МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Педагогічний факультет
Кафедра педагогіки та психології дошкільної та початкової освіти

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ ПІД ЧАС ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

Кваліфікаційна робота (проєкт)
на здобуття ступеня вищої освіти «бакалавр»

Виконала:
студентка IV курсу 401 групи
Спеціальності 013 Початкова освіта
Освітньо-професійної (наукової)
програми Початкова освіта
Шкіндер Катерина Андріївна

Керівник: доцентка Казаннікова О.В.
Рецензент: Неделкова О.Г. заступниця
директора Херсонської
загальноосвітньої школи І-ІІІ ступенів
№32 Херсонської міської ради

Херсон – 2021

ЗМІСТ

ВСТУП……..…….……1

РОЗДІЛ 1. Теоретичні та прикладні аспекти аналізу проблеми психологічної підтримки учасників освітнього процесу під час дистанційного навчання …….5

1.1. Психолого – педагогічна характеристика дітей молодшого шкільного віку ……5

1.2. Особливості навчальної діяльності молодших школярів під час дистанційного навчання……..8

1.3. Психологічний супровід як технологія підтримки учасників освітнього процесу в умовах дистанційного навчання ……12

РОЗДІЛ 2. Організація і зміст психологічного супроводу в умовах дистанційного навчання……18

2.1. Особливості психодіагностики учасників освітнього процесу……...18

2.2. Психологічна підтримка учасників освітнього процесу під час дистанційного навчання…….....25

ВИСНОВКИ.……...32

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ……33

ДОДАТКИ ……36

Додаток А. Текст опитувальника « Дитячий опитувальник неврозів» В. В. Седнєв ……..36

Додаток Б. Текст опитувальника «Невротизації особистості батьків дітей молодшого шкільного віку» за О. І. Захаровим…….38

Додаток В. Текст опитувальника «Батьківське ставлення» за А. Варгою, В. Століним……39

Додаток Д. Кодекс академічної доброчесності……..41

ВСТУП

Актуальність дослідження. Беручи до уваги умови сьогоденного світу, необхідно розуміти важливість психологічного супроводу молодших школярів під час дистанційного навчання.

У молодших школярів здійснюється процес адаптації до нових соціальних умов, змінюється режим дня, збільшується необхідність виконання певних вимог і дотримання певних правил, з'являються нові відносини в колективі однолітків. В цьому віці закладаються основні стереотипи поведінки і формується вміння вчитися. Під час дистанційного навчання, відбувається адаптація у всіх членів освітнього процесу, тому психологічна підтримка необхідна усім. Питанням психологічного супроводу займались багато вчених, а саме, К. Гуревич, І Дубровіна, А. Деркач, І. Ромазан, Г. Бардієр, Т. Чередникова, С. Хорухожого, В. Мухін та М. Бітянова.

На думку М. В. Моєсеєвої, О. Ю. Лисенко, К. П. Кретова, О. Б. Елагіна, психологічна підтримка в системі дистанційного навчання – це надання допомоги дитині в подоланні перешкод або труднощів, які виникають в процесі навчання, соціалізації та реалізації особистісних можливостей. Головне, вчасно підтримати учня, адже включення в освітній процес дистанційного навчання викликає чимало труднощів.

Актуальність дослідження полягає в необхідності психологічної підтримки молодших школярів під час дистанційного навчання.

Мета дослідження - охарактеризувати особливості психологічного супроводу під час дистанційного навчання.

Відповідно до мети визначено такі **завдання дослідження**:

- охарактеризувати психолого – педагогічні особливості дітей молодшого шкільного віку;

- проаналізувати особливості навчальної діяльності молодших школярів;
- розкрити сутність психологічного супроводу як технології підтримки учасників освітнього процесу в умовах дистанційного навчання;
- схарактеризувати особливості психодіагностики учасників освітнього процесу;
- сформулювати рекомендації для оптимізації психічного здоров'я дітей, батьків та педагогів під час дистанційного навчання.

Об'єкт дослідження – дистанційне навчання молодших школярів

Предмет дослідження – психологічний супровід освітнього процесу в початковій школі під час дистанційного навчання.

Методи дослідження – для вирішення поставлених завдань, було обрано такі методики: дитячий опитувальник неврозів В. Седнєва; тест батьківського ставлення А. Варги і В. Століна; шкала невротизації батьків.

Практичне значення – теоретичний матеріал та результат емпіричного дослідження можуть бути корисними для психологів та вчителів в початковій школі.

Структура й обсяг кваліфікаційної роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел із 25 найменувань, 4 додатків. Загальний обсяг роботи становить 42 сторінок.

РОЗДІЛ 1.

ОРГАНІЗАЦІЯ І ЗМІСТ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

1.1 Психолого – педагогічна характеристика дітей молодшого шкільного віку

За Л. С. Виготським молодші школярі це діти віком 6(7) – 10(11) років, які навчаються у початковій школі, саме цей період закінчує етап дитинства (Л. С. Виготський) [6]. У цей віковий період дитина змінює свою провідну діяльність з ігрової на навчальну, але не дивлячись на зміну діяльності, дитина великий проміжок часу витрачає на ігри. Також, у дитини з'являється велика кількість новоутворень пов'язаних із психічним та особистісним розвитком дитини.

У початковій школі дитина починає опановувати нову для себе провідну діяльність – навчальну, це потребує значних особистісних зусиль та чималого проміжку часу, доки школяр її опанує. За М.В. Савчин та Л.П. Василенко «Навчальна діяльність – цілеспрямована діяльність учнів, результатом якої є розвиток особистості, інтелекту, здібностей, засвоєння знань, оволодіння уміннями та навичками» [21]. Складовими навчальної провідної діяльності є дії контролю, навчальні дії, навчальні завдання, дії оцінки, та пов'язана з засвоєнням молодших школярів теоретичних знань. І.О. Зимня виділяє основні компоненти навчальної діяльності, а саме:

- мотивація;
- учбові задачі, які виникають у певних ситуаціях та різними за формою завдань;
- учбові дії;
- контроль, який з часом переростає у самоконтроль;

- оцінка, що змінюється у майбутньому на самооцінку(І. О. Зимня) [11].

Основні характеристики учбової діяльності:

- цілеспрямована на оволодіння навчальним матеріалом та розв’язання поставлених задач;
- у процесі навчальної діяльності, дітьми засвоюються наукові поняття та тотальні способи дій;
- процеси відбуваються від загального до окремого, тому спочатку відбувається загальний спосіб дії, а потім розв’язування задач (за І. І. Ільясовим) [9];
- під час учбової діяльності відбуваються суттєві зміни в суб’єкті – учні (Д. Б. Ельконін) [9];
- у процесі учбової діяльності поведінка та психічні властивості учня змінюються залежно від результатів власних дій; саме така форма учіння є активною (за І. Лінгартом) [16].

По мірі формування навчальної діяльності виникають та розвиваються нові якості психіки, а саме:

- довільність, як особлива якість психічних процесів;
- здатність до планування та виконання дій у внутрішньому плані;
- рефлексія, як здатність аналізувати свої міркування і вчинки, та розуміти чи відповідають вони до задуму та умов діяльності;
- уміння організовувати свою навчальну діяльність.

Довільність, по Л. С. Виготському, це здатність володіти собою, своєю зовнішньою і внутрішньою діяльністю на основі культурних засобів її організації (Л. С. Виготський) [6]. Розвиток довільності опосередковано, соціально обумовлено і полягає в оволодінні засобами, що дозволяють усвідомити свою поведінку і керувати ним. Розвиток

довільності молодших школярів є основоположним компонентом успішної навчальної діяльності та розвитку особистості школяра. При засвоєнні навчального матеріалу необхідне навмисне, або довільне запам'ятовування і відтворення.

