

3. Сальнікова С. Вибірка у соціологічному дослідженні: підручник. Луцьк: Вежа - Друк, 2021. 252 с.

Юлія Козлова

здобувачка магістерського рівня вищої освіти

спеціальності «Психологія»,

Тернопільський національний педагогічний

університет імені Володимира Гнатюка

м.Тернопіль, Україна

y.cozlova0803@gmail.com

ОСНОВНІ ЧИННИКИ РОЗВИТКУ ОБРАЗУ Я У МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ В УМОВАХ ВІЙНИ

В умовах сьогодення значущим постає дослідження розвитку образу Я у молодшому шкільному віці. Значущість вивчення цієї проблеми зумовлене важливістю вивчення психологічних особливостей формування особистості в період, коли дитина стикається з екстремальними ситуаціями. Війна, як значний стресовий фактор, має глибокий вплив на психіку дітей, змінюючи не лише їх поведінку, а й самосприйняття, формування ідентичності та розвитку образу Я. У цьому контексті необхідно враховувати, що саме в молодшому шкільному віці відбувається інтенсивний розвиток самосвідомості та становлення базових уявлень про себе, що є основою для подальшого психологічного розвитку особистості. Особливої уваги потребує вивчення основних чинників впливу війни на формування у дітей молодшого шкільного віку уявлень про себе, зокрема у контексті стресових ситуацій та змін в оточуючому середовищі.

Аналіз психологічної літератури з проблеми дослідження (І. Бех [1], О. Гуменюк [2], О. Жигайло [3], Г. Кучер [4], І. Лапченко [5], К. Островська [7], С. Світлична [8], Г. Чайка [9] та ін.) показує, що образ Я у молодшому шкільному віці постає важливим компонентом Я-концепції, самосвідомості особистості

дитини загалом. Проте основні чинники розвитку образу Я у молодшому шкільному віці в умовах війни не розглядалися.

Мета статті – обґрунтування основних чинників розвитку образу Я у молодшому шкільному віці в умовах війни.

Розвиток образу Я у молодшому шкільному віці є важливим етапом формування особистості, оскільки саме в цей період закладаються основи самосвідомості та самооцінки дитини. В умовах війни цей процес набуває особливої актуальності, оскільки стресові ситуації та травматичні переживання можуть значно впливати на психічний стан дітей. Різноманітні чинники, такі як наявність стресових факторів, зміни в соціальному оточенні, а також взаємодія з батьками, вчителями та однолітками, стають визначальними у формуванні уявлень дитини про себе. Вивчення цих чинників є необхідним для розуміння того, як війна може впливати на психологічний розвиток дітей і які механізми можуть сприяти збереженню позитивного образу Я у таких умовах.

Так, стресори війни є одним із основних чинників, що формують образ Я у дітей молодшого шкільного віку. При цьому прямий або опосередкований досвід переживання війни може суттєво вплинути на психічне здоров'я дітей, викликаючи стрес, тривогу та депресивні стани. Для дитини, яка переживає страх під час бомбардувань, обстрілів, втрату близьких або вимушене переміщення до іншого місця проживання, такі переживання можуть кардинально змінити її уявлення про себе та навколишній світ. Постійний стрес може призвести до зміни самооцінки, де дитина починає відчувати себе безпомічною або ж навпаки, вона може сформувати занижену самооцінку через страх і невпевненість у майбутньому. Водночас відсутність стабільності в повсякденному житті – зміни в місці проживання, відсутність звичних занять і розпорядку – може порушити відчуття безпеки і стабільності. Війна може спричинити також соціальну ізоляцію, оскільки діти змушені залишити свої звичні соціальні кола і шкільне середовище, що додатково збільшує почуття самотності і нерозуміння [6].

