (онлайн, офлайн, змішаного) та ін. Наведено положення ряду затверджених Урядом документів щодо забезпечення сталості освітнього процесу, створення безпечних умов для здобувачів освіти і педагогів, підтримки тих, хто був вимушений переїхати до безпечніших районів України або за кордон, для продовження системних реформ на усіх рівнях освіти. Розкрито поняття «адаптація», «дезадаптація», яка визначається як багатофакторний процес зниження і порушення здатності дитини до навчання внаслідок невідповідності умов та вимог навчального процесу, найближчого соціального середовища її психофізіологічних можливостей і потреб. Встановлено критерії успішного адаптаційного процесу в школі: продуктивність учбової діяльності, психологічний стан школяра, його емоційне самопочуття, відсутність внутрішнього напруження та дискомфорту. Запропоновано методики, за допомогою яких було визначено учнів, яким важко адаптуватися до нових умов, нового класу, які мають труднощі у колективі, а також учнів, які мають соціально-психологічний та навчальний статус молодшого школяра або ігровий. В результаті дослідження виділено 3 групи дітей, у яких легко проходить адаптація, групи дітей із адаптацією «середньої важкості», ще одну - з «важкою адаптацією». Встановлено, що в учнів, які не можуть адаптуватися до нових умов навчання («важка адаптація»), спостерігалися проблеми з навчанням, такі як

нездатність зосередитися, відмова відвідувати школу, погані стосунки з однокласниками в школі тощо.

Ключові слова: *адаптація, дезадаптація, молодші школярі, школа, навчання, воєнний стан.*

The article is devoted to the study of the problem of adaptation to study of primary education pupils of under martial law. The main stressors that affect the psyche of children are listed: air raid signals, staying for a long time in a shelter or a bomb shelter, difficult living conditions, moving to a new place of residence, in particular to other countries, the educational process with various learning formats (online, offline, mixed) etc. A number of documents approved by the Government have been submitted to ensure the sustainability of the educational process, create safe conditions for students and teachers, support those who were forced to move to safer areas of Ukraine or abroad, for the continuation of systemic reforms at all levels of education. The peculiarities of the concepts of «adaptation» and «maladaptation» are revealed, which is defined as a multifactorial process of reducing and disrupting the child's ability to learn as a result of the mismatch of the conditions and requirements of the educational process, the closest social environment, his psychophysiological capabilities and needs. The criteria for a successful adaptation process at school have been determined: the productivity of educational activities, the psychological state of the student, his emotional well-being, the absence of internal tension and discomfort. Methods were proposed, which were used to identify those students who find it difficult to adapt to new conditions, a new class, who have difficulties in a team, as well as those students who have the social-psychological and educational status of a junior high school student or a gamer. As a result of the study, 3 groups of children with easy adaptation were identified, groups of children with adaptation of «medium difficulty», another group with «difficult adaptation». It was established that students who cannot adapt to new

learning conditions («difficult adaptation») have learning problems, such as inability to concentrate, refusal to attend school, poor relationships with classmates at school, etc.

Key words: *adaptation, maladaptation, younger schoolchildren, school, study, martial law.*

Проблема адаптації до навчання здобувачів початкової освіти в умовах воєнного стану є однією з важливих і актуальних, адже стресори, які впливають на психіку дітей – часті сигнали повітряної тривоги, перебування тривалий час в укритті або бомбосховищі; часом важкі побутові умови життя, наприклад, відсутність світла, опалення, води, зв'язку; переїзд до нового місця проживання, зокрема й в інші країни; освітній процес, що проходить в нових незвичних умовах з використанням різних режимів навчання – онлайн, офлайн, змішаного та багато іншого спричиняють зниження адаптаційних можливостей школярів, які, проте, мають постійно адаптуватися до мінливих умов. Необхідність учням швидко пристосуватися до нових вимог, виправдати очікування учителів та батьків щодо навчальної успішності при різкій зміні умов навчання – це вже є стресогенним фактором і викликає ризик виникнення дезадаптації [13]. Несприятливий перебіг адаптації призводить до зниження навчальної діяльності, порушення міжособистісних відносин, формування девіантної поведінки, впливає на стан здоров'я і може спричинити різні захворювання. Тому питання вивчення проблем адаптації до навчальної діяльності в сучасних умовах набуває особливої важливості як для науковців, так і для практиків – педагогів, психологів, соціальних працівників тощо.

