

2. Концепція Нової української школи. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf>
3. Мирослав Грінберг. Соціальні зв'язки підлітка: як відновити коло спілкування під час війни? URL: <https://www.helsinki.org.ua/articles/sotsialni-zv-iazky-pidlitka-ia-vidnovyty-kolo-spilkuvannia-pid-chas-viyny/>
4. Олена Кравцова. Базові переконання підлітків як чинник їх стресостійкості в умовах війни. URL: <https://mpp-journal.com/index.php/journal/article/download/25/16>
5. Опитувальник Томаса-Кельмінна. URL: [https://www.eztests.xyz/tests/social\\_thomas/](https://www.eztests.xyz/tests/social_thomas/)
6. Тест «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк). URL: [https://epidruchniki.com/content/898\\_45\\_test\\_samoocinka\\_psihichnih\\_staniv\\_g\\_aizenk.html](https://epidruchniki.com/content/898_45_test_samoocinka_psihichnih_staniv_g_aizenk.html)

---

## Дослідження рівня тривожності, фрустрації та агресивності учнів 7-х і 10-х класів, які мешкають у різних регіонах

*Щелкунова Ірина,  
методист відділу освітнього менеджменту  
Управління освіти адміністрації  
Шевченківського району Харківської міської ради  
[dzer34@ukr.net](mailto:dzer34@ukr.net)*

---

*У статті розглянуто результати діагностичного дослідження рівня тривожності, фрустрації та агресивності в учнів 7-х і 10-х класів, які мешкають у Харкові та в інших регіонах України, за кордоном. Визначено, що тривожність і агресивність є найбільшими в учнів 7-х класів, які мешкають у Харкові. Найбільш фрустровані учні 7-х класів за кордоном і 10-х класів у Харкові.*

**Ключові слова:** тривожність, фрустрація, агресивність, психічні стани, учні, дослідження.

**Актуальність.** Наріжним каменем освіти в сучасній Україні, насамперед у Харкові, є здоров'я та безпека всіх учасників освітнього процесу. Наші учні живуть в умовах постійної зовнішньої загрози їх життю та здоров'ю, або з болем роз'їхалися по світу. Неможливо пережити страшні загрози без порушень психічної рівноваги. Воєнні події тривалий час тримають у напрузі кожного українця та українку, у якому куточку України або світу вони б не знаходились. Постійна напруженість призводить до тривалого стресу, відчуття невизначеності, постійного страху за своє життя та життя близьких, підвищення рівня тривожності, виснаження, аж до панічних атак. Такі проблеми наявні як у дорослих, так і в дітей, що видно з тематики запитів до практичних психологів. Учні, які звертаються до практичних психологів, зазвичай, бажають позбутися тривожності, роздратування, нав'язливих думок, відчуття небезпеки, нічних страхів, а також агресивних намірів і булінгу. За тематикою запитів ми побачили певну різницю між причинами порушень психологічної рівноваги, які турбують учнів у Харкові, Україні та за кордоном, і зробили припущення, що рівень тривожності, фрустрації та агресивності дітей у різних регіонах може різнитись. Для визначення масштабу проблеми необхідним було дослідити наявний рівень психічних станів учнів.

**Мета дослідження** – визначення рівня тривожності, фрустрації та агресивності в учнів 7-х і 10-х класів, які мешкають у Харкові, інших регіонах України та за кордоном.

В обстеженні взяли участь учні 21 закладу загальної середньої освіти Шевченківського району міста Харків. Також ми вибрали для дослідження дві вікові категорії – учнів 7-го та 10-го класу. Учні 7-го класу половину терміну свого навчання перебувають в умовах війни, що визначає певним чином їх ставлення до свого життя та оточуючого світу. Учні 10-го класу значну частину терміну навчання отримували освіту безпосередньо в школі, спілкуючись із учителями й однолітками в класах і в спеціалізованих кабінетах. Крім того, десятикласники підходять до важливого етапу у своєму житті – прийняття рішення про професійний вибір. Усі ці обставини впливають на психічний стан учнів.

