

ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ПРОЦЕСУ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ В ЗАКЛАДІ ОСВІТИ

Дукач Анжела Юріївна

здобувачка вищої освіти

Університету Григорія Сковороди в Переяславі

Іващенко Альона Ігорівна

кандидат психологічних наук,

доцент кафедри практичної психології

Університету Григорія Сковороди в Переяславі

ORCID ID: 0000-0002-5059-739X

У статті висвітлено теоретичні аспекти процесу адаптації дітей з особливими освітніми потребами (далі – ООП) в закладі освіти. Проаналізовано ключові підходи до розуміння феноменів адаптації та інклюзії, визначено специфічні труднощі, з якими стикаються діти з ООП під час входження до загальноосвітнього закладу. Особливу увагу приділено ролі психологічного супроводу як важливого компонента інклюзивної освіти. Представлено результати емпіричного дослідження, спрямованого на вивчення ефективності психологічної підтримки дітей з ООП під час їх адаптації.

Ця стаття спрямована на теоретичне висвітлення та практичне обґрунтування особливостей психологічного забезпечення процесу входження й пристосування дітей з особливими освітніми потребами до умов в інклюзивному середовищі.

Розглянуто основні напрями, форми та методи роботи практичного психолога щодо сприяння успішній соціально-психологічній адаптації учнів у межах реалізації програми «Крок до успіху». Програма мала характер, спрямований на корекцію та розвиток і містила інтерактивні заняття, арттерапію, дихальні вправи, тренінги для педагогів і роботу з батьками.

Дослідження здійснювалося з дітьми молодшого віку, які були поділені на експериментальну та контрольну групи, з урахуванням вікових та індивідуально-психологічних особливостей. Учасники експериментальної групи брали участь у спеціально розробленій програмі психологічного супроводу. Після проходження програми в експериментальній групі відбувалися значні позитивні зміни в емоційному стані, рівні комунікативної активності та загальній адаптованості до навчального середовища. У контрольній групі, яка навчалася без додаткового втручання, суттєвих змін не зафіксовано.

Зроблено висновок про необхідність інтеграції психологічного супроводу в загальну систему інклюзивної освіти з метою забезпечення повноцінного розвитку, соціального благополуччя дітей з ООП. Визначено перспективи подальших досліджень щодо розробки адаптивних програм для різних нозологічних груп.

Ключові слова: адаптація, діти з особливими освітніми потребами, психологічний супровід, шкільна дезадаптація, корекційно-розвивальна робота, шкільна тривожність.

Dukach A., Ivashchenko A. EMPIRICAL STUDY OF THE FEATURES OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF THE PROCESS OF ADAPTATION OF CHILDREN WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS IN AN EDUCATIONAL INSTITUTION

The article highlights the theoretical aspects of the process of adaptation of children with special educational needs (SEN) in an educational institution. The key approaches to understanding the phenomena of adaptation and inclusion are analyzed, the specific difficulties that children with SEN face when entering a general education institution are identified. Particular attention is paid to the role of psychological support as an important component of inclusive education. The results of an empirical study aimed at studying the effectiveness of psychological support for children with SEN during their adaptation are presented.

This article is aimed at theoretical coverage and practical substantiation of the features of psychological support for the process of entry and adaptation of children with special educational needs to conditions in an inclusive environment.

The main directions, forms and methods of work of a practical psychologist to promote successful socio-psychological adaptation of students, within the framework of the implementation of the «Step to Success» program, are considered. The program was aimed at correction and developmental and included interactive classes, art therapy, breathing exercises, trainings for teachers and work with parents.

The study was carried out with young children, who were divided into experimental and control groups, taking into account age and individual psychological characteristics. The participants of the experimental group participated in a specially designed program of psychological support. After completing the program, the experimental group experienced

significant positive changes in the emotional state, level of communicative activity and general adaptation to the learning environment. In the control group, which studied without additional intervention, no significant changes were recorded.

It is concluded that it is necessary to integrate psychological support into the general system of inclusive education in order to ensure the full development, social and well-being of children with SEN. Prospects for further research on the development of adaptive programs for different nosological groups have been identified.

