

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
«ЧЕРНІГІВСЬКИЙ КОЛЕГІУМ» ІМЕНІ Т. Г. ШЕВЧЕНКА

Факультет дошкільної, початкової освіти і мистецтв

Кафедра дошкільної та початкової освіти

Кваліфікаційна робота

освітнього ступеня: «магістр»

на тему

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНА ПІДТРИМКА ПЕРШОКЛАСНИКІВ ПІД
ЧАС АДАПТАЦІЇ ДО ШКОЛИ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ**

Виконала:

студентка II курсу, б1 групи

Спеціальності 013

«Початкова освіта»

Приходько Марина Олександрівна

Науковий керівник:

к. пед. н., доцент

Кисла Оксана Федосіївна

Чернігів – 2023

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ПЕРШОКЛАСНИКІВ ПІД ЧАС АДАПТАЦІЇ ДО ШКОЛИ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ.....	8
1.1. Адаптація до школи учнів 1 класу: суть поняття, ознаки.....	8
1.2. Особливості адаптації дітей в умовах невизначеності.....	16
Висновок до розділу 1.....	25
РОЗДІЛ 2. ДОСЛІДЖЕННЯ УМОВ, ЯКІ ВПЛИВАЮТЬ НА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНУ ПІДТРИМКУ ПЕРШОКЛАСНИКІВ ПІД ЧАС АДАПТАЦІЇ ДО ШКОЛИ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ.....	26
2.1. Опис та методика дослідження.....	26
2.2. Аналіз отриманих даних.....	30
Висновок до розділу 2.....	62
РОЗДІЛ 3. ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ НА ОСНОВІ ОТРИМАНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ.....	64
3.1. Партнерська взаємодія школи і сім'ї.....	64
3.2. Роль застосування методів арт-терапії в адаптації дітей до школи.....	68
Висновок до розділу 3.....	76
ВИСНОВКИ.....	77
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	80
ДОДАТКИ.....	86

ВСТУП

Актуальність теми. Тема дослідження є надзвичайно актуальною в сучасному світі, оскільки на тлі пандемії COVID-19 багато дітей переживали стрес, пов'язаний з невизначеністю ситуації, яка виникає через те, що існує багато невідомих чинників, таких як: чи довго триватимуть карантинні обмеження, які будуть наслідки для економіки та що станеться зі шкільною освітою. Далі такі умови стали ще критичнішими, адже в країні вже більше року триває війна, яка кардинально вплинула на систему освіти.

Діти можуть стикатися з різними проблемами під час адаптації до нового середовища, таких як соціальні, емоційні та академічні проблеми. Наприклад, діти можуть відчувати страх перед невідомим, тривожність, почуття відокремленості від родини та друзів, зниження самооцінки, труднощі зі засвоєнням нового матеріалу тощо. Психолого-педагогічна підтримка є необхідною для того, щоб допомогти дітям пристосуватися до шкільного життя та подолати проблеми, з якими вони можуть стикнутися. Це може бути забезпечено через різноманітні програми, в яких надається інформація та поради щодо адаптації до школи, психологічні консультації, тренінги зі стресового управління та розвитку емоційної стійкості.

Умови невизначеності, пов'язані з подіями, які зараз відбуваються в Україні, можуть збільшити рівень тривоги та невпевненості серед дітей. Тому важливо забезпечити психолого-педагогічну підтримку, яка включатиме інформацію про те, як пройти в укриття, як діяти у випадку зараження хімічними речовинами, що треба слухати дорослих, не панікувати. Окрім цього, важливо забезпечувати належний рівень педагогічної підтримки першокласників. Це можна зробити через встановлення індивідуального підходу до кожної дитини, залучення батьків до процесу адаптації та надання їм порад щодо допомоги дитині в процесі навчання та адаптації до шкільного життя.

Крім того, важливо забезпечити сприятливе середовище для навчання та адаптації першокласників. Це можна зробити через створення комфортних умов у класі, забезпечення належного оснащення та обладнання для навчання, та

створення дружнього та сприйнятливого середовища, в якому діти можуть відчувати підтримку та допомогу.

Отже, психолого-педагогічна підтримка першокласників під час адаптації до школи є важливою та актуальною темою в сучасному світі. В умовах невизначеності, зумовленої викликами війни на території України, вона набуває ще більшого значення.

Метою дослідження є вивчення психолого-педагогічних умов адаптації дітей до школи в умовах невизначеності.

Для виконання поставленої мети було визначено наступні **завдання**:

- проаналізувати психолого-педагогічну літературу щодо адаптації першокласників до школи в умовах невизначеності;
- визначити умови, що впливають на успішну адаптацію дитини до школи;
- розробити методичні рекомендації для батьків та педагогів щодо психолого-педагогічної підтримки дітей під час адаптації до школи в умовах невизначеності.

Об'єктом дослідження освітній процес у 1 класі.

Предметом дослідження процес адаптації першокласників до школи.

Адаптація дитини до шкільного навчання є предметом досліджень багатьох психологів, педагогів та медиків. Для вивчення різних аспектів цієї проблеми використовуються результати наукових досліджень, які вивчають сутність адаптованості або дезадаптованості, причини та особливості їх прояву (І. Дубровіна, В. Каган, Р. Овчарова, Н. Самоукіна, А. Фурман та ін.); взаємозв'язок між психологічною готовністю дитини до школи та її адаптацією до навчання (Л. Божович, Л. Венгер, Н. Гуткіна, В. Давидов, О. Проскура та ін.); емоційний розвиток дітей дошкільного та молодшого шкільного віку (О. Кононко, О. Кульчицька, В. Мухіна, П. Якобсон); психологічні особливості навчальної діяльності молодших школярів (В. Давидов, Д. Ельконін, Л. Занков, Г. Люблінська, О. Скрипченко та ін.). Аналіз педагогічного досвіду вказує на те, що в сучасних умовах спостерігається значний приріст кількості учнів

початкових класів, які відчувають дезадаптацію (наукові праці М. Бітянової, Г. Бурменської, І. Дубровіної, О. Захарова, В. Оржеховської).

Методи дослідження. Дослідження по темі виконане за допомогою використання методів теоретичного аналізу (синтез, аналіз, класифікація, узагальнення) для визначення психолого-педагогічних аспектів успішної адаптації першокласників до школи в умовах невизначеності.

Для проведення еспериментального дослідження використано авторські анкети для батьків, вчителів та першокласників. Кожна анкета має по 10 питань та варіанти запропонованих відповідей. Вони дозволяють оцінити, як відбувається процес адаптації першокласників до школи в умовах невизначеності. Також було застосовано проєктивний тест особистісних відношень, соціальних емоцій і ціннісних орієнтацій «Будиночки» О. А. Орехової.

Експериментальна база дослідження. В експерименті було задіяно 30 учнів, 30 батьків та 30 вчителів із Кучинівського ліцею та зі Сновського ліцею № 1, Сновського ліцею №2 Сновської міської ради Корюківського району Чернігівської області. Дослідження було проведено у травні 2023 року.

Апробація результатів дослідження. Матеріали дослідження апробовані на Всеукраїнській онлайн-конференції з міжнародною участю «Стратегії та практика організації освітнього процесу в умовах невизначеності: нові виклики та перспективи реалізації», місто Чернігів, 30 травня 2023 року

За результатами дослідження видано такі тези: «Психолого-педагогічна адаптація дітей до школи в умовах невизначеності».

Приходько М. О. Психолого-педагогічна адаптація дітей до школи в умовах невизначеності. Стратегії та практика організації освітнього процесу в умовах невизначеності: нові виклики та перспективи реалізації : Матеріали Всеукраїнської онлайн-конференції з міжнародною участю. Чернігів : НУЧК імені Т.Г. Шевченка, 2023. 140 с. С. 31-33.

Структура та обсяг роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, переліку посилань та додатків. Загальний обсяг кваліфікаційної

роботи становить 111 сторінок, із яких 75 сторінок основного тексту. Перелік посилань складається із 54 найменувань. Робота містить рисунки та додатки.

РОЗДІЛ 1.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ПЕРШОКЛАСНИКІВ ПІД ЧАС АДАПТАЦІЇ ДО ШКОЛИ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

1.1. Адаптація до школи учнів 1 класу: суть поняття, ознаки

Адаптація до школи є однією з ключових проблем, з якими стикаються багато учнів 1 класу. Це стосується не лише нових учнів, а й тих, які переходять з дошкільних навчальних закладів. Адаптація до школи - це процес, який включає в себе не тільки здійснення психологічної адаптації до нових умов і режиму життя, а й пристосування до нових навчальних вимог, що ставляться перед учнями в школі [14].

Адаптація до школи - це процес зміни поведінки і сприйняття учнями нових умов життя і навчання. Це включає в себе знайомство з новими людьми, вчителями, класом, шкільною програмою і режимом дня. В процесі адаптації учні повинні виробити нові навички і звички, які дозволять їм ефективно навчатися та інтегруватися в шкільне середовище- [29].

Адаптація до школи учнів 1 класу - це процес підготовки та адаптації дитини до шкільного життя та навчання. У першому класі дитина стикається зі значними змінами в розкладі, способі навчання та більшою кількістю обов'язків. Однак, в першому класі дитина також навчається основам грамотності, математики та інших дисциплін, що дуже важливо для її подальшого розвитку та навчання.

Ознаки адаптації до школи можуть включати [5]:

1. Зміни в поведінці та настрої дитини. Наприклад, дитина може бути занадто збудженою або засмученою внаслідок нових викликів шкільного життя.

2. Наявність домашнього завдання та обов'язків, що можуть вимагати більшої організованості та самостійності у дитини.

3. Розвиток навичок грамотності та математики, які можуть бути складними для дитини на початку навчання.

4. Взаємодія з новими вчителями та однокласниками, що може бути важким для дитини, яка ще не знає своїх однокласників та вчителів.

Українські вчені також досліджували питання адаптації до школи учнів 1 класу. Наприклад, Дронь Т. та Кіт Г. розробили програму психолого-педагогічної підтримки адаптації дітей до школи, яка включає в себе ігрові та творчі завдання, підтримку від батьків та вчителів, а також індивідуальний підхід до кожної дитини. Програма має на меті забезпечення успішної адаптації дітей до нового навчального середовища та зменшення ризику виникнення проблем у навчанні в майбутньому. Програма включає в себе такі етапи [17]:

- Діагностика психологічного стану дитини та визначення її особливостей, які можуть впливати на процес адаптації до школи.

- Розробка індивідуальної стратегії адаптації для кожної дитини, яка враховує її потреби та можливості.

- Проведення ігрових та творчих занять, які сприяють розвитку різних аспектів психіки дитини та допомагають їй засвоїти навички, необхідні для навчання.

- Підтримка від батьків та вчителів, які взаємодіють з дитиною в процесі адаптації та допомагають їй вирішувати проблеми, які виникають.

Крім того, Комарівська Н. досліджувала проблему підготовки дітей до школи та розробила методiku діагностики рівня підготовленості дитини до навчання, яка може допомогти вчителям та батькам забезпечити ефективну підготовку дитини до шкільного життя. Методика включає в себе оцінку рівня розвитку мовлення, пам'яті, уваги, мислення та інших когнітивних навичок, які є важливими для успішної адаптації до школи. За результатами діагностики вчителі та батьки можуть зробити висновки про те, які аспекти потребують додаткової роботи, та забезпечити ефективну підготовку дитини до шкільного життя [18].

Отже, українські вчені зосереджені на питаннях підготовки дітей до шкільного життя та адаптації їх до нового навчального середовища. Вони

розробляють методики та програми психолого-педагогічної підтримки дітей та їх батьків, щоб забезпечити успішну адаптацію та навчання в 1 класі.

Існує багато досліджень іноземних вчених з проблеми адаптації до школи учнів 1 класу. Зокрема, Brizuela В. досліджувала питання розвитку соціальних навичок учнів першого класу та вказує на необхідність педагогічних стратегій, які сприяють формуванню позитивної атмосфери в класі, взаємодії між учнями та забезпеченню підтримки та позитивного ставлення до навчання. Вона вказує на те, що розвиток соціальних навичок є важливою складовою успішної адаптації до шкільного життя. Соціальні навички допомагають дітям розуміти взаємодію з іншими людьми та розвивати навички співпраці, комунікації та взаємодії з оточуючими. Brizuela В. підкреслює, що педагогічні стратегії, які сприяють формуванню позитивної атмосфери в класі та взаємодії між учнями, можуть значно впливати на розвиток соціальних навичок учнів першого класу. Для цього необхідно забезпечити такі умови [37]:

- Позитивне ставлення вчителя до учнів та до процесу навчання. Вчитель має допомагати учням розвивати позитивне ставлення до навчання та створювати атмосферу, в якій учні можуть вільно виражати свої думки та ідеї.

- Створення сприятливої атмосфери в класі, в якій учні можуть вільно спілкуватися, взаємодіяти та розвивати соціальні навички.

- Забезпечення підтримки та позитивного ставлення до навчання. Вчитель повинен допомагати учням розвивати позитивне ставлення до навчання, навчати їх ефективним стратегіям навчання та допомагати їм зрозуміти важливість навчання для їх майбутнього.

Garcia-Sellers М. досліджував питання впливу соціального та емоційного благополуччя на успішність адаптації до школи учнів першого класу. Його дослідження показують, що позитивні взаємини з однокласниками та вчителями, а також наявність соціальної та емоційної підтримки з боку дорослих, сприяють успішній адаптації до шкільного життя. Він визначив, що позитивні взаємини з однокласниками та вчителями, а також наявність соціальної та емоційної

підтримки з боку дорослих, є ключовими чинниками, які сприяють успішній адаптації до шкільного життя.

Висновком дослідження Garcia-Sellers M. є те, що успішна адаптація до шкільного життя вимагає наявності позитивних взаємин з однокласниками та вчителями. Діти, які мають друзів у класі та позитивні стосунки з вчителями, відчувають більше задоволення та впевненості в школі. Також важливим чинником успішної адаптації є наявність соціальної та емоційної підтримки від дорослих. Батьки та вчителі, які надають підтримку дітям, допомагають їм почуватися безпечно та захищено, що сприяє позитивному ставленню до школи та навчанню. Результати дослідження Garcia-Sellers M. підтверджують, що соціальне та емоційне благополуччя мають велике значення для успішної адаптації до школи. Батьки та вчителі можуть сприяти розвитку соціальних навичок дітей, створювати позитивну атмосферу в класі та вдома, а також забезпечувати необхідну підтримку [32].

Birch S. та Ladd G. провели дослідження, що стосувалося взаємодії між сім'єю та школою у контексті адаптації дітей до шкільного життя. Результати їх дослідження свідчать про те, що ефективна взаємодія між батьками та вчителями, а також підтримка з боку сім'ї, сприяють успішній адаптації дитини до школи та навчання. Вони зосереджувалися на вивченні того, як ефективна взаємодія між батьками та вчителями, а також підтримка з боку сім'ї, можуть сприяти успішній адаптації дитини до шкільного життя. Дослідження Birch S. та Ladd G. підтверджують, що ефективна взаємодія між батьками та вчителями може значно впливати на успішну адаптацію дітей до школи. Вчителі та батьки повинні забезпечити відкрите та чітке спілкування, що допоможе створити сприятливу атмосферу як у класі, так і вдома. Крім того, підтримка з боку сім'ї має велике значення для успішної адаптації дитини до школи та навчання. Батьки можуть допомогти дітям готуватися до школи, розвивати соціальні та когнітивні навички, а також надавати підтримку та заохочення. Крім того, Birch S. та Ladd G. наголошують на тому, що успішна адаптація до школи залежить від того, наскільки добре дитина відчуває себе у своєму оточенні. Вони рекомендують

створювати дітям позитивну атмосферу як у школі, так і вдома, допомагати їм вирішувати проблеми та навчати ефективним стратегіям навчання [35].

Catsambis S. вказує на важливість підтримки дітей в процесі адаптації до школи. Зокрема, вона рекомендує створювати сприятливу атмосферу в класі та дома, надавати підтримку дітям у розвитку їхніх соціальних та емоційних навичок, виявляти терпіння та розуміння до проблем, з якими можуть зіткнутися діти [38].

Carida H. досліджувала питання розвитку когнітивних навичок учнів першого класу та вказує на необхідність створення навчальної програми, яка сприятиме розвитку критичного мислення, уваги, пам'яті та інших когнітивних процесів. У своїй роботі вона зосереджується на важливості розвитку критичного мислення, уваги, пам'яті та інших когнітивних процесів для успішної адаптації учнів до шкільного життя. Помітно, що дослідження іноземних вчених також вказують на інші важливі аспекти адаптації до школи учнів першого класу, такі як соціальні та емоційні чинники. Розуміння цих аспектів може допомогти вчителям та батькам створити сприятливі умови для успішної адаптації дітей до школи. У своїх дослідженнях вчені звертають увагу на взаємодію між сім'єю та школою, оскільки ця взаємодія може вплинути на адаптацію учнів до школи. Наприклад, дослідження показують, що підтримка батьків індивідуального розвитку дітей та позитивна взаємодія з вчителями можуть підвищити успішність учнів у школі [30].

Отже, українські та іноземні вчені зосереджені на дослідженні різних аспектів адаптації до школи учнів першого класу, включаючи соціальні та емоційні чинники, розвиток когнітивних навичок та взаємодію між сім'єю та школою. Їх дослідження можуть допомогти вчителям та батькам забезпечити ефективну підготовку та адаптацію дітей до шкільного життя.

Адаптація до школи може проявлятися різними способами. Ось деякі ознаки дезадаптації учнів 1 класу [36]:

1. Зниження успішності в навчанні. Учні, які знаходяться в процесі адаптації, можуть мати проблеми з усвідомленням нових знань, що ставляться

перед ними в школі. Це може призвести до зниження успішності в навчанні та зниження мотивації до навчання.

2. Погіршення психічного стану. Адаптація до нового середовища може бути стресовою ситуацією для учнів. Вони можуть відчувати страх, тривогу та невпевненість. Це може призвести до погіршення психічного стану.

3. Проблеми зі спілкуванням. Учні, які знаходяться в процесі адаптації до шкільного середовища, можуть мати проблеми зі спілкуванням. Вони можуть бути неуважними до потреб інших учнів та не вміти відповідати на запитання вчителя. Це може призвести до відчуття соціальної ізоляції і невпевненості в своїх здібностях.

4. Перевтома і зневаження навчання. Адаптація до школи може бути важким процесом для учнів, особливо тих, які не звикли до нового режиму дня та навчальної програми. Вони можуть відчувати перевтому та зневаження навчання. Це може призвести до зниження мотивації до навчання та бажання уникати школи.

5. Проблеми зі здоров'ям. Адаптація до нового середовища може впливати на фізичне здоров'я учнів. Вони можуть відчувати стрес та втому, які можуть призвести до зниження імунітету і підвищення ризику захворювання.

6. Становлення нових навичок та звичок. Однак, адаптація до школи також може включати в себе становлення нових навичок та звичок. Учні можуть вчитися планувати свій час, організовувати своє навчання та пристосовуватися до нових соціальних взаємин. Це може допомогти їм стати більш самостійними та впевненими в собі.

Адаптація до школи може бути складним процесом для багатьох учнів 1 класу. Проте існують різні стратегії, які можуть допомогти учням адаптуватися до нового середовища. Ось декілька з них [29]:

1. Для учнів 1 класу важливо мати можливість познайомитися зі своїми новими однокласниками. Вчителі можуть організувати ігри та діяльності, які допоможуть дітям пізнайомитися один з одним і встановити нові соціальні

зв'язки. Це може допомогти учням відчувати себе більш комфортно в школі і зменшити відчуття соціальної ізоляції.

2. Учні 1 класу повинні познайомитися з новими навчальними вимогами, що ставляться перед ними в школі, поступово. Вчителі можуть використовувати різні методи навчання, щоб забезпечити, що учні відчувають себе комфортно та впевнено в своїх здібностях. Наприклад, вони можуть почати зі знайомства зі словником, числами і літерами, які використовуються у навчальних матеріалах, і поступово переходити до складніших завдань.

3. Варто дотримуватися структурованого режиму дня. Учні 1 класу повинні мати структурований режим дня, щоб вони могли відчувати себе комфортно в школі. Це може допомогти їм звикнути до нового середовища та розкладу дня. Вчителі можуть використовувати різні методи організації навчального процесу, щоб забезпечити, що учні розуміють, що очікується від них протягом дня.

4. Треба залучати батьків до процесу адаптації. Батьки можуть бути важливими партнерами у процесі адаптації до школи. Вони можуть допомогти учням відчувати себе комфортно в новому середовищі, забезпечити відповідні умови для навчання вдома та забезпечити належний відпочинок та харчування. Вчителі можуть залучати батьків до процесу адаптації, проводити зустрічі, надавати інформацію та консультувати щодо питань, які виникають у процесі навчання.

5. Вчителі повинні створювати безпечне та підтримуюче середовище для учнів 1 класу. Це може включати в себе проведення класних годин, де учні можуть висловлювати свої думки та емоції, а також підтримка соціальної адаптації. Вчителі можуть також створювати можливості для учнів працювати в групах, співпрацювати та взаємодіяти один з одним.

6. Соціальні навички є важливими для учнів 1 класу. Вони можуть допомогти учням адаптуватися до нового середовища, спілкуватися з однокласниками та вчителями, розуміти соціальні норми та розвивати свою

особистість. Вчителі можуть проводити групові заняття, де учні можуть відпрацьовувати свої соціальні навички та навички спілкування [21].

Тому перехід до шкільного життя може бути викликом для численних учнів першого класу. Це не тільки про новеньких, а і про тих, хто продовжує освіту після дошкільних закладів. Однак, існують різні стратегії, які можуть допомогти учням адаптуватися до нового середовища. Вчителі можуть залучати батьків та створювати безпечне та підтримуюче середовище для учнів, щоб допомогти їм відчувати себе комфортно в школі. Розвиток соціальних навичок та здатності до співпраці і взаємодії можуть також допомогти учням адаптуватися до шкільного середовища та успішно навчатися [35].

Адаптація до школи - це важливий процес для учнів 1 класу, який може впливати на їх подальший успіх у навчанні та розвитку. Вчителі та батьки можуть допомогти учням відчувати себе комфортно та впевнено в новому середовищі, сприяючи їх соціальній адаптації та розвитку навичок, які необхідні для успішного навчання [5].

Загальний підхід до адаптації до школи має бути індивідуалізованим, оскільки кожен учень має свої власні потреби та вимоги. Вчителі мають бути чутливими до потреб кожного учня та забезпечувати індивідуальний підхід до кожного учня. Це може включати в себе забезпечення додаткової підтримки та навчальних ресурсів для учнів з особливими потребами або тих, які знаходяться в складних життєвих обставинах [21].

Узагальнюючи, адаптація до школи є важливим процесом, який вимагає індивідуального підходу та співпраці між вчителями, батьками та учнями. Цей процес може включати в себе відчуття неспокою, зневаги до навчання та інші проблеми, які можуть виникнути під час переходу до нового середовища. Однак, за допомогою різних стратегій та підтримки, учні можуть успішно адаптуватися до нового середовища та розвивати навички, які їм потрібні для подальшого успіху в навчанні та житті [19].

Отже, адаптація до школи - це не просто процес, а й можливість розвитку учня як особистості. Вона може допомогти учням засвоїти нові знання та

навички, розвивати соціальні та емоційні компетенції, а також збільшувати самооцінку та впевненість у собі. Важливо забезпечити учням належну підтримку та допомогу на початку навчального року, щоб вони могли адаптуватися до нового середовища та розпочати свій навчальний шлях з максимальною ефективністю та успішністю.

Отже, адаптація до школи учнів 1 класу - це складний процес, який може включати в себе відчуття неспокою, зневаги до навчання та інші проблеми, які можуть виникнути під час переходу до нового середовища.

1.2. Особливості адаптації дітей в умовах невизначеності

Адаптація дітей до нових умов є однією з найважливіших задач сучасного суспільства. У зв'язку зі швидкими змінами в соціальному, економічному та політичному житті країн світу, діти все частіше знаходяться в умовах невизначеності, що ускладнює їх адаптацію до нового середовища [8].