Довільна увага – планомірна увага, контроль за дією, виконувана на основі заздалегідь складеного плану, в основі якого лежить заздалегідь встановлений критерій і спосіб його застосування (С. Максименко, К. Максименко) [7].

На відміну від мимовільного таке запам'ятовування є цілеспрямованим, підлеглим завданню запам'ятати або відтворити.

Внутрішній план дій – специфічна форма внутрішньої активності особистості, інтегративна здатність, яка акумулює в собі цілий ряд інтелектуальних здібностей (можливість ставити цілі, намічати шляхи їх досягнення і реалізовувати задумане) (Л. Кондратенко) [9]. Уміння дотримуватися ідеального плану в процесі його реалізації в період молодшого шкільного віку значно удосконалюється.

Під рефлексією розуміється усвідомлення себе суб'єктом навчальної діяльності (Л. О. Калмикової, Г. О. Хомич) [20]. Дитина усвідомлює потребу в навчальній діяльності та її мету, а також усвідомлює навчальне завдання, спосіб діяльності, спрямованої на її рішення, і обґрунтовує, чому саме так, а не інакше він її здійснює. Учень співвідносить свій результат з метою діяльності, осмислює, чи досяг він мети і чому або з якихось причин не зміг цього зробити. Далі, усвідомлення себе суб'єктом навчальної діяльності передбачає розуміння межі свого знання і незнання.

Уміння організовувати власну навчальну діяльність молодшим школярем означає, що учень повинен оволодіти способами організації навчання. Контроль, планування та самооцінювання здобувають інший зміст. Навчання є одним із головних завдань молодшого школяра, та передбачає розуміння та застосування таких дій:

- самоконтроль;
- самооцінювання;
- самоорганізація;
- усвідомлення способів і мети навчання у школі та вдома.

Молодший школяр при засвоєні цих дій із об'єкта навчальної діяльності стає суб'єктом, але самодостатнім у навчанні стає пізніше.

1. Отже, молодший шкільний вік – період накопичення, вбирання знань. Це завершення дитинства та зміна ігрової діяльності на навчальну, яка супроводжується новоутвореннями, такими як довільна увага, рефлексія, внутрішній план дій, що потребують від дитини прикладання сил для її опанування.

1.2. Особливості навчальної діяльності молодших школярів під час дистанційного навчання

У зв'язку із епідеміологічною ситуацією у всьому світі, виникла необхідність у дистанційному навчанні, і зараз як ніколи гостро постала потреба у психологічній підтримці усіх учасників освітнього процесу, проте молодшим школярам найважче сприймати ці зміни, адже їх якості психіки недостатньо сформовані для оптимального функціонування навчальної діяльності.

За Н. В. Безрукова, В. А. Свічкарь «Дистанційне навчання − тип навчання, заснований на освітній взаємодії віддалених один від одного педагогів і тих, що навчаються. Воно реалізується з використанням телекомунікаційних технологій і ресурсів мережі Інтернет. Для дистанційного навчання характерні всі властиві навчальному процесу компоненти системи навчання: значення, мета, зміст, організаційні форми, засоби навчання, система контролю і оцінки результатів» [3, с.22].

Оскільки, провідною діяльністю у молодших школярів є навчальна, то вона носить обов'язковий, цілеспрямований, суспільно значимий і систематичний характер. Гра продовжує займати важливе місце в житті дитини, але не є головною. Навчальна діяльність розуміється як особлива форма соціальної активності, що виявляється за допомогою предметних і пізнавальних дій (Т. Д. Ілляшенко) [8]. Також, необхідно розуміти, що під час дистанційного навчання велику роль грають якості як: мотивація, самоконтроль, увага.

Під час дистанційного навчання, виникли особливості, які заважають дитині оптимально навчатись та краще засвоювати навчальний матеріал.

Займатись у ліжку, напевно дитині в ліжку зручніше та комфортніше займатись ніж за письмовим столом, можна як захочеться або навіть лежати та вчитель не зробить зауваження, але саме такі пози шкідливі для дитячого хребта, коли учень сидить на ліжку перед екраном ноутбука, телефона, планшета, його спина згорблена, хребет перекошений, шия постійно напружена. Займатись лежачи також поганий варіант, в такому випадку напружуються та перевтомлюються поперековий та грудний відділи хребта, пошкоджуються зв’язки. Все таки, беручи до уваги перелічені мінуси, можна зробити висновок, що найкраще місце для навчання – за письмовим столом, та стільцем підходящим за висотою та з поперековою опорою, тоді таз і стегна розташовані рівно, нижня частина спини вигнута всередину, а грудина назовні, плечі розслаблені, ноги не бовтаються. Оптимальне та ергономічне положення – верхня частина екрану знаходиться на рівні очей дитини.

Залишатись у піжамі, звичайно, навчання із дому більш розслаблений варіант, і ніхто не пропонує надягати перед початком уроків попрасовану сорочку. Та все ж таки, йти на навчання прямо в

піжамі, тільки що вставши з ліжка, також не варто. Для навчання із дому також потрібен настрій, так що важливо і необхідно.

Їсти під час уроків, адже віртуальні учні не витрачають часу на дорогу до школи, так що у них є можливість без поспіху поснідати, пообідати, у відведений для цього час. Батьки досить часто жаліються, що під час дистанційного навчання важко дотримуватись звичний графік прийому їжі: то дитина йде займатись не поснідавши, відволікається щоб поїсти під час заняття, або просто робить перекуси чимось смачненьким. Це невдалий для дитини варіант. Розпорядок дня, в тому числі режим прийому їжі допомагає структурувати день та краще справлятись зі стресом від карантину. Дитині буде простіше зосередитись під час уроків, і в цілому вчитись ефективніше, якщо всі повсякденні справи сім'ї будуть вписані у розклад дня. Наприклад, якщо уроки починаються о восьмій тридцять, необхідно дитині запропонувати поснідати о восьмій, та попередити, що пообідає вона після уроків, та краще відмовитись від перекусів, в школі ніхто не їсть бутерброди під час уроків.

Відволікатись на гаджети, поки учень сидить перед монітором комп'ютера або екраном ноутбука, особливо коли вимкнена камера, а вчитель пояснює матеріал теми, виникає велика спокуса пограти на телефоні, подивитись відео або написати однокласнику в месенджер. Під час онлайн навчання діти і так відволікаються частіше ніж в школі, тому необхідно відразу домовитись, що телефон знаходиться окремо, або слідкувати за перебігом уроку та за потребою втрутитись. Поговорити про відповідальність використання телефона під час віртуального шкільного дня. Можна задавати питання вчителю або з'ясувати щось, а ігри та розваги в перервах або в спеціально виділений час.

Зубрити та хворіти, коли у дитини є невелика температура або головна біль, а вчитель пояснює нову тему, нібито не має нічого

страшного в цьому щоб відправити дитину яка занедужала на заняття: із дому виходити не потрібно, ризику заразити когось – немає. Насправді, навіть невелике недомагання заважає дитині концентруватись та ефективно використовувати учбовий час. Незалежно від того, як проходить навчання, для скорішого одужання важливо відпочивати, а не напружуватись, а все що дитина пропустила, то ефективніше та швидше наздожене, коли буде добре себе відчувати.