Key words: *adaptation, children with special educational needs, psychological support, school maladaptation, correctional and developmental work, school anxiety.*

Вступ. Сучасна система освіти України активно трансформується в напрямі інклюзивного підходу, що передбачає створення умов для навчання дітей з особливими освітніми потребами в загальноосвітніх закладах. Це є прогресивним кроком, проте вимагає від усіх учасників освітнього процесу значних зусиль для створення адаптивного та підтримувального середовища. Одним з основних аспектів ефективної інклюзії є забезпечення успішної адаптації дитини з ООП до освітнього середовища. Цей процес охоплює не лише навчальні аспекти, а й психологічну та соціальну інтеграцію дитини в шкільну спільноту. Невдалий процес адаптації може призвести до дезадаптації, яка проявляється в зменшенні успішності, соціальній ізоляції, підвищенні тривожності, афективних розладах та навіть девіантній поведінці.

Проблема психологічного супроводу адаптації дітей з ООП є багатогранною та актуальною, що підтверджується дослідженнями вітчизняних та зарубіжних науковців (наприклад: Н. З. Софій, Л. І. Гриценко, М. В. Литвинчук, Д. В. Васильєва, J. Ware, H. R. Schaffer). Проте, незважаючи на значну кількість робіт, присвячених окремим аспектам інклюзивної освіти та психологічного супроводу, залишається недостатньо висвітленою проблема комплексної, системної підтримки адаптаційного процесу дітей з ООП саме в умовах загальноосвітнього закладу, що передбачає взаємодію всіх учасників освітнього процесу.

Метою статті є теоретичне та практичне обґрунтування дослідження психологічного супроводу процесу адаптації дітей з ООП в закладах освіти, визначення практичних напрямів психологічного супроводу процесу адаптації дітей в умовах інклюзивного освітнього середовища.

Теоретичні обґрунтування та психологічні особливості адаптації дітей з ООП.

Поняття адаптації є міждисциплінарною темою і посідає важливе місце в дослідженнях психологів. Незважаючи на велику кількість досліджень, присвячених адаптації, все ще залишається багато прогалин у наших уявленнях про сутність, види та структуру цього феномену [1].

Адаптація – це процес узгодження нових вражень із наявними когнітивними схемами. Загалом це відбувається за допомогою двох основних процесів: асиміляція (включення нового досвіду в уже наявні схеми) та акомодация (зміна схем під впливом нового досвіду) (Піаже [2, с. 245], 1952, с. 245).

Процес соціальної адаптації містить соціальну реабілітацію, але не зводиться до неї. Основою всіх реабілітаційних заходів є апеліяція до особистості індивіда, відновлення його втрачених чи послаблених суспільних зв'язків і відносин унаслідок інвалідності. Специфіка адаптаційного процесу за участю осіб з розумовою відсталістю полягає в тому, що для досягнення позитивного результату акцент повинен зміститися із суб'єкта на об'єкт адаптації. Суспільство повинно не тільки спостерігати за прагненням індивіда щодо досягнення ідентичності з ним, а й бути готовим прийняти таке прагнення, усіляко сприяти його реалізації (Шишова [3, с. 221–226], 2014, с. 221–226).

Психологічна адаптація людини – це пристосування органів чуття до особливостей стимулів, які діють на них з метою їх кращого сприйняття і запобігання надмірному навантаженню на рецептори [4, с. 52]. Вирішальну роль також відіграє активність особи, яка є єдністю процесів засвоєння правил середовищ і перетворення середовища.

Адаптація дітей з особливими потребами до різних видів соціально-значущої діяльності на сьогоднішній день є найактуальнішою проблемою. Важливим є дослідження, які безпосередньо пов'язані з адаптацією дітей до навчально-психологічної діяльності в початковій та вищій школах, адже саме ці періоди більше визначають подальшу долю та професійне становлення особистості.

Поняття **діти з особливими потребами** ще не є достатньо вивченим у сучасній науковій літературі, що пояснюється відносною новизною досліджень соціальної адаптації та інтеграції дітей з інвалідністю. Зарубіжні спеціалісти наголошують на тому, що віднесення дітей з порушеннями розвитку до маргінальних груп починається з термінології, яка «навішує ярлики» і може спричинити негативні соціальні установки та сприяти маргіналізації (процес відторгнення чи відчуження індивіда, групи або спільноти від головного потоку суспільства), особливо у випадку дітей із психічними розладами.