Дослідження з питань адаптації дітей до нових умов виявляють значний інтерес для педагогів, психологів та соціологів. Тема дослідження присвячена вивченню особливостей адаптації дітей в умовах невизначеності. Тому розглянемо поняття невизначеності, її види та вплив на адаптацію дітей. Також будуть досліджені особливості адаптації дітей в умовах невизначеності, зокрема, роль психолого-педагогічної підтримки, мотивації та інших чинників. Зокрема, існують такі види невизначеності:

1. Одним з видів невизначеності є соціальна невизначеність, яка пов'язана з труднощами у встановленні нових соціальних зв'язків та взаємодії з іншими людьми. Це може включати переїзд до нового міста або країни, зміну школи або класу, вступ до вищого навчального закладу, тощо. Соціальна невизначеність може викликати стан тривоги та неспокою у дітей, особливо у тих, хто має відчуття стабільності у соціальному оточенні, такі як сім'я, друзі, вчителі. Діти можуть відчувати страх перед незнайомими людьми, почуватися неспроможними знайти нових друзів або інтегруватися в нове середовище. Іншим проявом соціальної невизначеності може бути зміна соціального статусу,

якщо дитина переходить з однієї соціальної групи до іншої, або коли статус її сім'ї змінюється, наприклад, через розлучення або зміну роботи батьків [4].

2. Економічна невизначеність пов'язана з нестабільністю в економічній сфері та відображається в труднощах з матеріальними ресурсами та забезпеченням необхідних умов життя. Це може включати втрату роботи батьків, зміну фінансового стану сім'ї, переїзд до менш престижного району, тощо. Економічна невизначеність може вплинути на розвиток дітей через обмеження їх можливостей у відвідуванні додаткових занять, культурних подій або участі у спортивних змаганнях. Це може також вплинути на здоров'я та добробут дітей, що може зробити їх менш адаптивними до нових умов [18].

3. Політична невизначеність пов'язана з нестабільністю в політичній сфері та відображається в труднощах з організацією життя в умовах конфліктів або війни. Це може включати переслідування мігрантів, переселенців або людей, які живуть в районах, де відбуваються військові дії. Політична невизначеність може мати дуже серйозний вплив на дітей, зокрема на їх фізичне та психічне здоров'я. Діти можуть відчувати страх та тривогу через перебування в небезпечних умовах, відчувати відчуженість від оточуючого середовища, мати обмежені можливості навчання та розвитку [28].

Невизначеність є складною та багатозначною концепцією, яка охоплює багато аспектів життя людини. В контексті адаптації дітей до нових умов, невизначеність може мати різні прояви та відображатися в різних ситуаціях. За деякими джерелами, невизначеність - це стан, у якому людина не може передбачити або контролювати події. Інші дослідники підкреслюють, що невизначеність - це невідомість про майбутнє або неможливість отримати достатньо інформації про ситуацію для прийняття рішення. Також існує визначення невизначеності як стану, у якому існує багато варіантів розвитку подій, і важко передбачити, який саме з них відбудеться. Це може відбиватися на ставленні людини до ситуації та її адаптації до нових умов [12].

Невизначеність може мати різні причини, такі як політична нестабільність, економічна нестійкість, природні катастрофи або здоров'язбереження. У

випадку адаптації дітей до нових умов невизначеність може відобразитися в непередбачуваних змінах в середовищі, нових вимогах до дітей, труднощах зі створенням нових соціальних зв'язків, тощо [6].

Українські вчені також вивчають тему адаптації дітей до нових умов та небезпек, що можуть виникнути в результаті невизначеності. Вони активно працюють над вивченням таких аспектів, як соціальна, економічна та політична невизначеність та їх вплив на адаптацію дітей до нових умов [11].

Опанасюк Г. вважає, що українська школа має проблему з недостатньою увагою до соціального й емоційного розвитку дитини. Він вважає, що для успішної адаптації до нових умов необхідно створити умови для соціально-психологічної підготовки дітей. За його дослідженнями, для успішної адаптації дітей до нових умов необхідно створити умови для соціально-психологічної підготовки дітей. Він вважає, що українська школа має змінити свій підхід до навчання та розвитку дітей, зосереджуючись не лише на навчальних досягненнях, але й на їх соціальному та емоційному благополуччі. Вчений також стверджує, що важливою складовою процесу адаптації є взаємодія між сім'єю та школою. Він рекомендує залучати батьків до процесу підготовки дитини до школи та активно співпрацювати з ними протягом усього першого навчального року. Загалом, він акцентує увагу на необхідності комплексного підходу до адаптації учнів до шкільного життя, що включає розвиток соціальних та емоційних навичок, залучення батьків до процесу підготовки та підтримки учнів у період адаптації [36].

Також дослідження Лемешевої Т. показали, що під час адаптації дітей до нових умов важливу роль відіграє стабільність їхнього життя та регулярність у їхньому розкладі дій. Вона відзначає, що батьки та вчителі повинні бути здатні підтримати дітей у складних ситуаціях, створити для них комфортні умови для навчання та підтримувати їхню мотивацію до навчання. У своїх дослідженнях Лемешева Т. також вказує на важливість педагогічної підготовки вчителів до роботи з першокласниками. Вона вважає, що вчителі повинні мати не лише глибокі знання в своїй предметній області, але й знати, як ефективно працювати

зі школярами першого класу, враховуючи їхні особливості та потреби. Загалом, дослідження Лемешевої Т. підтверджують важливість стабільності життя, регулярності у розкладі дій, психолого-педагогічної підтримки батьків та вчителів, а також педагогічної підготовки вчителів у процесі успішної адаптації дітей до шкільного життя [25].

Ліснівська Л. вважає, що для успішної адаптації дітей до нових умов необхідно створити умови для розвитку різних аспектів особистості, таких як соціальний, емоційний, мовленнєвий розвиток тощо. Вона є провідним вченим на тему адаптації дітей до школи в Україні. За дослідженнями Ліснівської Л. для успішної адаптації дітей до школи необхідно звернути увагу на розвиток різних аспектів особистості, таких як соціальний, емоційний та мовленнєвий розвиток. Вона вважає, що залучення до різноманітних активностей та ігор, які сприяють розвитку дитини, може позитивно вплинути на її адаптацію до школи. Ліснівська Л. також підкреслює важливість взаємодії між сім'єю та школою. Вона вважає, що співпраця між батьками та вчителями може допомогти створити сприятливі умови для адаптації дитини до шкільного життя. Вона рекомендує вчителям та батькам працювати разом для створення таких умов, які б сприяли ефективному процесу адаптації [36].

За дослідженнями Кривчикової О., адаптація дітей до нових умов залежить від їх здатності до саморегуляції. Вона вважає, що невизначеність - це основна характеристика життя, тому діти мають бути готові до того, що не все можна передбачити, та здатні до пошуку шляхів вирішення проблем у невизначених умовах. За її словами, саморегуляція - це здатність контролювати та регулювати власні емоції, поведінку та думки. Кривчикова О. рекомендує залучати дітей до різних ігор та ситуацій, які сприяють розвитку їхньої здатності до невизначеності та саморегуляції. Також вона вважає, що вчителі та батьки повинні допомогти дітям у формуванні цих навичок, надавати підтримку та сприяти їхньому самовизначенню. Тому для досягнення успішної адаптації, діти мають бути готові до того, що життя може бути непередбачуваним [22].

За дослідженнями Комарівської Н. важливо створювати умови для здійснення різних видів діяльності, що сприяє розвитку дитини та її адаптації до нових умов. Вона вважає, що для успішної адаптації дітей до шкільного життя необхідно забезпечити їм різноманітні можливості для розвитку різних аспектів особистості. Згідно з дослідженнями Комарівської Н. діти повинні мати можливість займатися фізичними вправами та спортом, розвивати свої інтереси, займатися мистецтвом та культурою. Вона також вказує на важливість здійснення різних видів діяльності в школі, таких як ігри, театральні постановки, проєкти тощо. За словами Комарівської Н. такі види діяльності допомагають дітям розвивати свої інтереси та здібності, розширюють їхній кругозір та допомагають відчувати себе впевнено в нових умовах. Вчена рекомендує, щоб вчителі та батьки забезпечували дітям різні можливості для розвитку, а також надавали їм підтримку та позитивну оцінку їхніх зусиль [18].

Дуткевич Т. вказує, що під час адаптації дітей до нових умов, вчителі повинні мати можливість допомагати дітям зрозуміти їхні почуття та емоції. Він наголошує на важливості відкритого спілкування та взаєморозуміння між вчителем та учнем. Дуткевич Т. також вказує на важливість підтримки батьків у процесі адаптації дітей до нових умов та на необхідність співпраці між школою та сім'єю. За його дослідженнями, діти, які мають підтримку вчителів та батьків, краще адаптуються до шкільного життя та досягають високих результатів в навчанні. Він рекомендує вчителям та батькам створювати умови для співпраці та взаємодії з метою забезпечення успішної адаптації дітей до нових умов. У своїх дослідженнях вчений звертає увагу на те, що важливо, щоб адаптація дітей до нових умов була процесом, який відбувається поступово та з урахуванням індивідуальних особливостей кожної дитини [14; 15].

За словами Казьмірчук Н. когнітивні навички включають у себе здатність до критичного мислення, уваги, пам'яті та інші когнітивні процеси. Розвиток цих навичок є важливим елементом підготовки дітей до шкільного життя та адаптації до нових умов. Вчений вважає, що для розвитку когнітивних навичок дітей необхідно створити умови для активної пізнавальної діяльності, спрямованої на

розвиток цих навичок. Він наголошує на важливості використання ігрових методів у навчальному процесі, які дозволяють дітям розвивати свої когнітивні навички у вигляді гри та забезпечують ефективну підготовку до шкільного життя. За його дослідженнями, діти, які мають розвинені когнітивні навички, краще адаптуються до шкільного життя та досягають високих результатів в навчанні. Він рекомендує вчителям та батькам забезпечувати дітям можливість розвивати свої когнітивні навички та навчатися критично мислити [13].

В роботах Кочерги О. вказано, що дитина повинна мати мотивацію до навчання та розвитку, щоб успішно адаптуватися до шкільного життя. Вона вказує на важливість створення умов, що стимулюють дитину до пізнання, розвитку та самореалізації. Для цього можуть використовуватися різні методи та прийоми, такі як ігрові форми навчання, проекти, інтерактивні технології тощо. За її дослідженнями, діти, які мають високий рівень мотивації до навчання та розвитку, краще адаптуються до шкільного життя та досягають високих результатів в навчанні. Вона рекомендує вчителям та батькам забезпечувати дітям можливість самостійно обирати предмети, які їм цікаві, та розвивати їхні інтереси та здібності. Кочерга О. також наголошує на важливості створення позитивного навчального середовища, що сприяє розвитку мотивації до навчання та розвитку. Вона вказує на важливість позитивної взаємодії між вчителем та учнем, використання похвали та підтримки у процесі навчання [21].

Демченко О. зазначає, що адаптація дитини до нової школи або класу може бути дуже важкою і стресовою, особливо якщо дитина переходить до нового навчального закладу або має обмежений досвід спілкування з іншими дітьми. В таких випадках важливо забезпечити емоційну безпеку дитини та створити сприятливе психологічне середовище, яке допоможе їй заспокоїтися та почуватися комфортно. Для забезпечення емоційної безпеки дитини Демченко О. рекомендує створювати сприятливий психологічний клімат в класі, де вчителі та батьки повинні привертати увагу до взаємин між дітьми, розуміти їх почуття та емоції, а також навчати їх взаємодіяти та спілкуватися один з одним. Також важливим аспектом є забезпечення безпеки дитини в школі та за її межами, що

може бути досягнуто за допомогою організації безпечних умов навчання та дозвілля, а також контролю за інтернет-активностями дитини [13].

Адаптація дітей до нових умов є складним процесом, який може бути додатково ускладнений умовами невизначеності. Однак, існують деякі чинники, які можуть сприяти успішній адаптації дітей в умовах невизначеності [31].

1. Психолого-педагогічна підтримка. Вона може мати значний вплив на адаптацію дітей до нових умов. Це може включати підтримку від сім'ї, друзів, вчителів, а також професійних консультантів, які можуть надати дітям необхідну допомогу та підтримку. Психолого-педагогічна підтримка може допомогти дітям відчувати себе більш стабільними та захищеними, що може зробити їх менш вразливими до негативних впливів невизначеності. Наявність психолого-педагогічної підтримки може також сприяти створенню нових соціальних зв'язків та інтеграції дітей в нове середовище [32].

2. Мотивація. Мотивація може відігравати важливу роль у адаптації дітей до нових умов. Діти, які мають мотивацію досягти певних цілей та впевненість у своїх здібностях, можуть бути більш успішними в адаптації до нових умов. Важливо, щоб діти бачили виклики та труднощі, які виникають при адаптації, як можливості для розвитку та пізнання нового [11].

3. Розвиток когнітивних навичок. Розвиток когнітивних навичок, таких як критичне мислення, увага, пам'ять та інші, може сприяти адаптації дітей до нових умов. Критичне мислення може допомогти дітям зрозуміти нову ситуацію та визначити дії, які потрібно вжити для адаптації до неї. Розвиток уваги та пам'яті може допомогти дітям зосередитися на важливих деталях та запам'ятати необхідну інформацію. Це може допомогти дітям бути більш ефективними у вирішенні проблем, які можуть виникати при адаптації до нових умов [27].

4. Фізичне та психічне здоров'я. Фізичне та психічне здоров'я можуть впливати на адаптацію дітей до нових умов. Діти, які мають хороше фізичне та психічне здоров'я, можуть бути більш витривалими та менш вразливими до стресу, який може виникати при адаптації до нових умов. Здорове харчування та регулярні фізичні вправи можуть допомогти дітям бути більш енергійними та

витривалими. Психічне здоров'я може бути зміцненим завдяки підтримці близьких людей, практиці медитації та інших методів, що допомагають зняти стрес.

Підтримка дітей в процесі адаптації в умовах невизначеності може допомогти зменшити негативний вплив таких умов на дітей. Деякі методи підготовки включають наступне [54]:

1. Розповідь дітям про зміни. Важливо розповісти дітям про зміни, які відбудуться, та пояснити їх причини. Це може допомогти дітям зрозуміти нову ситуацію та зменшити ризик стресу, який може виникнути в результаті невизначеності.

2. Практика ситуацій. Практика ситуацій, які можуть виникнути при адаптації до нових умов, може допомогти дітям бути більш підготовленими до них. Наприклад, практика нових соціальних ситуацій, в яких дитина може знайти себе, може допомогти їй впоратися зі стресом та бути більш успішною в адаптації.

3. Створення рутини. Створення рутини може допомогти дітям відчувати себе більш стабільною та захищеною. Регулярне розклад дій може допомогти дітям відчувати себе більш упевнено в новому середовищі та зменшити ризик стресу.

4. Підтримка. Підтримка з боку близьких людей, вчителів та професійних консультантів може допомогти дітям відчувати себе більш захищеними та підготовленими до нових умов.

Помітно, що адаптація дітей до нових умов є складним процесом, який може бути додатково ускладнений умовами невизначеності. Соціальна, економічна та політична невизначеність можуть мати серйозний вплив на фізичне та психічне здоров'я дітей та їхню адаптацію до нових умов. Важливо, щоб діти мали підтримку з боку близьких людей, вчителів та професійних консультантів. Мотивація та розвиток когнітивних навичок можуть також сприяти успішній адаптації дітей до нових умов.

Підтримка дітей в процесі адаптації в умовах невизначеності може допомогти зменшити негативний вплив таких умов на дітей. Розповідь дітям про зміни, практика ситуацій, створення рутина та підтримка можуть допомогти дітям бути більш підготовленими до нових умов.

Дослідження показують, що адаптація дітей до нових умов може бути успішною, якщо їм надається необхідна підтримка та ресурси. Із зростанням кількості невизначених ситуацій у сучасному світі, розуміння особливостей та методів адаптації дітей в умовах невизначеності стає все більш важливим завданням для батьків, вчителів та дослідників.

Основні рекомендації для практики включають [38]:

1. Надавати дітям підтримку та засоби для розвитку когнітивних навичок, таких як критичне мислення, увага, пам'ять та інші.
2. Забезпечувати дітям певну стабільність та регулярність в їхньому житті, наприклад, за допомогою регулярного розкладу дій.
3. Готувати дітей до змін, розповідаючи їм про них та пояснюючи причини.
4. Надавати дітям підтримку з боку близьких людей, вчителів та професійних консультантів.

Однак, є декілька аспектів, які можуть бути досліджені детальніше для подальшої практики та досліджень. Деякі з них включають [20]:

1. Вплив різних видів невизначеності на адаптацію дітей, таких як соціальна, економічна, політична та інші.
2. Особливості адаптації дітей з різних культур та етнічних груп до нових умов.
3. Роль друзів та однолітків у процесі адаптації дітей до нових умов.
4. Вивчення ефективних методів розвитку когнітивних навичок у дітей та їх впливу на процес адаптації.

Отже, ми визначили, що адаптація дітей до нових умов є складним процесом, який може бути додатково ускладнений умовами невизначеності. Соціальна, економічна та політична невизначеність можуть мати серйозний вплив на фізичне та психічне здоров'я дітей та їхню адаптацію до нових умов.

Висновок до розділу 1

У першому розділі дослідження визначено особливості психолого-педагогічної підтримки першокласників під час адаптації до шкільного життя в умовах невизначеності. Під адаптацією до школи розуміється процес соціалізації дитини, який відбувається під впливом освітньої системи, вчителів, однокласників, а також власних досвідів та сприйняття дітьми нового навчального середовища. Дослідження вказує на важливість визначення основних ознак адаптації, які допомагають виявити, як дитина адаптується, та наявність можливих проблем в цьому процесі.

Особливість адаптації в умовах невизначеності полягає в тому, що діти стикаються із збільшеною кількістю невідомих чинників, які можуть впливати на їх психоемоційний стан, мотивацію до навчання та спілкування з однокласниками. В таких умовах роль психолого-педагогічної підтримки стає ще більш актуальною, оскільки правильно організована підтримка може полегшити процес адаптації дитини, допомогти їй подолати страхи, невпевненість та інші труднощі, пов'язані з переходом до шкільного життя.

Таким чином, психолого-педагогічна підтримка є ключовим чинником успішної адаптації першокласників, особливо в ситуаціях, що супроводжуються невизначеністю. Це підкреслює важливість подальших досліджень та розробки методик для надання ефективної підтримки дітям у цей важливий період їх розвитку.

РОЗДІЛ 2.

ДОСЛІДЖЕННЯ УМОВ, ЯКІ ВПЛИВАЮТЬ НА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНУ ПІДТРИМКУ ПЕРШОКЛАСНИКІВ ПІД ЧАС АДАПТАЦІЇ ДО ШКОЛИ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

2.1. Опис та методика дослідження

Емпіричне дослідження «Психолого-педагогічна підтримка першокласників під час адаптації до школи в умовах невизначеності» було проведено за допомогою анкет: для дітей, вчителів і для батьків. Було задіяно 30 учнів, 30 батьків та 30 вчителів з Кучинівського ліцею та зі Сновського ліцею №1, Сновського ліцею №2 Сновської міської ради Корюківського району Чернігівської області. Дослідження було проведено у травні 2023 року. Розроблені авторські опитувальники містили по 10 питань та варіанти відповідей до них. Опитувальники мали стандартизовану структуру і включали як закриті питання з варіантами відповіді, так і відкриті питання для вільної відповіді.

Опитування проводилося у шкільному середовищі під час навчального процесу. Для опитування дітей та вчителів були визначені певні часові інтервали для заповнення анкет. Діти проходили опитування разом з психологом, перебуваючи в аудиторії. Вчителі заповнювали роздруковані анкети. Батьки заповнювали анкети через Гугл-форму, враховуючи зручність, що було перевірено експериментатором з освітою психолога, який працює практичним психологом.

Всі опитування були анонімними, що дозволяло отримати об'єктивні відповіді від учасників дослідження.

Після збору анкет була здійснена статистична обробка даних. Для аналізу були використані статистичні методи математичної обробки відсоткового відношення отриманих відповідей.

Отримані результати були проаналізовані з метою з'ясування стану адаптації першокласників до школи в умовах невизначеності та оцінки рівня психолого-педагогічної підтримки, яку надавали вчителі та батьки. Також було

зроблено порівняльний аналіз між групами учасників (діти, вчителі, батьки) для виявлення можливих взаємозв'язків.

Крім анкет, ми застосували методику для проєктивного тестування «Будиночок», розроблений О. А. Ореховою (ДОДАТОК Г). Цей тест має стандартний опитувальник (ДОДАТОК Д), який дозволяє оцінити особистісні відносини дитини, її соціальні емоції та ціннісні орієнтації. Тест «Будиночки» розроблений О.А.Ореховою - це методика діагностики емоційного ставлення дитини до школи. Суть методики полягає в тому, що дитина розфарбовує прямокутники і будиночки за допомогою кольорових олівців, а психолог аналізує вибір кольорів, що зробила дитина.

Тест складається з трьох частин:

1. Дитина обирає кольори, які їй подобаються, і розфарбовує прямокутники на листі, починаючи від найулюбленішого кольору до менш улюбленого.

2. Потім дитина розфарбовує «будиночки», що асоціюються з певними почуттями, такими як щастя, горе, справедливість, образа, дружба, сварка, доброта, злість, нудьга, захоплення.

3. В останній частині тесту дитина розфарбовує «будиночки», що відображають її настрій в різних ситуаціях: коли вона йде в школу, на уроці читання, письма, математики, коли говорить з вчителем, спілкується з однокласниками, коли вона вдома, робить уроки, та ще один будиночок, про який дитина може вигадати сама.

Після проведення тесту психолог аналізує вибір кольорів дитини. Для цього використовується формула обчислення вегетативного коефіцієнту, який характеризує енергетичний баланс організму дитини. Цей тест допомагає оцінити емоційний стан дитини, її ставлення до різних ситуацій, включаючи навчання в школі, а також допомагає дитині виразити свої почуття через кольори.

Енергетичний показник, що виходить з розрахунку вегетативного коефіцієнта, розраховується таким чином:

- 0 – 0,5. Свідчить про хронічну перевтому, виснаження, низьку працездатність. Навантаження є непосильними для дитини.

- 0,51 – 0,91. Стан втоми компенсується. Самовідновлення оптимальної працездатності відбувається за рахунок періодичного зниження активності. Необхідна оптимізація робочого ритму, режиму праці та відпочинку.

- 0,92 – 1,9. Оптимальна працездатність. Дитина відрізняється бадьорістю, здоровою активністю, готовністю до енерговитрат. Навантаження відповідають можливостям. Спосіб життя дозволяє дитині відновлювати витрачену енергію.

- Понад 2,0. Перезбудження. Найчастіше це результат роботи дитини на межі своїх можливостей, що призводить до швидкого виснаження. Потрібна нормалізація темпу діяльності, режиму праці та відпочинку, а іноді і зниження навантаження.

Далі розраховуємо показник сумарного відхилення від аутогенної норми, який характеризує стійкий емоційний фон, тобто переважний настрій дитини. Він інтерпретується наступним чином:

- Більше 20. Переважання негативних емоцій. У дитини домінують поганий настрій і неприємні переживання. Є проблеми, які дитина не може вирішити самотійно.

- 10 – 18. Емоційний стан в нормі. Дитина може радіти і засмучуватися, приводів для занепокоєння немає.

- Менше 10. Переважання позитивних емоцій. Дитина весела, щаслива, налаштована оптимістично.

Ці показники допомагають отримати глибоке розуміння емоційного стану дитини та її енергетичного балансу, що важливо для розробки ефективних підходів у навчанні та спілкуванні.

Завдання № 2 та № 3. Емоційна адаптація. Ці завдання спрямовані на розкриття емоційного стану та ставлення до шкільного оточення у першокласників. Вони допомагають дослідникам зрозуміти можливі проблеми, з якими дитина може зустрітися в процесі адаптації до шкільного життя.