Через воєнні дії поблизу Харкова велика частина учнів переїхала або в інші регіони України, або за кордон, але продовжують навчатись в улюбленій школі. Кожна група дітей має свої травмуючі та підтримуючі фактори. У Харкові це постійні обстріли, сирени, вибухи, руйнація будівель, але діти живуть удома, у звичних умовах, спілкуються з давно знайомими людьми рідною мовою. Діти в інших регіонах України чують сирени, іноді проліт дронів або вибухи, не мають розгалуженого кола друзів, вимушені мешкати в чужому житлі, не маючи улюблених речей, але спілкуються рідною мовою, за знайомими звичаями та законами. Діти за кордоном живуть без війни та вибухів, але в іншомовному середовищі, незнайомій побутовій культурі, у чужому житлі або гуртожитку, без друзів, мають дуже вузьке коло спілкування. Вони повинні обов'язково відвідувати місцеву школу, адаптуватися до нового класу, що завжди викликає труднощі.

**Завдання дослідження:** визначити, які нові життєві умови найменше впливають на психічні стани учнів, до яких скоріше за все діти пристосовуються.

Для проведення обстеження було обрано методику «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка, яка складається із 40 питань і висвітлює рівень 4-х станів: тривожність, фрустрація, агресивність і ригідність. У контексті означеної теми нас цікавлять тільки результати щодо тривожності, фрустрації та агресивності.

**Поняття «тривожність»** розуміється як переживання емоційного дискомфорту, що пов'язаний із очікуванням невдачі або передчуттям якоїсь загрози, як результат незадоволення людиною своїх суттєвих потреб, які є актуальними при перебуванні в певній ситуації [4, с. 551].

**Фрустрація** – це психологічний стан, що виникає, коли людина стикається з перешкодами на шляху до досягнення мети або задоволення важливої потреби, що призводить до розчарування, тривоги або інших негативних емоцій. Це стан, коли очікування не відповідають реальності, і людина відчуває труднощі в задоволенні своїх бажань або потреб [4, с. 576].

**Агресивність** – тенденція людини до прояву агресивної поведінки. Це може бути як ситуативний стан, так і риса особистості, що виражається у ворожому ставленні до інших і може призводити до заподіяння шкоди. Агресивність може бути викликана різними факторами, включаючи генетичні схильності, виховання, соціальне середовище, а також внутрішні психологічні причини, такі як гнів, страх, невпевненість [4, с. 8].

В обстеженні взяли участь 1139 учнів із 21 закладу освіти. Серед них 670 учнів 7-х класів і 469 учнів 10-х класів (табл.1). Вони розподілені на три групи за місцем мешкання – «місто Харків» (надалі «Харків»), «інші регіони України» (надалі «Україна»), «За кордоном». 5 закладів за статутом є гімназіями, тобто не мають учнів 10-х класів.

Таблиця 1

**Кількість учнів, які взяли участь в опитуванні по групах**

| Місце знаходження учнів | 7-й клас | 10-й клас | Загалом |
|-------------------------|----------|-----------|---------|
| Кількість закладів      | 21       | 16        |         |
| Місто Харків            | 433      | 271       | 704     |
| Інші регіони України    | 107      | 73        | 180     |
| За кордоном             | 130      | 125       | 255     |
| Загалом учнів           | 670      | 469       | 1139    |

*Проаналізуємо отримані результати окремо за кожним чинником у двох вікових категоріях.*

За відсотковим складом 7-х класів (рис. 1) найбільше учнів із високим рівнем тривожності в групі Харків, найменше в групі інших регіонів України. Найбільший відсоток учнів із низьким рівнем тривожності в групі Україна. Таким чином, можна сказати, що діти з інших регіонів України мають найкращі показники: найменше високотривожних і найбільше з низьким рівнем тривожності. Діти за кордоном демонструють доволі високий рівень тривожності, що може вказувати на вплив адаптаційного стресу, мовного бар'єру чи соціокультурних труднощів. Харківські учні мають найвищий рівень високої тривожності, ймовірно, через безпосередню близькість до бойових дій. Загалом більшість учнів усіх груп 7-х класів мають середній та низький рівень тривожності. Лише менше 10% у кожній групі мають високий рівень тривожності.