Шкільна дезадаптація – утворення неадекватних механізмів пристосування дитини до школи у формі порушень навчання і поведінки, конфліктних відносин, психогенних захворювань і реакцій, підвищення рівня тривожності, викривлень в особистісному розвитку (Рудницька [5, с. 120], Київ, 2002, с. 120). Доречно зазначити, що термін «дезадаптація» означає порушення окремих взаємозв'язків,

які базуються на певних взаємодіях людини із середовищем, що мають конструктивний характер, поступово формуються та набувають більшої складності протягом індивідуального розвитку людини.

Ознаками **дезадаптації** в дітей можуть бути низькі навчальні досягнення, агресивна поведінка, капризність, порушення дисципліни, а також труднощі у взаєминах з однолітками та педагогами. Дослідники підкреслюють, що в окремих випадках в учнів можуть розвиватися «психогенні захворювання» або ж формуватися «психогенні риси особистості», які негативно впливають на їхнє самопочуття вдома та в школі [6].

Діти з ООП – це широка категорія дітей, які потребують додаткової підтримки в соціально-освітньому процесі. Наприклад, діти з розладами аутистичного спектра можуть стикатися з труднощами соціальної взаємодії та розуміння соціальних норм, що призводять до труднощів у налагодженні дружніх стосунків з однолітками, що стає причиною їх самотності та відчуття відторгнення; діти з інтелектуальними порушеннями – низька самооцінка, постійні порівняння з нормо-типовими однолітками та можливі невдачі у спілкуванні можуть негативно впливати на Я-концепцію дитини [7].

Сучасна шкільна освіта ставить перед дітьми багато нових завдань, що потребують від них значних інтелектуальних зусиль та психологічної витримки. **Психологічний супровід** стосовно інклюзивної освіти розглядається як система професійної діяльності, спрямованої на створення оптимальних умов для розвитку та навчання дітей з ООП, забезпечення їх успішної адаптації та соціалізації [8].

Матеріали та методи. Дослідження проводилось серед учнів початкових класів (1–4 клас) упродовж жовтня 2024 – травня 2025 навчального року. Дослідження організовано як формувальний експеримент, що передбачав три послідовні етапи: первинна діагностика (констатувальний етап), цілеспрямоване психологічне впливання (формувальний етап) та підсумкова перевірка змін (контрольний етап).

10 учнів початкових класів віком від 6 до 9 років, які мають офіційний висновок з Інклюзивно-ресурсного центру (далі – ІРЦ) про наявність особливих освітніх потреб. Зокрема, 6 дітей з розладами аутистичного спектра (далі – РАС) та 4 дитини з психологічними порушеннями розвитку (серед них – із синдромом дефіциту уваги з гіперактивністю).

Для експерименту учасників розподілено на дві групи:

1. Експериментальна група (ЕГ) – 5 учнів з ООП, які отримували психологічний супровід (2 дитини з психологічними порушеннями розвитку, 3 дитини з РАС).

2. Контрольна група (КГ) – 3 дитини з РАС, 2 з психологічними порушеннями розвитку, які здобували освіту в інклюзивних класах, однак не брали участі в психологічному супроводі, обмежуючись стандартними формами підтримки закладу.

Для оцінки змін та розвитку адаптаційних процесів застосовано сукупність діагностичних методик, які охоплюють широкий спектр параметрів, що характеризують різні аспекти адаптації. Наприклад: *«Опитувальник соціально-психологічної адаптації» (СПА) К. Роджерса та Р. Даймонда* – дав змогу оцінити узагальнені (інтегральні) показники рівня адаптації та дезадаптації, а також проаналізувати результати за окремими шкалами, як-от самоприйняття, прийняття інших, емоційний комфорт, домінантність; *«Малюнок сім'ї»*, *«Малюнок школи»* – додатковий інструмент для виявлення емоційного ставлення до родини та освітнього середовища, внутрішніх переживань дитини; методи спостереження – з метою вивчення поведінкових проявів дітей здійснювалося структуроване спостереження за їхньою активністю під час навчальних занять, на перервах та позаурочній діяльності. Особлива увага приділялася фіксації проявів соціальної взаємодії, емоційних реакцій, рівня ініціативності та здатності до саморегуляції (усі спостереження фіксувалися у спеціальних картоспостереженнях); *бесіди* – для отримання додаткових даних щодо динаміки змін у стані та розвитку дитини з позиції значущих дорослих проводили інтерв'ю з батьками та педагогічними працівниками (класними керівниками, асистентами вчителя), що дало змогу сформулювати цілісніше уявлення про індивідуальні особливості дитини в різних контекстах її життєдіяльності. Цей комплекс дозволяє здійснити всебічний аналіз адаптаційних реакцій особистості, зокрема емоційного, поведінкового, соціального та когнітивного рівнів, що забезпечує глибше розуміння особливостей процесу пристосування до нових умов.

