

2. Комарівська Н.О., Любчак Л.В., Дабіжа Л.П. Культура мовлення і спілкування як складові фахової підготовки майбутніх учителів початкової школи. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: Педагогіка і психологія: Збірник наукових праць*. 2023. Випуск 73. С. 63-68.
3. Софій Н. З., Найда Ю. М. Інклюзивна освіта в Україні: стан, проблеми, перспективи. *Педагогічна і психологічна наука в Україні*. К. : Педагогічна думка, 2018. Т. 2. С. 123-134.
4. Ainscow M., Booth T., Dyson A. *Improving Schools, Developing Inclusion*. London : Routledge, 2006. 232.
5. Booth T., Ainscow M. *Index for Inclusion: Developing Learning and Participation in Schools*. Bristol : CSIE, 2011.
6. European Agency for Special Needs and Inclusive Education. *Supporting Inclusive Education for Learners from Diverse Backgrounds*. Odense, 2019. URL : <https://www.european-agency.org> (дата звернення: 15.12.2025).
7. Mastropieri M. A., Scruggs T. E. *The Inclusive Classroom*. 6th ed. Boston : Pearson, 2018.
8. Tomlinson C. A. *How to Differentiate Instruction in Academically Diverse Classrooms*. 3rd ed. Alexandria, VA : ASCD, 2017.
9. UNESCO. *Inclusive Education: Guidelines for Inclusion*. Paris : UNESCO, 2009. URL : <https://unesdoc.unesco.org> (дата звернення: 12.12.2025).

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РЕЗИЛІЄНТНОСТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Любчак Людмила, кандидатка педагогічних наук, доцентка

Вінницький державний педагогічний університет

імені Михайла Коцюбинського (Україна)

Мельничук Даша, здобувачка ступеня вищої освіти «магістр»

Вінницький державний педагогічний університет

імені Михайла Коцюбинського (Україна)

В оновленому варіанті Державного стандарту початкової освіти особлива увага звертається на психологічне здоров'я здобувачів освіти, їх здатність навчатися впродовж життя, долати життєві труднощі та підтримувати емоційне благополуччя. Метою початкової освіти, згідно Стандарту, є «гармонійний розвиток дитини, її природних здібностей і талантів, формування емоційного інтелекту та компетентностей, необхідних для співдії у спільноті й подальшого поступу в навчанні, утвердження української національної і громадянської ідентичності на основі поваги до прав людини, відповідального ставлення до себе й довкілля» [9, с. 1]. Серед ключових компетентностей, якими мають оволодіти здобувачі початкової освіти є «навчання протягом життя», «громадянські й соціальні компетентності», які передбачають «життєву стійкість, здатність діяти в нових непередбачуваних обставинах, рефлексію, підтримку власного фізичного й ментального здоров'я, емпатію, готовність співпрацювати, домовлятися і мирно розв'язувати конфлікти; піклування про особистий і соціальний добробут, формування уявлень про власне майбутнє» [9, с. 3]. З огляду на визначені Державним стандартом початкової освіти пріоритетні напрями роботи з формування ключових компетентностей у здобувачів освіти, проблема розвитку в учнів молодшого шкільного віку здатності протистояти стресам, ефективно управляти своїми емоціями та налагоджувати успішні взаємини з оточуючими є актуальною та своєчасною.

Сучасні діти молодшого шкільного віку живуть і навчаються в умовах соціальної нестабільності, інформаційного перенавантаження та підвищеної небезпеки через воєнні дії. Внаслідок цього учні молодшого шкільного віку часто стикаються з почуттям тривоги, емоційним напруженням, складнощами в адаптації та невпевненістю у своїх силах. У цьому контексті особливого значення набуває феномен резилієнтності – здатності психіки відновлюватися після несприятливих подій.

Резилієнтність як психологічне явище може проявлятися у трьох площинах: як певна індивідуальна властивість особистості, як процес копінгу, а також як механізм пристосування та захисту людини [2, с. 68]. Визначення

вчених дещо різняться, залежно від того, на яких характерних особливостях акцентується увага. Так, Затерта З., Капінус Н. вважають резилієнс важливим показником психічного здоров'я людини [3]. Masten A., Fran H. Norris, Ассонов Д., Хаустова, Гонтар Ю., Хамініч О. підкреслюють динамічність поняття та прямий зв'язок резилієнтності з адаптаційними можливостями особистості [1; 4]. Лазос Г. описав модель формування резилієнтності, яка бере свій початок із безпосереднього контакту з несприятливими подіями, який активує захисні механізми, і в результаті чого формується або адаптивна стійкість або ж виникають дезадаптивні реакції [2, с. 69; 4]. Морозова О. також підкреслює важливість особистісної ресурсності, яка формується саме завдяки захисним факторам [5]. У визначенні даного поняття за основу було взято дослідження Американської психологічної асоціації, згідно якої резилієнтність – це процес адаптації людини в умовах виснаження, травмування, після загроз, трагедій; за умови перебування в постійних джерелах стресу (наприклад, через проблеми в сім'ї та у стосунках, серйозні проблеми у здоров'ї, постійні стреси на робочому місці та фінансові труднощі) [10].

