

## СЕКЦІЯ 4 ВІКОВА ТА ПЕДАГОГІЧНА ПСИХОЛОГІЯ

### МОДЕЛЬ RESILIENCE У КОНТЕКСТІ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

### RESILIENCE MODEL IN THE CONTEXT OF PRESCHOOL EDUCATION

У статті розглянуто концепцію resilience (стійкості) як ключовий аспект сучасної дошкільної освіти, що забезпечує психологічне благополуччя, безпеку, розвиток та адаптацію дітей в умовах мінливого соціального середовища. Акцентовано увагу на важливості формування у дошкільнят здатності ефективно реагувати на стресові ситуації, долати труднощі та зберігати позитивний емоційний стан. Обґрунтовано модель resilience, яка базується на інтеграції психологічних, педагогічних та соціальних підходів.

У статті визначено основні структурні компоненти моделі, серед яких: емоційна стабільність, що включає розвиток здатності дітей розуміти, висловлювати та регулювати свої емоції; соціальні компетенції, що забезпечують успішну взаємодію з однолітками та дорослими; особистісні ресурси, які сприяють розвитку самооцінки, впевненості в собі та здатності до саморегуляції; підтримка з боку середовища, включаючи роль педагогів, батьків та освітнього простору.

Особливу увагу приділено ролі безпечного освітнього середовища у формуванні стійкості у дітей дошкільного віку. Описано існуючі практичні методи, які можуть використовуватися педагогами та психологами для створення умов, сприятливих для розвитку resilience. Серед них – ігрова терапія, групова взаємодія, казкотерапія та методика, спрямовані на розвиток емоційного інтелекту.

У статті також проаналізовано результати світових та вітчизняних досліджень, які було проведено на базі дошкільних навчальних закладів. Виділено позитивний вплив впровадження моделі resilience на адаптацію дітей до соціального середовища, зниження рівня тривожності та підвищення комунікативних навичок. Отримані результати мають практичну цінність для фахівців у сфері дошкільної освіти, педагогів і батьків, оскільки сприяють усвідомленню важливості формування стійкості у ранньому віці.

Таким чином, стаття висвітлює значущість моделі resilience як інструменту забезпечення психологічної стійкості дошкільнят, що є невід'ємною складовою їх гармонійного розвитку в сучасному світі.

**Ключові слова:** дошкільна освіта, емоційна стабільність, психологічна адаптація, безпечне освітнє середовище, психологічний комфорт.

The article considers the concept of resilience as a key aspect of modern preschool education, ensuring psychological well-being, development and adaptation of children in a changing social environment. The emphasis is on the importance of developing in preschoolers the ability to effectively respond to stressful situations, overcome difficulties and maintain a positive emotional state. The resilience model is substantiated, which is based on the integration of psychological, pedagogical and social approaches.

The article identifies the main structural components of the model, including: emotional stability, which includes the development of children's ability to understand, express and regulate their emotions; social competencies that ensure successful interaction with peers and adults; personal resources that contribute to the development of self-esteem, self-confidence and the ability to self-regulation; support from the environment, including the role of teachers, parents and the educational space.

Special attention is paid to a safe educational environment in the formation of resilience in preschool children. The article describes existing practical methods that can be used by teachers and psychologists to create conditions favorable for the development of resilience. Among them are play therapy, group interaction, fairy tale therapy and methods aimed at the development of emotional intelligence.

The article also analyzes the results of global and domestic research conducted on the basis of preschool educational institutions. The positive impact of implementing the resilience model on children's adaptation to the social environment, reducing anxiety levels and improving communication skills is highlighted. The results obtained have practical value for specialists in the field of preschool education, teachers and parents, and ultimately contribute to the awareness of the importance of developing resilience at an early age.

Thus, the article highlights the significance of the resilience model as a tool for ensuring the psychological resilience of preschoolers, which is an integral part of their harmonious development in the modern world.

**Key words:** preschool education, emotional stability, psychological adaptation, safe educational environment, psychological comfort.