Завдання № 2. Диференціація емоцій. Це завдання досліджує соціальні емоції дитини, аналізуючи як дитина відтворює позитивні та негативні емоції через кольори. Позитивні емоції зазвичай розфарбовуються дитиною в основних кольорах, в той час як негативні - в коричневому або чорному. Недостатня диференціація емоцій може свідчити про можливі проблеми в декількох сферах особистісних відносин, включаючи комфорт, особистісне зростання, міжособистісну взаємодію, потенційну агресію та пізнання.

Завдання № 3. Самосприйняття та ставлення до школи. Це завдання дає можливість дослідити емоційне ставлення дитини до самого себе, до школи, до вчителя і однокласників. Діти зазвичай розфарбовують об'єкти, пов'язані з проблемними областями, коричневим або чорним кольором. Результати цих завдань допомогли нам розділити дітей на три групи за ставленням до школи: позитивним, амбівалентним та негативним. Розуміння емоційного стану дитини та її ставлення до школи є важливим аспектом підтримки ефективного процесу її адаптації до нового середовища.

Оцінка рівня адаптації. У сумарній таблиці ми зазначили емоційне ставлення учня (позитивне, амбівалентне, негативне) до навчання, вчителя, однокласників і до самого себе. Порівняння показників фізіологічного, діяльнісного і емоційного компонентів дозволить оцінити рівень адаптації першокласників як:

- Достатній
- Частковий
- Недостатній (або дезадаптація)

На основі отриманих даних, ми змогли ідентифікувати учнів, які потребують індивідуального підходу з боку психолога. Варто виділити дві основні групи:

- Першокласників з недостатнім рівнем адаптації
- Першокласників з частковою адаптацією

Учні з першої групи потребують індивідуального дослідження для виявлення причин та чинників дезадаптації і, за можливості, необхідно провести

корекційну роботу. Вони, як правило, потребують довгострокової уваги і допомоги від психолога і вчителя.

Учні з другої групи - з частковою адаптацією - часто потребують короткострокової оперативної допомоги від психолога і вчителя. Інформація про їхній емоційний стан, відгуки вчителів і батьків можуть бути корисними для такої роботи.

Причинами недостатньої адаптації можуть бути підвищена тривожність, незрозумілі очікування батьків, зміна дитячо-батьківських стосунків, перевантаження додатковими заняттями, низька самооцінка, слабка здоров'я і т.д. Нерідко ці діти не викликають побоювань у вчителів, так як вони вивчають програму і виконують шкільні правила, але це може відбуватися за рахунок їх фізичного та психологічного здоров'я.

Залежно від конкретної ситуації, психологу слід провести консультації з батьками і вчителями, надати рекомендації щодо подолання виявленого психологічного неблагополуччя.

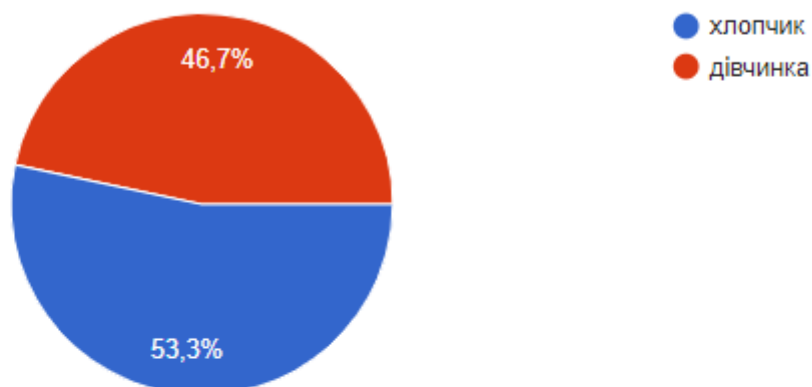
На основі отриманих результатів дослідження були сформульовані висновки та рекомендації щодо покращення психолого-педагогічної підтримки першокласників під час адаптації до школи в умовах невизначеності. Ці рекомендації можуть бути використані школою та педагогами для подальшої роботи зі збалансованою підтримкою першокласників у навчальному процесі.

2.2. Аналіз отриманих даних

Проаналізуємо отримані результати анкетування дітей. Зокрема, із 30 опитаних дітей 47% складають відповіді хлопчиків та 53% дівчаток. Віковий діапазон: 67% дітей 6-річного та 33% дітей 7-річного віку (рис. 1).

Ваша стать

30 ответов



Ваш вік

30 ответов

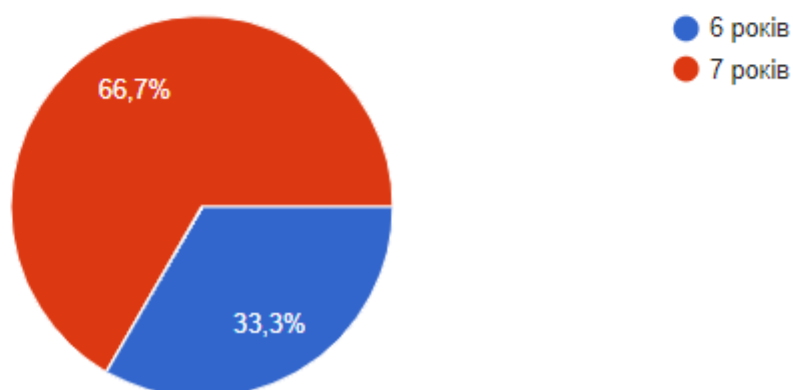


Рис. 1. Гендерний та віковий поділ опитаних дітей

На питання № 1 «Чи вам подобається ходити до школи?», було отримано наступні відповіді:

Так - 80% відповідей опитаних респондентів;

Ні - 7%;

Не знаю - 13%.

Загалом, 80% відповідей «Так» може свідчити про те, що більшість дітей сприймає школу позитивно. Це може бути пов'язано з кількома чинниками:

якістю навчального процесу, позитивним ставленням вчителів, зручним розкладом, відсутністю булінгу, можливістю соціалізації з ровесниками тощо.

Ще 7% відповідей «Ні» можуть свідчити про проблеми, які виникають в школі. Це можуть бути надмірна академічна завантаженість, конфлікти з однокласниками або вчителями, або інші чинники. Решта 13% відповідей «Не знаю» можуть свідчити про те, що частина учнів ще формує своє ставлення до школи. Це може вказувати на їхню несміливість, вагомість, невизначеність у своїх відчуттях або потребу у додатковій підтримці для кращої адаптації до школи.

На питання № 2 «Як ви себе відчуваєте під час навчання в школі?», було отримано наступні відповіді:

Добре - 57%;

Не дуже добре - 0 відповідей;

Нормально - 43%.

Більшість, 56,7% дітей відчувають себе добре, а 43% - нормально. Терміни «добре» та «нормально» часто використовуються в соціальних науках та психології для вимірювання самопочуття або настрою особи. Проте, вони можуть мати різні інтерпретації в залежності від контексту дослідження та інтерпретації респондентів. «Добре» - це слово зазвичай асоціюється з позитивним самопочуттям. Коли люди відповідають, що вони почувають себе «добре», це може вказувати на те, що вони відчувають певний комфорт, задоволеність або радість від життя або конкретної ситуації. «Нормально» - цей термін може вказувати на стан, який є стандартним, середнім або звичайним. Це не обов'язково позитивний стан, але також не негативний. Коли люди відповідають, що вони почувають себе «нормально», це може означати, що вони не відчувають якихось значущих позитивних або негативних емоцій. Інакше кажучи, вони можуть відчувати себе стабільно, але без яскраво виражених позитивних емоцій. Тому, коли 57% дітей відповідають, що вони почувають себе «добре», це може вказувати на те, що вони відчувають певний рівень позитивного самопочуття. У той час як 43%, які відповідають «нормально»,

можуть не мати яскраво виражених емоцій або відчуттів, але при цьому не відчувають себе погано.

Вважаємо, що це може бути пов'язано з тим, що учні сприймають навчальний процес без стресу або напруги, і їм комфортно в навчальному середовищі. Важливо відзначити, що відсутність відповідей «Не дуже добре» є позитивним знаком, оскільки це свідчить про відсутність значних проблем із навчанням або адаптацією.

На питання № 3 «Чи легко вам вивчати новий матеріал у школі?», було отримано наступні відповіді:

Так - 57%

Ні - 20%;

Іноді - 23%.

Більшість учнів (57%) вважає, що їм легко вивчається новий матеріал, що є позитивним ознакою. Втім, 20% дітей відповіли «Ні», це може вказувати на можливі проблеми із засвоєнням нового матеріалу. Можливі причини включають складність матеріалу, неефективні методи викладання або особисті проблеми учнів. 23% відповідей «Іноді» можуть свідчити про те, що ці учні зіткнулися з певними труднощами під час засвоєння матеріалу, але не завжди. Вони можуть потребувати додаткової підтримки або більш персоналізованого підходу до навчання.

На основі цих результатів, психолого-педагогічна підтримка може бути спрямована на підтримку позитивного ставлення до школи, підвищення комфорту учнів в освітньому процесі, і допомогу учням, яким важко засвоюють новий матеріал. Можна також подумати над розвитком додаткових програм для дітей, які відповіли «Не знаю» на перше питання, аби допомогти їм краще адаптуватися до школи.

На питання № 4 «Як ви реагуєте на нові завдання та ситуації, які виникають під час навчання?», було отримано наступні відповіді:

Із задоволенням - 47%;

Зі стурбованістю - 13%;

Нейтрально - 40%.

Тобто, 47% учнів, які реагують на нові завдання та ситуації «із задоволенням», це свідчить про позитивний ставлення до нових викликів та готовність до активного навчання. Це може вказувати на добре розвинені навички проблемного розв'язання та позитивну мотивацію до навчання. Ще 13% учнів, які відповіли «зі стурбованістю», можуть відчувати незручність або стрес від нових ситуацій чи завдань. Це може вказувати на потребу в додатковій підтримці або навчанні навичок справляння із стресом. Решта 40% відповідей «нейтрально» можуть свідчити про те, що ці учні можуть бути готовими до нових ситуацій, але вони можуть не відчувати значної емоційної реакції на це. Це також може вказувати на стабільність їхньої емоційної реакції на нові ситуації.

На питання № 5 «Які предмети вам подобаються найбільше?», було отримано наступні відповіді (рис. 2):

Математика: 37%;

Малювання: 20%;

Читання: 10%;

Англійська мова: 7%;

Технології: 7%;

Українська мова: 23%;

ЯДС: 7%.

30 ответов

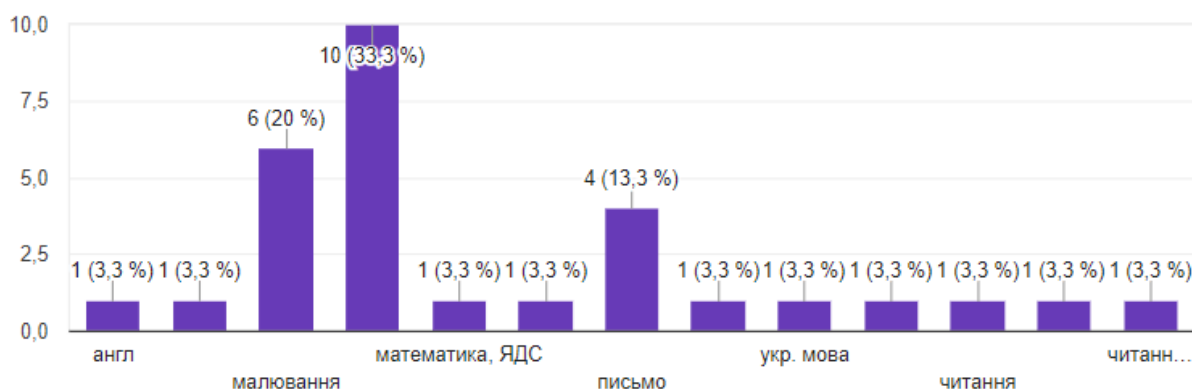


Рис. 2. Графічне зображення відповідей на питання № 5

Великій частині опитаних, 37% учнів, найбільше подобається математика. Це може свідчити про сильний інтерес до цієї дисципліни серед учнів, що може бути пов'язано з якістю викладання, змістом предмета або особистими інтересами учнів. Ще 20% учнів віддали перевагу малюванню, що може вказувати на творчі інтереси цих дітей або на те, що вони відчують задоволення від візуального вираження. Менша кількість учнів віддали англійській мові (7%), технологіям (7%), читанню (10%), ЯДС (7%) та українській мові (23%). Це може вказувати на різноманітність інтересів учнів та важливість забезпечення різноманітної навчальної програми.

Ці результати можуть бути корисні для адаптації навчальних планів та підтримки інтересів учнів, а також для розробки стратегій для підтримки учнів, які можуть відчувати стурбованість або стрес від нових завдань та ситуацій.

На питання № 6 «Як ви думаєте, що може допомогти вам краще вивчати матеріал у школі?», було отримано наступні відповіді (рис. 3):

30 ответов



Рис. 3. Графічне зображення відповідей на питання № 6

Більшість, 33% учнів, підкреслили роль самостійного читання у процесі навчання. Це може вказувати на важливість навчання читанню та інтелектуального розвитку учнів, а також може свідчити про те, що учні цінують самостійне вивчення та активне залучення до процесу засвоєння нових знань. Відповідно, забезпечення доступу до якісних книжок і навчальних матеріалів є важливою частиною підтримки академічної успішності. Ще 23% відповідей

демонструють значущість слухання вчителя під час уроків. Це свідчить про важливу роль вчителя в процесі передачі знань та інформації. Відтак, якість викладання і педагогічні навички вчителя можуть істотно впливати на успішність навчання учнів.

Також 17% учнів вказали на активні методи вивчення, такі як самостійне вивчення та активна участь в процесі навчання. Це підкреслює важливість вироблення навичок самостійного навчання і може вказувати на те, що мотивація та ставлення до навчання є ключовими чинниками успішного освітнього досвіду. Решта, 10% відповідей, вказують на важливість взаємодії з вчителем. Це може свідчити про значущість педагогічної взаємодії та взаємоповаги між учнем і вчителем, які є важливими чинниками створення сприятливого навчального середовища.

Відповіді, які отримали 3% (по одному відповіді), вказують на роль батьківської підтримки, здатності вчителя чітко пояснювати матеріал, можливості навчатися вдома, а також на підтримку від друзів. Ці відповіді можуть свідчити про значущість домашнього оточення та соціального контексту для успішного навчання.

На питання № 7 «Чи спілкуєтесь ви зі своїми однокласниками?», було отримано наступні відповіді:

Так - 97%;

Ні - 0 відповідей;

Іноді - 3%.

Надзвичайно високий відсоток відповідей «так» (97%) свідчить про те, що більшість дітей активно спілкуються зі своїми однокласниками. Це може вказувати на здорове соціальне середовище в класі та успішну адаптацію дітей до навчання. Спілкування з однолітками є важливою частиною розвитку дитини, оскільки це стимулює розвиток навичок комунікації та емпатії. Маленький відсоток учнів (3%), які відповіли «іноді», можуть потребувати додаткової підтримки для розвитку навичок соціалізації. Це може бути зумовлено різними чинниками, такими як сором'язливість, тривожність або інтроверсія.

На питання № 8 «Чи подобається вам ваш вчитель (вчителька)?», було отримано наступні відповіді:

Так - 97%;

Ні - 0 відповідей;

Не знаю - 3%.

Майже всі опитані, 97% позитивних відповідей показують, що більшість учнів мають позитивне ставлення до свого вчителя. Це може свідчити про те, що вчитель успішно встановлює позитивні відносини зі своїми учнями, що важливо для створення комфортного навчального середовища та підтримки мотивації до навчання. Маленький відсоток відповідей «не знаю» (3%) може свідчити про те, що деякі учні можуть ще формувати своє ставлення до вчителя. Можливо, вони потребують більше часу для адаптації до нової навчальної ситуації або для того, щоб встановити відносини з вчителем.

Загалом, ці результати можуть вказувати на позитивну атмосферу в класі та ефективність психолого-педагогічної підтримки, що надається першокласникам під час адаптації до школи.

На питання № 9 «Що вам більше подобається робити в школі?», було отримано наступні відповіді:

Гратися на перервах - 23%;

Вчитися - 73%

Інше (вказати) - 1 респондент надав відповідь «хочу іти додому», що складає 3% від загальної кількості наданих відповідей.

Переважає більшість, 73% відповідей «вчитися» вказують на високий рівень зацікавленості дітей у навчальному процесі. Це може бути ознакою успішної психолого-педагогічної підтримки та вдалої адаптації дітей до шкільного життя. Ще 23% відповідей «гратися на перервах» можуть вказувати на важливість перерв для дітей, що підтверджує значення соціального аспекту шкільного життя. Відповідь «хочу іти додому» (3%) може свідчити про наявність некомфортних відчуттів під час навчання в школі для окремих учнів. Це може вимагати додаткового вивчення і психолого-педагогічної підтримки.

На питання № 10 «Чи радієте ви, коли приходите додому зі школи?», було отримано наступні відповіді:

Так - 80%;

Ні - 7%;

Іноді - 13%.

Більшість 80% відповідей «так» можуть вказувати на те, що більшість дітей відчувають задоволення від повернення додому після школи. Це може свідчити про здоровий баланс між школою і домашнім життям. Ще 13% відповідей «іноді» можуть вказувати на нерівномірність досвіду учнів, залежно від дня та занять в школі. Решта 7% відповідей «ні» можуть бути показником того, що деякі діти можуть відчувати стрес або труднощі, пов'язані зі школою. Це може вимагати додаткового дослідження для виявлення потенційних проблем та їх вирішення.

Отже, наше опитування, є важливим інструментом для збору даних про почуття та переживання учнів віком 6-7 років в процесі адаптації до школи. Воно допомогло нам зібрати цінну інформацію про ставлення дітей до школи, їх почуття в процесі навчання, знайти відповідь про ставлення до нового матеріалу, побачити їх реакцію на нові завдання та ситуації, виокремити їх уподобання в навчальних предметах, а також отримати уявлення про їх соціальні взаємовідносини з однокласниками та вчителем.

В цілому, дані свідчать про позитивне ставлення більшості дітей до школи та навчання, хоча деякі діти можуть відчувати певні труднощі. Результати опитування можуть бути використані для підтримки педагогічного підходу, підкреслення важливості психолого-педагогічної підтримки та соціальної адаптації, а також для виявлення і вирішення потенційних проблем, які можуть виникнути у деяких учнів. Всі ці чинники вказують на важливість комплексного підходу до освіти, який включає активне залучення учнів до процесу навчання, якісне викладання, підтримку вдома та соціальну взаємодію.

Стосовно опитаних педагогів, то ми отримали наступні результати:

На питання № 1 «Як діти ставляться до навчання в умовах невизначеності?», було отримано наступні відповіді:

дуже позитивно - 23%;

трохи позитивно - 20%;

нейтрально - 10%;

трохи негативно - 33%;

дуже негативно - 13%.

Щоб краще зрозуміти ці результати, розглянемо кожну градацію:

Дуже позитивно (23%) - ця градація вказує на те, що приблизно чверть опитаних дітей дуже добре сприймає навчання в умовах невизначеності. Вони можуть відчувати захоплення, задоволеність або навіть ентузіазм у таких умовах. Трохи позитивно (20%) - ця категорія дітей також сприймає навчання позитивно, але їх відчуття не настільки інтенсивні, як у попередньої групи. Вони можуть бачити певні переваги або моменти задоволення в умовах невизначеності, але їх захоплення може бути поміркованим. Нейтрально (10% - ці діти не відчувають яскравих позитивних або негативних емоцій стосовно навчання в таких умовах. Вони можуть сприймати це як щось звичайне або не мати конкретної думки на цей рахунок. Трохи негативно (33%) - третина опитаних дітей має певні негативні відчуття щодо навчання в умовах невизначеності. Це може включати в себе деяке незадоволення, занепокоєння або невпевненість. Дуже негативно (13%) - ця градація вказує на те, що приблизно кожен восьмий респондент сильно негативно сприймає навчання в таких умовах, можливо, відчуваючи стрес, фрустрацію або навіть опір.

Отже, переважна більшість дітей має певні позитивні (43%) або негативні (47%) відчуття стосовно навчання в умовах невизначеності. Тим не менш, трохи більше дітей сприймає це негативно, що може вказувати на потребу в психолого-педагогічній підтримці або адаптації підходів до навчання.

Загалом відповіді педагогів на це питання показали, що ставлення першокласників до навчання в умовах невизначеності є дуже різноманітним. Це підкреслює важливість індивідуального підходу до кожної дитини, а також

необхідність забезпечення ефективної психолого-педагогічної підтримки для допомоги дітям у процесі адаптації.

На питання № 2 «Як діти реагують на нові завдання та ситуації під час навчання в умовах невизначеності?», було отримано наступні відповіді:

- швидко адаптуються - 17%;
- потребують часу для адаптації - 47%;
- мають труднощі з адаптацією - 37%;
- не знаю - 0 відповідей.

З відповідей педагогів («швидко адаптуються» (17%)), зрозуміло, що категорія дітей демонструє високий рівень психологічної гнучкості та здатність швидко знаходити спільну мову з новими обставинами. Це може бути зумовлено природними особистісними рисами, підтримкою з боку родини, а також позитивними минулими досвідами адаптації.

Також 47% опитаних педагогів вважає, що більшість дітей потребують додаткового часу для пристосування до нових умов. Це природний процес, який може включати початкову роздратованість, спроби розібратися в новому матеріалі або ситуації, та поступову адаптацію. Така реакція може бути зумовлена страхом перед невідомим, потребою в осмисленні нової інформації чи особливостями вікової психології. При цьому 37% вважають, що значна частина дітей відчуває труднощі при пристосуванні до нових умов. Це може бути пов'язано з рядом причин, таких як невпевненість у собі, негативний досвід у минулому, або недостатній рівень підготовки до нових умов. Для таких дітей особливо важлива додаткова психолого-педагогічна підтримка. Важливо, що жоден з опитаних педагогів не вибрав цей варіант відповіді, що свідчить про їх впевненість та компетентність у спостереженнях за дітьми.

Загалом відповіді педагогів на це питання показали, що реакція дітей на нові завдання та ситуації в умовах невизначеності є досить різноманітною, що вимагає диференційованого підходу та психолого-педагогічних втручань для ефективної адаптації учнів у новому навчальному середовищі.

На питання № 3 «Як педагоги підтримують адаптацію дітей до навчання в умовах невизначеності?», було отримано наступні відповіді:

регулярно спілкуються з дітьми - 30%;

використовують методи психологічної підтримки - 40%;

надають додаткову допомогу – 30%;

не знаю - 0 відповідей.

Було визначено, що 30% педагогів вважають, що комунікація є ключовим аспектом в адаптації дітей до нових умов. Спілкуючись, педагоги можуть з'ясувати емоційний стан учнів, їхні потреби та труднощі. Цей підхід дозволяє вчасно виявляти та усувати проблеми, а також створює довірливе середовище, де діти відчують підтримку та розуміння. Використовують методи психологічної підтримки 40% педагогів, судячи з опитування. Можемо допустити, що вони вже вдавалися до психологічних методів, свідчить про те, що сучасні вчителі розуміють важливість психоемоційного благополуччя дітей у процесі адаптації. Ці методи можуть включати релаксаційні техніки, тренінги з розвитку соціальних навичок, роботу в групах підтримки тощо.

Також 30% опитаних вказали, що вони надають додаткову допомогу. Це може бути виражено у формі індивідуальних консультацій, додаткових занять для уточнення матеріалу чи розвитку певних навичок. Така підтримка спрямована на забезпечення учнів необхідними знаннями та вміннями, що полегшують їхнє втручання в нове навчальне середовище. Доречно вказати, що жоден з опитаних педагогів не обрав цей варіант відповіді, що підтверджує активність та впевненість педагогічної спільноти у власних методах роботи з дітьми.

Тому ми бачимо, що загалом вчителі активно застосовують різноманітні методи для підтримки першокласників під час адаптації до школи, зосереджуючись як на психологічному комфорті дітей, так і на наданні конкретної допомоги у навчальному процесі. Це свідчить про високий професіоналізм педагогів та їх готовність відгукнутися на виклики, що виникають в умовах невизначеності.