Уведення воєнного стану в державі з 24 лютого 2022 року торкнулося усіх галузей нашого суспільства та відобразилося на життєдіяльності кожної людини. Значних змін зазнала й освітня галузь, в тому числі початкова. Освітній процес на деякий час було призупинено через ряд причин: пошкодження освітньої інфраструктури та матеріально-технічної бази, виїзд частини учасників

освітнього процесу в інші місця перебування через загрозу життю і здоров'ю та ін. Це призвело до значних втрат здобувачів освіти та педагогічного колективу, порушення безперервності навчально-виховного процесу, втрати управлінського освітнього контролю на територіях, що потрапили під тимчасову окупацію або перебувають у зоні активних бойових дій тощо.

Після вимушеної перерви освітній процес продовжився з використанням усіх доступних форм: онлайн, офлайн або у змішаному режимі. Так, відповідно до статті 57¹ Закону України «Про освіту» щодо державних гарантій в умовах воєнного стану, надзвичайної ситуації або надзвичайного стану, зазначено, що здобувачам освіти, які в умовах воєнного стану, надзвичайної ситуації або надзвичайного стану в Україні чи окремих її місцевостях, оголошених у встановленому порядку (особливий період) були вимушені змінити місце проживання (перебування), залишити робоче місце, місце навчання, незалежно від місця їх проживання (перебування) на час особливого періоду гарантується організація освітнього процесу в дистанційній формі або в будь-якій іншій формі, що є найбільш безпечною для його учасників [6].

Уряд нашої країни докладает максимум зусиль для забезпечення сталості освітнього процесу, створення безпечних умов для здобувачів освіти і педагогів, підтримки тих, хто був вимушений переїхати до безпечніших районів України або за кордон, для продовження системних реформ на всіх рівнях освіти. Так, МОН України ухвалило ряд документів стосовно навчання, зокрема таких: наказ МОН від 28.02.2022 № 232 щодо звільнення від проходження державної підсумкової атестації учнів, які завершували здобуття початкової та базової середньої освіти у 2021/2022 н. р., наказ МОН «Про деякі питання організації здобуття загальної середньої освіти та освітнього процесу в умовах воєнного стану в Україні» від 28.03.2022 № 274, спрямований на створення правових підстав для продовження навчання у безпечному середовищі дітей і працевлаштування педагогів, які вимушені змінити місце проживання/навчання

через окупацію та активні бойові дії. Загальні питання організації освітнього процесу в закладах освіти регламентовано листом МОН «Про організацію освітнього процесу в умовах військових дій» від 06.03.2022 № 1/3371-22 [8] та ін.

Навчальний рік 2023/2024 р.р. в закладах загальної середньої освіти розпочався 1 вересня у різних форматах: очно, дистанційно, змішано, і до навчання, – за даними МОН України, приступило близько 4 млн. школярів, залучено близько 400 тис учителів та задіяно майже 13000 шкіл [9]. Не дивлячись на те, що навчальний рік почався вчасно, навчальна діяльність через воєнний стан має об'єктивну складність, оскільки значна кількість школярів, перебуває в нових умовах навчання, стикаючись при цьому з багатьма труднощами: новий режим життя, незнайомі люди, обстановка, нові речі, іноді відсутність нормальних побутових умов, стосунки з новими учителями та однолітками (можливе перебування в інших країнах, нерозуміння іноземної мови), засвоєння великої кількості нової інформації, перебування під час тривоги в укриттях, бомбосховищах.

Адаптація – це універсальна форма взаємодії людини з оточуючим середовищем, це складне соціально зумовлене явище, яке охоплює три рівні адаптивної поведінки людини: біологічний, психологічний і соціальний з провідною роллю останнього. Адаптивну діяльність людей мотивують соціально зумовлені потреби, однак водночас для неї властиве і специфічно біологічне, притаманне людському організму. Все це характеризує адаптацію як цілісний біопсихосоціальний процес [2].