УДК 373.2:159.94:37.015.31

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.68.7>

**Гопкало Ю.П.**

науковий співробітник лабораторії прикладної психології освіти Українського науково-методичного центру практичної психології і соціальної роботи

**Вступ.** Сучасна освітня система стикається з численними викликами, пов'язаними зі швидкими соціальними змінами, інтенсифікацією інформаційних потоків, кризовими

ситуаціями у суспільстві, зокрема війною, та загальним підвищенням рівня невизначеності. У цьому контексті значна увага науковців і практиків звертається на розвиток резилі-

енс – здатності до подолання труднощів та адаптації до змін. Резилієнс стає критично важливою характеристикою, яка сприяє психологічному здоров'ю, соціальній інтеграції та загальному благополуччю дітей, особливо у дошкільному віці, коли закладаються основи особистісного розвитку.

Дошкільний вік є сенситивним періодом для формування ключових особистісних якостей, зокрема здатності адаптуватися до змін і розв'язувати складні завдання. Психологи й педагоги підкреслюють, що саме в цей період важливо створити умови для розвитку психологічної стійкості як складової резилієнс. Діти, які набувають навичок подолання стресу, саморегуляції та адаптивності, демонструють вищі результати у навчанні, соціальній взаємодії та мають кращі перспективи для гармонійного розвитку в дорослому житті.

Проте, незважаючи на зростаючу кількість досліджень, спрямованих на вивчення резилієнс, проблема її впровадження в практику дошкільної освіти залишається недостатньо вивченою. Особливо це стосується побудови системного підходу до формування резилієнс у дітей, яке враховує особливості розвитку у віковому аспекті, соціокультурні контексти, а також інтеграцію цих підходів у навчально-виховні програми.

Завдання формування резилієнс є багатограним і включає такі аспекти: створення психологічно безпечного середовища, розвиток навичок емоційної регуляції, підтримка позитивної самооцінки, сприяння розвитку соціальних компетентностей. Такі завдання є актуальними не лише для родинного виховання, а й для дошкільних закладів, які виступають ключовими агентами соціалізації. Зважаючи на це, педагоги, психологи та адміністрація мають бути не лише обізнаними у сучасних підходах до формування резилієнс, а й володіти ефективними методами та практичними інструментами.

У даній статті розглядається концепція резилієнс у контексті дошкільної освіти та представлено модель, яка інтегрує основні психологічні, педагогічні та соціокультурні підходи до її формування. Акцент зроблено на використанні доказових методів і практик, що сприяють адаптивному розвитку дітей, їхній емоційній стійкості та готовності до навчання. Пропонована модель ґрунтується на інтеграції теоретичних положень та результатів емпіричних досліджень, що забезпечує її практичну значущість для системи дошкільної освіти.

Таким чином, **метою** статті є аналіз та узагальнення світової та вітчизняної практики щодо цілісного підходу до формування резилієнс у дітей дошкільного віку через інноваційні методики виховання, які враховують індивідуальні та колективні аспекти розвитку, а також взаємодію з родинним середовищем.

Стаття спрямована на обґрунтування моделі формування резилієнс у дітей дошкільного віку в умовах психологічно безпечного освітнього середовища, визначивши ключові компоненти, чинники та інструменти, які сприяють підвищенню психологічної стійкості та адаптивності в ранньому віці, та розробку рекомендацій для впровадження моделі резилієнс у практику дошкільної освіти.

Отже, **завданням** статті є: аналіз науково-теоретичні основи резилієнс як психологічного феномена у контексті дошкільної освіти, звернувши увагу на його взаємозв'язок із психологічною безпекою освітнього середовища; визначення структурних компонентів резилієнс у дітей дошкільного віку та чинників, що впливають на їх розвиток у дошкільному середовищі; узагальнити сучасні принципи та методи інтеграції моделі резилієнс у практику дошкільної освіти, включаючи інноваційні підходи до навчально-виховного процесу, які сприяють розвитку навичок подолання стресу, адаптації та емоційної саморегуляції; обґрунтувати ефективність моделі резилієнс через аналіз досліджень та практичних кейсів впровадження її компонентів у системі дошкільної освіти.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** На міжнародному рівні концепція резилієнс активно вивчається у контексті освітньої та психологічної підтримки дітей раннього віку. Дослідження, проведені за останні десятиліття, підтверджують, що формування резилієнс є одним із найважливіших факторів, який сприяє адаптації дитини до стресових ситуацій, зменшує ризик психосоціальних порушень і підвищує емоційну стабільність (Masten, Lerner, Ungar) [7, 10, 11]. Одним із ключових напрямів досліджень є розробка системних моделей розвитку резилієнс, які включають: створення психологічно безпечного середовища, розвиток емоційного інтелекту та соціальних компетентностей, активне залучення сім'ї до процесу формування резилієнс.