У звичайні шкільні будні, уроки та перерви чергують, а під час перерв діти не лежать в ліжку зі смартфоном, а бігають, стрибають та спілкуються з ровесниками. Переконайтесь, що у дитини протягом дня є вільний час для фізичної діяльності, а краще навмисне виділяти для цього хоча б годину. Регулярні фіззарядки, вони допомагають покращити увагу та пам’ять, а також підвищити рівень енергії, а чім довше дитина залишається в статичних позах, тим гірше вони здатні зосереджуватись та запам’ятовувати інформацію. Такі перерви також допомагають завершити урок та перейти до іншого.

Під час дистанційного навчання необхідно брати до уваги, що діти віком від 8–10 років, можуть знаходиться за комп’ютером 45 хвилин, 11– півтори години. В такий відповідальний період як зараз, дітям необхідно багато часу проводити перед екраном комп’ютера набагато більше ніж звичайно, та щоб це не відобразилось на здоров’ї дитини важливо зважати на ознаки комп’ютерної втомлюваності:

- втрати контролю над своїми діями, дитина починає часто торкатися обличчя, бере до рота пальці, кривляється;
- втрата інтересу до комп’ютера – дитина починає відволікається, веде розмови на сторонні теми, переключає увагу на інші речі, не бажає подовжувати роботу;
- «втомлена» поза – дитина схиляється то в одну то в іншу сторону, відхиляється на спинку стільця, закидає ноги на стіл впираючись колінами в край стола;

- емоційно – невротична реакція – дитина починає підскакувати, смикатися, може несподівано крикнути або нервово засміятись.

Батькам необхідно пам’ятати, що під час занять, важливо залишати дитину наодинці з вчителем. Оскільки, присутність батьків, які втручаються викликає плутанину. Зараз, вчителі освоюються науку вчити на відстані, а учні – дистанційно навчатись. Нервові батьки не допоможуть освоїти ці нові навички, та змінити дійсне уявлення про дистанційне навчання, втручаючись в усі процеси. Також, необхідно пам’ятати, що батьки не завжди можуть зв’язно, послідовно, дохідливо пояснити матеріал, а ось відбити бажання вчитись – легко.

У педагога та учня великий рівень спокуси частину своєї відповідальності перекласти на батьків, в результаті чого батьки будуть сидіти за комп’ютером та виконувати завдання дитини.

Батькам необхідно зберегти своє психічне здоров’я. Під час карантину, на батьків і так лягає обов’язок влаштовувати дозвілля.

Отже, дистанційне навчання – це організований освітній процес за допомогою комп’ютерних технологій, який включає в себе усі освітні компоненти. Були виокремлені особливості, які заважають дитині сконцентруватись та оптимально навчатись на відстані. Учням властива комп’ютерна втомленість.

1.3. Психологічний супровід як технологія підтримки учасників освітнього процесу в умовах дистанційного навчання

В умовах сьогоденного життя, як ніколи необхідна психологічна підтримка не тільки молодшим школярам а й усім учасникам освітнього процесу (батьки, вчителі).

Психологічний супровід освітнього процесу вивчають багато вітчизняних психологів та педагогів. Наприклад, у своїх працях

К. Гуревич, І Дубровіна – це свого роду «сприяння». У працях А. Деркач, І. Ромазан, Г. Бардієр, Т. Чередникова, С. Хорухожого мова йде про соціально–педагогічний супровід, а В. Мухін та М. Бітянова говорять про соціально – педагогічний та соціально – психологічний супровід (О. Андрієць, Г. Андрющенко, К. Бондар) [17].

Психологічний супровід – це система професійної діяльності педагога – психолога, спрямована на забезпечення умов для оптимального розвитку відносин батьків та дітей в освітній ситуації, психологічний і психічний розвиток молодшого школяра, який орієнтується на зону найближчого розвитку (Т. Гончаренко) [18].

Так, під психологічним супроводом розуміємо що це професійна діяльність дорослих, взаємодіючих з дитиною в шкільному середовищі. Психологічний супровід спрямований на створення сприятливих соціально – психологічних умов для успішного навчання дитини, соціального і психологічного розвитку (Т. Гончаренко) [18].

Зокрема, супроводжуючи дитину разом з батьками в процес шкільного навчання, можемо, з однієї сторони, допомогти йому максимально використовувати надані можливості для освіти або розвитку, а з іншої, індивідуальні особливості пристосовувати до наданих зовнішніх умов шкільного дистанційного навчання. Гнучкість і пристосованість освітнього середовища не може бути нескінченною. Для того, щоб зберегти свої початкові цілі та орієнтири, необхідно пред’являти деякі вимоги до дитини, і в плані його умінь, наявності певних інтелектуальних передумов, і в плані навчальної мотивації, цілеспрямованості в отриманні знань.

Психологічний супровід дитини в навчальній діяльності здебільшого реалізується через педагогічні засоби. Вчитель є помічником психолога у розробці супроводу для кожного учня, та стає головним її реалізатором.

Мета психологічного супроводу дітей молодшого шкільного віку, це піклування про розвиток дитини (відповідно до норм розвитку).

Завдання психологічного супроводу:

- психологічний супровід інтелектуального, особистісного і морального розвитку вихованців;
- застереження виникнення проблем у розвитку дитини;
- допомога у вирішенні насущних завдань розвитку, соціалізації, навчання;
- організація розвиваючих і корекційних заходів для усіх учасників освітнього процесу;
- розвиток психологічної обізнаності суб'єктів освітнього процесу (О. Є. Марінушкіна, Ю. О. Замазій; Л. Д. Покроєвої) [1].

У початковій школі ми визначаємо готовність учнів до навчання, забезпечуємо адаптацію до школи, підвищуємо зацікавленість школярів у навчальній діяльності, безпосередньо відбувається розвиток пізнавальної і навчальної мотивації, розвиток самостійності і самоорганізації, підтримка у формуванні бажання та вміння вчитися, розвиток творчих здібностей.

Основні принципи організації супроводу:

- принцип демократичності (має на увазі визнання права на добровільну, безпосередню участь в психологічного супроводі учасників освітнього процесу);
- принцип творчої позиції (необхідно постійно бути готовим до вирішення завдань нестандартними способами);
- принцип партнерського спілкування (всі повинні бути на рівних);
- принцип послідовності і системності (має на увазі реалізацію психологічного супроводу як системи роботи фахівців в доцільні та логічній послідовності);
- принцип варіативності;

- принцип превентивності (спрямований на застереження неблагополуччя та забезпечення, збереження психічного та фізичного здоров’я молодших школярів);
- принцип екологічності (забезпечує необхідність постійного співвіднесення використовуваних засобів і методів психологічного супроводу до поставленої мети) (С. Л. Коробко) [10].

Психологічний супровід включає такі види діяльності:

- профілактика;
- індивідуальна та групова діагностики;
- групове та індивідуальне консультування;
- розвиваюча робота, як індивідуального так і групового характеру;
- корекційна робота (індивідуальна і групова);
- психологічне просвітництво;
- експертиза (додаткових освітніх програм, проектів, посібників, освітнього середовища) (О. Андрієць, Г. Андрющенко, К. Бондар) [17].

Необхідність організації психологічного супроводу в процесі реалізації дистанційного навчання пов'язане з тим що всі суб'єкти дистанційного навчання: учні, педагоги, батьки, початківці, взаємодіючі в Інтернеті, нерідко стикаються з труднощами психологічного порядку. Психологічний супровід – це усвідомлений системний процес взаємодії суб'єктів дистанційного навчання в умовах інформаційно–освітнього середовища, який спрямований на надання психологічної допомоги учасникам освітнього процесу дистанційного навчання (О. Є. Марінушкіна, Ю. О. Замазій; Л. Д. Покроєвої) [1].