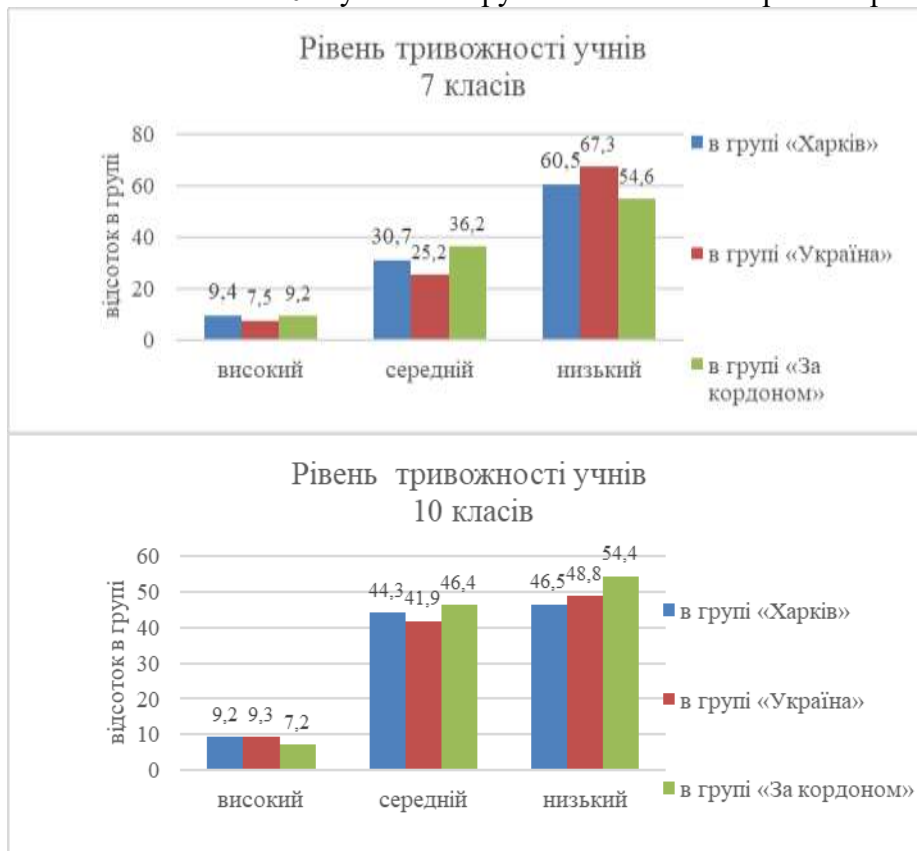


Рис. 1. Розподіл кількості учнів за рівнями тривожності в групах і вікових категоріях

В учнів 10-х класів також менше 10% мають високий рівень тривожності, однак збільшилася кількість дітей із середньою тривожністю порівняно із 7 класом. Аналізуючи результати тривожності учнів 10-х класів (рис.1), можна зазначити, що відсоток учнів із тривожністю високого рівня в Харкові та в Україні більший, ніж за кордоном. Найбільший відсоток дітей з низьким рівнем тривожності в групі за кордоном, тобто вони вже певним чином адаптувалися до нових умов.

Порівнюючи результати учнів 7-х і 10-х класів, можна зазначити, що найбільшу тривожність демонструють учні обох вікових щаблів у Харкові – прифронтовому місті, яке з 2022 року перебуває під постійною загрозою обстрілів. Це значно підвищує базовий рівень стресу в дітей. Навіть якщо обстріли не є постійними, небезпека, сирени, руйнування та нестабільність створюють відчуття беззахисності.

В інших регіонах України ситуація трохи спокійніша, але війна лишається фоновною загрозою. Учні за кордоном часто мають статус біженців, переселенців. Вони стикаються з мовними бар'єрами, іншою системою освіти, новим оточенням, розривом соціальних зв'язків, що викликає адаптаційний стрес. Однак, оскільки ці діти не перебувають у зоні бойових дій, це не викликає глибокої тривожності, а радше стабільну середню напругу.