Сімейне середовище є ще одним важливим чинником розвитку образу Я у молодшому шкільному віці під час війни. Взаємодія з батьками та іншими

членами родини є основним джерелом емоційної підтримки, особливо в часи кризи. Якщо батьки можуть зберігати спокій, надавати емоційну підтримку та стабільність, це допомагає дитині зберігати здорове сприйняття себе. Однак стрес, викликаний змінами в сімейних обставинах, такими як економічні труднощі, переміщення або втрати, може негативно вплинути на психічний стан дитини. Напруженість у сім'ї може призвести до того, що дитина молодшого шкільного віку почне відчувати себе непотрібною або покинутою. Важливою є також роль батьків у підтримці звичного ритму життя дитини, включаючи організацію освітнього процесу і підтримку її соціальної активності. Зміни в сімейних ролях, коли батьки переживають стрес або мають менше часу для дітей, можуть спричинити відчуття невизначеності та втрати захисту, що позначається на формуванні самооцінки та образу Я у молодшому шкільному віці [2; 4].

Соціальні взаємодії з однолітками також мають важливе значення в умовах війни для формування образу Я. У звичайний час діти вчаться взаємодіяти з однолітками, обмінюються емоціями і соціальним досвідом, що позитивно впливає на їх самооцінку та соціальну адаптацію. Однак в умовах війни ситуація змінюється, і діти часто зазнають соціальної ізоляції. Переміщення до нових місць, зміна шкіл і відсутність звичних друзів призводять до того, що діти не мають можливості активно взаємодіяти з однолітками. Водночас, якщо дитина здатна знайти нових друзів і отримувати соціальну підтримку, це може позитивно вплинути на її самооцінку і впевненість у собі. Навпаки, ізоляція, відчуження або насмішки з боку однолітків можуть призвести до розвитку низької самооцінки, невпевненості та навіть депресії. Тому соціальна підтримка однолітків є фактором, що сприяє формуванню позитивного образу Я [6].

Психологічний стан педагогів також суттєво впливає на розвиток образу Я у дітей в умовах війни. Діти, як правило, сприймають емоційний стан дорослих, і якщо вчителі переживають стрес, тривогу чи депресію, це може передаватися дітям. Якщо дорослі не здатні забезпечити емоційну підтримку або не можуть бути надійним джерелом стабільності, дитина може почуватися забутою або залишеною наодинці зі своїми переживаннями. Важливою є роль учителів у

створенні безпечного середовища в школі, де дитина може отримати підтримку, а також зберегти певний рівень нормальності в навчанні та соціальних взаємодіях. Педагоги, які самі перебувають під впливом стресу або не здатні адаптувати свій підхід до змін в умовах війни, можуть не надати молодшим школярам необхідної підтримки, що негативно позначиться на їх самооцінці і здатності адаптуватися до змін [1].

Психологічна адаптація до нових умов є ще одним важливим чинником розвитку образу Я. В умовах війни діти часто переживають необхідність адаптації до нових умов життя, таких як зміна місця проживання, перебудова звичних рутинних занять або перехід до нових закладів освіти. Ці зміни можуть призвести до відчуття незахищеності, оскільки дитина змушена адаптуватися до нових обставин, не завжди розуміючи, як знайти свою роль у новій ситуації. Позитивна адаптація залежить від того, наскільки дитина здатна пристосуватися до нових реалій, а також від підтримки дорослих. Якщо батьки і педагоги допомагають дитині знайти новий порядок життя, встановити нові звички та підтримують її активність, це сприяє позитивному формуванню образу Я. Однак, якщо адаптація відбувається важко, дитина може почуватися безпомічною і невпевненою в собі, що впливає на її самооцінку та образ Я [5].

Психологічна підтримка та реабілітація є надзвичайно важливими для дітей, які пережили травматичні події війни. Наявність або відсутність програм психологічної допомоги може значно вплинути на розвиток образу Я. Якщо дитина отримує необхідну підтримку в процесі реабілітації, це допомагає їй впоратися з травмами та відновити позитивний образ себе. Психологічна допомога може включати індивідуальні консультації, групові терапії або навіть арттерапію, що дозволяє дітям виразити свої почуття та подолати пережиті труднощі. Однак відсутність психологічної підтримки може призвести до того, що дитина залишається з незакритими травмами, що в подальшому може спричинити порушення психічного здоров'я, знижену самооцінку та негативний образ Я. Важливим є також навчання дорослих, зокрема батьків і педагогів,

ефективним методам підтримки дітей, щоб допомогти їм подолати наслідки війни і зберегти позитивне сприйняття себе [7; 9].