В рамках дистанційного навчання є кілька варіантів організації психологічного супроводу в залежності від конкретних завдань. Виділяються дві основні моделі діяльності:

- працює безпосередньо з учасниками освітнього процесу по листуванню в чаті, при безпосередній взаємодії другого учасника освітнього процесу;
- працює через посередника, не вступаючи в прямий контакт з учасниками навчального процесу, отримуючи матеріали по даному запиту, аналізує вміст, результати обстежень та пропонує рекомендації (Ю. М. Богачков, В. Ю. Биков, О. П. Пінчук, А. Ф. Манако, О. І. Вольневич, В. О. Царенко, П. С. Ухань, І. В. Мушка) [14].

Супровід в сфері дистанційного навчання здійснюється за допомогою інтернету, який висуває нові специфічні вимоги до рівня підготовки. Це вимога крім інших включає підготовку в області комп'ютерних телекомунікацій і вміння працювати з комп'ютером на рівні розвинутого користувача.

Проблемами дистанційного навчання є:

- відсутність безпосереднього контакту між суб'єктами процесу навчання;
- збільшення часу між питанням і відповіддю в процесі організації діалогу, а також обмеження ресурсів організації психологічного супроводу;
- знання і дотримання норм мережевого етикету.

Головними цілями супроводу дистанційного навчання в системі загальної освіти є надання допомоги учням в розробці і реалізації індивідуальної освітньої траєкторії (Л. В. Туріщева) [13].

В процесі дистанційного навчання зміст системи психологічного супроводу це:

- система знань про способи і форми взаємодій суб'єктів дистанційного навчання, системи знань про норми мережевого етикету;

- система знання психологічних особливостях учасників освітнього процесу;
- система знань про способи сприймання, переробки і засвоєння інформації представленої в різних видах.
- система способів і методів формування позитивної мотивації учнів в умовах дистанційного навчання, в тому числі системи методів заохочення.

В якості основних засобів виступають засоби інформаційно – освітнього середовища, рекомендації для різних категорій суб'єктів дистанційного навчання.

Основними методами системи психологічного супроводу виступає: психологічне Інтернет тестування; психологічні тренінги в режимі онлайн; консультування в режимах онлайн і оффлайн (Н. В. Безрукова, В. А. Свічкарь) [3]. В якості основних форм використовуваних в системі психологічного супроводу, є як індивідуальні так і групові форми роботи, таким чином психолог може розробити і реалізувати ефективний психологічний супровід всіх учасників освітнього процесу.

Отже, психологічний супровід під час дистанційного навчання включає в себе не тільки основні вимоги, а й висуває нові, також, існує перелік проблем, які заважають оптимально здійснювати дистанційно психологічну підтримку учасників процесу.

РОЗДІЛ 2.
ОРГАНІЗАЦІЯ І ЗМІСТ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

2.1. Особливості психодіагностики учасників освітнього процесу

Всесвітня пандемія внесла свої корективи у всі сфери діяльності, зокрема і в освітню галузь. Так, звичайні будні школяра змінились та перейшли у онлайн формат. Молодші школярі віком від 6(7) – 10(11), у яких відбувається процес зміни провідної діяльності, у яких ще недостатньо сформовані психічні якості, мають ризик отримати проблеми з психічним здоров'ям. Батьки та педагоги тільки починають адаптуватись до нових умов, і це також залишає слід на їх ментальному здоров'ї. Тому необхідно робити психодіагностику усіх учасників освітнього процесу, аби попередити можливі проблеми.

Для діагностики учасників необхідно підібрати відповідні методики дослідження, враховуючи особливості психічного розвитку дитини, актуальними будуть методики на дослідження невротичних проявів дитини, але у дітей це недостатньо сформована здатність самоаналізу та самоспостереження, в результаті чого опитувальники є некоректними. Велика кількість стандартизованих опитувальників для діагностики розладів межового нервово – психічного кола адресовані для дорослих.

Діагностичний комплекс варто добирати таким чином, аби якомога більше охопити діапазон прояву невротичного розладу у дітей та їх причини виникнення (С. Л. Коробко) [10].

Для діагностики невротичних розладів молодших школярів, доцільно використовувати наступний комплекс методів:

1. Тест – опитувальник для дітей «Дитячий опитувальник неврозів» В. В. Седнєва [19].

Методика призначена для обстеження дітей не тільки з клінічно певною патологією, а й для виявлення субклінічних, до нозологічних феноменів, які є швидше факторами ризику формування прикордонних нервово – психічних і психосоматичних розладів. Твердження тесту – опитувальника систематизовані у шістьох основних формах прояву невротичних розладів у дітей молодшого шкільного віку – депресії, астенії, порушень поведінки, вегетативних розладів, порушень сну та тривоги. В опитувальник вбудована також шкала щирості, що дозволяє не враховувати результати, які є недостовірними або сумнівними:

1. Шкала депресії складається з 20 тверджень, що описують основні прояви депресивних розладів. Враховується вікова специфіка прояву депресії, яка полягає в її маскування. Прояви депресії, описувані твердженнями цієї шкали, полягають в наступному: поєднання зниження життєвого тонусу, низької самооцінки, сповільненості темпу мислення, рухової буденності, відчутті туги, пригніченості, безвиході, увагу, як правило, важко залучається зовнішніми стимулами. На перший план часто виступають різні порушення вегетативної регуляції. Найчастіше депресивні розлади проявляються через погіршення успішності.

2. Шкала астенії включає в себе 20 тверджень, що описують найбільш типові для астенічного синдрому у дітей порушення уваги, мислення, пам'яті і працездатності.

3. Шкала порушень поведінки включає в себе 5 тверджень, що описують найбільш яскраві, гіперстенічної форми порушення поведінки, які проявляються в агресивності, неслухняності, а також зміни загального контуру поведінки в сторону, раніше не характерну для дитини.

4. Шкала вегетативних розладів містить 10 тверджень, що описують порушення з боку серцево – судинної, дихальної, шлунково–кишкової та видільної систем, які є притаманними формами вегетативних проявів при неврозах у дітей.

5. Шкала порушень сну складається з 5 тверджень. Порушення сну властиві як для депресивного, так і для астенічного розладів, а також можуть зустрічатися в дитячому віці ізольовано.

6. Шкала тривоги включає в себе 10 тверджень, що описують загальний стан емоційного переживання очікування неблагополуччя, передчуття загрози, яке вважається початковим етапом формування невротичних порушень.

Всього методика містить 41 твердження, з яким випробуваний повинен погодитися або не погодитися. Твердження, що відносяться до різних шкал, можуть збігатися, оскільки є описом симптомів, що характеризують різні невротичні розлади.

Тест–опитувальник дається дитині для самостійного заповнення після попереднього ознайомлення з інструкцією. Проводилось групова діагностика. Відповіді реєструвалися на стандартному бланку. Після підрахунку початкових балів показники нормувалися за допомогою коефіцієнтів по кожній шкалі, для подальшого аналізу використовувалися показники за всіма шістьма шкалами опитувальника. Текст опитувальника та ключі додаються до додатків (Додаток А).

2. Шкала невротизації особистості батьків дітей молодшого шкільного віку (За О. І. Захаровим) [2].

Методика має на меті з’ясування невротичних симптомів у батьків, їх особистісні проблеми, які можуть впливати на ступінь невротизації дітей. Батькам необхідно відповісти на 35 питань, які допомагають з’ясувати особистісні проблеми. Під час аналізу, підраховується кількість позитивних відповідей, якщо їх більше ніж 20, то це свідчить про високу ймовірність невротизації батьків. Текст опитувальника додається в додатку (Додаток Б).