Енн Мастен, описує концепцію «звичайної магії» (ordinary magic), яка наголошує на ролі повсякденних взаємодій та підтримки з боку дорослих у формуванні стійкості дитини. Дослідження виявляють, що саме у дошкільному віці ключовими є стосунки з педагогами, які можуть створювати середовище, сприятливе для розвитку навичок подолання стресу [7, 8, 9]. У свою чергу, Унгар пропонує «екосистемний підхід» до резилієнс, який акцентує увагу на важливості соціальних мереж підтримки, інтеракції дітей з оточенням та доступі до ресурсів, які сприяють їхньому розвитку [11]. Річард М. Ларнер наголошує, що стійкість – це концепція, яка означає, що зв'язок між особистістю і її оточенням має адаптивне значення, тобто стійкість можливо підтримувати або покращувати формуючи здорову поведінку та розвиток особис-

тості, зокрема забезпечуючи психологічну безпеку в закладі дошкільної освіти.

Особливу увагу в сучасних дослідженнях приділено питанням впровадження практичних програм розвитку резилієнс у дитячих садках. Наприклад, програма PATHS (Promoting Alternative Thinking Strategies) в США була розроблена для розвитку емоційного інтелекту та саморегуляції у дітей, що, у свою чергу, сприяє формуванню їх психологічної стійкості [13].

В українському науковому просторі проблема resilience також активно досліджується, хоча здебільшого в контексті загальної освіти (Романова О.В., Лазос Г.П., Затерта З.В., Гришин Е та інші) [1, 2, 3, 4, 5]. О. Романчук [5] зазначає, що resilience – це психологічна стійкість, здатність долати життєві виклики, зберігаючи психічне здоров'я й особистісну цілісність. Науковиця Лазос Г. П. виокремила, що резилієнс(резильєнтність) – це біо-психо-соціальне явище, яке охоплює особистісні, міжособистісні та суспільні переживання і є природнім результатом різних процесів розвитку протягом певного часу та загалом пов'язана зі здатністю психіки відновлюватися після несприятливих умов; резилієнс залежить від багатьох внутрішніх і зовнішніх факторів, достеменно вивченими з яких є такі: емоційний інтелект, наявність позитивних стосунків з оточенням, адекватна самооцінка, впевненість у своїй ефективності; характер ранніх дитячо-батьківських стосунків і тип прив'язаності; резилієнс відіграє важливу роль у здатності та формуванні посттравматичного зростання особистості [3, 4].

Серед найбільш актуальних питань українських дослідників – вплив кризових умов (зокрема, війни, пандемії) на розвиток психологічної стійкості у дітей дошкільного віку. Вчені підкреслюють важливість створення у закладах дошкільної освіти атмосфери психологічної безпеки, що включає: мінімізацію стресових факторів у середовищі, забезпечення позитивної взаємодії між педагогами та дітьми, врахування індивідуальних потреб кожної дитини. У роботах українських авторів наголошується, що важливим аспектом формування резилієнс є розвиток емоційного інтелекту, оскільки здатність дитини розуміти та контролювати свої емоції є фундаментальною для подолання стресових ситуацій.

Аналіз наукових джерел свідчить, що хоча концепція резилієнс є досить розвиненою, багато аспектів залишаються недостатньо вивченими. Зокрема, українські дослідження потребують більшого впровадження доказових підходів та розробки практичних рекомендацій для педагогів. На основі аналізу світових та вітчизняних досліджень можна стверджувати, що формування резилієнс у дошкільному віці є ключовим завданням сучасної освіти, яке

потребує комплексного підходу та врахування багатьох психологічних, педагогічних і соціокультурних факторів.