Отже, основні чинники розвитку образу Я у молодшому шкільному віці в умовах війни взаємодіють між собою, суттєво впливаючи на формування самосвідомості дитини. Воєнні стресори, такі як переживання страху, втрати близьких і зміни в повсякденному житті, можуть викликати глибокі зміни в уявленнях дитини про себе та навколишній світ. Водночас, емоційна підтримка з боку сім'ї, взаємодія з однолітками, а також психологічний стан батьків і педагогів відіграють важливу роль у стабільності психічного здоров'я дитини. Соціально-психологічна адаптація до нових умов життя, наявність психологічної підтримки та реабілітації також є критично важливими для збереження позитивного образу Я і допомоги дітям у подоланні травмуючих наслідків війни.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бех І. Образ Я як мета формування і розвитку особистості. *Педагогіка і психологія*. 1998. №2. С. 30-40.
2. Гуменюк О. Є. Психологія Я-концепції : монографія. Тернопіль : Економічна думка, 2004. 186 с.
3. Жигайло О. Внутрішня позиція як умова розвитку самосвідомості молодшого школяра. *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. Костюка АПН України*. Київ, 2016. Т. VIII, вип. 4. С. 328-334.
4. Кучер Г. Розвиток і становлення образу Я в молодшому шкільному віці. *Наукові записки ТНПУ ім. В. Гнатюка. Сер. Педагогіка*. 2015. № 7. С. 145-149.
5. Лапченко І.О. Особливості розвитку Я-образу дитини. *Збірник наукових праць НПУ ім. М.П. Драгоманова. Серія : Психологія*. Київ : НПУ, 2018. Вип. 3. С. 104-108.
6. Освіта України в умовах воєнного стану: інноваційна та проєктна діяльність : наук.-метод. зб. / за ред. С. М. Шкарлета. Київ – Чернівці : Букрек, 2022. 140 с.

7. Островська К. Взаємозв'язок образу Я, самооцінки і ціннісних орієнтацій молодших школярів : дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2013. 196 с.
8. Світлична С. П. Особливості розвитку особистості та образу Я у молодшому шкільному віці. *Педагогіка та психологія*. 2019. №2. С. 127-134.
9. Чайка Г. В. Я-концепція як структурно-динамічний аспект поняття Я в працях українських і зарубіжних дослідників. *Актуальні проблеми психології*. 2016. Вип. 14 (11). С. 196-211.

Іван КРУПНИК

кандидат психологічних наук, доцент
Тернопільський національний педагогічний
університет імені Володимира Гнатюка,
м.Тернопіль, Україна
ivankrupnyk@tnpu.edu.ua

ПСИХОЛОГІЧНІ ДИСЦИПЛІНИ ЯК ЗАСІБ ПСИХОЕДУКАЦІЇ ДЛЯ ЗДОВАЧІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Сучасне українське суспільство, знаходячись в умовах постійного стресу, поступово виснажується як фізично так і психологічно. Нестача стресостійкості та ресурсності особистості дається взнаки в усіх сферах життя особистості: у навчанні, у професійній діяльності, у сімейній взаємодії. Особливої уваги, на нашу думку, потребують особистості, які проходять інтенсивний період становлення, а саме молодь. Молодь – це та категорія, яка є надчутливою до втрати безпечного середовища, а саме до відсутності належної підтримки як найближчого оточення, тобто родини, найближчих друзів, так і більш широкого кола соціуму, зокрема людей, які представляють для них освітнє середовище. Переживаючи стан війни, молода людина може страждати різними формами емоційних розладів, включаючи різноманітні прояви ПТСР, депресії, панічні атаки, розлади харчової поведінки тощо [1; 3].