На питання № 4 «Які чинники можуть допомогти дітям подолати стрес під час навчання в умовах невизначеності?», було отримано наступні відповіді:

підтримка друзів і вчителів - 63%;

використання позитивних мантр - 3%;

зайнятість у вільний час - 33%;

не знаю - 0 відповідей.

Варіант відповіді «підтримка друзів і вчителів» став найпопулярнішим серед опитаних, адже його обрали 63% опитаних респондентів. Психолого-педагогічна підтримка завжди відіграє важливу роль у подоланні стресу і адаптації до нових обставин. Підтримка однолітків може допомогти дітям відчувати себе менш самотньо, розуміти, що інші також зіткнулися з аналогічними викликами. Водночас підтримка вчителів є важливою для того, щоб учень відчував, що його зрозуміло, що він в безпеці та що йому готові допомогти.

Метод «використання позитивних мантр» є менш розповсюдженим, але може бути корисним для деяких дітей, про що вказало 3% опитаних респондентів. Використання позитивних мантр - це техніка, при якій людина регулярно повторює для себе позитивні твердження або фрази. Це робиться з метою зміцнення позитивного ставлення до себе, свого життя та різних ситуацій. Мантри можуть бути узагальненими, наприклад: «Я достойний/достойна любові та щасливого життя», або конкретними, як «Я впораюсь із цим завданням». Повторюючи такі твердження, можна впливати на своє підсвідоме, формуючи більш позитивний погляд на життя та збільшуючи впевненість у собі. Позитивні мантри допомагають переналаштувати думки та сфокусуватися на позитивному. Вони можуть бути корисними як метод самодопомоги в моменти сумнівів та стресу.

Зайнятість у вільний час характерна для 33% опитаних респондентів. Активність під час вільного часу може стати ефективним способом релаксації та відволікання від стресових ситуацій. Спорт, мистецтво, музика, читання, природа – все це може допомогти дітям релаксувати, знаходити радість та

відновлювати внутрішні ресурси. Знову ж таки, жоден з опитаних педагогів не вибрав цей варіант, свідчить про те, що вони мають уявлення про способи допомоги дітям в умовах невизначеності.

Тому можемо зауважити, що опитані педагоги вважають, що ключовим чинником у подоланні стресу під час навчання є психолого-педагогічна підтримка – від друзів та вчителів. Водночас активність у вільний час також є важливою частиною в процесі адаптації та подолання стресових моментів. Позитивні мантри, хоча й менш популярні, можуть бути додатковим інструментом у руках дітей для самопомоги.

На питання № 5 «Які ресурси вчителя можуть бути використані для зниження рівня стресу у дітей під час навчання в умовах невизначеності?», було отримано наступні відповіді:

методи релаксації - 20%;

використання технологій в навчальному процесі – 40%;

проведення занять з фізичної культури – 40%;

не знаю - 0 відповідей.

Методи релаксації виділили 20% опитаних респондентів. Ці методи включають дихальні вправи, медитації, прогресивне м'язове розслаблення тощо. Ці методи можуть бути дуже корисними для дітей, щоб допомогти їм зосередитись, відпустити стрес і покращити їх самопочуття. Вчителі можуть інтегрувати ці техніки прямо під час уроків або ж рекомендувати їх для самостійного використання дітьми вдома. На використанні технологій в навчальному процесі наголошують 40% опитаних респондентів. Коли говорять про «технології в навчальному процесі», мають на увазі застосування сучасних цифрових та технологічних інструментів, які спрямовані на покращення якості освітнього процесу, зробити його більш ефективним, цікавим та мотивуючим для учнів. Технології можуть робити навчання більш захоплюючим, інтерактивним та ефективним. Цифрові ігри, віртуальна реальність, навчальні платформи - усе це може сприяти збільшенню мотивації учнів і, як наслідок, зменшенню рівня стресу, пов'язаного з навчанням.

Проведення занять з фізичної культури є важливою для 40% педагогів. Фізична активність відома своєю здатністю знижувати рівень стресу та виробляти «гормони щастя» - ендорфіни. Заняття з фізичної культури не лише сприяють фізичному здоров'ю дітей, але й допомагають їм відпочити від академічних навантажень та покращити емоційний стан.

Очевидно, усі опитані педагоги мали думку стосовно методів, які можуть бути використані для підтримки дітей в умовах невизначеності.

На основі цього ми підкреслюємо, що для зниження рівня стресу у дітей в умовах невизначеності педагоги вважають важливим поєднання технологічних інновацій, фізичної активності та методів релаксації. Кожен з цих ресурсів має свої особливості та переваги, що, в комбінації, можуть створити гармонійне навчальне середовище для учнів.

На питання № 6 «Як діти взаємодіють з однолітками та вчителем в умовах невизначеності?», було отримано наступні відповіді:

дуже позитивно - 17%;

трохи позитивно – 30%;

нейтрально - 30%;

трохи негативно 23%

дуже негативно - 0 відповідей.

Формулювання «дуже» та «трохи» може бути сприйняте як неоднозначне, тому в майбутньому опитуваннях може бути корисним використовувати більш конкретні терміни або додавати пояснення до кожної категорії відповіді. У нашій інтерпретації з відповідей респондентів зрозуміло, що частина дітей (17%), очевидно, демонструє відмінні комунікативні навички і може легко адаптуватися до змін, незалежно від обставин. Ці діти можуть слугувати прикладом для інших і підтримувати позитивну атмосферу в класі. Більшість дітей (30%) підтримує доброзичливі стосунки, але можливо іноді відчувають невпевненість або турботу в умовах невизначеності. Важливо, щоб педагоги намагалися створювати сприятливе середовище для таких учнів, щоб вони відчували себе комфортно. Також на думку педагогів, 30% учнів можуть бути більш внутрішньо

орієнтованими і взаємодіяти на рівні, який не викликає ні позитивних, ні негативних емоцій. Для них важливо створити умови, в яких вони будуть зацікавлені в спілкуванні та взаємодії.

Ще 23% опитаних педагогів відмітили, що є діти, які взаємодіють трохи негативно, можуть відчувати стрес, невпевненість або інші емоційні труднощі. Педагогам та шкільним психологам варто звернути на них увагу, допомагаючи їм подолати перешкоди і підтримуючи їх на шляху адаптації. На щастя, жоден з опитаних педагогів не вказав, що учні взаємодіють дуже негативно. Це говорить про те, що, хоча діти й можуть мати труднощі в умовах невизначеності, екстремально негативні реакції є дуже рідкісними.

Тому відповіді на це питання показали, що взаємодія дітей з однолітками та вчителем в умовах невизначеності може варіюватися від позитивної до трохи негативної. Для педагогів важливо розуміти, як кожна дитина адаптується до змін, та намагатися створювати підтримуюче навчальне середовище для всіх учнів.

На питання № 7 «Які види діяльності найбільше сприяють адаптації дитини до шкільного життя в умовах невизначеності?», було отримано наступні відповіді:

- індивідуальні заняття - 13%;
- групові заняття - 50%;
- позаурочні заходи - 37%;
- не знаю - 0 відповідей.

Із загальної кількості опитаних 13% відмітили індивідуальні заняття. Ці заняття дозволяють вчителю зосередитися на конкретних потребах дитини, підтримуючи її індивідуальний розвиток і допомагаючи в адаптації до нового навчального середовища. Хоча вони є корисними, їх вплив обмежується, коли вони використовуються як єдиний метод підтримки.

Групові заняття важливі для 50% опитаних. Ці педагоги відзначили, що групові заняття найбільше сприяють адаптації дітей. Такі заняття сприяють соціалізації, навчають дітей співпраці, взаємодопомозі та взаємодії з

однолітками. Групова динаміка може допомогти дитині відчувати себе частиною спільноти.

Позаурочні заходи виділили 37% опитаних. Такі заходи, як спортивні секції, художні гуртки або клуби за інтересами, сприяють розвитку навичок, які можуть бути корисними для адаптації дитини в умовах невизначеності. Вони допомагають дитині відкрити для себе нові інтереси, знайти друзів за спільними захопленнями і відчувати себе частиною шкільної спільноти.

Очевидно, всі опитані педагоги мають досвід або уявлення про те, які методи дієві для адаптації дітей до шкільного життя.

Тому це питання показало, що групові заняття та позаурочні заходи визнаються найбільш ефективними методами адаптації дитини до шкільного життя в умовах невизначеності. Важливо, щоб школи і педагоги продовжували розширювати та підтримувати ці види діяльності, щоб допомогти учням відчувати себе комфортно та забезпечено.

На питання № 8 «Які методи організації навчального процесу викликають найменше стресу у дітей під час навчання в умовах невизначеності?», було отримано наступні відповіді:

інтерактивні методи - 17%;

традиційні методи - 30%;

методи самостійної роботи - 53%;

не знаю - 0 відповідей.

Інтерактивні методи на думку 17% опитаних, активно залучають учнів до навчального процесу, дозволяючи їм брати активну участь в дискусіях, грах, рольових іграх тощо. Вони можуть допомогти дитині відчувати себе більш залученою і мотивованою, але не завжди зменшують рівень стресу, особливо для сором'язливих або невпевнених у собі дітей. Традиційні методи є більш зручними для 30% опитаних респондентів. Вони включають уроки із читання, письмові завдання тощо. Для деяких дітей, звиклих до стабільності та структури, традиційні методи можуть бути менш стресовими, оскільки вони часто менш передбачувані та стабільні.

Методи самостійної роботи є улюбленими для 53% педагогів. Методи самостійної роботи використовуються в освітньому процесі з різних причин і можуть бути адаптовані до різних вікових категорій, включаючи першокласників. Самостійна робота не обов'язково означає, що діти повинні виконувати завдання без будь-якої підтримки або керівництва. Замість цього це може означати:

- Навіть першокласники можуть навчитися деяким аспектам самостійності, таким як розташування своїх речей на робочому місці, вибір книжок для читання або збір матеріалів для підготовки аплікації.

- Даючи дітям можливість працювати самостійно, вчителі можуть забезпечити завдання, що відповідають індивідуальному рівню розвитку кожної дитини.

- Навіть прості завдання, такі як малювання малюнка або складання пазлів, можуть навчити дітей відповідальності та завершеності завдань.

- Діти, особливо молодшого шкільного віку, можуть користуватися короткими перервами від групової роботи, щоб працювати самостійно і концентруватися на особистому завданні.

Проте важливо зазначити, що самостійна робота для першокласників має відрізнятися від того, як її можуть розуміти та застосовувати для старших учнів. Вчителі, які віддають перевагу цьому методу для першокласників, ймовірно, адаптують завдання та підхід, щоб він був відповідний віковій групі та індивідуальним потребам учнів. За результатами опитання, більшість педагогів відзначили, що методи самостійної роботи викликають найменше стресу у дітей. Це може вказувати на те, що учням комфортніше працювати у своєму власному темпі, зосереджуючись на завданнях без безпосереднього впливу ззовні або тиску від однолітків. Самостійна робота дозволяє дітям відчувати більший контроль над своїм навчанням.

Усі опитані педагоги мали думку на цей рахунок, що свідчить про їх досвід та розуміння навчального процесу.

Тому це питання показало, що методи самостійної роботи є найменш стресовими для учнів під час навчання в умовах невизначеності. Це підкреслює важливість надання учням можливості працювати самостійно, планувати свій час та відповідати за своє власне навчання.

На питання № 9 «Як діти реагують на зміну навчального розкладу або режиму дня?», було отримано наступні відповіді:

Позитивно - 17%;

Негативно - 33%;

Нейтрально - 50%;

не знаю - 0 відповідей.

На думку педагогів, невелика частина учнів, 17%, сприймає зміни в розкладі або режимі дня позитивно. Це може бути пов'язано з тим, що деяким учням подобаються новітні досвіди, вони адаптуються до змін швидко і цінують варіативність в їхньому режимі дня. Трохи більша частина дітей, (33%), відчуває стрес або розчарування при зміні розкладу. Зміни можуть викликати почуття нестабільності або нестачі прогнозованості. Діти часто потребують стабільності і рутини для почуття безпеки та комфорту.

Більшість учнів, (50%), реагують на зміни в розкладі або режимі дня без особливих емоцій. Можливо, вони вже звикли до змін у своєму житті або мають різноманітні стратегії справляння зі стресом, які допомагають їм адаптуватися. Всі педагоги мали конкретну думку стосовно цього питання, що свідчить про їх залученість та спостережливість у взаємодії з учнями.

На основі цього можемо зауважити, що зміни в навчальному розкладі або режимі дня можуть викликати різноманітні реакції серед учнів. Важливо для педагогів розуміти, як зміни впливають на дітей, щоб надавати необхідну підтримку та допомогу при потребі. Також це підкреслює важливість збереження певної стабільності та прогнозованості в розкладі для дітей, особливо для тих, хто може мати труднощі з адаптацією до змін.

На питання № 10 «Як часто вчителі проводять різноманітні заходи, спрямовані на адаптацію дітей до школи в умовах невизначеності?», було отримано наступні відповіді:

дуже часто - 10%;

часто - 23%;

не дуже часто - 33%;

рідко - 30%;

не знаю - 3%.

Невелика частина педагогів (10%), регулярно займається проведенням таких заходів. Це може вказувати на наявність досвідчених вчителів, які вважають цю практику дуже важливою для допомоги дітям у адаптації. Деяка частина педагогів, (23%), проводить такі заходи часто, підтримуючи дітей в їхньому процесі адаптації. Ще 33% надали відповідь «Не дуже часто», що може свідчити про те, що декілька педагогів можуть мати обмежені ресурси, знання або час для організації систематичних заходів з адаптації.

Значна частина педагогів (30%), рідко проводить спеціалізовані заходи для адаптації дітей. Це може бути пов'язано з відсутністю належного навчання, ресурсів або визнання інших методів як більш ефективних. Невелика частина педагогів (3%), не має відомостей про цю тему або не відчуває впевненості в наданні конкретної відповіді.

Тому очевидно, що адаптація дітей до шкільного життя, особливо в умовах невизначеності, є важливим аспектом освітнього процесу. Однак результати показують, що не всі педагоги регулярно проводять спеціалізовані заходи для підтримки цього процесу. Це може свідчити про потребу в додатковому навчанні педагогів та розробці програм підтримки адаптації дітей у шкільному середовищі.

Отже, ми визначили, що відповіді опитаних педагогів надають багато корисної інформації стосовно дітей. Найбільше дітей відчувають певну негативність у ставленні до таких умов навчання, з ними слід працювати в першу чергу. Однак звертає на себе увагу те, що більш ніж 43% опитаних відзначають

позитивне чи трохи позитивне ставлення, що свідчить про можливість адаптації. Більшість дітей потребують часу для адаптації (47%) або відчують труднощі з адаптацією (37%), це вимагає від педагогів додаткових зусиль для підтримки. 70% педагогів використовують регулярне спілкування і методи психологічної підтримки. Це свідчить про активну участь педагогів у процесі адаптації учнів. Найбільш ефективним чинником є підтримка друзів і вчителів (63%). Психолого-педагогічна підтримка відіграє ключову роль у подоланні стресу. Технології та заняття з фізичної культури є домінуючими інструментами, що використовують педагоги (по 40%). Загалом, понад 46% дітей взаємодіють позитивно чи трохи позитивно, але майже чверть (23%) має деякі труднощі у спілкуванні. Групові заняття є найбільш ефективними (50%) у контексті адаптації дітей до школи. Методи самостійної роботи (53%) виявилися найменш стресогенними для дітей. Найбільше дітей реагують нейтрально (50%), але є і ті, кого це напружує (33%). Велика частина вчителів (63%) не проводять такі заходи часто або дуже часто, це може свідчити про необхідність додаткового мотивування або навчання педагогів.

Стосовно опитування батьків, то із 30 опитаних респондентів, 87% - особи жіночої статі, 13% - особи чоловічої статі (рис.4).

30 ответов

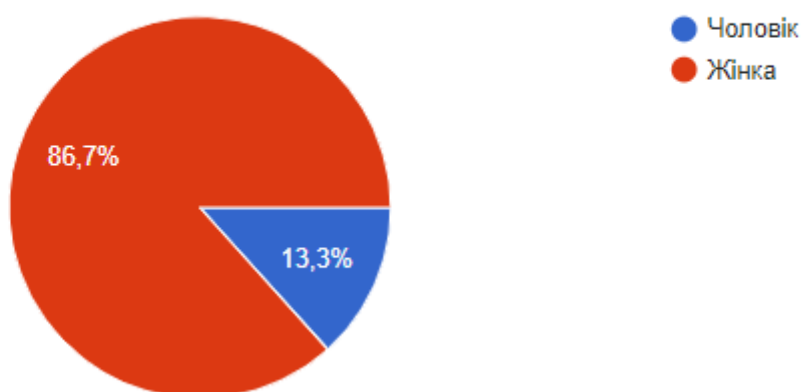


Рис. 4. Гендерний поділ опитаних батьків

На питання № 1 «Як ви оцінюєте період адаптації вашої дитини до школи?», було отримано наступні відповіді:

легкий - 33%;
середній - 50%;
складний - 13%;
не знаю - 3%.

Відповіді батьків показують, що для більшості учнів (83%) процес адаптації до школи був відносно позитивним («легкий» або «середній»). Це свідчить про ефективну роль школи у підтримці процесу переходу від дошкільного життя до шкільного. Проте, 13% відповідей «складний» вказують на те, що деякі діти можуть мати труднощі з адаптацією до школи, що може потребувати більшої уваги або психолого-педагогічної підтримки.

На питання № 2 «Як дитина сприймає зміну звичного режиму дня на шкільний?», було отримано наступні відповіді:

з радістю - 33%;
зі скаргою - 10%;
без особливих емоцій - 50%;
не знаю - 7%.

Більшість батьків (83%) відзначили, що їхні діти адаптуються до нового шкільного режиму дня без особливих емоцій або з радістю. Це може бути показником того, що шкільний режим дня відповідає потребам більшості дітей, та що вони адаптуються до нового розпорядку без значних труднощів. Однак, важливо звернути увагу на 10% відповідей «зі скаргою». Це може свідчити про потребу в додатковій підтримці або зміні підходу для цієї групи дітей. Наприклад, це може включати індивідуалізований підхід до переходу на шкільний режим або додаткову підтримку з боку батьків або вчителів.

Ці дані важливі для оцінки ефективності шкільного середовища та можуть допомогти школам і батькам в адаптації дітей до нових рутин та змін.

На питання № 3 «Чи зустрічається у вашої дитини неохайність у поведінці або відношенні до навчання?», було отримано наступні відповіді:

Так - 7%;
Ні - 40%;

Інколи - 47%;

не знаю - 7%.

Ми отримали 7% відповідей «так» та 47% відповідей «інколи», які можуть вказувати на те, що деякі діти можуть мати проблеми зі зосередженістю, мотивацією або організацією в навчальному процесі. Це може бути пов'язано з різними чинниками, включаючи ступінь зрілості дитини, особистісні характеристики, або спосіб, яким матеріал подається. Ці дані можуть надати основу для подальшого обговорення з вчителями та батьками щодо можливих стратегій підтримки.

На питання № 4 «Як дитина взаємодіє зі своїми однолітками та вчителем?», було отримано наступні відповіді:

Позитивно - 80%;

Негативно - 7%;

Нейтрально - 10%;

не знаю - 3%.

Переважає більшість, 80% позитивних відповідей показують, що більшість дітей мають гарні відносини зі своїми однолітками та вчителями. Однак, 7% негативних відповідей можуть вказувати на те, що деякі діти можуть мати проблеми з соціальною взаємодією або встановленням відносин з іншими. Це може вимагати додаткового вивчення та, можливо, психолого-педагогічної підтримки.

На питання № 5 «Чи відчуває ваша дитина перевантаження у школі?», було отримано наступні відповіді:

Так - 7%;

Ні - 57%;

Інколи - 33%;

не знаю - 3%.

Ми отримали 7% відповідей «так» та 33% відповідей «інколи», які можуть вказувати на те, що деякі діти можуть відчувати перевантаження в школі. Перевантаження може бути пов'язане з високим обсягом навчального матеріалу,

зміною режиму дня, соціальними взаємодіями або емоційними викликами, пов'язаними з переходом до шкільного життя. Це може вимагати уваги з боку батьків та вчителів, щоб допомогти дітям адаптуватися та справлятися з навчальним навантаженням.

На питання № 6 «Чи потребує ваша дитина додаткової допомоги в навчанні?», було отримано наступні відповіді:

Так - 20%;

Ні - 43;

Часто - 7;

Інколи - 30%

не знаю - 0 відповідей.

Половина, тобто, 20% відповідей «так» та 30% відповідей «інколи» можуть свідчити про те, що деякі діти потребують додаткової допомоги з боку батьків або вчителів для успішного освоєння навчального матеріалу. Це може бути пов'язано з різними чинниками, включаючи індивідуальний стиль навчання дитини, обсяг та складність навчального матеріалу, а також можливі виклики у концентрації або у роботі з інформацією. Ці дані можуть стати сигналом для школи про необхідність надання додаткової підтримки або ресурсів для допомоги таким дітям.

На питання № 7 «Як батьки можуть допомогти дитині адаптуватись до шкільного життя?», було отримано наступні відповіді:

створити стабільність у домашньому середовищі - 7;

сприяти розвитку інтересів у позашкільний час - 13;

бути уважними до проблем дитини та шукати спільні рішення - 30%;

обираю всі варіанти - 50%.

Відповіді на це питання показують, що батьки можуть використовувати різні стратегії для підтримки своєї дитини в період адаптації до школи. 30% респондентів вказали на важливість уважної присутності і шукають спільні рішення, що відображає важливість емоційної підтримки і співпраці з дитиною. 13% відзначили необхідність сприяти розвитку інтересів у позашкільний час, що

може допомогти дитині знайти заняття, яке вона полюбить і яке компенсує їй напруження шкільного життя. 7% респондентів вказали на створення стабільності у домашньому середовищі, яка є важливою для забезпечення відчуття безпеки та комфорту для дитини. Наполовину респондентів обрали всі варіанти, що вказує на широкий спектр підходів, які батьки можуть використовувати для підтримки своєї дитини.

На питання № 8 «Як вчителі можуть допомогти дитині адаптуватись до шкільного життя?», було отримано наступні відповіді:

створити сприятливу атмосферу в класі - 20%;

давати можливість проявити творчість та індивідуальність - 17%;

вчасно інформувати батьків про навчальний процес - 17%;

обираю всі варіанти - 47%.

Тут ми бачимо, що респонденти також бачать різні стратегії, які вчителі можуть використовувати для підтримки дитини. 20% відзначили важливість створення сприятливої атмосфери в класі, що відображає значення позитивного та підтримуючого навчального середовища. 17% вказали на необхідність давати дітям можливість проявити творчість та індивідуальність, що відображає важливість врахування унікальності кожної дитини в навчальному процесі.

Ще 17% вказали на важливість вчасного інформування батьків про навчальний процес, що може сприяти ефективній співпраці між школою та домом. 47% респондентів обрали всі варіанти, що, як і у випадку з батьками, показує широкий спектр стратегій, які вчителі можуть використовувати для підтримки дитини.

На питання № 9 «Які ресурси дитина використовує для підтримки своєї психічної стійкості в школі?», було отримано наступні відповіді:

розвивати свої захоплення - 37%;

шукати підтримку у друзів та родини - 37%;

використовувати медитацію або релаксацію - 3%;

обираю всі варіанти - 23%.

За результатами опитування, більшість респондентів (73%) вказали на важливість розвитку захоплень та підтримки друзів і сім'ї як ключових ресурсів для підтримки психічної стійкості дитини в школі. Це підтверджує, що психолого-педагогічна підтримка і персональні інтереси можуть бути суттєвими ресурсами для підтримки психологічного здоров'я дитини.

Тільки 3% респондентів вказали на використання медитації або релаксації, що може відображати низьку освіченість або доступність цих практик у контексті школи. 23% респондентів вказали на використання всіх перелічених ресурсів, що свідчить про багатогранність підходів до підтримки психічної стійкості.