Критеріями успішного адаптаційного процесу в школі, з одного боку – є продуктивність учбової діяльності, а з іншого – психологічний стан школяра, його емоційне самопочуття, відсутність внутрішнього напруження та дискомфорту [1].

Зазначимо, що процес адаптації до шкільного життя та його умов при засвоєнні великої кількості нової інформації в учнів проходить по-різному. Одні

діти проходять цей процес легко без психічних травм, а інші – важко, внаслідок нездатності пристосуватися до нової ситуації, яка є так званим стресором (джерелом стресу, страху, тривоги тощо). У випадку коли дитина не може адаптуватися до навчання у школі у неї виникає шкільна дезадаптація. Вона визначається як багатофакторний процес зниження і порушення здатності дитини до навчання внаслідок невідповідності умов та вимог навчального процесу, найближчого соціального середовища її психофізіологічних можливостей і потреб [3].

Сьогодні і спеціальні наукові дослідження, і щоденна психолого-педагогічна практика свідчать про загострення проблеми порушення адаптації дітей до навчання у школі. Так, за даними різних досліджень у початковій школі перебуває у стані недостатньої адаптації чи дезадаптації від 15% до 40% дітей [7].

У розрізі нашого дослідження за допомогою методики «Мій клас» ми визначали здобувачів початкової освіти, яким важко адаптуватися до нових умов, нового класу, які мають труднощі у колективі, а також тих учнів, які мають соціально-психологічний та навчальний статус молодшого школяра або ігровий. Кожному учневі було запропоновано малюнок класу із зображенням учителя, який сидить за столом і учнів, які займаються різними справами (читають книжку, сидять за партами, грають, виконують завдання біля дошки, виходять з класу тощо).

Аналіз результатів показав, що у 15,2 % молодших школярів спостерігаються труднощі адаптації до нового класу. На запропонованому малюнку ними було позначено позиції «один, далеко від учителя» та «дитина, яка виходить з класу», що означає емоційно неблагополучна позиція дитини і вказує на труднощі адаптації до перебування в класному колективі. Найбільше таких учнів було виявлено у першому та другому класах (9,5%). Як з'ясувалося при бесіді в основному це учні молодшого шкільного віку, які мають статус внутрішньо переміщених осіб.

Позиція «ототожнення себе з дітьми, що стоять у парі, разом грають», – доказ благополучної соціально-психологічної позиції дитини. Було встановлено, що 46,8% учнів позначили на малюнку саме цю позицію (найбільше було позначено ситуацію, де зображено учнів біля дошки, які виконували разом завдання, далі йде зображення «спільне читання книжки»). Найбільше учнів 4-х класів вказали на це (14,3%), серед них більшість хлопчиків.

На позицію «місце поряд з учителем» вказали 31,7% учнів. Учитель в даному випадку є значущою особою для досліджуваних, а досліджуваний ототожнює себе з учнем, прийнятим учителем. Серед досліджуваних за цією позицією виявилось більше дівчат, аніж хлопців.

На «ігрову позицію» вказали 6,3% школярів. Дана позиція не відповідає статусу молодшого школяра. Найбільше таких учнів було виявлено у 1-му класі. Такі учні позначили малюнки, на яких зображено дітей, які бавляться паперовим літаком та дітей, що дивляться у вікно, за яким на подвір'ї грають з м'ячем. Зауважимо, що сучасні умови навчання, швидкий темп життя тощо не завжди дають можливість першокласникам швидко змінити свою звичну ігрову діяльність на навчальну. Учні 3-го та 4-го класів не позначили взагалі ігрову позицію, тобто ними прийнятий навчальний статус молодшого школяра.

За допомогою опитування й анкетування також було з'ясовано, що особливі труднощі в процесі адаптації до навчання виникають у дітей, які, внаслідок активних бойових дій, стали вимушеними переселенцями, адже, окрім стресу, спричиненого війною, вони відчувають складнощі через виникнення нового соціального становища. Травматичні події викликають у дітей різні поведінкові особливості, почуття. Це почуття незахищеності, страх майбутнього, гнів, агресія, сором і відчуття провини, відчуженість та ізоляція від оточуючого середовища, сум. Діти молодшого шкільного віку після травми починають більше боятися, соромитися і проявляти підвищену тривожність. У них проявляється втрата апетиту, скарги на болі в животі, головні болі,

запаморочення [4]. Тому особлива увага вчителів і психологів має бути прикутою до учнів молодшого шкільного віку, які мають статус внутрішньо переміщених осіб [5].

