

ВПЛИВ РІВНЯ ШКІЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ НА ПРОЦЕС АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ В СУЧАСНИХ УМОВАХ

Кривенко Людмила

У сучасних умовах соціально-освітніх трансформацій проблема шкільної тривожності молодших школярів набуває особливої актуальності. Психоемоційне навантаження, воєнний стан, зміни організації навчання та зростання вимог до учнів зумовлюють підвищення рівня тривожності, що може негативно впливати на процес адаптації дитини до шкільного середовища.

Метою публікації є аналіз впливу рівня шкільної тривожності на процес адаптації молодших школярів на основі результатів емпіричного дослідження.

Шкільна тривожність розглядається як специфічний вид тривожності, пов'язаний із навчальною діяльністю, ситуаціями оцінювання та міжособистісною взаємодією у шкільному середовищі. Шкільна адаптація є багатокомпонентним процесом, що включає навчальну, соціальну та емоційну складові.

Емпіричне дослідження проведено на базі закладу загальної середньої освіти за участю 60 учнів 2–3 класів. Для досягнення мети застосовано комплекс психодіагностичних методик: проективну методику «Школа звірів», педагогічний опитувальник Ковальнової–Тарасенко, тест тривожності Теммла–Доркі–Амена та тест шкільної тривожності Філіпса. Обробка результатів здійснювалася за допомогою описової статистики та кореляційного аналізу Спірмена.

Результати дослідження показали, що більшість учнів характеризується достатнім рівнем адаптованості: високий рівень адаптації зафіксовано у 63,3% дітей, середній – у 23,3%, низький – у 13,3%. Водночас 15,0% учнів мають ознаки вираженої дезадаптації, що потребує психологічного супроводу.

Діагностика тривожності засвідчила, що 45,0% дітей мають низький рівень ситуативної тривожності, 40,0% – середній, 15,0% – високий. За показниками шкільної тривожності нормальний рівень встановлено у 61,7% учнів, підвищений – у 25,0%, високий – у 13,3%. Найбільш значущими джерелами тривожності є страх

перевірки знань, соціальний стрес та труднощі у взаємодії з учителем.

Кореляційний аналіз підтвердив наявність сильного статистично значущого взаємозв'язку між рівнем тривожності та показниками адаптації ($p < 0,001$), що свідчить про суттєвий вплив тривожності на процес шкільної адаптації. Зокрема, встановлено прямий зв'язок між рівнем тривожності та дезадаптацією ($r_s = 0,85-0,87$) і обернений зв'язок між тривожністю та рівнем адаптованості ($r_s = -0,78 -0,80$). Це свідчить про те, що зі зростанням рівня тривожності показники адаптації системно знижуються.

Змістовний аналіз результатів дозволяє визначити основні механізми впливу тривожності на адаптацію. Когнітивний механізм проявляється у зниженні концентрації уваги, труднощах відтворення знань і негативному сприйнятті навчальних ситуацій. Поведінковий механізм пов'язаний з униканням активної участі у навчальному процесі, зниженням соціальної взаємодії та формуванням дезадаптивних реакцій. Взаємодія цих механізмів призводить до формування замкненого кола: підвищена тривожність ускладнює адаптацію, а труднощі адаптації посилюють тривожність.

Отже, рівень шкільної тривожності має статистично значущий вплив, підтверджений кореляційними зв'язками. Підвищена тривожність виступає фактором ризику дезадаптації, що проявляється у навчальних, соціальних та емоційних труднощах. Результати дослідження підтверджують необхідність ранньої діагностики та впровадження психолого-педагогічних заходів, спрямованих на зниження рівня тривожності.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці та апробації програм психологічного супроводу, спрямованих на оптимізацію процесу адаптації молодших школярів в умовах сучасних соціальних викликів.

Список використаних джерел

1. Спілбергер Ч. Тривожність як емоційний стан і властивість особистості. Київ, 2001.
2. Гнатюк О. В. Психологічні аспекти адаптації молодших школярів. Київ, 2021.
3. Бочаріна Н., Данильчук Т. Психологія тривожності дітей. Київ, 2019.