На питання № 10 «Яка допомога з боку школи була найбільш корисною для вашої дитини під час адаптації до школи?», було отримано наступні відповіді:

підтримка вчителів - 60%;

підтримка психолога школи - 7%;

організація вступних ігор та заходів для знайомства з однолітками - 0 відповідей;
обираю всі варіанти - 33%.

Більшість респондентів (60%) вказали на підтримку вчителів як на найбільш корисну допомогу з боку школи під час адаптації дитини до школи. Це відображає значення взаємодії з вчителями і підтримки з їхнього боку в процесі адаптації до школи. Відносно невелика кількість респондентів (7%) вказали на підтримку психолога школи, що може відображати недостатню взаємодію або доступність шкільного психолога.

Співвідношення 33% респондентів, які вказали на використання всіх перелічених ресурсів, показує, що комбінований підхід може бути найефективнішим для підтримки адаптації дитини до школи. Нульова відповідь на варіант про організацію вступних ігор та заходів для знайомства з однолітками може свідчити про відсутність таких ініціатив або їх недостатню ефективність в контексті цієї школи.

Отже, дане опитування батьків надає важливу інформацію про процес адаптації дітей до школи. Результати дозволяють зрозуміти, які чинники є ключовими для успішної адаптації дитини до шкільного середовища з точки зору батьків.

Зокрема, більшість батьків оцінили період адаптації як середній або легкий, що вказує на позитивний перший досвід у школі. Також це свідчить про наявність підтримки або адекватних ресурсів для переходу до шкільного життя. Майже половина респондентів зазначили, що їхні діти інколи демонструють неохайність. Це може свідчити про потребу в додаткових ресурсах або методах для підтримки мотивації та зацікавленості дітей у школі.

Значна більшість батьків відмітили позитивне ставлення своєї дитини до однолітків та вчителів, що є дуже позитивним результатом. Приблизно третина батьків відзначили, що їхні діти іноді відчувають перевантаження у школі, і майже третина зазначили, що їхні діти інколи потребують додаткової допомоги в навчанні. Це може вказувати на потребу в більшій підтримці та ресурсах для дітей в школі.

Розвиток захоплень та психолого-педагогічна підтримка були названі основними ресурсами для підтримки психічної стійкості. Більшість батьків вказали на важливість підтримки вчителів під час адаптації дитини до школи. Це підкреслює значення взаємодії вчителя і учня.

В цілому дане опитування підтверджує важливість спільної роботи батьків, вчителів і школи для забезпечення успішної адаптації дитини до школи. Результати також можуть бути використані для виявлення областей, які потребують додаткової уваги та ресурсів.

Отже, на основі аналізу трьох отриманих анкет, ми можемо зрбити висновки, що адаптація дітей до навчання в умовах невизначеності є викликом як для учнів, так і для педагогів. Важливо звернути увагу на методи та підходи, які можуть підтримати дітей у цьому процесі, зокрема через психолого-педагогічну підтримку, адаптивні методи навчання та підвищення кваліфікації педагогів.

Також серед 30 дітей 6-7 річного віку нами було застосовано проєктивний тест особистісних відношень, соціальних емоцій і ціннісних орієнтацій «Будиночки» О. А. Орехової (ДОДАТОК Г). Він допомагає аналізувати відношення дитини до оточуючого світу, її сім'ї, друзів та себе самого. Тест пропонує дитині зобразити декілька будиночків, у яких проживають різні персонажі, і розповісти про них.

Відношення до себе:

- 60% дітей зобразили свій будиночок яскравим, великим і кольоровим, що свідчить про позитивне сприйняття себе.

- 25% дітей зобразили свій будиночок маленьким чи незавершеним, що може свідчити про невпевненість або певні комплекси.

- 15% дітей не могли описати свій будиночок або зображення було хаотичним.

Такі результати можуть означати, що більшість дітей у цьому віці має стійке та позитивне сприйняття себе, відчуває комфорт та прийняття своєї особистості. Яскраві та великі будиночки, які вони малюють для себе, можуть символізувати їхнє бажання виділитися, бути поміченими та відчувати себе впевнено у світі навколо. Однак, є частина дітей, яка відчуває деякі труднощі з самоідентифікацією. Маленькі чи незавершені будиночки можуть відображати їхнє відчуття невпевненості, самоцінки нижче середнього або відчуття, що їх особистість ще формується. Можливо, ці діти потребують додаткової підтримки з боку дорослих, щоб розвивати позитивний образ себе.

Ті діти, які виявили труднощі з описом свого будиночка або малювали його хаотично, можуть переживати внутрішні конфлікти або бути в стані розриву між реальністю та своїми бажаннями. Хаотичність зображення може свідчити про нестабільне емоційне середовище або дезорієнтацію у власних почуттях і думках.

Для педагогів та психологів ці результати можуть стати сигналом до того, щоб звертати особливу увагу на дітей, які мають певні виклики у

самосприйнятті, надавати їм підтримку та допомагати знаходити способи позитивного самовираження.

Відношення до сім'ї:

- 70% дітей зобразили будиночок своєї сім'ї великим, з теплими кольорами, вказуючи на гармонійні відносини у сім'ї.

- 20% зобразили будинок з різними розділеними частинами, що може вказувати на конфлікти або роз'єднаність в сім'ї.

- 10% дітей не включили будиночок сім'ї в своє зображення.

Отримані результати можуть означати, що більшість дітей у цьому віці відчуває стабільність, безпеку та гармонію у відносинах з членами своєї сім'ї. Великі будиночки з теплими кольорами можуть символізувати комфорт, любов та підтримку, які вони отримують вдома. Це показник того, що дитина відчуває себе захищеною та підтриманою своєю сім'єю, і має позитивний образ сімейних відносин. Однак 20% дітей, які зобразили будинок з розділеними частинами, можуть переживати конфлікти або відчуття роз'єднаності з різними членами сім'ї. Це може свідчити про те, що в їх сім'ях існують певні проблеми або напруженості, які впливають на їхнє сприйняття сім'ї як єдиного цілого.

Ще 10% дітей, які не включили будиночок сім'ї до свого зображення, можуть відчувати відчуження від своєї сім'ї або, можливо, не вважають її ключовим компонентом свого життя на даний момент. Це може вказувати на важливі психологічні виклики або труднощі в спілкуванні з родиною.

Для спеціалістів у галузі психології та педагогіки важливо розуміти ці динаміки, щоб надавати підтримку дітям, які можуть мати труднощі в домашньому середовищі. Також це може бути сигналом для проведення консультацій з батьками та надання рекомендацій щодо підтримки гармонійних відносин у сім'ї.

Відношення до друзів:

- 65% дітей зобразили будиночки друзів поруч із своїм, підкреслюючи близькість та дружбу.

- 25% дітей розмістили будиночки друзів далеко від свого або за межами малюнка, вказуючи на відчуття відчуженості або невпевненості в дружбі.

- 10% дітей не зобразили будиночок друзів взагалі.

Ці результати можуть означати, що більшість дітей цього віку відчуває позитивні емоції та близькість у відносинах із своїми друзями. Для них дружба є важливим компонентом їхнього соціального середовища, і вони цінують зв'язки з однолітками. Розташування будиночків друзів поруч із власним будиночком може символізувати довіру, взаєморозуміння та гармонію у відносинах з друзями. Ще 25% дітей, які розташували будиночки друзів на значній відстані від свого або за межами малюнка, можливо, переживають певні складнощі у соціальному спілкуванні або не відчувають стабільності та довіри у відносинах з однолітками. Це може вказувати на потребу в додатковій підтримці або консультаціях, щоб допомогти їм розбудувати здорові соціальні взаємини. Також 10% дітей, які не включили будиночок друзів до свого малюнка, можуть не мати визначених друзів у даному періоді життя або відчувають певну ізольованість у своєму соціальному оточенні. Це може бути результатом переїзду, особливостей характеру або інших обставин.

Загалом, для педагогів та психологів важливо враховувати ці особливості при роботі з дітьми, адже вони можуть вказувати на потреби дитини в соціальному аспекті, на її переживання та відношення до оточуючих.

Ставлення до оточуючого світу:

- 50% дітей додали до свого малюнка додаткові елементи (дерева, сонце, квіти), показуючи позитивне сприйняття навколишнього світу.

- 30% зобразили темні хмари, дощ або інші негативні елементи, що може свідчити про тривогу або страхи.

- 20% дітей зосередили увагу виключно на будиночках, не додаючи жодних деталей оточення.

Помітно, що половина дітей цього віку має оптимістичний погляд на світ та відчуває радість та комфорт у своєму оточенні. Вони бачать красу в дрібницях і цінують природні елементи, такі як дерева, сонце та квіти. Це може вказувати

на здорове відношення дитини до навколишнього світу і на її адаптивні здібності. Ще 30% дітей, які додали негативні елементи до своїх малюнків, можливо, переживають певні внутрішні конфлікти, тривоги або страхи. Ці діти можуть відчувати невпевненість у майбутньому або мати певні переживання, пов'язані з їхнім досвідом спілкування з оточуючим світом. Для них може бути корисною допомога психолога або консультанта. Також 20% дітей, які зосередились виключно на будиночках, можуть бути більше зосереджені на особистих відносинах і менш уважні до деталей навколишнього середовища. Це може свідчити про їхню потребу в особистому просторі та внутрішніх рефлексіях. Також це може вказувати на те, що для них основний акцент лежить на відносинах з іншими людьми, а не на відношеннях з навколишнім світом.

Отже, ця методика допомогла нам отримати глибоке розуміння внутрішнього світу дітей та їхніх відносин з навколишнім середовищем.

Визначивши основні емоційні та психологічні тенденції, ми можемо визначити наступне:

- Діти, які зобразили свої будиночки яскравими та великими, мають позитивне відношення до себе та високу самооцінку. Натомість ті, хто вибрав темніші кольори або незавершені будівлі, можливо, потребують підтримки у формуванні позитивного самосприйняття.

- Малюнки дітей також відображали динаміку в їхніх сім'ях. Великість та кольорова палітра будиночків могла вказувати на гармонійні відносини в сім'ї, тоді як розділені частини будівель могли свідчити про потенційні конфлікти.

- Через місцеположення будиночків друзів ми зрозуміли, наскільки діти відчують себе близькими до своїх друзів та які у них відносини з ровесниками.

- Додавання додаткових елементів, таких як дерева, квіти або темні хмари, допомогло нам зрозуміти, як діти сприймають світ навколо себе та які у них емоційні відгуки на нього.

Ця методика «Будиночки» виявилася ефективним інструментом для діагностики психологічного стану дітей, їхніх відносин та відношення до оточуючого світу. Вона дозволяє нам підходити до кожної дитини індивідуально,

розуміючи її потреби та емоційні стани, що, в свою чергу, дає можливість надати найбільш ефективну підтримку та втручання, коли це потрібно. Такий аналіз результатів допомагає психологам та вчителям краще розуміти внутрішній світ дітей, їх страхи, радощі та переживання, а також виявити можливі проблеми в їх спілкуванні з оточенням.

Висновок до розділу 2

Опитування батьків щодо адаптації дітей до шкільного життя виявило ряд важливих особливостей, які заслуговують особливої уваги. Перш за все, дослідження показало, що для більшості батьків процес адаптації їхніх дітей виявився середнім або навіть легким. Така тенденція свідчить про позитивний перший досвід дитини у шкільному оточенні, а також про наявність достатніх ресурсів та підтримки під час переходу до нового етапу їхнього життя. Проте, важливо вказати, що майже половина опитаних батьків сказали про прояви неохайності у своїх дітей. Таке спостереження може свідчити про можливу потребу в додаткових методах стимуляції мотивації та зацікавленості дітей до шкільної діяльності. Щодо соціальних аспектів шкільного життя, велика більшість дітей має позитивне ставлення до своїх однолітків та педагогів. Такий показник є дуже обнадійливим, адже гармонійні відносини в колективі сприяють комфортній адаптації дітей. Водночас, певна частина батьків вказує на моменти перевантаження своїх дітей та потребу в додатковій академічній підтримці. Така інформація є сигналом для педагогів про необхідність адаптації навчального процесу з метою зниження академічного тиску та надання додаткової допомоги тим, хто її потребує. Батьки також підкреслюють роль захоплень та психолого-педагогічної підтримки як ключових чинників психічної стійкості дітей. Підтримка вчителів у процесі адаптації є дуже важливою, що підкреслює значущість конструктивної взаємодії між учителем і учнем.

У рамках проведеного дослідження серед 30 дітей 6-7 річного віку було використано проєктивний тест особистісних відношень, соціальних емоцій і ціннісних орієнтацій «Будиночки» О. А. Орехової. Завдяки цьому тесту ми отримали можливість глибше зрозуміти відношення дітей до себе, своєї сім'ї, друзів та оточуючого світу.

Стосовно самосприйняття дітей, 60% із них позитивно сприймають себе, що відображено у яскравих та великих будиночках. 25% можуть мати певні комплекси або відчуття невпевненості, засновані на маленьких чи незавершених будиночках, а 15% дітей мали труднощі з визначенням свого

«будиночка». Для педагогів та психологів такі дані є важливим сигналом до більш уважного ставлення до дітей, які можуть мати виклики у самосприйнятті. Щодо сімейних відносин, більшість дітей (70%) відображають гармонійні відносини у сім'ї, але 20% можливо відчують роз'єднаність чи конфлікти у сім'ї, а 10% взагалі не згадали про сім'ю. Спеціалісти у сфері психології та педагогіки повинні звертати увагу на такі динаміки, адже вони можуть сигналізувати про потенційні проблеми в домашньому оточенні дитини. У контексті дружніх відносин, більшість дітей (65%) відчують близькість і дружбу, проте 25% можуть відчувати відчуженість або невпевненість у своїх друзях. Для педагогів це вказівка на необхідність підтримки дитини у соціальній сфері. Щодо ставлення до навколишнього світу, половина дітей сприймає його позитивно, однак 30% можливо відчують тривогу або страхи, що відображено у негативних елементах малюнка, і 20% фокусуються лише на будиночках, не додаючи деталей оточення. Загалом, ці дані підкреслюють важливість глибокого розуміння емоцій та відношень дітей, що допоможе спеціалістам ефективно підтримувати їх у різних життєвих ситуаціях.

Отже, результати нашого дослідження наголошують на тому, що процес адаптації дітей до шкільного життя є комплексним і багатогранним, і він вимагає уважного підходу від батьків, педагогів та психологів. Адаптація до шкільного життя для більшості дітей є позитивним досвідом, але деякі з них можуть зіткнутися з проблемами у сфері самосприйняття, сімейних та дружніх відносин, тому з дітьми потрібно проводити відповідну роботу.

РОЗДІЛ 3.

ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ НА ОСНОВІ ОТРИМАНОВОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

3.1. Партнерська взаємодія школи і сім'ї

У сучасних соціокультурних реаліях співпраця між школою та родиною повинна базуватися на принципах партнерства. Ціль цього співробітництва полягає в тому, щоб інтегрувати батьків у процес виховання, забезпечуючи потрібні та достатні можливості для активної участі сім'ї в навчально-виховному процесі.

В рамках такого партнерства наші основні завдання включають [33]:

- формування партнерських стосунків з родинами учнів;
- мотивацію батьків до активної участі в організації освітнього процесу та управлінні шкільною діяльністю;
- встановлення ціннісних орієнтирів для спільної діяльності та визначення шляхів до їх досягнення;
- проведення досліджень, щоб визначити освітні потреби батьків та учнів і задовольнити їх;
- надання наукового, методичного та інформаційного супроводу для підвищення компетентності батьків в педагогічному вихованні.

На нашу думку, важливо, щоб педагогічні колективи шкіл сьогодні освоїли технології розробки моделі партнерського співробітництва з сім'єю та активізували залучення батьків до процесу формування соціального партнерства з метою психолого-педагогічної підтримки адаптації першокласників.

Партнерство в системі «сім'я - школа» є важливим видом соціального партнерства. Це взаємодія, зосереджена на спільних педагогічних цілях, яка спрямована на створення комфортного освітнього середовища для розвитку, виховання та соціалізації дитини. Партнерство сприяє об'єднанню зусиль педагогів, батьків та громадськості в інтересах дітей.

Враховуючи ці цілі, організаційно-педагогічні умови для побудови ефективного партнерства між школою і сім'єю включають [19]:

- Організацію соціально-педагогічної просвітницької роботи школи з сім'ями;
- Зміну цільових орієнтацій діяльності школи у роботі з сім'єю;
- Формування мотиваційної готовності педагогів і сімей до процесу взаємодії у формі соціально-педагогічного партнерства;
- Підготовку педагогічних кадрів до роботи у формі соціально-педагогічного партнерства з сім'ями.

Партнерство між сім'єю та школою передбачає добровільне залучення батьків до активностей, запропонованих педагогами, пріоритет суб'єкт-суб'єктної взаємодії, та власну активність батьків у бажанні до самовиховання, самоосвіти та розвитку батьківської компетентності.

Оцінка батьками якості навчання і виховання дітей у школі враховується та стає стимулом для педагогічної рефлексії шкільних досягнень та пошуку нових напрямків розвитку. Ефективне партнерство може бути досягнуте лише за умови готовності батьків до взаємодії зі школою на рівноправній основі, спираючись на розуміння, які завдання краще виконує школа, а які - сім'я.

На даний час, основними вимогами та принципами, які повинні сприяти ефективності партнерства між школою та сім'єю, є [42]:

- єдність дій учителів та батьків як ключових учасників навчально-виховного процесу;
- педагогічне співробітництво між вчителями та батьками, які об'єднують зусилля для досягнення спільної цілі - формування морально-духовної та життєво компетентної особистості, яка може вдало самореалізуватися в суспільстві як громадянин, член сім'ї, професіонал;
- постійний діалог як форма відносин між вчителями та батьками, що ґрунтується на осознаному прийнятті шкільних вимог та правил батьками, а також на поважному ставленні учителів до думок і пропозицій батьків;
- налагодження та розвиток взаємодії між педагогами та батьками з метою глибшого розуміння психології дитини та її поведінки;
- систематичне, багатоаспектне та детальне вивчення родини;

- гуманізація міжособистісних відносин, запобігання конфліктних ситуацій та оптимізація відносин між основними учасниками навчально-виховного процесу - вчителями та батьками, з основою на толерантності, розумінні, співчутті, відкритості, добровільності, спроможності до співпраці;
- структурована організація освіти батьків, підвищення їхніх психолого-педагогічних знань та компетентності, диверсифікація форм та методів педагогічної освіти.

У сучасних умовах актуальним є пошук нових підходів та змісту процесу співробітництва між школою та сім'єю як соціально-педагогічними партнерами.

Для успішної соціалізації дитини, партнерські відносини між сім'єю та школою мають критичне значення. Ось декілька підходів, які можна впровадити на практиці [53]:

1. Залучення батьків до навчального процесу. Подібне залучення може відбуватися через організацію регулярних зустрічей та семінарів для батьків, на яких вони зможуть дізнатися більше про методики навчання, емоційний стан своєї дитини, а також можливі проблеми в адаптації. Така взаємодія допоможе батькам краще розуміти шкільну програму та вимоги, а також буде сприяти розвитку довіри між сім'єю та педагогічним складом.

2. Створення комітету батьків. Така структура дозволить батькам активніше брати участь у житті школи, представляти інтереси всіх родин, а також співпрацювати з адміністрацією та вчителями в рішенні важливих питань.

3. Організація спільних заходів. Це можуть бути різноманітні заходи – від тематичних вечорів до спільних проєктів, де батьки та діти працюють разом. Така взаємодія підсилює комунікацію та розуміння між всіма учасниками освітнього процесу.

4. Індивідуальна робота із сім'єю. На основі результатів дослідження педагоги та психологи можуть надавати консультації батькам, допомагаючи їм розуміти особливості розвитку дитини, емоційний стан, а також допомагати в розв'язанні конкретних проблем.

5. Психологічна підтримка сім'ї. Школа може пропонувати консультативні сесії з психологом для тих сімей, де були виявлені певні проблеми або тривоги в дитини на основі результатів тесту.

6. Інформаційна взаємодія. Школа повинна регулярно інформувати батьків про академічний прогрес дитини, її соціальну активність та емоційний стан, використовуючи для цього різні засоби комунікації – від особистих листів до електронних повідомлень.

7. Підготовка педагогічних кадрів. Дуже важливо, щоб вчителі та інші працівники школи мали навички ефективного спілкування із батьками, розуміли їхні тривоги та побажання. Тому школа має організовувати тренінги та семінари, спрямовані на підвищення таких компетенцій у своєму персоналі.

8. Задіяння батьків у проектній діяльності. Запрошення батьків до участі в різних шкільних проектах (екологічних, культурних, наукових тощо) може зміцнити співпрацю та розуміння між дітьми, вчителями та батьками. Також це допоможе дітям побачити в своїх батьках не тільки опікунів, але й партнерів у навчанні.

9. Відкриті уроки. Регулярна організація відкритих уроків, на яких батьки можуть побачити, як проходить навчальний процес, сприятиме більшому розумінню між вчителями і батьками та допоможе зміцнити довіру до шкільної системи.

10. Анкетування батьків. Регулярне проведення анкетувань, де батьки можуть висловити свої думки, побажання та зауваження стосовно навчального процесу, допоможе школі адаптуватися до потреб учнів та їхніх сімей, а також розробляти стратегії співпраці, які будуть відповідати інтересам обох сторін.

Розвиток партнерських відносин між школою та сім'єю не тільки підвищує ефективність навчального процесу, але й створює сприятливе середовище для гармонійного розвитку кожної дитини. Забезпечення глибокого зв'язку між двома основними соціальними агентами дитини допомагає вирішувати потенційні конфлікти, роз'яснювати непорозуміння та працювати над спільними цілями. На основі цього хочеться підкреслити важливість партнерської взаємодії

між школою та сім'єю. Це ключ до гармонійного розвитку дитини, виховання її як повноцінного члена суспільства та підготовки до життя у взаємодії з різними соціальними групами.

В нашій школі ми розуміємо важливість залучення батьків до освітнього процесу та активно працюємо над створенням ефективних механізмів співпраці. Зокрема, ми організуємо регулярні зустрічі, на яких обговорюємо актуальні питання адаптації першокласників, особливості їхнього розвитку, методи взаємодії вдома та навчання. Також ми проводимо заняття, спрямовані на розвиток педагогічних навичок батьків, що допоможе їм краще розуміти та підтримувати своїх дітей у навчальному процесі. На постійній основі пропонуємо батькам можливість звертатися до класних керівників та психолога школи для консультацій з питань адаптації та виховання дітей. Ми активно запрошуємо батьків брати участь в культурних та спортивних заходах школи, а також в організації благодійних акцій та проектів. Також ми спонукаємо батьків і дітей працювати разом над проектами, які спрямовані на розвиток творчих здібностей, критичного мислення та соціальної відповідальності. Усі ці заходи спрямовані на підтримку адаптаційного процесу першокласників, розвиток їхніх соціальних, емоційних та пізнавальних здібностей. В результаті цієї взаємодії ми спостерігаємо покращення в адаптації дітей до шкільного життя, підвищення їхньої мотивації до навчання та активніше залучення батьків до шкільної спільноти.

3.2. Роль застосування методів арт-терапії в адаптації дітей до школи

У рамках нашого дослідження, ми зосередилися на вивченні психолого-педагогічних умов адаптації першокласників до шкільного навчання в умовах невизначеності та змін. Головною метою було виявлення чинників, які сприяють ефективному переходу дітей від дошкільного до шкільного середовища, з особливим акцентом на нестабільні часи.

Першим кроком було визнання важливості емоційної підтримки для дітей. Ми дійшли висновку, що стабільна емоційна підтримка від учителів та батьків є

критичною для забезпечення відчуття безпеки та впевненості у дітей, коли вони вступають у нове шкільне середовище. Важливість гнучких навчальних програм також була підкреслена, оскільки це дозволяє адаптувати навчання до індивідуальних потреб та рівня розвитку кожної дитини, що є особливо значущим в непевних умовах.

Також ми звернули увагу на соціалізацію та взаємодію серед дітей. Створення можливостей для соціалізації та співпраці між першокласниками вважається необхідним для розвитку навичок комунікації та взаємодопомоги. Іншим важливим аспектом було запровадження адаптаційного періоду. Поступове звикання дітей до шкільного життя допомагає зменшити стрес та тиск, що можуть супроводжувати цей перехід.