3. Тест – опитувальник батьківського ставлення (за А. Я. Варга, В. В. Столін) [15].

Цей інструмент застосовується під час діагностики батьків, з метою визначення батьківського ставлення до дітей. Батьківське ставлення – це сукупність різноманітних почуттів до дитини, стереотипи поведінки, що реалізуються в спілкуванні з дитиною та розуміння і сприймання характеру своєї дитини та її дій. Тест – опитувальник включає 5 шкал:

1. «Прийняття» та «Відторгнення». Якщо дитина отримала високі бали за шкалою «Прийняття» – це свідчить про позитивне ставлення батьків до своєї дитини, вони сприймають та поважають її, розуміють і підтримують чадо. Якщо ж, отримані високі бали за шкалою «Відторгнення» – це свідчить про те що, батьки сприймають свою дитину поганим, непристосованим, невдахою. Батьки вважають, що дитина не може бути успішною у житті, адже у неї немає здібностей, недостатньо розуму, погані звички. Переважно батьки відчувають такі почуття до своєї дитини як: злість, досада, образа. Батьки не довіряють дитині.

2. «Кооперація» – соціально бажаний образ батьківських відносин. Змістовно ця шкала розкривається так, при умові набрання високих балів: батьки зацікавлені у всіх справах дитини, допомагають. Батьки вважають дитину інтелектуальною, з розвинутими творчими здібностями, годі за неї. Батьки довіряють дитині, намагаються стати на його точку зору в суперечливих питаннях. Якщо отримані низькі бали (1–2 бали), це свідчить про не такі гарні відносини з боку батьків до дитини.

3. «Симбіоз» – відображає міжособистісну дистанцію в спілкуванні зі своєю дитиною. Якщо за цією шкалою отримано великі бали – то батьки воліють про симбіотичні відносини з дитиною. Батьки завжди непокояться за дитину, адже вважають її маленькою та беззахисною, а коли дитина починає бути самостійною в силу обставин, батьки ще більш занепокоєні, так як вони не надають самостійності

ніколи. При низьких балах по цій шкалі можна вважати, що батьки встановлюють психологічну дистанцію с дитиною, та надають змогу бути самостійними.

4. «Авторитарна гіперсоціалізація» або «Контроль» – показує як батьки контролюють поведінку дітей. При високих балах за цією шкалою, батьківське відношення є авторитарним. Батьки потребують від дитини беззаперечної слухняності та дисциплінованості. Вони намагаються нав’язати дитині у всьому свою волю, ніколи не враховують точку зору дитини. Низькі бали, навпаки, свідчать що контроль над дитиною майже відсутній.

5. «Маленький невдаха» або «Ставлення до невдач дитини». Ця шкала відображає відзнаки розуміння і сприйняття дитини батьками . При високих балах за цією шкалою, батьки прагнуть зробити дитину інфантильною, зробити все, щоб дитини в очах інших була неспроможна як соціально так і особистісно. Дитина виглядає не пристосованою, не успішною, Існує недовіра між батьками та дитиною, нарікають на її неспроможність та неготовність до перешкод. Тому, батьки норовлять огороджувати дитину від складнощів та контролюють усі аспекти життя й вчинки дитини. При низьких значення за цією шкалою, батьки вірять, що невдачі є випадковими, та вірять у дитину. Саме батьківська віра допомагає дитині справлятися з невдачами у майбутньому. Текст тесту представлений у додатках (Додаток В).

4. Методика визначення самооцінки «Який Я» (С.Д. Максименко) [12].

Ця методика призначена для визначення рівня самооцінки у дитини. Під час проходження тесту, дитині надається список якостей особистості, вони є зрозумілими для учнів молодшої школи. Текст опитувальника представлений у додатку (Додаток Д). Діагностика відбувається індивідуально, оцінки переводяться у бали. Самооцінка визначається за сумою балів, які були набрані дитиною за всім

переліком якостей особистості. Дитина може набрати від 0 до 10 балів, чим нижче бал, тим гірше самооцінка у дитини. Також, під час інтерпретації результатів необхідно враховувати, що характерною рисою для молодших школярів є те, що на їх самооцінки впливають батьки, вчителі.

Для з'ясування впливу дистанційного навчання на психічне здоров'я учасників освітнього процесу, нами була проведена констатувальна діагностика на базі Херсонської загальноосвітньої школи I–III ступенів № 28 ім. О. С. Пушкіна у 4 – А класі (18 учнів та 18 батьків), результати якої представлені в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

Результати констатувальної діагностики

№	Стать	Невроз у дітей							Батьківське ставлення						Самооцінка		Невроз у батьків
		Д	А	П	В	С	Т	Н	1	2	3	4	5	6	б	р	
1	Х	9	10	13	7	4	9	8,6	3	5	5	5	5	4	7	ЗВ	22
2	Д	13	18	12	18	17	16	15,6	5	2	4	4	5	5	3	ЗН	29
3	Х	14	11	7	6	9	12	9,8	3	4	5	5	5	4	8	ЗВ	18
4	Х	13	12	13	10	4	14	11	1	6	4	4	4	2	8	ЗВ	17
5	Х	18	16	15	12	10	18	14,8	2	6	4	5	6	5	9	ВС	30
6	Д	19	16	8	18	13	17	15,2	4	3	5	5	5	5	3	ЗН	18
7	Д	11	9	6	8	8	4	7,7	3	3	3	2	4	3	4	ЗН	23
8	Д	17	17	18	16	13	17	16,3	1	5	3	5	6	6	9	ВС	27
9	Х	14	15	7	16	8	12	12	2	6	5	4	5	5	6	АД	17
10	Д	11	13	8	6	4	9	8,5	1	5	6	4	5	4	8	АД	17
11	Х	18	18	14	16	17	17	16,7	1	6	2	2	5	5	8	ЗВ	25
12	Д	12	9	7	12	10	9	9,8	4	2	6	4	5	2	6	АД	18
13	Д	19	17	15	17	15	16	16,5	1	2	2	2	5	5	7	АД	28
14	Х	14	13	17	10	11	15	13,3	4	4	6	5	4	3	9	ВС	20
15	Х	12	12	8	10	7	12	10,2	2	4	5	4	6	4	7	АД	17
16	Д	19	18	16	18	17	17	17,5	2	6	6	6	6	4	5	АД	31
17	Д	13	12	13	11	13	16	13	2	6	5	5	4	4	8	ЗВ	18
18	Х	12	6	13	4	6	14	9,2	1	5	6	4	4	5	7	АД	16

Х	–	14,1	13,2	10,8	10,9	9,8	14,1	12,5	2,3	4,4	4,6	4,2	4,9	4,2	7,8	–	21,7

Д – шкала депресії;

А – шкала астенії;

П– шкала показників порушення поведінки;

В – шкала показників вегетативних розладів;

С – шкала показників порушення сну;

Т – шкала показників тривожності;

Н – загальний показник невротизації у дітей;

1 – 5 – шкали методики В.Століна;

б – бал;

р – рівень.

Нами було проведено частотний аналіз з метою виявлення рівня виразності схильності до неврозу, результати якого представлені в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2.

Рівні схильності дітей і батьків до неврозу(%)

Рівні	Рівень неврозу дітей		Рівень неврозу батьків	
	П	%	П	%
Високий	4	22.2%	9	50%
Середній	6	33.3%	9	50%
Низький	8	44.5%		–

Аналізуючи результати діагностики, було виявлено, що більшість дітей, а саме 44.5% мають низький рівень сформованості клінічної сукупності симптомів – це демонструє відсутність у дітей ознак невротичного розладу. Середній рівень схильності до невротизації – 33.3%, продемонстрували учасники діагностування, це є підставою, яка

дозволяє занести їх до групи ризику. Високий рівень – 22.2% , це діти з явними симптомами неврозу.