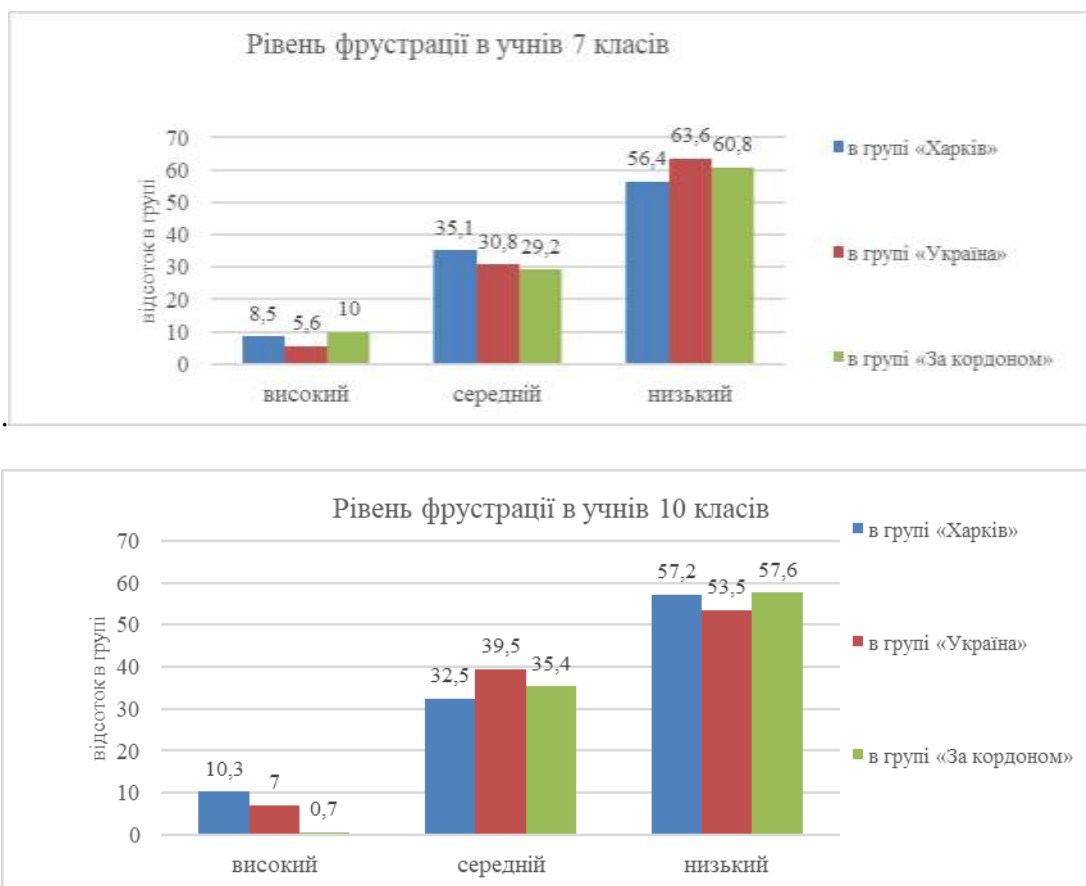


Рис.2. Розподіл рівнів фрустрації в групах учнів 7-х і 10-х класів

Розглядаючи рівень фрустрації, необхідно зазначити, що близько 60% учнів у кожній віковій та територіальній групі мають низький рівень. Структура груп

7-х класів щодо фрустрації (рис. 2) показує, що найбільше учнів із високим рівнем фрустрації є в групі «За кордоном», найменше в групі «Україна». Найбільший відсоток учнів із низьким рівнем фрустрації в групі «Україна». Таким чином, можна сказати, що діти, які перебувають в інших регіонах України, мають найкращі показники щодо фрустрації. Імовірно, вони перебувають у достатньо комфортних умовах – низький рівень загрози життю, відсутність мовного бар'єра та боротьби за виживання.

Для 10-х класів найбільше учнів із високим рівнем фрустрації також у групі «Харків», а найменше (один учень) у групі «За кордоном». Відсоток учнів із низьким рівнем фрустрації майже однаковий у Харкові та за кордоном. Таким чином, на думку десятикласників, найбільш сприятливі умови щодо реалізації планів саме в Харкові та за кордоном. Різниця у відчутті фрустрації в учнів 7-х і 10-х класів може бути пояснена особистісними особливостями учасників опитування, а також тим, що учні 7-х класів ще мало замислюються про майбутнє та професійну освіту. А учні 10-х класів починають будувати плани на майбутнє, тому бачать певні можливості реалізації їх у країні перебування. Загалом учні за кордоном показують найнижчі показники як фрустрації, так і агресивності, що свідчить про кращу емоційну адаптацію.

Низький рівень агресивності мають близько 60% учнів 7-х класів і близько половини учнів 10-х класів. За відсотковим складом (рис. 3) груп 7-х класів найбільше учнів із високим рівнем агресивності є в групі «За кордоном», наближається до них кількість у групі «Харків», найменше – у групі «Україна». Найбільший відсоток учнів із низьким рівнем агресивності в групі «Україна». Тобто найменш агресивні саме діти 7-х класів, які перебувають в інших регіонах України.