Особливість проживання негараздів у дитячому віці полягає у тому, що діти отримують стрес на двох рівнях: від безпосереднього впливу надзвичайної події на них, а також від реакції батьків на цей або інших стресогенний фактор. Оскільки батьки є джерелом опори, безпеки та захисту, то дитина будь-яку небезпеку, що загрожує батькам, сприймає як власну, адже розрив з ними може означати буквальну втрату відчуття стабільності. Навіть лише наявність тривожних думок та переживань при відсутності фізичної загрози дитиною сприймається травматично і порушує психоемоційний баланс. Більше того, саме модель поведінки батьків для виходу із кризових обставин переймається дитиною як домінуюча [6].

Отож, вирішальну роль у формуванні резилієнтної поведінки відіграють значущі дорослі, які забезпечують дитині емоційну підтримку, надійність, послідовність, стабільність, а також контейнерують емоції. У такому середовищі

дитина поступово вчиться самостійно аналізувати ситуації, відновлюватися та продовжувати життєдіяльність.

У молодшому шкільному віці ігрова провідна діяльність змінюється на навчальну, що є важливим етапом психічного розвитку. Саме навчальна діяльність забезпечує формування основних новоутворень цього віку, якими є внутрішній план дій, довільність психічних процесів, здатність до рефлексії та самоконтролю [8, с. 173-175]. Зміна провідної діяльності в більшості випадків означає зміну всієї структури взаємовідносин з оточуючим світом: з початком навчання в школі у дитини з'являється ще один значимий дорослий – вчитель. Саме вчитель стає новим орієнтиром, взірцем для наслідування і джерелом захисту [8, с. 168]. Оскільки наявність стабільних та надійних відносин із значимим дорослим допомагає дитині долати стресові ситуації та формувати стійкість, то роль вчителя є ключовою для молодшого школяра. Позитивний емоційний клімат у класі, довірливі стосунки з учителем та відчуття безпеки у шкільному середовищі сприяють легшій адаптації, формуванню адекватної самооцінки, допомагають дитині навчитися екологічно реагувати на стресові ситуації та відновлюватися після негараздів.

Таким чином, молодший шкільний вік виступає сенситивним періодом для формування резиліентності, через зміну провідної діяльності, соціальної ситуації та активний розвиток внутрішніх механізмів саморегуляції. Співпраця вчителя з батьками учнів у створенні безпечного освітнього середовища сприятиме зниженню їх рівня стресу, збереженню пізнавальної активності попри психологічне навантаження в умовах тривалого напруження.

Список використаних джерел:

1. Асонов, Д., Хаустова, О. (2019). Розвиток концепції резилієнсу в науковій літературі протягом останніх років. URL : <https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/219>
2. Дмитришин С. Резильєнтність особистості: сутність феномену та методи розвитку. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. Випуск 20.* Львів, 2024. С. 67-74

3. Затерта З. В. До проблеми визначення резильєнтності особистості в психології. *Collection of scientific papers «SCIENTIA». Current issues of science, prospects and challenges*, Sydney, Australia, 2023. С.155-157.
4. Лазос Г. Резильєнтність: концептуалізація понять, огляд сучасних досліджень. *Актуальні проблеми психології. Том 3.: Консультативна психологія і психотерапія*. Вип. 14. Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України; Вінниця, ФОП Рогальська І. О., 2018. Вип. 14. С. 26-64
5. Морозова О. Б. Феномен резилієнс та підходи, які впливають на підвищення резилієнс у особистості. *Науково-практична конференція «Особистість у просторі проблем ХХІ століття»* : програма і матеріали, 25 лютого 2021 року, Київ, Україна / Національний університет «Києво-Могилянська академія». Київ : НаУКМА, 2021. С. 65-67.
6. Омельченко Я.М. Напрямки розвитку життєстійкості дітей в умовах війни. *Психолого-педагогічні координати розвитку особистості* : збірник наукових матеріалів III Міжнародної науково-практичної конференції (м. Полтава, 2–3 червня 2022 р.). Полтава, 2022. С. 163-167.
7. Підготовка вчителів до розвитку життєстійкості / стресостійкості у дітей в освітніх навчальних закладах : навч.метод. посіб. / Вид. 2ге, доп., виправ. / заг. ред.: Чернобровкін В. М., Панок В. Г. Київ : Унів. видво ПУЛЬСАРИ, 2021. 282 с.
8. Савчин М.В., Василенко Л. П. Вікова психологія: навчальний посібник. Київ : Академвидав. 2005. 360 с.
9. Про внесення змін до Державного стандарту початкової освіти. URL : <https://surl.li/tuqqza> (Дата звернення: 04.12.2025).
10. APA Dictionary of Psychology. URL : <https://dictionary.apa.org/resilience> (Дата звернення: 04.12.2025)

**ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ПЕДАГОГІЧНОГО ТАКТУ
В ІНКЛЮЗИВНОМУ КЛАСІ: ЗАРУБІЖНИЙ ДОСВІД
ТА УКРАЇНСЬКІ РЕАЛІЇ**

Любчак Людмила, кандидатка педагогічних наук, доцентка