Під час аналізу результатів, було виявлено, що 50% батьків мають високий рівень ймовірності невротизації, та 50% батьків мають середній рівень ймовірності неврозу. Беручи до уваги результати невротизації батьків, можна припустити, що діти які мають схильність до невротичних розладів, це обумовлено тим, що батьки мають невротичні розлади.

Якісний аналіз результатів дослідження показав, що високу та завищену самооцінку мають 44.5% дітей, це у межах вікової норми. Адекватну самооцінку мають 38.8%, низьку – 16.7% дітей. Серед респондентів із високим показником схильності до неврозу, є діти з високою, адекватною та низькою самооцінкою.

Отже, підсумовуючи результати опитування та діагностики респондентів, можна зробити висновок, що 50% опитаних батьків мають виражений невроз, 50% мають велику ймовірність до неврозу, також можна припустити, що невротизація батьків впливає на емоційний стан дитини та її стабільність. Високий та середній рівень схильності до неврозу мають 55.5% дітей, слід зауважити, що самооцінка дитини не впливає на тенденцію до неврозу.

2.2. Психологічна підтримка учасників освітнього процесу під час дистанційного навчання

Головним завданням психологічної підтримки молодших школярів, є створення сприятливих умов для розвитку дитини, налагодження довірливих стосунків (А. Г. Веленко) [5]. У сьогоденних умов, коли всі перейшли на дистанційне навчання, не тільки дітям потрібна допомога, а й усім учасникам освітнього процесу, лише так можна створити всі необхідні умови для нормального розвитку дитини.

Проаналізувавши низку літератури та результати дослідження, було сформовано перелік рекомендацій для батьків, педагогів та молодших школярів.

Рекомендації для педагогів:

1. Необхідно забезпечити дітям сприятливе позитивне віртуальне освітнє середовище, без стресів, викликаних прагненням до академічних успіхам. Увага на збереженні здоров'я дітей, їх психологічного і соціального благополуччя (Л. А. Терещенко) [24].
2. Не потрібно зайвої уваги до епідеміологічної проблеми.
3. Використовуйте дистанційні форми навчання, що заохочують розвиток інтелектуальної, творчої діяльності (наприклад: олімпіади, квести, змагання), які дозволять і дітям, і їх батькам підтримувати активність і створювати сприятливу психологічну атмосферу в сім'ї.
4. Чітко домовтесь про технічні моменти. До них відносяться строки пересилання посилань, технічний час регуляції входу, відповіді на питання. У вчителя теж є особистий час, і відповідати на «help!» опівночі не дуже правильно. Заздалегідь обговорені тимчасові рамки допомагають і учневі краще спланувати свій час. Для дітей це теж нова форма, і їм також непросто. Тим більше, що багато батьків продовжують працювати, в той час як діти залишаються одні один на один з комп'ютером, завданням і регламентами
5. Раціонально підходьте до планування навантаження. Засвоєння матеріалу в дистанційному форматі відбувається зовсім по–іншому. Більше інформації доводиться сприймати на слух і довше утримувати увагу. Це вимагає спеціальних навичок і звички працювати в подібному форматі.
6. Обов'язково реагуйте на листи. Ігнорування (навіть якщо воно відбувається через великий завантаження педагога) – це травмуючий фактор для багатьох дітей. Частина з них починають відчувати себе покинутими і самотніми, якщо не бачать зворотний зв'язок.

7. Якщо у вас не виходить вийти в ефір, потрібно обов'язково попереджати учнів. Увага і повага до них вкрай важливо для встановлення контакту і довірчих відносин з ними.

8. Підтримуйте дітей і батьків. Допомога іншим людям у скрутну хвилину може принести вам особисто психологічну користь (І. В. Васильченко) [23]. Наприклад, знайдіть можливості для поширення позитивних і обнадійливих історій про одужання людей, зниження поширення Covid–19, діліться оптимістичними картинами, малюнками, фотокартками.

9. На вчителів зараз лежить подвійний тягар відповідальності за здоров'я дітей, психологічне і соціальне благополуччя членів їх сімей і академічну підготовку учнів. Ставтеся до цієї ситуації як до особливих умов роботи. Бережіть себе. Турбота про свій психологічний стан так само важлива, як і турбота про фізичне здоров'я. Вмійте знаходити позитивні емоції і вести повноцінний здоровий спосіб життя. Займайтеся дихальними і фізичними вправ, вправами для релаксації.

Для батьків, також було сформовано низку порад:

1. Зберігати та підтримувати спокійну, доброзичливу атмосферу в родині, спокій членів сім'ї допоможе надати дитині впевненості.

2. Зберігати спокійне, адекватне і критичне ставлення до того, що відбувається. Також, пам’ятайте, що потрібен час на адаптацію режиму самоізоляції, і це нормально. Будьте спокійні, стримані, не уникайте відповіді на запитання дітей про вірус, але і не потрібно заглиблюватись в цю тему.

3. Регулярно намагайтесь спілкуватись з дитиною, дізнайтеся про її настрій, почуття, переживання.

4. Зі співчуттям ставтесь до дитини, кажіть, що ви розумієте, як її зараз важко (якщо вона переживає, що не відвідує школу, гуртки).Підтримка та співчуття батьків, дозволяють дитині повірити в себе та краще справлятись зі стресом.

5. Навчить дитину висловлювати свої емоції в соціально прийнятних формах (через активні види спорту, фізичні навантаження, через довірлива розмова з близькими, на аркуші паперу) (С. Я. Бєляєва) [4].

6. Пояснюйте дітям, що вірус не є фактором етнічної або національної приналежності, щоб виховувати чуйність і співчуття до біди тих, хто постраждав від вірусу.

7. У простій доступній формі надайте дітям факти про те, що сталося, поясніть, що відбувається зараз. Дайте чітку інформацію дітям про шляхи передачі коронавіруса і як уникнути зараження (гра «Так», «Ні», «Не знаю», де діти можуть рухатися, радіти успішним відповідей і можливості спілкування з вами).

8. Пам’ятайте, що насамперед стрес – це фізіологічна реакція організму. Тому ефективною боротьбою зі стресом стане фізична активність у будь – якому прояві.

9. Підтримувати і стимулювати творчу ручну працю дитини. Малювання, плетіння «фенечек», ліплення, малювання, все це допоможе заспокоїти дитину.

10. Пам’ятайте, що кожному члену сім’ї потрібен особистий простір, без втручання до нього.

11. Встановіть звичний режим дня для себе і дитини. Різкі зміни режиму дня можуть викликати перебудови адаптивних можливостей і привести до стресу. плануйте майбутній день заздалегідь. Підтримуйте режим дня дитини (сон, прийоми їжі, вільний час) (А. Г. Дербеньова) [25].

12. У кінці кожного дня обговорюйте з дитиною її навчальні успіхи і невдачі за день. Будуйте плани на завтра.

13. Спільно шукайте рішення в спірних ситуаціях. хваліть, підтримуйте та обіймайте.

14. Дитина повинна мати можливість працювати зосереджено, не відволікаючись на зовнішні подразники. Обмежте доступ домочадців і

домашніх тварин до робочого місця дитини. Також, не забувайте про годинник в зоні видимості.

15. Зберігайте спокій в процесі навчання. Емоційний стан дитини дорівнює емоційному стану дорослого.