**Виклад основного матеріалу.** Resilience у контексті дошкільної освіти розглядається як здатність дитини ефективно адаптуватися до змін, долати стресові ситуації та підтримувати емоційну стабільність. Формування цієї здатності у дошкільному віці є критичним завданням, оскільки саме в цей період відбувається активний розвиток емоційної сфери, когнітивних процесів та соціальних компетентностей.

Концепція resilience у дошкільному віці базується на інтеграції психологічного, педагогічного та соціального підходів:

- *Психологічний підхід* акцентує увагу на розвитку саморегуляції, емоційної стабільності та здатності до рефлексії у дітей.

- *Педагогічний підхід* передбачає створення освітнього середовища, яке підтримує дитину, знижує рівень стресу та стимулює її розвиток через взаємодію з педагогами та ровесниками.

- *Соціальний підхід* наголошує на важливості партнерства між освітнім закладом, родиною та ширшим соціальним середовищем у формуванні психологічної безпеки.

Важливим аспектом є розуміння структури моделі резилієнс у контексті психологічної безпеки. Модель резилієнс включає три основні компоненти, які взаємодіють у рамках психологічно безпечного середовища дошкільного закладу:

*1. Емоційний компонент, який*

- спрямований на розвиток у дітей навичок емоційної саморегуляції та стресостійкості;

- включає розвиток емоційного інтелекту через спеціальні методики (казкотерапія, арт-терапія, інтерактивні ігри);

- забезпечує створення умов для відкритого вираження емоцій та навчання дітей адекватно реагувати на стресові ситуації.

*2. Когнітивно-поведінковий компонент, котрий*

- передбачає формування вмінь вирішувати проблеми, аналізувати ситуації та ухвалювати конструктивні рішення;

- використовуються інтерактивні методи навчання, які стимулюють дітей до самостійності та відповідальності;

- о важливу роль відіграє розвиток навичок самоконтролю через ігрову діяльність.

*3. Соціальний компонент, що*

- зосереджується на формуванні позитивних міжособистісних стосунків із ровесниками, педагогами та батьками;

- підтримує створення інклюзивного середовища, де кожна дитина відчуває себе прийнятою і значущою;

- використовується спільна діяльність дітей у групах для формування соціальних навичок.

Ефективне впровадження моделі резилієнс у дошкільних закладах вимагає забезпечення психологічно безпечного середовища. У цьому контексті визначено такі основні принципи: принцип емоційної підтримки, який передбачає, що вихователі повинні забезпечувати емоційний комфорт дітей через доброзичливе ставлення та увагу до їхніх потреб; принцип індивідуального підходу, що включає індивідуальні особливості кожної дитини, рівень розвитку та родинні обставини; принцип співпраці – вкрай важливо інтегрувати зусилля педагогів, психологів і батьків у формуванні безпечного середовища; принцип інтеграції гри та навчання, адже гра є провідною діяльністю дошкільників і може слугувати потужним інструментом для розвитку резилієнс.

Проаналізувавши світові і вітчизняні дослідження, для реалізації моделі резилієнс у закладі дошкільної освіти найдоцільнішими можна виокремити наступні методики:

- *Казкотерапія.* Сприяє розвитку емоційного інтелекту, навичок вирішення проблем та адаптації до змін через символічне опрацювання стресових ситуацій.

- *Арттерапія.* Використовується для зниження тривожності та формування у дітей впевненості у власних силах.

- *Рольові ігри.* Допомогають дітям розвивати соціальні навички та вміння вирішувати конфлікти у безпечному середовищі.

- *Моделювання ситуацій.* Дозволяє дітям у безпечній формі навчитися реагувати на стресові фактори.

Успіх формування резилієнс значною мірою залежить від рівня залученості педагогів(вихователів), психологів і батьків. Вихователі та психологи є головними агентами впливу у створенні психологічно безпечного середовища. Необхідно забезпечити їхню підготовку з питань розвитку резилієнс у дітей, забезпечити відповідними методиками та проводити супервізійні сесії. Не менш значущою є роль батьків, адже формування стійкості повинно бути продовжено вдома через застосування ефективних стратегій виховання, турботи та любові. Педагоги й батьки мають співпрацювати, обмінюючись інформацією щодо потреб дитини та обговорюючи стратегії підтримки [6].