Індивідуалізоване навчання також виявилось ключовим чинником. Урахування індивідуальних особливостей кожної дитини в навчальному процесі, включаючи їх інтереси, стиль навчання та рівень готовності, дозволяє забезпечити більш ефективну адаптацію. Залучення батьків у процес адаптації, надаючи їм рекомендації та підтримку в домашньому навчанні, є ще одним важливим елементом.

Особливу увагу ми приділили психологічній підтримці. Надання доступу до шкільних психологів або консультантів, які можуть допомогти дітям впоратися з адаптаційними труднощами, визнано необхідним для забезпечення гладкої адаптації. Нарешті, ми виявили, що використання ігрових методик у навчанні допомагає знижувати стрес та розвивати навички через ігрову діяльність.

У підсумку, ці умови в сукупності формують фундамент для гладкої та ефективної адаптації першокласників до шкільного життя, особливо в умовах, що швидко змінюються та характеризуються невизначеністю.

Арт-терапія відіграє ключову роль у підтримці дітей під час їхнього переходу до шкільного життя. Через мистецьку діяльність діти можуть виразити свої емоції, страхи та очікування, що часто важко артикулювати словами. Такі методи сприяють розвитку комунікативних навичок, які є незамінними у

шкільному середовищі. Це також інструмент для підвищення самоповаги та впевненості в собі, особливо у ситуаціях, коли дитина стикається з новими викликами та необхідністю взаємодії з однолітками. Застосування арт-терапії може служити переходом між домашнім та шкільним життям, допомагаючи дітям адаптуватися до нового середовища. Через мистецькі заняття діти вчаться співпрацювати, слухати одне одного та взаємодіяти в групі, що є важливим для їх соціальної адаптації у школі [46].

Творчість допомагає краще визначати та оцінювати свої почуття, спогади, образи майбутнього, знаходити способи самокомунікації. Арт-терапія має очевидні переваги над іншими формами психотерапевтичної роботи, що засновані лише на вербальній комунікації [20]:

1. Майже будь-яка особа, незалежно від віку, культурного досвіду, соціального стану, може брати участь у арт-терапевтичній роботі, яка не вимагає від неї особливих навичок або таланту до мистецтва.

2. Арт-терапія є способом переважно невербальної комунікації, що робить її особливо корисною для тих, хто не досконало володіє мовою, має складнощі з вербальним описом своїх переживань, або, навпаки, надмірно зв'язаний з мовним спілкуванням.

3. Образотворча діяльність є потужним засобом для зближення людей, вона створює своєрідний «міст» між спеціалістом та клієнтом, що особливо важливо у ситуаціях взаємної відчуженості, при важкостях у налагодженні контактів, у розмовах про складні теми.

4. Образотворча діяльність часто дозволяє обійти «цензуру свідомості», тому вона надає унікальну можливість для використання несвідомих процесів, вираження та актуалізації скрихованих ідей і станів, тих соціальних ролей, які знаходяться у «пригніченому» стані або слабо проявляються в повсякденному житті.

5. Арт-терапія є засобом вільного самовираження і самопізнання. Вона має «інсайт-орієнтований» характер, створює атмосферу довіри, високої толерантності та уваги до внутрішнього світу людини.

6. Результати образотворчої діяльності є об'єктивними показниками настроїв та думок людини, що дозволяє використовувати їх для ретроспективної, динамічної оцінки стану, проведення відповідних досліджень і порівнянь.

7. Арт-терапевтична робота, як правило, викликає у людей позитивні емоції, допомагає подолати апатію і безініціативність, формувати більш активну життєву позицію, впевненість у своїх силах, автономність та особистісну задоволеність.

Специфіка застосування арт-терапевтичних технік в освітньому процесі сучасних шкіл в якості інноваційних засобів розвитку та виховання учнів включає рішення ряду діагностичних, психотерапевтичних, виховних, розвиваючих та корекційних завдань [37]:

1. Діагностика. У рамках арт-терапевтичних занять педагог має змогу отримати дані про розвиток та унікальні риси кожного учня. Спостерігаючи за учнями під час навчання і поза ним, вчитель може детальніше пізнати їхні інтереси, ціннісні орієнтації, заглянути у внутрішній світ, відчути унікальність кожного вихованця, а також ідентифікувати проблеми, що вимагають корекції. Процес арт-терапевтичних занять допомагає легко виявити характер міжособистісних взаємин, визначити внутрішні, глибоко сидячі проблеми особистості.

2. Психотерапія. «Терапевтичний» ефект можна досягнути через творчий процес, що створює атмосферу емоційної теплоти, доброзичливості, емпатичного спілкування, визнання цінності особистості іншої людини, її почуттів, досвіду, турботи про неї. У процесі роботи учні відчувають психологічний комфорт, захищеність, радість, успіх, що мобілізує терапевтичний потенціал емоційної сфери дитини.

3. Виховання. Виконуючи завдання з елементами арт-терапії у груповій роботі, учні навчаються працювати та взаємодіяти в колективі, отримують навички адекватного спілкування, співчуття, розуміння, поваги, допомоги, що позитивно впливає на формування стабільного, дружного колективу, морально-

етичних загальнолюдських цінностей. В рамках арт-терапевтичної діяльності встановлюються відкриті, довірливі відносини як з однолітками, так і з вчителем.

4. Розвиток. Завдяки використанню різних форм художньої експресії створюються умови, при яких кожен учень відчуває успіх у різних сферах діяльності, самостійно впорається з поставленими завданнями. Це породжує «ситуацію успіху», яка сприяє формуванню в дітей відчуття задоволення, віри у власні сили, достоїнства та самоцінності. Молодші школярі вчаться виражати свої емоції словами, бути відкритими у спілкуванні.

5. Корекція. Досить ефективно проводиться корекція образу «Я», який раніше міг бути спотвореним, покращується самооцінка, зникають неадекватні форми поведінки, вдосконалюються способи взаємодії з іншими людьми. Особливо корисними можуть бути результати роботи з молодшими школярами, у яких спостерігаються відхилення у розвитку емоційної та вольової сфери, оскільки арт-терапевтична діяльність допомагає знизити рівень тривожності, агресії, страхів, сорому та гіперактивності учнів [6].

Розглядаючи потенціал арт-терапії в освітньому та виховному процесах, важливо звернути увагу на різноманітність способів його застосування [51]:

- Казкотерапія стимулює розвиток творчого потенціалу, розкриває світогляд, сприяє самопізнанню та самореалізації, покращує взаємозв'язок з оточуючою реальністю, формує здатність витримувати негативний емоційний вплив соціального середовища.

- Лялькотерапія дозволяє ідентифікувати мотиви, підсвідомі бажання, характерні риси особистості та моделі поведінки; позитивно впливає на розвиток особистості, підвищує самооцінку, корегує емоційну сферу, стимулює розвиток внутрішньої мотивації та гнучкість у прийнятті рішень.

- Ізотерапія – це спонтанне художнє зображення, яке допомагає відчувати, розуміти себе і вільно виражати свої думки та емоції, відображає сучасний стан і допомагає моделювати майбутнє; позитивно впливає на активізацію взаємодії абстрактного та образного мислення, розвиває психологічні процеси (зір, увагу, пам'ять, уяву, рухову координацію, мову).

- Фототерапія – це процес творчого самовираження, який сприяє розвитку, зціленню і адаптації, покращує взаємодію з соціумом, веде до досягнення позитивних психосоціальних ефектів, самореалізації та самовиявлення особистості.

- Тілесно-орієнтована терапія (активні рухові вправи, вербальні методи вивільнення емоцій, різні техніки тілесної дії) розкриває усвідомлення свого фізичного стану та непомітних тенденцій, потреб і конфліктів, розвиває взаємодію та груповий контакт, сприяє розвитку самосвідомості та самопізнання, покращує самопочуття і зміцнює психічне здоров'я.

- Музикотерапія використовується для стимулювання психічного розвитку (збільшення соціальної активності, отримання нових форм емоційної експресії, полегшення засвоєння позитивних установок), регулювання психофізіологічних процесів, корекції темпу діяльності.

- Драматерапія надає можливість самовизначитись та відтворити нові ролі, альтернативні поведінкові стилі через драматичну дію-гру.

Вказані вище підходи можуть бути використані як у групових, так і в індивідуальних формах роботи, при цьому більша ефективність спостерігається в групових сесіях арт-терапії, оскільки вони допомагають розвивати соціально значимі навички, формують гармонійне сприйняття себе і сприяють утвердженню особистісної самобутності. Завдяки взаємодії і підтримки в групі, дитина має можливість оцінити вплив своїх дій на інших, освоїти нові ролі, розширити комунікативні вміння і навички, а також навчитися адаптації.

Щоб методи арт-терапії були ефективно впроваджені у навчальний процес початкової школи, вони мають бути не складними, продуктивними, такими, що не створюють складностей для виконання дітьми. При цьому вони мають бути зацікавлюючими, оригінальними, викликати приємні емоції в дітей і бути незвичайними, щоб стимулювати їх активність.

У рамках нашого дослідження ми організували серію арт-терапевтичних занять для дітей, які виявляли труднощі в адаптації до шкільного життя. Метою цих занять було створення безпечного простору для виразу емоцій, допомога

дітям у розумінні та обробці своїх переживань, а також залучення батьків у процес адаптації своїх дітей. На кожному занятті діти отримували завдання створити малюнок на певну тему, зокрема, «Мій перший день у школі», «Моя сім'я», «Мої друзі». Після завершення роботи діти мали можливість обговорити свої малюнки, висловити свої емоції та почуття. Це допомогло їм краще розуміти себе, свої переживання та страхи.

Батьків також активно залучали до процесу, проводячи спільні арт-терапевтичні заняття з дітьми. Це допомогло покращити взаєморозуміння між дітьми та їхніми батьками, а також поглибити емоційний зв'язок у сім'ї.

Після завершення серії занять ми знову провели діагностику стосовно адаптації дітей до шкільного життя. Виявилось, що кількість дітей, які мають труднощі в адаптації, зменшилася на 20%. Більшість з них зазначили, що почувалися краще після занять, отримали підтримку та розуміння від своїх батьків, а також навчилися виражати свої емоції через мистецтво. Зокрема, використання арт-терапії допомогло дітям стати впевненішими, відкрити свої переживання і відчуття, а також зміцнити відносини з родиною. Співпраця з родиною і спеціальні заняття з використанням арттерапії дійсно сприяли покращенню процесу адаптації дітей до школи.

Підсумовуючи, можна сказати, що застосування арт-терапії у навчальному процесі має значний вплив на психічне здоров'я молодших школярів; сприяє формуванню їх психологічної стійкості; допомагає подолати навчальні, комунікативні, емоційні і сімейні труднощі, зменшує страхи і перешкоди, стрес, тривогу, сором, внутрішню замкнутість, гіперактивність, нестриманість. Впровадження методів арт-терапії у навчальний процес сприяє розвитку творчих здібностей учнів, розширенню їх емоційного світу, поглибленню світогляду, активізації уяви та мислення. Ці методи допомагають дітям краще зрозуміти себе і свій світ, адаптуватися до нових обставин, навчитися встановлювати взаємини і спілкуватися з однолітками, вчителями, батьками. Арт-терапія в навчальному процесі допомагає формувати гармонійно розвинуту особистість, психологічно стабільну, здорову і духовно багату. Мистецтво є доступним для всіх,

ефективним і безпечним. Сучасний педагог має створити необхідні умови для гармонійного розвитку особистості, зміцнення її соціального здоров'я, орієнтованості на досягнення морально-психологічного, духовного балансу з навколишнім середовищем і особистим «Я», гармонії з самим собою і світом навколо.

Висновок до розділу 3

Розділ 3 фокусується на практичних рекомендаціях, розроблених на основі детального аналізу проведеного дослідження, яке спрямоване на розуміння та оптимізацію ролі взаємодії між сім'єю та шкільною системою в контексті адаптації дітей до шкільної освіти.

Зокрема, нами наголошено на значущості стратегічного партнерства між сім'єю та освітніми установами. Обидва ці соціальні інститути відіграють роль у формуванні психологічного та соціального довкілля дитини. Підтримка збалансованої та продуктивної взаємодії між ними є вітальною для забезпечення повноцінного розвитку дитини і сприяє її безперервній інтеграції в навчальний процес. Отже, стратегічна кооперація між сім'єю та школою є ключовою для забезпечення оптимальних умов для освітнього та соціального розвитку дитини.

Також ми розглядаємо потенціал арт-терапії як інноваційного підходу в контексті адаптаційного процесу дітей до шкільної освіти. Дослідження вказує на те, що творчі методики арт-терапії можуть служити ефективними засобами підтримки дітей під час їх переходу до нового освітнього середовища. Мистецтво надає дітям інструменти для виразу своїх емоцій, думок та аспектів особистісного розвитку, що сприяє підвищенню їх комунікативної компетентності та соціальної адаптації.

Отже, можемо підкреслити, що сумісні зусилля сім'ї та школи, разом із застосуванням методик арт-терапії, виявляються дієвими механізмами, що сприяють ефективній адаптації дітей до шкільної реальності.

ВИСНОВКИ

Аналіз психолого-педагогічної літератури дозволив визначити суть дефініції «адаптації до школи», виявити основні ознаки цього процесу, а також вивчити особливості адаптації дітей в умовах невизначеності.

1. У ході нашого дослідження ми виконали кілька ключових завдань, спрямованих на вивчення адаптації першокласників до школи в умовах невизначеності. Перше завдання полягало у глибокому аналізі психолого-педагогічної літератури. Ми ознайомились з широким спектром джерел, які висвітлюють питання адаптації дітей до шкільного навчання, з особливим акцентом на вплив невизначених умов, таких як соціальні зміни, інновації в освіті, чи пандемічні обставини.

Адаптація до школи - це значний перехідний момент в житті дитини, який включає зміну середовища та соціальних ролей. Початок шкільного життя ставить перед дитиною нові виклики, в тому числі необхідність засвоїти навички саморегуляції, взаємодії з однолітками та вчителями, а також освоєння нового навчального матеріалу. В умовах невизначеності, такої як незвичний графік через військові події, часта зміна навчального середовища, власне військові події, вимушене переселення, процес адаптації може стати ще складнішим.

2. Наступним кроком було визначення ключових умов, які сприяють успішній адаптації дитини до шкільного середовища. Ми виявили, що такі фактори, як емоційна підтримка з боку батьків та вчителів, індивідуалізовані навчальні підходи, гнучкість навчальних програм, ігрові методики навчання, соціальна інтеграція у шкільному колективі, та доступність психологічної підтримки є критично важливими для забезпечення плавного переходу дитини від дошкільного до шкільного життя. Наше дослідження включало 4 методики: 3 авторські анкети по 10 питань для дітей, педагогів та батьків та Методику «Будиночки» О.А. Орехової, після чого було зроблено аналіз отриманих даних. Загалом, було виявлено такі умови психолого-педагогічної підтримки першокласників під час адаптації до школи: партнерство сім'ї і школи, підготовка

вчителів, використання арттерапевтичних методик при проведенні занять, що може суттєво впливати на покращення адаптації дитини до школи.

Зокрема, опитування дітей показало нам, що більшість учнів 6-7 років відносяться позитивно до школи і навчання. Це може вказувати на ефективність процесів адаптації та впроваджених методик підтримки. Учні демонструють спроможність адаптуватися до нових завдань, предметів та матеріалів. Це показує, що діти сприймають школу як місце для навчання і розвитку, а не лише як нове та незвичайне середовище.

Відповіді опитаних педагогів надали корисну інформацію про відчуття та переживання дітей щодо їхньої адаптації до умов навчання. Виявилось, що більшість дітей відчуває певну негативність, тому в першу чергу необхідно працювати з ними. Майже половина дітей (43%) ставляться до школи позитивно або дещо позитивно, що вказує на потенціал адаптації. Однак, більшість (47%) потребують часу для адаптації, а 37% відчувають труднощі. Це зумовлює необхідність зусиль з боку педагогів у підтримці учнів. 70% вчителів активно допомагають у цьому процесі, використовуючи спілкування та психологічну підтримку. Найефективнішими виявились підтримка друзів і вчителів (63%). Педагоги часто застосовують технології та фізичну культуру (обидва по 40%) у навчанні. Близько половини дітей (46%) добре взаємодіють з іншими, але 23% мають труднощі у спілкуванні. Групові заняття (50%) та самостійна робота (53%) виявились ефективними у адаптації, хоча 33% дітей відчувають напруження під час самостійної роботи.

Опитування батьків у нашому дослідженні виявило, що більшість оцінюють адаптацію своїх дітей до школи як середню або легку, що вказує на ефективність освітнього процесу та достатність ресурсів для адаптації. Майже половина батьків помітили у дітей неохайність, що може сигналізувати про потребу в мотивації чи додатковій підтримці. Половина батьків зазначили, що їхні діти мають позитивне ставлення до однолітків та вчителів, що є важливим для соціалізації та навчання. Третина батьків відзначають, що діти відчувають перевантаження та іноді потребують додаткової допомоги, що вимагає

збільшення підтримки. Важливість захоплень та психолого-педагогічної підтримки також була відзначена як ключові елементи для підтримки психічної стійкості дітей. Батьки підкреслюють роль вчителів у адаптації дітей до школи.

У підсумку, дане опитування робить акцент на важливості колективної роботи батьків, вчителів та школи для забезпечення успішної адаптації дитини до школи. Воно також дає змогу виявити ті області, які потребують додаткової уваги та ресурсів, і в цілому допомагає школам краще розуміти та задовольняти потреби своїх учнів.

Застосування методики «Будиночки» Орехової допомогло нам зрозуміти емоційний і психологічний стан дітей. Малюнки відображали самоприйняття і самооцінку дітей: яскраві і великі будинки зазвичай вказували на високу самооцінку, тоді як темні або незавершені - на низьку. Взаємини в сім'ї також проявлялися у малюнках, де великі та яскраві будинки сигналізували про гармонію, а розділені частини - про потенційні конфлікти. Розташування будинків друзів на малюнку давало змогу оцінити соціальне оточення дитини. Додаткові елементи, такі як дерева чи квіти, допомагали розуміти відношення дитини до світу. Методика «Будиночки» виявилася ефективним інструментом для психологів і вчителів, дозволяючи краще розуміти внутрішній світ дитини та забезпечувати індивідуалізовану підтримку.

Основною проблемою, виявленою в нашому дослідженні, є відсутність координації між школою та сім'єю. Партнерська взаємодія між ними визнана ключовою для підтримки адаптації першокласників. Ми також виявили ефективність арт-терапії у підтримці дітей. На основі цих знахідок ми розробили рекомендації для покращення психолого-педагогічної підтримки, включаючи зміцнення партнерства між школою та сім'єю та використання арт-терапії. Ці рекомендації спрямовані на допомогу педагогам, психологам, адміністрації шкіл та батькам у покращенні умов адаптації дітей до школи.

3. У підсумку, ці умови в сукупності формують фундамент для гладкої та ефективної адаптації першокласників до шкільного життя, особливо в умовах, що швидко змінюються та характеризуються невизначеністю.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Антонюк Л. В. Особливості роботи з обдарованими дітьми. *Шкільна бібліотека*. 2016. № 5. С.41-43.
2. Барко В.В., Панок Л.В., Лазаревський С.П. Психологопедагогічна діагностика творчого потенціалу особистості учня в навчально-виховному процесі: Методичні рекомендації. Тернопіль, 2000. 85 с.
3. Белік Л. А. Адаптація першокласників до школи. *Відкритий урок: розробки, технології, досвід*. 2012. № 6. С. 36–39.
4. Берник О. Н., Козак І. К.: Адаптаційні заняття для майбутніх першокласників, які не відвідують ДНЗ. Почат. навчання та виховання: наук.-метод. журн. 2009. № 27. С. 3-14.
5. Бех І. Д. Виховання особистості: підручник. Київ. Либідь, 2008. 848 с.
6. Бех І. Д. Вибрані наукові праці. Виховання особистості. Том 1. Чернівці: Букрек, 2015. 840 с.
7. Битянова М.Р. Адаптація дитини до школи: діагностика, корекція, педагогічна підтримка. Мн., 1997. 145 с.
8. Богуш А. М. Перші кроки грамоти: передшкільний вік : навч. посіб. Богуш А. М., Маліновська Н. В. Вид. 3-тє. Київ. Видавничий Дім «Слово». 2015. 424 с.
9. Богуш А. М. Педагогічні виміри Василя Сухомлинського в сучасному освітньому просторі : монографія. Вид. 2-е, доопрац. доп. Кам'янець-Подільський. Рута. 2018. 392 с.
10. Бондарчук О. Психологічні особливості прояву сором'язливості у дітей молодшого дошкільного віку. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки : зб. наук. праць. Київ. Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2020. Вип. 9 (54). С. 21-31.
11. Бухлова Н.Б. Обдарована дитина. Психологопедагогічний супровід. Київ: Шкільний світ, 2013. 104 с.
12. Вауліна О. М. Закордонний досвід у роботі з обдарованими дітьми. Початкове навчання та виховання. 2015. № 31-32. С.36-39.

13. Веретенко Т., Ярмоленко К. Соціально-педагогічна профілактика інтернетзалежності. *Актуальні питання гуманітарних наук: міжвузівський збірник наукових праць молодих вчених Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка*. 2018. Т. 1. С. 145-149.
14. Волобуєва Т.Б. Розвиток творчої компетентності школярів. Харків, 2005. 110 с.
15. Володарська М.О. Робота з обдарованими дітьми Харків : Основа, 2010. 190 с.
16. Вікова та педагогічна психологія: Навч. посіб. О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчу та ін. Київ. Просвіта, 2001. 416 с.
17. Гриценко Л.І. Трудове виховання в початковій школі: психологічні мішені виховних задач. *Актуальні питання педагогіки та психології: Збірник тез міжнародної науково-практичної конференції*. Харків. Східноукраїнська організація «Центр педагогічних досліджень», 2017. С. 124-127.
18. Дабіжа Л., Комарівська Н., Любчак Л. Інтегровані уроки читання та мистецтва як засіб розвитку творчих здібностей молодших школярів. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія : Педагогіка і психологія: Збірник наукових праць*. Вип. 66. 2021. С. 7-12.
19. Донін В.М. Психологія і педагогіка життєтворчості : Навчально-методичний посібник. Київ. Центр навчальної літератури. 1996. 179 с.
20. Демченко О.П., Казьмірчук Н.С., Комарівська Н.О. Лідерство в соціальній обдарованості. *Освітнє лідерство: від теорії до практики : монографія. авт. кол. ; за наук. ред. В. Р. Міляєвої ; Київський університет імені Бориса Грінченка*. Київ ; Кривий Ріг : Вид. Р. А. Козлов, 2021. С. 87-104.
21. Дуткевич Т. В. Дитяча психологія. Київ. Центр учбової літератури, 2012. 424 с.
22. Дуткевич Т. В. Дошкільна психологія: навч. посіб. / Т. В.Дуткевич. Київ. Центр учбової літератури, 2007. 392 с.

23. Кіт Г.Г. Пошуково-дослідницька діяльність дітей дошкільного віку – умова їх успішного розвитку. *Актуальні проблеми дошкільної та початкової освіти в контексті європейських освітніх стратегій: зб.* 2013 №2. С.157-161.

24. Консультативна психологія: підручник. І. С. Булах, І. М. Бушай, В. У. Кузьменко, Е. О. Помиткін, Ю. А. Алексєєва; Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова, Ін-т соціології, психології та соц. комунікацій. Вінниця. Нілан. 2016. 482 с.

25. Коростіль Л.А. Покоління Z: пошук способів педагогічної взаємодії. *Народна освіта*. Випуск №1 (34). 2018. URL : https://www.narodnaosvita.kiev.ua/?page_id=5229 (дата звернення: 09.05.2023).

26. Кочерга О. Психофізіологічний розвиток дитини перед школою. *Початкова школа*. 2012. № 1. С. 45.

27. Кривчикова О. Психомоторний стан як фактор адаптації учнів початкових класів до умов навчання в школі. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2008. №2. С. 162-164.