Рекомендації для учнів:

2. Робоче місце. Перш за все, визнач для себе те місце, де ти будеш навчатися дистанційно. По можливості це повинно бути одне і те ж місце, де ти зможеш усамітнитися і сконцентруватися на вирішенні навчальних завдань. Важливо, щоб про це місце знали всі члени твоєї родини. Якщо в твоїй родині ще хтось вчиться або працює дистанційно, важливо, щоб ви домовилися всі разом про ваших робочих місцях. Якщо таких робочих місць менше, ніж людина, (наприклад, ноутбук один або два) важливо, щоб ви обговорили точний графік роботи за комп'ютером кожного і дотримувалися його. організуй своє робоче місце і старайся підтримувати його в належному стані. Приступаючи до навчання в дистанційному форматі, можливо, ти зустрінешся з труднощами, у тебе буде багато питань. Може трапитися так, що від цих питань виникне бажання все кинути, або захочеться плакати, або ти розлютилася. Це нормально. Пам'ятай – ти не один. Найважливіше зараз це – не втрачати самовладання, тримати зв'язок з батьками, вчителями, класним керівником і друзями по класу.

3. Допомога педагогів і близьких людей. Якщо щось пішло не так, пам'ятай, що завжди можна зв'язатися з твоїм класним керівником. Якщо не зрозуміло завдання по предмету, класний керівник допоможе тобі зв'язатися з учителем. Якщо не виходить самому зв'язатися з класним керівником, звернися до батькові чи матері. На сайті школи є вся інформація, яка допомагає батькам розібратися з яких питань. Батьки зараз теж хвилюються, як допомогти тобі вчитися в новому режимі. Розповідай їм, з чим ти вже розібрався, що навчився робити самостійно.

Проси про допомогу тих людей, кого добре знаєш: батьків, бабусю, дідуся, друзів з класу.

4. Режим навчання і відпочинку. Визнач для себе (погодивши з батьками) оптимальний режим для дистанційного навчання і відпочинку. Не рекомендується перебувати за комп'ютером або іншим цифровим пристроєм більше 30 хвилин. Після 30 – хвилинного заняття бажано робити паузи. Їх тривалість може бути різною, наприклад, якщо протягом дня ти будеш кілька разів займатися по 30 хвилин, то бажано, щоб загальний час занять за комп'ютером був не більше двох годин. Під час пауз бажано не просто пасивно відпочивати, але використовувати активні види відпочинку, наприклад, виконувати фізичні вправи, подихати свіжим повітрям на балконі, поспілкуватися з близькими або друзями, пограти (але не в комп'ютерні ігри), послухати музику, помалювати і ін. Чим більше людина проводить часу, використовуючи засоби дистанційного навчання, тим більше уваги необхідно приділяти різним способам відновлення сил. Найкраще для цього пасуватимуть твої улюблені заняття. Форми дистанційного навчання, які тобі будуть пропонуватися, цілком узгоджуються з можливостями користувачів твого віку.

5. Саморегуляція. Зберігай самовладання. У ситуаціях, пов'язаних з переживанням психологічної напруги, використовуй найпростіші способи саморегуляції: зроби кілька більш глибоких вдихів і видихів, злегка затримуючи дихання на видиху і відчуваючи як більш глибоке і рівне дихання розслабляє і заспокоює; зверни увагу на положення свого тіла, перш за все, стан спини – наскільки положення твого тіла стійке, спина розпрямлена, дозволяє здійснювати більш глибоке дихання; можеш помістити на своє робоче місце який – небудь предмет або картинку, які були б тобі приємні, викликали позитивні асоціації (С. Максименко, Н. Шевченко, О. Главник, К. Главник) [22]. Це можуть бути природні об'єкти – камінь, квітка, фотографія, іграшка та ін. Вони

будуть поруч з тобою, допомагаючи підтримувати відчуття комфорту і позитивні емоції. Адаптуючись до нинішньої нової для себе і більшості людей ситуації, ти маєш зараз можливість не тільки освоїти нові навчальні знання, а й розвинути багато цінних якостей, навички саморегуляції, які стануть в нагоді тобі в житті. вір в себе. Згадай, які ситуації, що вимагають мобілізації і перебудови життєвих стереотипів, виникали в твоєму житті раніше. Зверни особливу увагу на те, що допомогло тобі гідно з ними впоратися. Перед тим, як почати щось нове завжди хвилююче і тривожно. І є один спосіб впоратися з цим станом – розпочати.

Отже, аналізуючи освітній процес під час дистанційного навчання були сформовані рекомендації для всіх учасників, спрямовані на покращення навчання, збереження психічного здоров’я дитини, батьків, педагогів, покращення та корекцію середовища для розвитку дитини, стабілізацію емоційного стану.

ВИСНОВКИ

Аналізуючи теоретичні відомості та результати емпіричного дослідження нами було сформульовано наступні висновки:

1. Молодший шкільний вік – період накопичення, вбирання знань. Це завершення дитинства та зміна ігрової діяльності на навчальну, яка супроводжується новоутвореннями, такими як довільна увага, рефлексія, внутрішній план дій, що потребують від дитини прикладання сил для її опанування.

2. Дистанційне навчання – це організований освітній процес за допомогою комп'ютерних технологій, який включає в себе усі освітні компоненти. Були виокремлені особливості, які заважають дитині сконцентруватись та оптимально навчатись на відстані. Учням властива комп'ютерна втомленість.

3. Психологічний супровід під час дистанційного навчання включає в себе не тільки основні вимоги, а й висуває нові, також, існує перелік проблем, які заважають оптимально здійснювати дистанційно психологічну підтримку учасників процесу.

4. Підсумовуючи результати опитування та діагностики респондентів, можна зробити висновок, що 50% опитаних батьків мають виражений невроз, 50% мають велику ймовірність до неврозу, також можна припустити, що невротизація батьків впливає на емоційний стан дитини та її стабільність. Високий та середній рівень схильності до неврозу мають 55.5% дітей, слід зауважити, що самооцінка дитини не впливає на тенденцію до неврозу.

5. Аналізуючи освітній процес під час дистанційного навчання були сформовані рекомендації для всіх учасників, спрямовані на покращення навчання, збереження психічного здоров'я дитини, батьків, педагогів, покращення та корекцію середовища для розвитку дитини, стабілізацію емоційного стану.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Адаптація учнів до шкільного навчання. 1– 10 класи / укладач : О. Є. Марінушкіна, Ю. О. Замазій / за заг. ред. Л. Д. Покроєвої. Х. : Ранок, 2011. 192 с.

2. Баришполь С. В. Посібник практичного психолога: психодіагностика, тестування, розробки уроків психічного розвитку. Х. : Основа, 2009. 267 с. : іл.

3. Безрукова Н. В., Свічкарь В. А. Забезпечення освітнього процесу з використанням технологій дистанційного навчання. URL: http://lib.iitta.gov.ua/712803/1/3_%D0%97%D0%B1_%D1%82%D0%B5%D0%B7_%D0%9A%D0%BE%D0%BD%D1%84%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%BD%D1%86%D1%96%D1%8F_27_09_2018.pdf

4. Бєляєва С. Я. Дитячі негаразди : лікуємо любов'ю. К. : Ред. загальнопед. газет, 2013. 112 с.

5. Веленко А. Г. Як зрозуміти дитину : нотатки психолога. К. : Шк. світ, 2011. 104 с.

6. Выготский Л. С. Детская психология. М. : Педагогика, 1984. Т. 4. 432 с.

7. Емоційний розвиток дитини/ упоряд. С. Максименко, К. Максименко, О. Главник. К. : Мікрос – СВС, 2003. 112 с.