Таким чином, модель резилієнс у контексті психологічної безпеки середовища дошкільної освіти виступає ефективним інструментом для гармонійного розвитку дитини, забезпечуючи її емоційне та соціальне благополуччя, а її впровадження дозволить досягти таких результатів, як підвищення рівня емоційної стабільності дітей, покращення взаємодії дітей із педагогами та батьками, розвиток у дітей стійкості до стресів і адаптивності до нових умов.

**Результати.** Проаналізувавши дослідження, можна виокремити спільні й відмінні аспекти морелі resilience. Більшість світових та вітчизняних досліджень акцентують увагу на важливості психологічно безпечного середовища, використанні інтерактивних методів (арттерапія, казкотерапія, рольові ігри) для формування стійкості та важливості взаємодії між дитиною, педагогами та сім'єю для успішного розвитку резилієнс. У світових дослідженнях більше уваги приділяється впровадженню програм, заснованих на доказових методах, таких як PATHS. Українські дослідження зосереджуються на адаптації існуючих практик до умов соціальної нестабільності. У світовій практиці більше уваги приділяється технологіям оцінки рівня резилієнс у дітей, тоді як в Україні більшість інструментів в процесі розробки. Українські дослідження частіше фокусуються на впливі кризових обставин, зокрема війни, на дітей, що є специфічним та актуальними для країни.

Загалом, результати аналізу досліджень свідчать, що модель резилієнс у контексті психологічної безпеки дошкільного середовища повинна враховувати такі аспекти:

- Інтеграцію доказових практик, використання інноваційних програм, спрямованих на розвиток емоційної регуляції, саморегуляції та соціальних навичок;

- Фокус на локальних особливостях. В українських умовах необхідно враховувати чинники, пов'язані з кризовими ситуаціями, що впливають на психологічний стан дітей.

- Комплексний підхід. Формування резилієнс повинно базуватися на взаємодії педагогів, сім'ї та соціального середовища.

- Оцінка ефективності. Необхідно розробити інструменти для оцінки рівня розвитку резилієнс та впливу середовища на цей процес.

Таким чином, аналіз світових і українських досліджень демонструє важливість системного підходу до впровадження моделі резилієнс у дошкільній освіті, враховуючи як глобальний досвід, так і локальні соціокультурні особливості.

**Висновки.** Дослідження підтвердило, що резилієнс є важливим фактором психологічного розвитку дитини, який забезпечує її здатність адаптуватися до змін і подолання стресових ситуацій. У дошкільному віці, коли закладаються основи емоційної регуляції, соціальних взаємодій і самостійності, розвиток резилієнс набуває особливого значення. Психологічно безпечне середовище є ключовою умовою для формування резилієнс у дітей дошкільного віку. Воно базується на емоційній підтримці, позитивній комунікації, довірливих стосунках між дітьми та педагогами, а також інтеграції родинного виховання у процес роз-



витку дитини. Модель резилієнс, що включає три основні компоненти – емоційний, когнітивно-поведінковий і соціальний, спрямована на розвиток у дітей навичок саморегуляції, емоційної стійкості, соціальних компетенцій та адаптивності до різних життєвих ситуацій. Успіх формування резилієнс залежить від злагодженої взаємодії між педагогами та батьками. Педагоги виступають посередниками між дитиною і середовищем, формуючи позитивну атмосферу в дитячих групах. Батьки, своєю чергою, є основним джерелом емоційної підтримки та мають забезпечувати продовження виховного процесу вдома. Серед найефективніших практик для формування резилієнс були визначені: казкотерапія, арттерапія, рольові ігри, інтерактивні методи навчання та моделювання життєвих ситуацій. Усі ці інструменти сприяють розвитку в дітей навичок подолання стресу, взаємодії з однолітками та розуміння власних емоцій. Особливий акцент зроблено на дослідженні впливу кризових ситуацій (війна, військові конфлікти, пандемія COVID-19) на психологічний стан дітей. Виявлено, що формування резилієнс у цих умовах є пріоритетним завданням дошкільної освіти, яке вимагає адаптації традиційних підходів до специфіки кризових обставин.