У ході дослідження було встановлено й інші проблеми адаптації внутрішньо переміщених учнів до нової школи. Так, труднощі виникали у дітей, які при навчанні перейшли з однієї програми на іншу, зокрема, якщо діти навчалися за Типовою освітньою програмою для 1 – 4 класів автора О.Я. Савченко, а при переході в іншу школу, де учні навчаються за Типовою освітньою програмою для 1 – 4 класів автора Р.Б. Шияна і навпаки [12]. Зазначимо, що обидві програми відповідають змісту початкової освіти і побудовані відповідно до Державного стандарту початкової освіти, однак освітні програми Олександри Савченко та Романа Шияна мають деякі відмінності, зокрема за критерієм мети освітньої програми та ін. До того ж послідовність тем в підручниках різних авторів відрізняється, тому учні зазнають певних труднощів через те, що матеріал, який вивчали в одній школі – не вивчали в іншій і, навпаки.

Також було з'ясовано, що певні складнощі при адаптації виникали у дітей зі Східних регіонів України, які до війни здобували освіту у класах з російською мовою навчання. Так, низький рівень володіння розмовною українською мовою ускладнює процес навчання для переселенців (наприклад, із російськомовного Донбасу). Стикаючись із певними мовними труднощами, що виникають у період адаптації до навчання, не всі здобувачі початкової освіти через свої індивідуальні та інтелектуальні особливості здатні їх подолати. Стрес, напруга, тривожність, розлади психічного здоров'я в учнів молодшого шкільного віку заважають успішній соціалізації дітей, їх гармонійному розвитку, перешкоджають подальшому навчанню та загальній соціально-психологічній адаптації молодших школярів [14].

Нами було визначено, що у дітей, які перебувають у напружених зовнішніх умовах (наприклад, проживання в небезпечному, неблагополучному місці, під

час змін, у місцях масових заворушень, у зоні бойових дій тощо) або стикаються з медичними проблемами, часто виявляються порушення адаптації. Суттєве значення має також недостатня сформованість вікових соціальних навичок, відсутність особистого досвіду, труднощі в пристосуванні, соціальне походження, стать. Визначено, що дівчатка схильні до більш високого ризику розладів адаптації, ніж хлопчики, навіть у дитячому віці.

Також за допомогою анкети ми визначали ступінь шкільної тривожності, пов'язаної з навчальним процесом. Так, 64 % учнів мають високий рівень шкільної тривожності, середній – 25 %, низький – 11 %. Спостереження показали, що діти з високою шкільною тривожністю швидко втомлюються (при відсутності медичних показань), мають низьку працездатність, розсіяну увагу. Встановлено, що внаслідок високих показників тривожності, в учнів виникає непристосованість до предметного боку навчальної діяльності, невміння керувати своєю поведінкою та увійти в темп шкільного ритму, спостерігається шкільний невроз, вони не можуть швидко адаптуватися до шкільного життя. Ці учні потребують особливої уваги, чуйного ставлення до себе, підтримки з боку оточуючих.

В результаті дослідження виділено 3 групи дітей, у яких легко проходить адаптація, групи дітей із адаптацією «середньої важкості», ще одну - з «важкою адаптацією». В учнів 1–2 класів (23 %), які не можуть адаптуватися до нових умов навчання («важка адаптація»), спостерігалися проблеми з навчанням, такі як нездатність зосередитися, відмова відвідувати школу, погані стосунки з однокласниками у школі тощо.

Встановлено, що учні 3–4 класів швидше і легше адаптуються до нової школи, нових умов навчання, ніж учні 1–2 класів. Період адаптації до школи триває в кожній дитині по-різному (від 2–3 тижнів до 2–3 місяців і більше). Тривалість адаптаційного періоду залежить від багатьох факторів: вік дитини; стан здоров'я, розумовий розвиток дитини та інші психологічні особливості

дитини (поведінка значною мірою залежить від типу нервової системи); рівень тренованості адаптаційних механізмів (різні умови життя); досвід спілкування з дорослими та однолітками (позитивне ставлення до вимог дорослих, адекватне спілкування з іншими дітьми).