28. Лемешева Т. Є. Етапи соціалізації дитини: підготовка до школи та адаптація першокласників. *Таврійський вісник освіти*. 2013. № 4. С. 270-278.

29. Ліснівська Л.Б. Роль самооцінювання в адаптації дитини до школи. *Соціальна робота в Україні: теорія і практика*. 2006. № 2. С. 41- 45.

30. Лупінович С.М. Теоретичні засади створення корекційно-розвивального середовища в умовах упровадження інклюзивної освіти. *Розвиток інклюзивного освітнього середовища в Запорізькій області: науково-методичний аспект*. монографія. упор. Т.Є. Гура; ред. Т.Я. Озерова. Запоріжжя. СТАТУС. 2018. С. 80-91.

31. Мірошникова А. Як вчителям порозумітися з «цифровим» поколінням дітей. *Освіторія*. 2017. URL : <https://osvitoria.media/opinions/yak-vchytelyam-porozumitysya-z-tsyfrovym-pokolinnnyam-ditej-porady-psyhologa> (дата звернення: 11.05.2023).

32. Омельченко Я.М. Особливості емоційного, когнітивного та поведінкового компонентів тривожних станів у молодших школярів. *Проблеми*

загальної та педагогічної психології: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. за ред. С.Д. Максименка. Київ. Т. VI, вип. 8. С. 222–233.

33. Опанасюк Г. Алгоритм супроводу дітей в адаптаційний період. *Психолог*. 2009. (№3-4). С. 12-18.

34. Панок В. Г. Теоретико-методологічні проблеми застосування виховних технологій з погляду прикладної психології. *Педагогіка і психологія. Вісн. НАПН України*. 2014. № 4. С. 21-29.

35. Піроженко Т. О. Методичний посібник до парціальної програми з розвитку соціальних навичок ефективної взаємодії дітей віком від 4-х до 6-7 років «Вчимося жити разом». Т. О. Піроженко, О. Ю. Хартман, К. В. Палієнко, М. В. Павленко. Київ. Алатон. 2016. 112 с.

36. Піроженко, Т.О., Соловйова, Л.І., Хартман, О.Ю. Соціально значущі цінності в життєдіяльності майбутнього школяра : методичні рекомендації. Київ. Видавничий дім «Слово». 144 с.

37. Піроженко, Т.О., Соловйова, Л.І., Карабаєва, І.І. та ін. (2017). Реалії вибору соціально значущих цінностей : посібник. Київ. Видавничий дім «Слово». 380 с.

38. Розвиток творчої особистості в умовах екологічної кризи. Під редакцією О. В. Киричука і В.В. Рибалки , Київ 2003. 123 с.

39. Роменець В. А. Психологія творчості: Навч. посіб. Київ: Либідь, 2001. 288 с.

40. Роменець, В. А. Психологія творчості : навчальний посіб. для студ. вищ. навч. закл.. Київ: Либідь, 2004. 288 с.

41. Серапулова Є.П. Виховання обдарованої дитини. Початкова школа. 2000. № 2. С. 35.

42. Творча діяльність в ускладнених умовах. В. О. Моляко, А. Б. Коваленко, Л. А. Мойсеєнко, В. А. Семиченко, Т. М. Третяк та ін. За загальною редакцією В. О. Моляко. Київ, 2007. 308 с.

43. Ткач Р.В. Психологічні особливості творчої активності особистості. Запоріжжя, 2009. 320 с.
44. Туріщева Л.В. Особливості роботи з обдарованими дітьми. Харків: Вид. гр «Основа», 2008. С.122.
45. Шпак М. Психологічна концепція розвитку емоційного інтелекту особистості в онтогенезі. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки. Київ. НПУ імені М. П. Драгоманова. 2020. Вип. 10 (55). т. 12. С. 125-134.*
46. Carida H. C. (2011). Planning and implementing an educational progame for the smooth transition from kindergarten to primary school: the Greek project in all-day kindergartens. *The Curriculum Journal*, 22(1), 77-92.
47. Janet Kim. Media Exposure to Traumatic Events Can Be More Stressful Than Being There. 2017. URL: <http://www.everydayhealth.com/anxiety/media-exposure-to-traumatic-events-can-bemore-stressful-than-being-there-5010.aspx> (дата звернення: 10.05.2023).
48. Creating a Better Internet for Kids. Shaping Europe's digital future. *European Commission*. 2019. URL : <https://ec.europa.eu/digital-single-market/en/content/creating-better-internet-kids-0> (дата звернення: 08.05.2023).
49. Tereshchuk H.V., Kuzma I.I., Yankovych O.I., Falfushynska H.I. The formation of a successful personality of a pupil in Ukrainian primary school during media education implementation. *Cloud Technologies in Education. Proceedings of the 6th Workshop CTE*. 2018. P. 145-158. URL : <http://ceur-ws.org/Vol-2433/paper08.pdf> (дата звернення 12.05.2023).
50. Akyar B. C., Sapsaglam O. The effects of preschoolers' media usage habits on their daily life and sustainability. *Discourse and Communication for Sustainable Education*. Vol.10(2), 2019. P.112-128. URL : <https://doi.org/10.2478/dcse-2019-0022> (дата звернення: 10.04.2023).
51. Birch S. H., & Ladd G. W. (1997). The teacher-child relationship and children's early school adjustment. *Journal of School Psychology*, 35(1), 61-79. [https://doi.org/10.1016/S0022-4405\(96\)00029-5](https://doi.org/10.1016/S0022-4405(96)00029-5).

52. Bozzola E., Spina G., Ruggiero M. Media devices in pre-school children: the recommendations of the Italian pediatric society. *Italian Journal of Pediatrics*. Vol. 44 (69). 2018. P.45-53. URL : <https://doi.org/10.1186/s13052-018-0508-7> (дата звернення: 02.05.2023).

53. Brizuela B. M., & Garcia-Sellers M. J. (1999). School adaptation: A triangular process. *American Education Research Journal*. 6 (2), 345-370.

54. Catsambis S. (1998). Expanding knowledge of parental involvement in secondary education – Effects on high school academic success. Baltimore: CRESPAR (Center for Research on the Education of Students Placed at Risk), Johns Hopkins University.

Опитувальник для дітей

1. Чи вам подобається ходити до школи?
Так
Ні
Не знаю
2. Як ви себе відчуваєте під час навчання в школі?
Добре
Не дуже добре
Нормально
3. Чи легко вам вивчається новий матеріал у школі?
Так
Ні
Іноді
4. Як ви реагуєте на нові завдання та ситуації, які виникають під час навчання?
Із задоволенням
Зі стурбованістю
Нейтрально
5. Які предмети вам подобаються найбільше?
_____ вільна відповідь
6. Як ви думаєте, що може допомогти вам краще вивчати матеріал у школі?
_____ вільна відповідь
7. Чи спілкуєтесь ви зі своїми однокласниками?
Так
Ні
Іноді
8. Чи подобається вам ваш вчитель (вчителька)?
Так
Ні
Не знаю
9. Що вам більше подобається робити в школі?
Гратися на перервах
Вчитися

Інше (вказати) _____

10. Чи радієте ви, коли приходите додому зі школи?

Так

Ні

Іноді

ДОДАТОК Б

Ми працюємо над дослідженням психолого-педагогічної підтримки першокласників під час адаптації до школи в умовах невизначеності. Просимо Вашої допомоги у проведенні дослідження! Просимо у кожному питанні обрати один варіант та поставити «галочку». Опитування є анонімним, Ви не вказуєте дані про себе, а лише відповідаєте на питання.

Щиро дякуємо за Вашу увагу, приділений час і співпрацю!

Опитувальник для педагога

1. Як діти ставляться до навчання в умовах невизначеності?
 - дуже позитивно
 - трохи позитивно
 - нейтрально
 - трохи негативно
 - дуже негативно

2. Як діти реагують на нові завдання та ситуації під час навчання в умовах невизначеності?
 - швидко адаптуються
 - потребують часу для адаптації
 - мають труднощі з адаптацією
 - не знаю

3. Як педагоги підтримують адаптацію дітей до навчання в умовах невизначеності?
 - регулярно спілкуються з дітьми
 - використовують методи психологічної підтримки
 - надають додаткову допомогу
 - не знаю

4. Які чинники можуть допомогти дітям подолати стрес під час навчання в умовах невизначеності?
 - підтримка друзів і вчителів
 - використання позитивних мантр
 - зайнятість у вільний час
 - не знаю

5. Які ресурси вчителя можуть бути використані для зниження рівня стресу у дітей під час навчання в умовах невизначеності?
 - методи релаксації
 - використання технологій в навчальному процесі

проведення занять з фізичної культури
не знаю

6. Як діти взаємодіють з однолітками та вчителем в умовах невизначеності?
дуже позитивно
трохи позитивно
нейтрально
трохи негативно
дуже негативно
7. Які види діяльності найбільше сприяють адаптації дитини до шкільного життя в умовах невизначеності?
індивідуальні заняття
групові заняття
позаурочні заходи
не знаю
8. Які методи організації навчального процесу викликають найменше стресу у дітей під час навчання в умовах невизначеності?
інтерактивні методи
традиційні методи
методи самостійної роботи
не знаю
9. Як діти реагують на зміну навчального розкладу або режиму дня?
позитивно
негативно
нейтрально
не знаю
10. Як часто вчителі проводять різноманітні заходи, спрямовані на адаптацію дітей до школи в умовах невизначеності?
дуже часто
часто
не дуже часто
рідко
не знаю

ДОДАТОК В**Опитувальник для батьків:**

1. Як ви оцінюєте період адаптації вашої дитини до школи?
 - легкий
 - середній
 - складний
 - не знаю

2. Як дитина сприймає зміну звичного режиму дня на шкільний?
 - з радістю
 - зі скаргою
 - без особливих емоцій
 - не знаю

3. Чи зустрічається у вашої дитини неохайність у поведінці або відношенні до навчання?
 - так
 - ні
 - інколи
 - не знаю

4. Як дитина взаємодіє зі своїми однолітками та вчителем?
 - позитивно
 - негативно
 - нейтрально
 - не знаю

5. Чи відчуває ваша дитина перевантаження у школі?
 - так
 - ні
 - інколи
 - не знаю

6. Чи потребує ваша дитина додаткової допомоги в навчанні?
 - так
 - ні
 - часто
 - інколи
 - не знаю

7. Як батьки можуть допомогти дитині адаптуватись до шкільного життя?
 - створити стабільність у домашньому середовищі
 - сприяти розвитку інтересів у позашкільний час
 - бути уважними до проблем дитини та шукати спільні рішення

- обираю всі варіанти
8. Як вчителі можуть допомогти дитині адаптуватись до шкільного життя?
- створити сприятливу атмосферу в класі
 - давати можливість проявити творчість та індивідуальність
 - вчасно інформувати батьків про навчальний процес
 - обираю всі варіанти
9. Які ресурси дитина використовує для підтримки своєї психічної стійкості в школі?
- розвивати свої захоплення
 - шукати підтримку у друзів та родини
 - використовувати медитацію або релаксац
 - обираю всі варіанти
10. Яка допомога з боку школи була найбільш корисною для вашої дитини під час адаптації до школи?
- підтримка вчителів
 - підтримка психолога школи
 - організація вступних ігор та заходів для знайомства з однолітками
 - обираю всі варіанти

ДОДАТОК Г

Тест «Будиночки» розроблений **О.А.Ореховою**

Мета: діагностика емоційного ставлення дитини до школи. Для проведення методики необхідні наступні матеріали:

- Бланк відповідей (ДОДАТОК Д)
- Вісім кольорових олівців: синій, червоний, жовтий, зелений, фіолетовий, сірий, коричневий, чорний. Олівці повинні бути однаковими, пофарбовані у кольори, відповідні грифелю.

Інструкція: сьогодні ми будемо займатися розфарбовуванням. Знайдіть у своєму листочку завдання №1. Це доріжка з восьми прямокутників. Виберіть той олівець, який вам приємний найбільше і розфарбуйте перший прямокутник. Відкладіть цей олівець убік. Подивіться на решту олівців. Який з них вам більше подобається? Розфарбуйте ним другий прямокутник. Відкладіть олівець убік. І так далі. **Знайдіть завдання №2.** Перед вами будиночки, їх ціла вулиця. У них живуть наші почуття. Я буду називати почуття, а ви підберіть до них відповідний колір і розфарбуйте. Олівці відкладати не треба. Можна розфарбовувати тим кольором, який по-вашому підходить. Будиночків багато, їх господарі можуть відрізнятися і можуть бути схожими, а значить, і колір може бути схожим. Список слів: **щастя, горе, справедливість, образа, дружба, сварка, доброта, злість, нудьга, захоплення.** Якщо дітям незрозуміло, що означає слово, потрібно його пояснити, використовуючи дієслівні предикати і прислівники. **Знайдіть завдання №3.** У цих будиночках ми робимо щось особливе, і мешканці в них – незвичайні. У першому будиночку живе твоя душа. Який колір їй підходить? Розфарбуйте. Позначення будиночків: №2 – твій настрій, коли ти йдеш в школу, №3 – твій настрій на уроці читання, №4 – твій настрій на уроці письма, №5 – твій настрій на уроці математики №6 – твій настрій, коли ти розмовляєш з учителем, №7 – твій настрій, коли ти спілкуєшся зі своїми однокласниками, №8 – твій настрій, коли ти знаходишся вдома, №9 – твій настрій, коли ти робиш уроки, №10 – придумайте самі, хто живе і що робить в цьому будиночку. Коли ви закінчите його розфарбовувати, тихенько на вушко скажіть мені, хто там живе і що він робить (на відповідному аркуші робиться відповідна позначка). **Методика дає психотерапевтичний ефект, який досягається самим використанням кольору, можливістю відреагування негативних і позитивних емоцій, окрім того емоційний ряд закінчується в мажорному тоні (захоплення, власний вибір).** **Процедура обробки** починається з завдання №1. Обчислюється вегетативний коефіцієнт за формулою: $VK = (18 - \text{місце червоного кольору} - \text{місце синього кольору}) / (18 - \text{місце синього кольору} - \text{місце зеленого кольору})$ Вегетативний коефіцієнт характеризує **енергетичний баланс організму: його здатність до енерговитрат або тенденцію до енергозбереження.** Його значення змінюється від 0,2 до 5 балів. Енергетичний показник інтерпретується таким чином:

- 0 – 0,5 – хронічна перевтома, виснаження, низька працездатність. Навантаження непосильні для дитини;

- 0,51 – 0,91 – компенсується стан втоми. Самовідновлення оптимальної працездатності відбувається за рахунок періодичного зниження активності. Необхідна оптимізація робочого ритму, режиму праці та відпочинку;
- 0,92 – 1,9 – оптимальна працездатність. Дитина відрізняється бадьорістю, здоровою активністю, готовністю до енерговитрат. Навантаження відповідають можливостям. Спосіб життя дозволяє дитині відновлювати витрачену енергію;
- понад 2,0 – перезбудження. Найчастіше є результатом роботи дитини на межі своїх можливостей, що призводить до швидкого виснаження. Потрібна нормалізація темпу діяльності, режиму праці та відпочинку, а іноді і зниження навантаження.

Далі розраховується показник сумарного відхилення від аутогенної норми. Певний порядок кольорів (34251607) – аутогенна норма – є індикатором психологічного благополуччя. Для розрахунку сумарного відхилення (СВ) спочатку обчислюється різниця між реально займаним місцем і нормативним положенням кольору. Потім різниці (абсолютні величини, без урахування знаку) підсумовуються. Значення СВ змінюється від 0 до 32 і може бути тільки парним. Значення СВ відображає стійкий емоційний фон, тобто переважний настрій дитини. Числові значення СВ інтерпретуються наступним чином:

- більше 20 – переважання негативних емоцій. У дитини домінують погані настрої і неприємні переживання. Є проблеми, які дитина не може вирішити самостійно;
- 10 – 18 – емоційний стан в нормі. Дитина може радіти і засмучуватися, приводів для занепокоєння немає;
- Менше 10 – Переважання позитивних емоцій. Дитина весела, щаслива, налаштована оптимістично.

Завдання №2 і №3 по суті розшифровують емоційну сферу першокласника і орієнтують дослідника в ймовірних проблемах адаптації. Завдання №2 характеризує сферу соціальних емоцій. Тут треба оцінити ступінь диференціації емоцій – в нормі позитивні почуття дитина розфарбовує основними кольорами, негативні – коричневим і чорним. Слабка чи недостатня диференціація вказує на деформацію в тих чи інших блоках особистісних відносин: Щастя-горе – блок базового комфорту, Справедливість-образ – блок особистісного зростання, Дружба-сварка – блок міжособистісної взаємодії, Доброта-злість – блок потенційної агресії, Нудьга-захоплення – блок пізнання. При наявності інверсії колірної шкали (основні кольори займають останні місця) у дітей часто спостерігається недостатня диференціація соціальних емоцій – наприклад, і щастя і сварка можуть бути позначені одним і тим же червоним кольором. У цьому випадку треба звернути увагу, як розфарбовує дитина парні категорії і наскільки далеко стоять пари в колірному виборі. Актуальність переживання дитиною того чи іншого почуття вказує його місце в колірній шкалі (завдання №1). У завданні №3 відображено емоційне ставлення дитини до себе, шкільної діяльності, вчителя та однокласників. Зрозуміло, що при

наявності проблем в якійсь сфері, першокласник розфарбовує саме ці будиночки коричневим або чорним кольором. Доцільно виділити ряди об'єктів, які дитина позначила однаковим кольором. Наприклад, школа-щастя-захоплення або домашні завдання-горе-нудьга. Ланцюжки асоціацій досить прозорі для розуміння емоційного ставлення дитини до школи. Діти зі слабкою диференціацією емоцій швидше за все будуть амбівалентні і в емоційній оцінці видів діяльності. За результатами завдання №3 можна виділити три групи дітей:

1. з позитивним ставленням до школи
2. з амбівалентним ставленням
3. з негативним ставленням

Слід зазначити, що при вкрай низьких або вкрай високих показниках ВК і СВ, сумнівах в чистоті дослідження, дана методика може бути продубльована за тією ж схемою, але індивідуально, зі стандартними картками з тесту Люшера. Далі заповнюється зведена таблиця. Вегетативний коефіцієнт, дані опитування батьків та аналіз медстатистики характеризують в цілому фізіологічний компонент адаптації першокласника до школи. Для зручності всі дані можна звести до трьох категорій: 1. Достатній фізіологічний рівень адаптації (немає психосоматики, енергетичний баланс в нормі). 2. Частковий фізіологічний рівень адаптації (спостерігаються або психосоматичні прояви, або низький енергетичний баланс). 3. Недостатній фізіологічний рівень адаптації (захворювання в період адаптації, психосоматичні прояви, низький енергетичний баланс). Експертна оцінка вчителя характеризує діяльнісний компонент адаптації першокласника. І, нарешті, сумарне відхилення від аутогенної норми є інтегрованим показником емоційного компонента адаптації. У зведеній таблиці є сенс відобразити знак ставлення (позитивний, амбівалентний, негативний) першокласника до навчання, вчителя, однокласників і до себе. Зіставлення показників фізіологічного, діяльнісного і емоційного компонентів дозволить кваліфікувати рівень адаптації першокласників як:

- достатній
- частковий
- недостатній (або дезадаптація)

Таким чином, на основі отриманих даних можна досить обгрунтовано виділити першокласників, які потребують індивідуальної уваги психолога. Доцільно виділити дві групи таких дітей:

1. першокласників з недостатнім рівнем адаптації
2. першокласників з частковою адаптацією

Дітей з першої групи необхідно обстежити індивідуально, виявити причини та чинники дезадаптації, по можливості провести необхідну корекційну роботу. Як показує практика, саме ці першокласники довгий час будуть вимагати уваги і допомоги як з боку психолога, так і вчителя. Друга група – першокласники з частковою адаптацією – частіше потребує короткострокової оперативної допомоги з боку психолога. Дані про їх емоційний стан, матеріали опитування вчителя і батьків дають достатньо інформації для такої роботи. Причинами

неповної адаптації часто можуть бути підвищена тривожність, викликана непомірними очікуваннями батьків, зміна характеру дитячо-батьківських стосунків, перевантаження додатковими заняттями, низька самооцінка, слабе здоров'я і т.д. Нерідко ці діти не викликають побоювань вчителів, так як вони засвоюють програму і виконують правила поведінки школяра, проте часто це відбувається за рахунок фізичного та психологічного здоров'я маленького школяра. В залежності від конкретної ситуації психолога слід проконсультувати батьків і вчителів, дати рекомендації щодо подолання виявленого психологічного неблагополуччя.

Бланк відповідей до тесту «Будиночки»

ПІБ


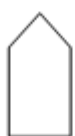
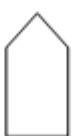
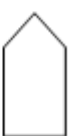






клас

дата



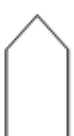
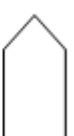




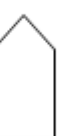

1 завдання

1	2	3	4	5	6	7	8

2 завдання

									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

3 завдання

									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

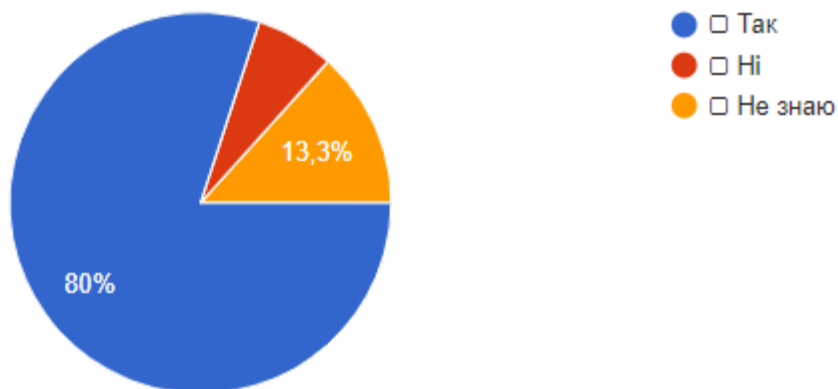
№ 10 _____

ДОДАТОК Е

Графічне зображення результатів до анкети дітей

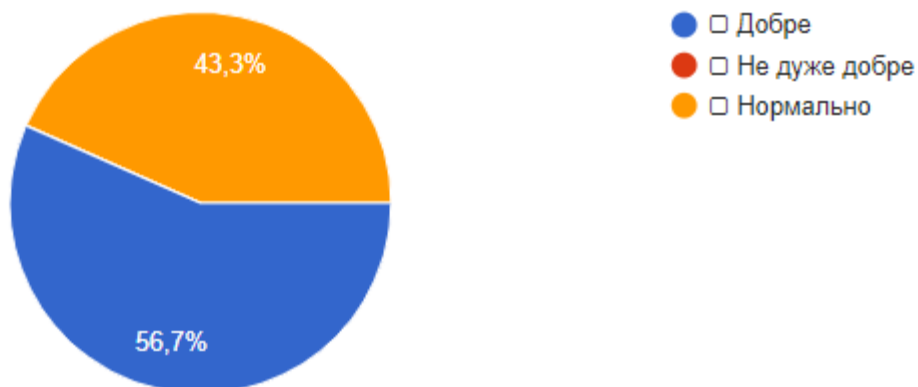
1. Чи вам подобається ходити до школи?

30 ответов



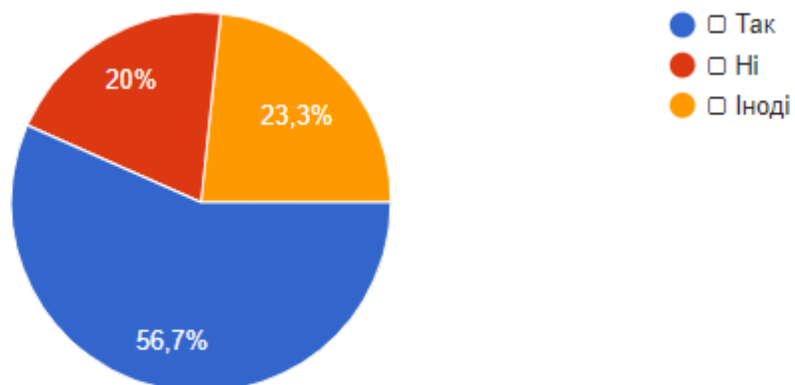
2. Як ви себе відчуваєте під час навчання в школі?