Подальші дослідження мають бути спрямовані на створення та апробацію методик, які дозволять об'єктивно оцінювати рівень стійкості дітей та визначати ефективність впроваджених педагогічних і психологічних підходів. Перспективним напрямом є використання цифрових технологій (ігрових застосунків, віртуальної реальності) для розвитку навичок адаптації та емоційної регуляції у дітей. Необхідно також розробити спеціалізовані навчальні програми для педагогів, які включають теоретичні знання про резилієнс і практичні методики його формування. Особливу увагу необхідно приділити розробці програм, спрямованих на підтримку дітей у періоди соціальної нестабільності. Це включає створення системи кризового менеджменту для закладів дошкільної освіти.

Цікавою перспективою є дослідження впливу сформованого у дошкільному віці резилієнс на успішність навчання, соціалізацію та психологічне благополуччя дітей у подальших вікових періодах. Подальші дослідження можуть бути спрямовані на інтеграцію моделі резилієнс у середовища з інклюзивним підходом, враховуючи особливі потреби дітей з різними формами розвитку. Також важливо розробити методичні рекомендації та освітні

програми для батьків, які б сприяли підвищенню їхньої обізнаності щодо ролі резилієнс та методів його формування вдома.

Таким чином, подальший розвиток науково-практичного підходу до формування резилієнс у дошкільній освіті дозволить підвищити якість освітніх послуг, сприяти емоційному благополуччю дітей та створити умови для їхнього гармонійного розвитку навіть у складних життєвих обставинах.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Затерта З. Резильєнтність особистості як проблема сучасної психологічної науки. *Габітус*. 2024. № 58. С. 140–144. DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208>. 2024.58.22 (дата звернення: 20.12.2024).
2. Грішин Е. Резильєнтність особистості: сутність феномену, психодіагностика та засоби розвитку. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Серія «Психологія»*. 2021. Вип. 64. С. 62–81.
3. Лазос Г. Резильєнтність: концептуалізація понять, огляд сучасних досліджень Актуальні проблеми психології. *Консультативна психологія і психотерапія*. Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. 2018. Т. 3. Вип. 14. С. 26–64.
4. Лазос Г. Психодинамічний погляд на проблему резильєнтності. *Український психоаналітичний журнал*. 2023. Т. 1, № 3. С. 35–44. URL: <https://doi.org/10.32782/upj/2023-3-6> (дата звернення: 20.12.2024).
5. Романова О.В. Розвиток резильєнтності учасників освітнього процесу в умовах війни. *Science and technology: problems, prospects and innovations*. Proceedings of the 10th International scientific and practical conference. CPN Publishing Group. Osaka, Japan. 2023. P. 128–140. URL: <https://sci-conf.com.ua/x-mizhнародna-naukovo-praktichna-konferentsiya-science-and-technology-problems-prospects-and-innovations-6-8-07-2023-osaka-yaponiya-arhiv/> (дата звернення: 20.12.2024).
6. Психологічна безпека освітнього середовища: методи, технології, шляхи формування : практичний посібник / Н. В. Лунченко та ін. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2024. 134 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/743724> (дата звернення: 26.12.2024).
7. Masten A.S. Resilience in children: Vintage Rutter and beyond. In A. Slater & P. Quinn (Eds.), *Developmental psychology: Revisiting the classic studies*. 2012. P. 204–221
8. Masten A.S. Global Perspectives on Resilience in Children and Youth. *The Society for Research in Child Development*. 2014. Vol. 85, no. 1. P. 89–91. <https://doi.org/10.1111/cdev.12205>
9. Masten A.S., & Narayan A.J. Child development in the context of disaster, war and terrorism: Pathways of risk and resilience. *Annual Review of Psychology*. 2012. Vol. 63, P. 227–257. doi:10.1146/annurev-psych-120710-100356