У межах психологічного супроводу адаптаційних процесів учнів експериментальної групи розроблено та реалізовано програму *«Крок до успіху»*. Програма мала психокорекційно-розвивальний характер і була спрямована на цілісну підтримку емоційного, соціального та когнітивного розвитку дітей з особливими освітніми потребами (далі – ООП).

Заняття корекційно-розвивальної роботи були спрямовані на розвиток важливих психологічних навичок. Наприклад, діти вчилися спілкуватися, співпрацювати та розуміти емоції інших через ігри та вправи; опановували та керували своїми емоціями за допомогою арттерапії, дихальних вправ. Заняття допомогли учням краще дізнатися та зрозуміти себе, свої сильні сторони, сформулювати позитивне ставлення до себе.

Проводили зустрічі з батьками для того, щоб підтримувати адаптацію дітей з ООП позашкільних обставин. Батьки були проінформовані та отримували поради (як допомогти дитині адаптуватися до шкільного життя, яке значення має підтримка родини для розвитку соціальних навичок у дитини та інше).

Також були тренінги для педагогів, які здобували знання та отримували інструменти для ефективної роботи з учнями з ООП (як реагувати на труднощі в поведінці та допомагати дітям керувати емоціями, як створити доброзичливе і підтримувальне освітнє середовище).

Результати. Усі зібрані дані були оброблені за допомогою статистичних програм з метою оцінки змін, що відбулися в дітей та дорослих. Проводили результати спостережень, інтерв'ю та висловлювання учасників, що дає змогу краще зрозуміти вплив психологічного супроводу на процес адаптації.

На первинній діагностиці аналіз даних показав, що рівень шкільної тривожності та рівень соціально-психологічної адаптації були високими та низькими в обох групах. Це свідчило, що на початку дослідження учні мали виражені труднощі з адаптацією до соціального середовища.

Після проведення програми психологічного супроводу в експериментальній групі (далі – ЕГ) спостерігалися суттєві позитивні зміни. Рівень шкільної тривожності знизився, а показники соціально-психологічної адаптації покращилися. Це вказує на те, що відбулося зменшення емоційної напруги та підвищення загального благополуччя у дітей. У контрольній групі (далі – КГ), де програма не застосовувалась, подібних значних змін не відбулося.

Якісний аналіз спостережень та бесід підтвердив кількісні результати. У дітей ЕГ спостерігалася позитивна динаміка у формуванні соціально-комунікативної компетентностей: ідуть на контакт з однолітками, зменшилася проява агресивності. Батьки та педагогічні працівники помітили, що їх емоційний стан покращився, стали мотиваційними до участі в навчальних та позакласних процесах. Помітні зміни відбулись у дітей з РАС: рідше проявляють стереотипні форми поведінки, частіше встановлюється зоровий контакт, реагують на вербальні звернення. Це свідчить про те, що програма психологічного супроводу позитивно впливає на емоційно-поведінкову сферу дітей з особливими освітніми потребами.

Важливо зазначити, що програма охоплювала не лише дітей, а і їх найближче оточення – батьків та педагогів. Це допомогло створити сприятливі умови, які сприяли закріпленню нових навичок і поширенню позитивних змін у різних сферах життя дитини. Спільна співпраця всіх учасників програми зменшила прояви дезадаптації в дітей.

Пори позитивні результати, варто враховувати деякі обмеження дослідження. Через невелику кількість учасників складно узагальнити висновки, а короткий термін проведення програми не дає змоги оцінити, наскільки тривалим буде її ефективний вплив. Також доцільно створювати окремі програми психологічної підтримки для різних груп дітей з ООП. Перспективним напрямом є й дослідження того, як психологічний супровід впливає не лише на емоційний стан, а й на успішність та якість життя таких дітей.

Висновки. Адаптація дітей з особливими освітніми потребами до інклюзивного освітнього середовища є складним процесом, що супроводжується труднощами у спілкування, емоційній сфері та навчанні. Тому таким дітям необхідна спеціальна психологічна підтримка.