30 ответов



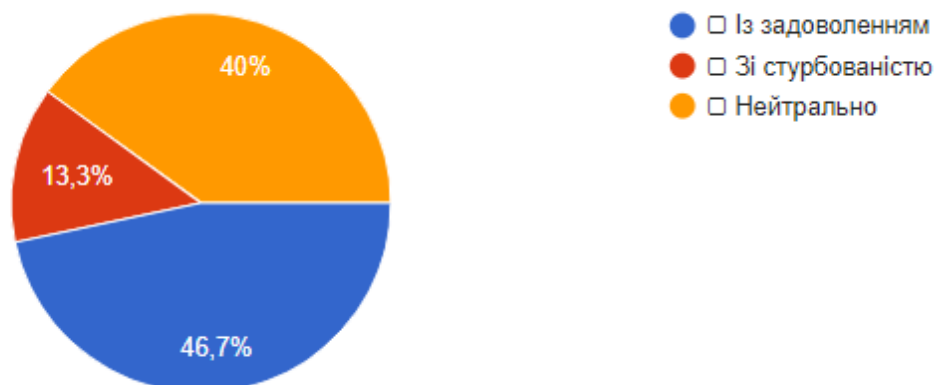
3. Чи легко вам вивчається новий матеріал у школі?

30 ответов



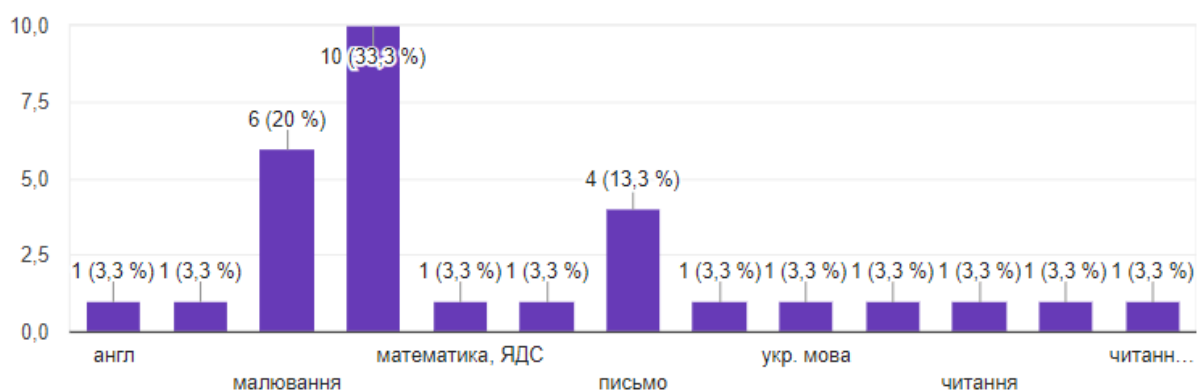
4. Як ви реагуєте на нові завдання та ситуації, які виникають під час навчання?

30 ответов



5. Які предмети вам подобаються найбільше?

30 ответов



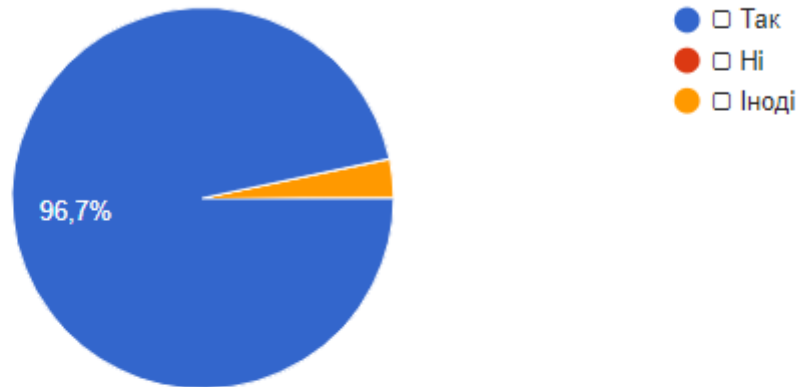
6. Як ви думаете, що може допомогти вам краще вивчати матеріал у школі?

30 ответов



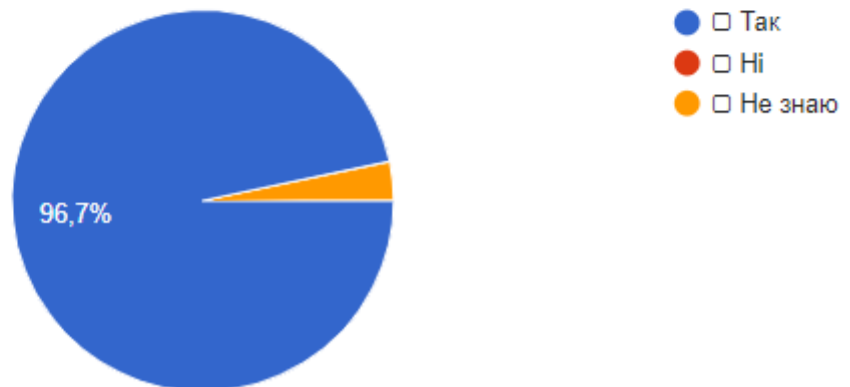
7. Чи спілкуєтесь ви зі своїми однокласниками?

30 ответов



8. Чи подобається вам ваш вчитель (вчителька)?

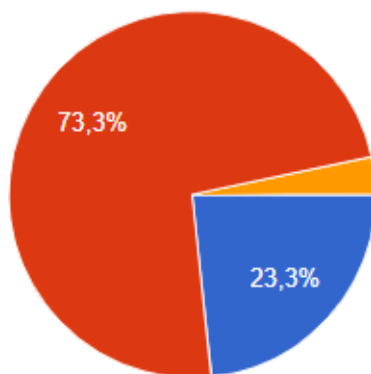
30 ответов





9. Що вам більше подобається робити в школі?

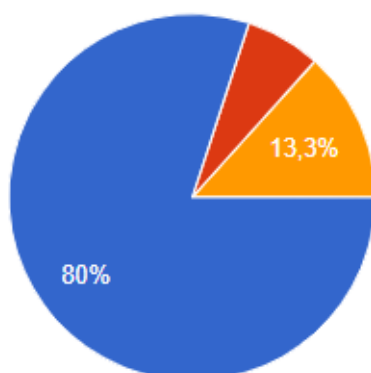
30 ответов



- Гратися на перервах
- Вчитися
- хочу іти додому

10. Чи радієте ви, коли приходите додому зі школи?

30 ответов



- Так
- Ні
- Іноді



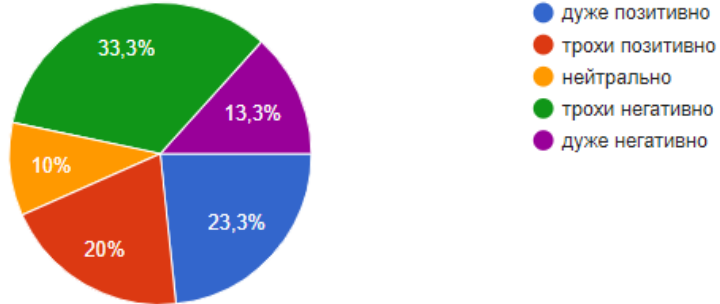

ДОДАТОК Ж

Графічне зображення результатів до анкети педагогів

 Копировать

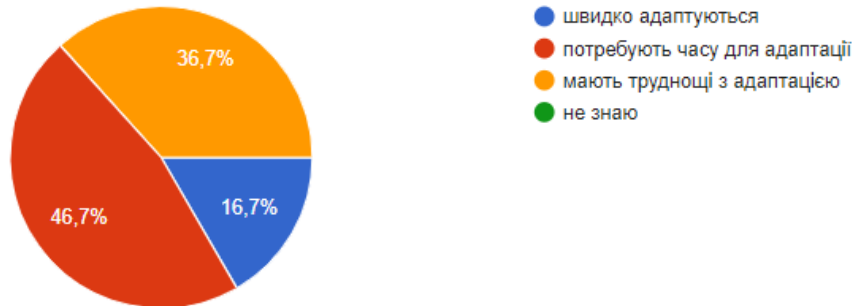
1. Як діти ставляться до навчання в умовах невизначеності?

30 ответов


 Копировать

2. Як діти реагують на нові завдання та ситуації під час навчання в умовах невизначеності?

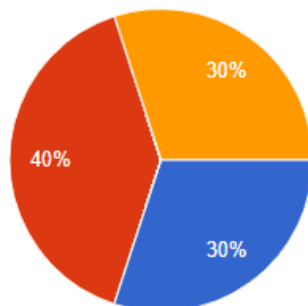
30 ответов



[Копировать](#)

3. Як педагоги підтримують адаптацію дітей до навчання в умовах невизначеності?

30 ответов

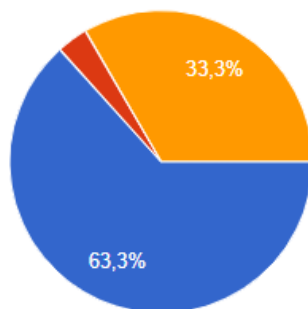


- регулярно спілкуються з дітьми
- використовують методи психологічної підтримки
- надають додаткову допомогу
- не знаю

[Копировать](#)

4. Які фактори можуть допомогти дітям подолати стрес під час навчання в умовах невизначеності?

30 ответов

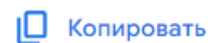
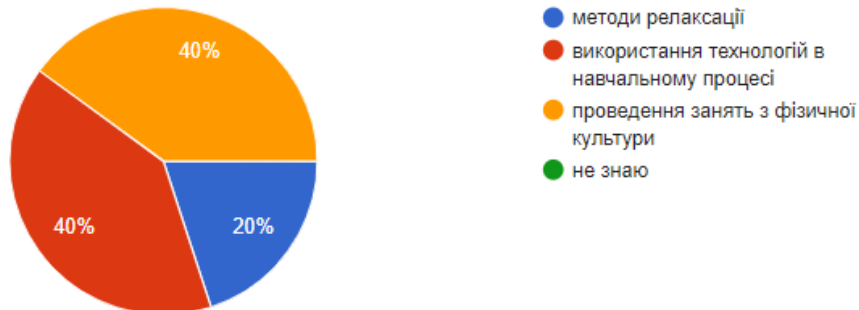


- підтримка друзів і вчителів
- використання позитивних мантр
- зайнятість у вільний час
- не знаю



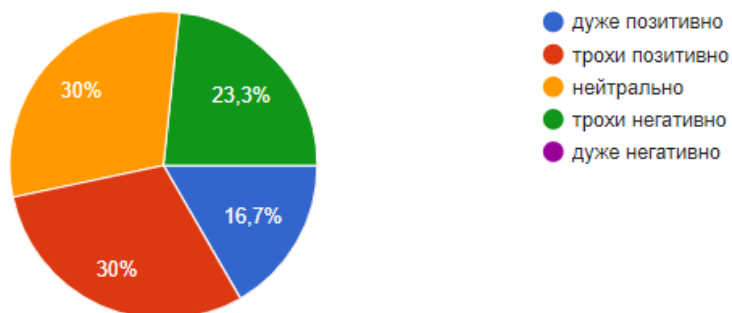
5. Які ресурси вчителя можуть бути використані для зниження рівня стресу у дітей під час навчання в умовах невизначеності?

30 ответов



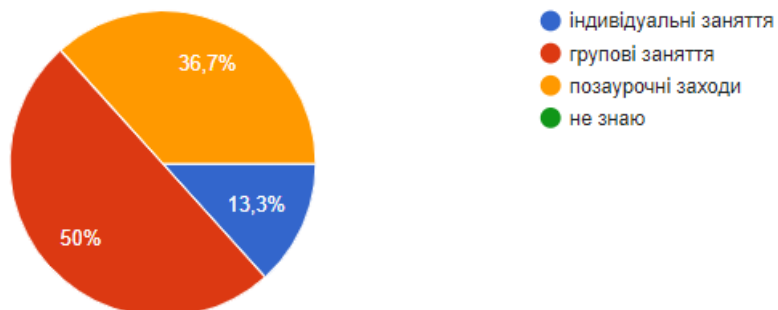
6. Як діти взаємодіють з однолітками та вчителем в умовах невизначеності?

30 ответов



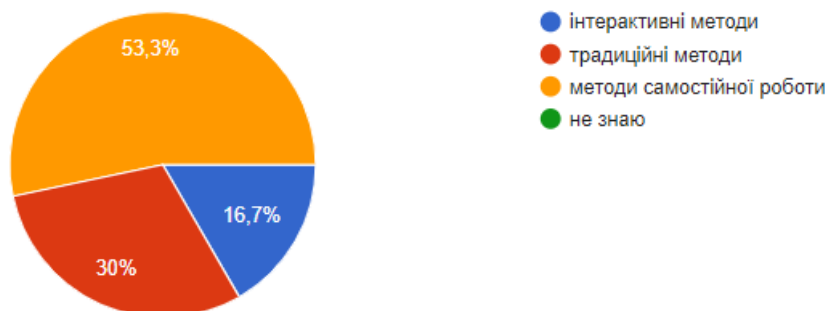
7. Які види діяльності найбільше сприяють адаптації дитини до шкільного життя в умовах невизначеності?

30 ответов



8. Які методи організації навчального процесу викликають найменше стресу у дітей під час навчання в умовах невизначеності?

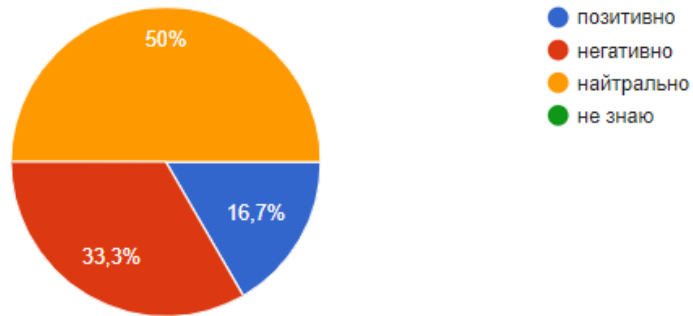
30 ответов



[Копировать](#)

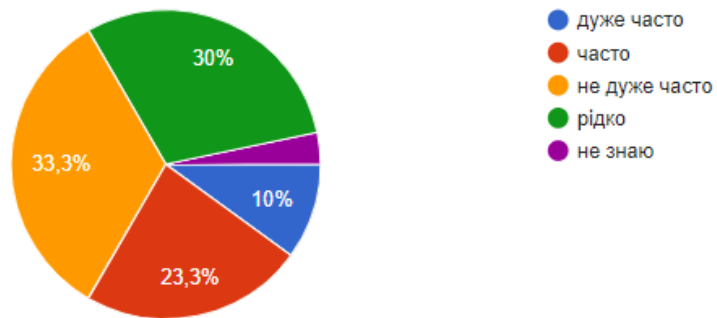
9. Як діти реагують на зміну навчального розкладу або режиму дня?

30 ответов

[Копировать](#)

10. Як часто вчителі проводять різноманітні заходи, спрямовані на адаптацію дітей до школи в умовах невизначеності?

30 ответов



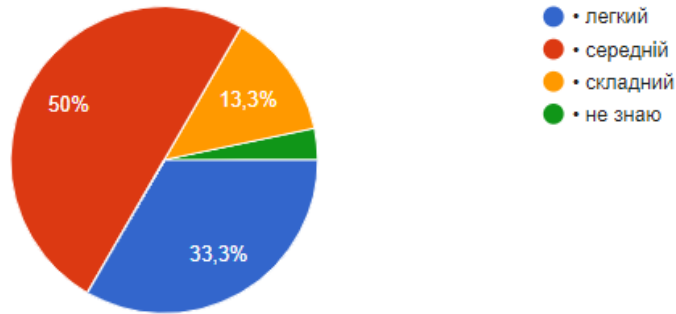
ДОДАТОК К

Графічне зображення результатів до анкети батьків

[Копировать](#)

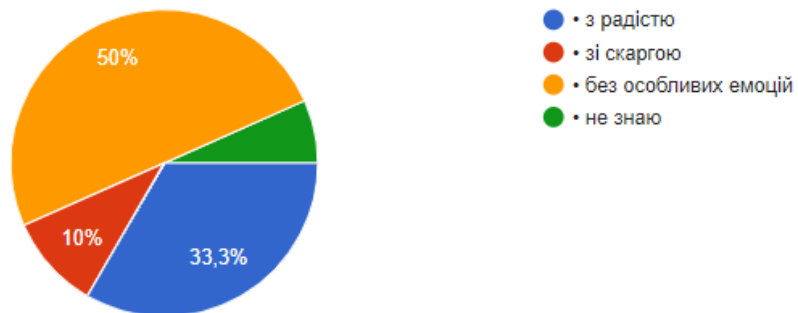
1. Як ви оцінюєте період адаптації вашої дитини до школи?

30 ответов

[Копировать](#)

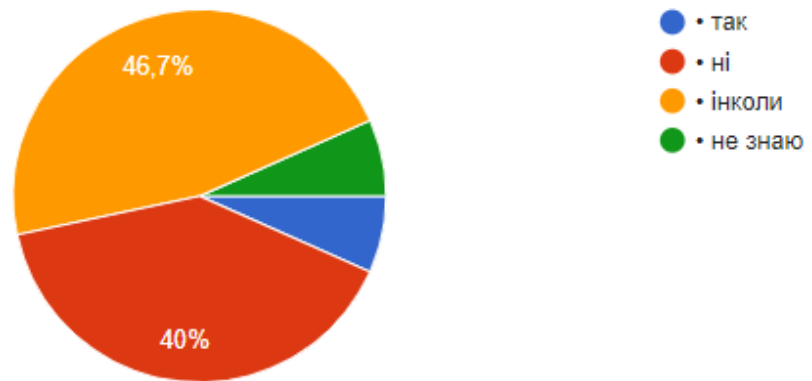
2. Як дитина сприймає зміну звичного режиму дня на шкільний?

30 ответов



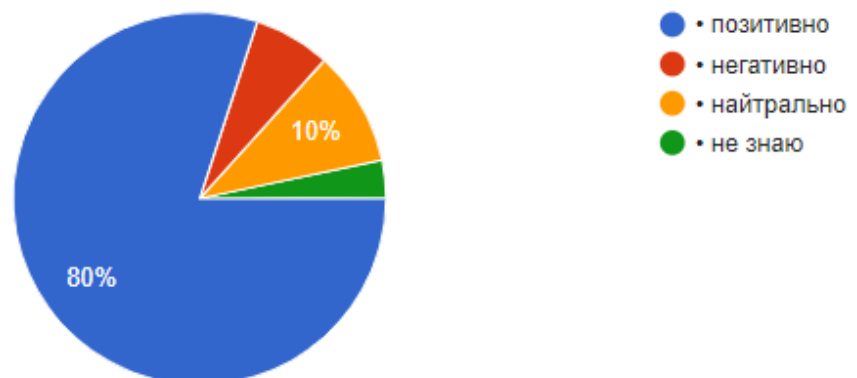
3. Чи зустрічається у вашої дитини неохайність у поведінці або відношенні до навчання?

30 ответов



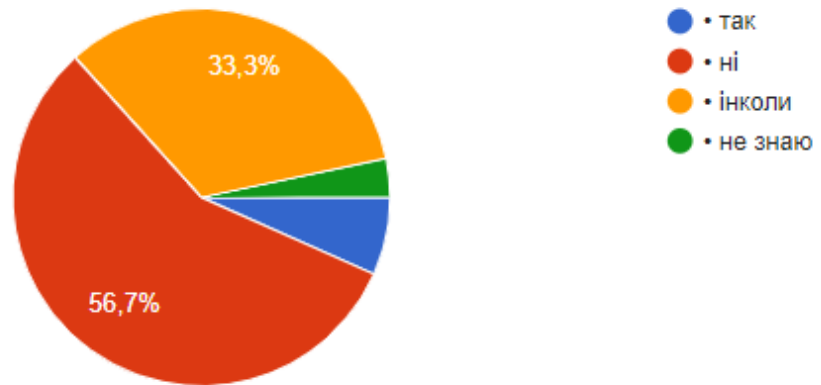
4. Як дитина взаємодіє зі своїми однолітками та вчителем?

30 ответов



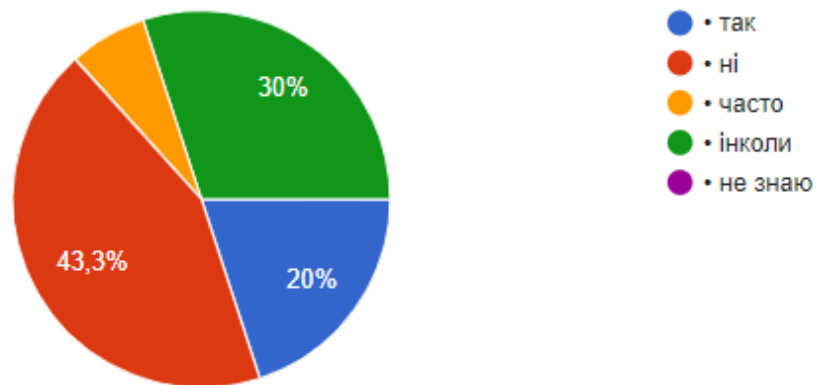
5. Чи відчуває ваша дитина перевантаження у школі?


30 ответов



6. Чи потребує ваша дитина додаткової допомоги в навчанні?

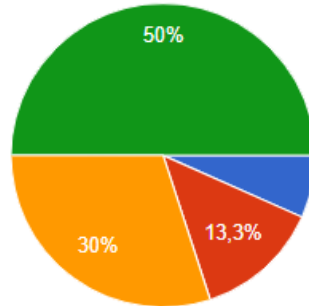
30 ответов



 Копировать

7. Як батьки можуть допомогти дитині адаптуватись до шкільного життя?

30 ответов

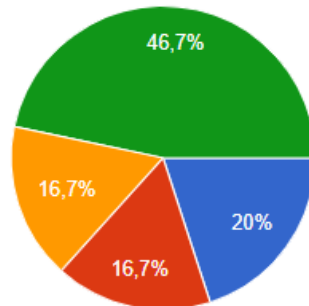


- створити стабільність у домашньому середовищі
- сприяти розвитку інтересів у позашкільний час
- бути уважними до проблем дитини та шукати спільні рішення
- обираю всі варіанти

 Копировать

8. Як вчителі можуть допомогти дитині адаптуватись до шкільного життя?

30 ответов

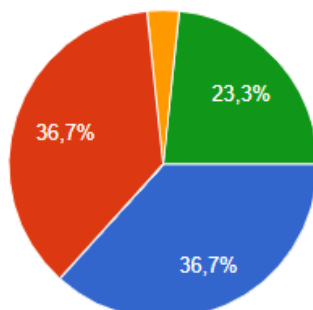


- створити сприятливу атмосферу в класі
- давати можливість проявити творчість та індивідуальність
- вчасно інформувати батьків про навчальний процес
- обираю всі варіанти

 Копировать

9. Які ресурси дитина використовує для підтримки своєї психічної стійкості в школі?

30 ответов

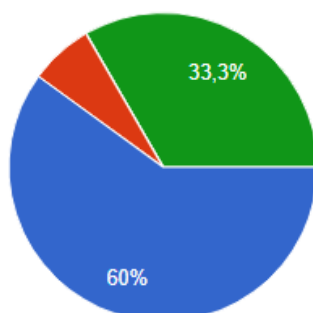


- розвивати свої захоплення
- шукати підтримку у друзів та родини
- використовувати медитацію або релаксац
- обираю всі варіанти

10. Яка допомога з боку школи була найбільш корисною для вашої дитини під час адаптації до школи?

 Копировать

30 ответов



- підтримка вчителів
- підтримка психолога школи
- організація вступних ігор та заходів для знайомства з однолітками
- обираю всі варіанти