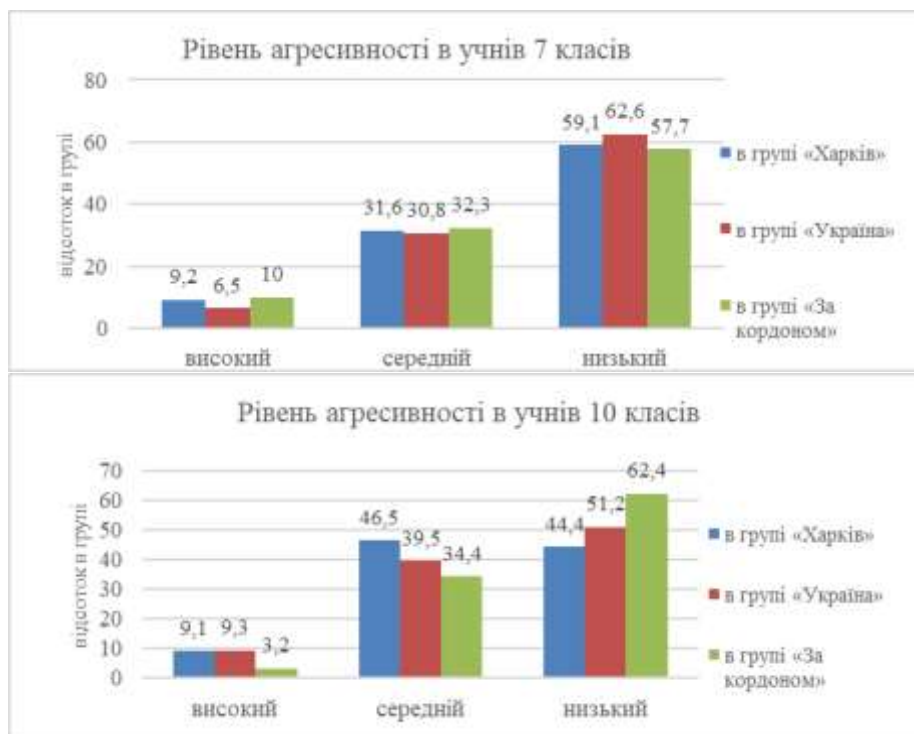


Рис.3. Розподіл рівнів агресивності в групах 7-х і 10-х класів

У 10-х класах високий рівень агресивності мають однаковий відсоток учнів у Харкові та в Україні. Найменший рівень агресивності в учнів 10-х класів за кордоном. Порівнюючи агресивність учнів двох вікових груп, складно пояснити розбіжність у відсотковому складі високого рівня агресивності для 7-х класів і низького в 10-х класах учнів за кордоном. Імовірно, це може бути пов'язано з особистісними особливостями та умовами перебування учнів.

Переходимо до аналізу середніх балів по чинниках, які обраховані для кожної групи (рис. 4). Аналізуючи середні бали в групах і класах, можна зазначити, що в 7-му класі найбільш спокійними й доброзичливими є учні, які знаходяться в інших регіонах України, найбільш тривожні та агресивні харків'яни, а найбільш фрустровані ті, хто за кордоном.