Проведене дослідження показало, що програма психологічного супроводу є дієвою. В учнів з експериментальної групи були помітні покращення в адаптації, зниження рівня тривожності та розвиток комунікативних навичок. Такий комплексний супровід допомагає дитині краще адаптуватися в навчальне середовище, сприяє її розвитку та емоційному комфорту.

Література:

1. Андросович К. А. (ред.). Соціальна адаптація обдарованої особистості: від дитинства до юності. *Методичний посібник*. Київ, 2021.
2. Піаже Ж. Походження інтелекту у дитини. *International Universities Press*. Нью-Йорк, 1952. 245 с.
3. Шишова І. О. Концепт «трудове виховання» у системі психолого-педагогічної підготовки студентів в умовах інклюзивної освіти. *Наукові записки КДПУ ім. В. Винниченка. Педагогічні науки*. Кіровоград, 2014. Вип. 131. С. 221–226.
4. Соціально-психологічна робота з дітьми та молоддю з особливими потребами. *Держсоцслужба*. Київ, 2005. 52 с.
5. Рудніцька І. Стан здоров'я школяра як один із головних критеріїв перебігу адаптації. *Все про адаптацію*. № 25–26. Київ, 2004. 120 с.
6. Панка В. Г. (ред.). Адаптація дітей до навчання у школі в діяльності психологічної служби: методичні рекомендації. *Український НМЦ практичної психології і соціальної роботи*. Київ, 2013. 350 с.
7. Коберник Г. І. Індивідуалізація й диференціація навчання в початкових класах: теорія та методика: монографія. *Науковий світ*. Київ, 2002. 231 с.
8. Софій Н. З. Інклюзивна освіта: сутність та особливості реалізації. *НАІР*. Київ, 2017.

References:

1. Androsovich, K. A. (ed.). (2021). *Sotsial'na adaptatsiia obdarovanoi osobystosti: vid dytynstva do iunosti* [Social adaptation of a gifted personality: from childhood to adolescence]. *Metodychnyi posibnyk*. Kyiv [in Ukrainian].
2. Piaget, J. (1952). *Pokhodzhennia intelektu u dytyny* [The origin of intelligence in a child]. *International Universities Press*. New York, 245 p. [in Ukrainian].

3. Shyshova, I. O. (2014). Kontsept "trudove vykhovannia" u systemi psykholoho-pedahohichnoi pidhotovky studentiv v umovakh inkliuzyvnoi osvity [The concept of "labor education" in the system of psychological and pedagogical training of students under inclusive education]. *Naukovi zapysky KDPU im. V. Vynnychenko. Pedahohichni nauky*. Kirovograd. 131, 221–226 [in Ukrainian].
4. Sotsial'no-psykholohichna robota z dit'my ta moloddiu z osoblyvymy potrebamy [Social and psychological work with children and youth with special needs]. (2005). *Derzhsotssluzhba*. Kyiv, 52 p. [in Ukrainian].
5. Rudnytska, I. (2004) Stan zdorov'ia shkoliapa yak odyz iz holovnykh kryteriiv perebihu adaptatsii [The state of schoolchildren health as one of the main criteria for the adaptation process]. *Vse pro adaptatsiiu*. Kyiv, 25–26, 120 p. [in Ukrainian].
6. Panka, V. H. (ed.). (2013). Adaptatsiia ditei do navchannia u shkoli v diial'nosti psykholohichnoi sluzhby: metodychni rekomendatsii [Adaptation of children to school education in the work of the psychological service: methodological recommendations]. *Ukrainian National Methodological Center of Practical Psychology and Social Work*. Kyiv, 350 p. [in Ukrainian].
7. Kobernyk, H. I. (2002). Indyvidualizatsiia y dyferentsiatsiia navchannia v pochatkovykh klasakh: teoriia ta metodyka: monohrafiia [Individualization and differentiation of teaching in primary school: theory and methodology: a monograph]. *Naukovyi svit*. Kyiv, 231 p. [in Ukrainian].
8. Sofii, N. Z. (2017). Inkliuzyvna osvita: sutnist' ta osonlyvosti realizatsii [Inclusive education: Essence and implementation features]. *NAIR*. Kyiv [in Ukrainian].

Стаття надійшла до редакції 25.08.2025
Статтю прийнято до публікації 11.09.2025
Стаття опублікована 16.10.2025