Таким чином, увага до проблеми адаптації молодших школярів у сучасній психолого-педагогічній теорії та практиці зростає у зв'язку з тим, що зростає кількість дітей, які мають труднощі в навчальній діяльності, які відчують підвищену тривожність, проблеми у встановленні міжособистісних взаємин та ін. Наскільки успішно пройде процес адаптації школярів, зокрема при переході до нової школи багато в чому залежить від педагогів та шкільних психологів, від їхньої обізнаності про вікові та індивідуальні особливості дітей.

Тому адаптація здобувачів освіти до навчання в умовах воєнного стану в школах має відбуватися з чітким дотриманням педагогічними працівниками вимог офіційних нормативних документів [8;10] та Санітарного регламенту для закладів загальної середньої освіти [11]. До того ж педагоги мають надавати не лише якісні освітні послуги, але й організувати ефективну взаємодію з усіма учасниками освітнього процесу, а також надавати дітям та батькам психологічну підтримку.

Перспективою подальших наукових пошуків ми вбачаємо у розкритті психолого-педагогічних особливостей дистанційного та змішаного навчання в початковій школі в умовах війни.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Адаптація дітей у 1, 5, 10 класах. Упорядник Т. Червонна. Київ: Шкільний Світ, 1998. С. 47–48.
2. Бал Г. А. Поняття адаптації та її значення для психології особистості. *Питання психології*. Київ, 1989, №1. С. 92–100.

3. Беляєва О. Прояви дезадаптації та причини її виникнення. *Шкільний світ*. Київ, 2008. С. 7–14.
4. Блінова О.Є. Соціально-психологічна адаптація дітей із родин вимушених переселенців. *Теоретичні і прикладні проблеми психології* : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. Сєверодонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2019. № 2 (49). С. 19 – 31.
5. Дем'яненко М. Внутрішньо переміщені особи в Україні: актуальні проблеми та шляхи їх розв'язання. *Україна: події, факти, коментарі*. Київ, 2018. № 3. С. 33–34.
6. Закон України «Про освіту» № 2457-IX від 27 липня, 2022 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text>
7. Кононко О.Л. Шкільна адаптація та психологічний вік. *Початкова школа*. 2002. № 1. С. 5–7.
8. Лист МОН України «Про організацію освітнього процесу в умовах військових дій» від 06.03.2022 № 1/3371-22. URL: <https://imzo.gov.ua/dokumenty/nakazi-mon-ukrayini/>
9. Міністерство освіти і науки України. Загальна середня освіта. URL: <https://mon.gov.ua/ua/tag/zagalna-serednya-osvita>
10. Методичні рекомендації щодо викладання навчальних предметів у 2022/2023 навчальному році та психологічні аспекти організації освітнього процесу в умовах воєнного/післявоєнного стану. URL: <https://mon.gov.ua/ua/news/metodichni-rekomendaciyi-shodo-organizaciyi-osvitnogo-procesu-v-shkolah-u-20222023-navchalnomu-roci>
11. Санітарний регламент для закладів загальної середньої освіти. Наказ МОЗ України від 25.09.2020 № 2205 «Про затвердження Санітарного регламенту для закладів загальної середньої освіти». URL:

<https://moz.gov.ua/article/ministry-mandates/nakaz-moz-ukraini-vid-25092020--2205-pro-zatverdzhennja-sanitarnogo-reglamentu-dlja-zakladiv-zagalnoi-serednoi-osviti>.

12. Типові освітні програми для 1 – 4 класів. URL:

<https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/navchalni-programi/navchalni-programi-dlya-pochatkovoyi-shkoli>

13. Тихонова М. І. Психологічні фактори емоційної дезадаптації молодших школярів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». Київ. 2003. 19 с.

14. Ehlers, A., & Clark, D. M. A cognitive model of posttraumatic stress disorder. *Behaviour Research and Therapy*. 2000. № 38 (4). P. 319–345.