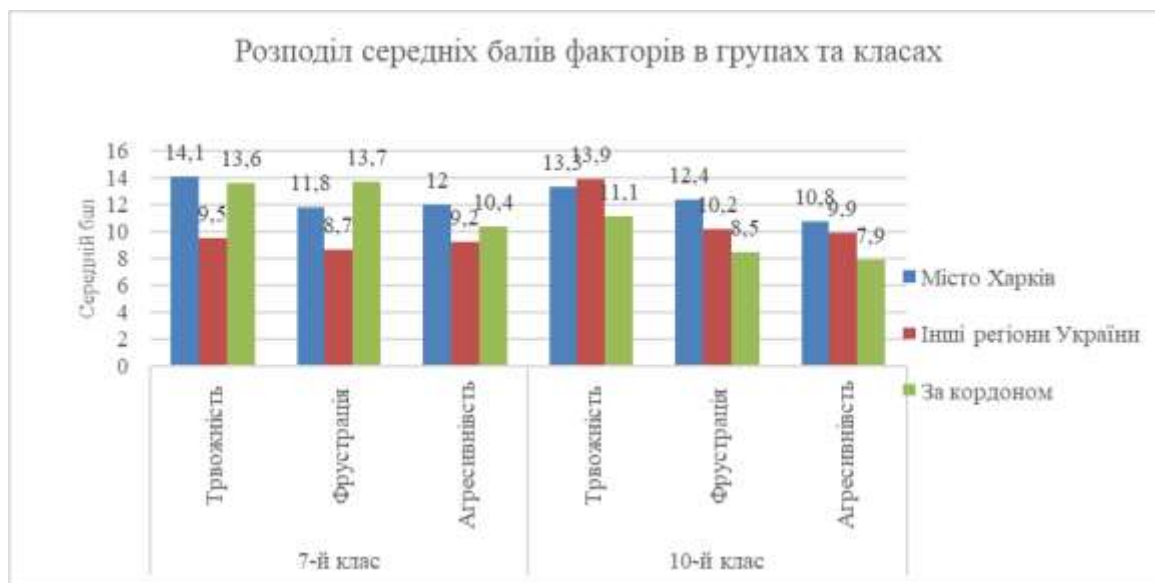


Рис 4. Розподіл середніх балів факторів у групах і класах

Серед десятикласників найбільш спокійні та доброзичливі ті, хто знаходиться за кордоном, а харків'яни мають високі бали за всіма трьома факторами. Також є високою тривожність у тих десятикласників, які мешкають в інших регіонах України, тобто ми бачимо, що рівні психічних станів учнів 7-х і 10-х класів різняться залежно від міста перебування.

**Підсумовуючи аналіз, зазначимо,** що отримані результати можна пояснити через поєднання психологічних, соціальних і життєвих факторів, які впливають на дітей у різних умовах. Тривожність, фрустрація, агресивність у дітей формуються під впливом не лише об'єктивних загроз, а й суб'єктивного відчуття безпеки, стабільності та підтримки. Отримані результати певним чином підтвердили наші гіпотези, а саме, що більшу серед опитаних тривожність і агресивність мають жителі Харкова. Хоча виявлені також неочікувані результати: підвищений рівень тривожності та фрустрації в учнів 7-х класів за кордоном, або найвища серед опитаних тривожність десятикласників, які перебувають у регіонах України. Водночас визначено, що від 40% до 65% учнів у кожній віковій групі та в регіоні мають низький рівень напруженості чинників, що може свідчити про адаптацію дітей кожної групи до несприятливих факторів оточуючого середовища.

### Список використаних джерел:

1. Максименко С. Д. Загальна психологія : навч. посіб. Вид. 2-ге, переробл. та допов. Київ : «Центр навчальної літератури», 2004. 222 с.
2. Психологу для роботи. Діагностичні методики : збірник. Укладачі: М. В. Лемак, В. Ю. Петрище. Вид. 2-ге, виправл. Ужгород : Видавництво Олександри Гаркуші, 2012. 616 с.
3. Терлецька Л. Г. Вікова психологія і психодіагностика : підручник. Київ : ВД «Слово», 2013. 608 с.
4. Українська психологічна термінологія : словник-довідник . За ред. М.-Л. А. Чепи. Київ, 2010. 302 с.

---

## 2.2. Використання артметодів як засобу емоційної регуляції та психосоціальної підтримки

---

### Особливості реалізації практики казкотерапії у роботі з дітьми дошкільного віку, які мають особливі освітні потреби

*Казачінер Олена,  
професор кафедри здоров'я людини, реабілітології і спеціальної психології,  
доктор педагогічних наук, професор, ХНПУ імені Г. С. Сковороди  
[elena.kazachiner@gmail.com](mailto:elena.kazachiner@gmail.com)*

---

*У статті обґрунтовано, що в дошкільному віці казка є одним із ефективних методів роботи з дітьми, які зазнають тих чи інших емоційних і поведінкових труднощів. Казка до певної міри задовольняє три природні психологічні потреби дитини дошкільного віку: потребу автономності, потребу компетентності, потребу активності.*

*Саме казкотерапевтичні технології, які доцільно розпочати використовувати вже з дошкільного дитинства, сприяють прищепленню цінності добра та справедливості, душевної краси, вихованню поваги до сім'ї, до дорослих і до колективу дітей, забезпечують підґрунтя для реалізації емоційно-позитивного досвіду. Казкотерапія сприяє формуванню соціального досвіду дитини, опануванню мови як знакової системи, розвитку мовлення малюків.*

*Методи казкотерапії для дошкільнят досить різноманітні.*

*Сьогодні до функції казки додалася її діагностична роль: заняття в дитячому садку казкотерапією допомагають швидше адаптуватися до закладу дошкільної освіти, розкривають і розвивають внутрішній потенціал дитини. Крім цього, вони дозволяють правильно планувати роботу та виділити проблемні групи, визначивши напрями психокорекції.*

*У дослідженні визначено особливості проведення занять із використанням елементів казкотерапії з дітьми дошкільного віку.*

**Ключові слова:** казка, казкотерапія, дитина дошкільного віку, заклад дошкільної освіти, навчання, виховання, розвиток, корекція.

**Актуальність.** На сучасному етапі заклад дошкільної освіти стає одним із визначальних чинників у становленні особистості дитини. Багато основних її