8. Ілляшенко Т. Д. Чому їм важно вчитися? Методичний посібник, присвячений питанням психолого – педагогічної допомоги молодшим школярам із труднощами у навчанні. К : Початкова школа, 2003. 128 с.

9. Кондратенко Л. Розумові здібності дитини (Диферен.– діагност. довід. психолога школи І ступеня). К. : Главник, 2004. 112 с.

10. Коробко С. Л. Робота психолога з молодшими школярами: метод. посіб. / за ред. С. Л. Коробко, О. І. Коробко. 3-те вид. К. : Літера ЛТД, 2014. 416 с.

11. Мар’яненко Л. В. Формування пізнавальної діяльності в молодших школярів / за ред. Л. В. Мар’яненко. К. : Редакції загальнопед. газет, 2014. 128 с.

12. Мартиненко О. А. Корекція дезадаптивної поведінки молодших школярів. Х. : Ранок, 2011. 176с. : іл.

13. Організація психологічної служби в школі / уклад. Л. В. Туріщева. Х. : Основа, 2012. 111 с.

14. Організація середовища дистанційного навчання в середніх загальноосвітніх навчальних закладах : посібник / наук. ред. Ю. М. Богачков. К. : Педагогічна думка, 2012. 160 с. : іл.

15. Практична психологія у початковій школі / упоряд. О. А. Атемасова. Х. : Ранок, 2010. 160 с.

16. Проблеми розвитку та корекція емоційної сфери молодшого школяра / упоряд. О. А. Атемасова. Х. : Ранок, 2010. 176 с.

17. Психологічний супровід становлення і розвитку успішної особистості як пріоритетний напрям роботи навчального закладу інноваційного типу. URL: http://nbuv.gov.ua/j–pdf/rsh_2015_7–8_7.pdf

18. Психологічний супровід школярів / упоряд. Т. Гончаренко. К. : ред. заг. пед. газет, 2005. 128 с.

19. Психолого – педагогічна діагностика школярів / упоряд. О. Л. Співак. Х. : Ранок, 2009. 160 с.

20. Розвиток особистості в різних умовах соціалізації: колективна монографія / за наук. ред. Л. О. Калмикової, Г. О. Хомич. К. : Слово, 2016. 472 с.

21. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія: начальний посібник. К. : Академвидав , 2005. 360 с.

22. Самооцінка учня / упоряд.: С. Максименко, Н. Шевченко, О. Главник. К. : Главник, 2004. 112 с.

23. Сучасні форми роботи з батьками молодших школярів / упоряд. І. В. Васильченко. К. : Редакції газет з дошкільної та початкової освіти, 2013. 120с.

24. Терещенко Л. А. Як зберегти психічне здоров’я дітей 5–7 років / упоряд. Л. А. Терещенко. К. : Редакції газет з дошкільної та початкової освіти, 2012. 104 с.

25. Усе про мотивацію / укладач А. Г. Дербеньова. Х. : Основа, 2012. 207 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

Текст опитувальника «Дитячий опитувальник неврозів» В. В. Седнєва

1. Тобі буває сумно.
2. Іноді тобі хочеться плакати без причини.
3. Тобі буває іноді страшно.
4. Ти спиш добре і спокійно.
5. твої однолітки не хочуть з тобою грати.
6. Часто тобі не хочеться їсти.
7. Тобі буває зовсім не цікаво грати, дивитися телевізор.
8. Ти відчуваєш себе сильним.
9. Часто у тебе болить голова чи живіт.
10. Ти втомлюєшся сильніше інших дітей.
11. Іноді ти буваєш поганим.
12. У школі тебе не люблять.
13. Учителя до тебе чіпляються.
14. З дітьми тобі не цікаво.
15. Іноді тобі сняться жахіття.
16. Ти веселий.
17. Ти боїшся школи та вчителів.
18. Тобі важко робити уроки.
19. Ти часто забуваєш те, що вивчив.
20. Тобі часто хочеться спати.
21. Ти часто відволікаєшся на уроках.
22. Тобі не подобається чекати.
23. Ти не можеш тривалий час бігати, боротися, грати.
24. Тобі кажуть, що ти погано запам'ятовуєш.
25. Тобі складно тривалий час дивитися телевізор чи читати.
26. Ти став менше гратися з дітьми ніж раніше.
27. Ти погано розумієш те, що читаєш.
28. У тебе холодні руки і ноги навіть у теплу погоду.
29. Тебе легко образити.
30. Іноді вранці почуваєшся втомленим, після сну болить голова.
31. Іноді у тебе паморочиться у голові.
32. Ти часто прокидаєшся вночі.
33. Ти втомлюєшся від ігор з дітьми.
34. У тебе часто пітніють долоні.
35. Тобі важко заснути від різних думок.
36. У тебе часто щось болить.
37. Буває так, що тебе нудить в транспорті.
38. Ти часто сваришся з батьками.
39. Тобі часто кажуть, що ти неслухняний.

40. Ти став гірше вчитися.
41. тебе іноді нудить.

Ключі до тесту:

Шкала депресії: коефіцієнт 1.
+1, 2,5,6,7,9,10,11,14,15,18,19,20,23,25,26,35,40;
– 8,6;
Шкала астенії: коефіцієнт 1.
+ 10,18,19,20,21,23,24,25,26,27,28,30,31,32,33,34,35,36,37,40;
Порушення поведінки: коефіцієнт 4.
+ 21,29,38,40;
Вегетативні розлади: коефіцієнт 2.
+ 2,6,9,20;28;31;34;36;37;41;
Порушення сну: коефіцієнт 4.
+ 15,20,30,32;
– 4.
Тривога: коефіцієнт 2.
+ 3,12,13,17,22,29,35,38,39;
Кількісна інтерпретація:
16–20 балів, характеризує високий рівень ризику наявності визначеного симптомокомплекса;
12–15 балів, характеризує середній рівень чи тенденцію до підвищення виявленого симптомокомплексу;
0–11 балів характеризується низьким рівнем ризику формування визначеного клінічного симптомокомплексу.

Додаток Б

Текст опитувальника «Невротизації особистості батьків дітей молодшого шкільного віку» за О. Захаровим

1. Швидко втомлюється.
2. Швидко дратується.
3. У вас часто змінюється настрій.
4. Ви часто перебуваєте в схвильованому стані.
5. У вас часто болить голова через напруження і втому.
6. У вас під час напруження і хвилювання виникають спазми, болі в горлі.
7. Ви погано спите, прокидаєтеся вночі.
8. У вас спостерігається зниження сексуальної потреби.
9. У вас часто погіршується фізичне самопочуття.
10. Маєте незадовільні стосунки з дитиною.
11. Маєте незадовільні стосунки з дружиною (чоловіком).
12. Маєте незадовільні стосунки на роботі.
13. Ваша життєва енергія часто не має виходу.
14. Могли б бути активнішим (–ою), ніж ви є.
15. Вам доводиться часто стримувати себе.
16. Вам складно виражати свої почуття.
17. Вам важко зібрати думки до купи.
18. Вам важко наполягати на своєму.
19. Часто сумніваєтеся у своїх рішеннях.
20. Недостатньо впевнені в собі.
21. Вам важко чекати.
22. У інколи з’являються страхи.
23. З вами трапляється більше поганого, ніж хорошого.
24. У вас часто пригнічений настрій.
25. Часто почуваєтеся одиноким (ою).
26. Вам важко налагодити контакти з іншими людьми.
27. Ви собою незадоволені.
28. Ви відчуваєте внутрішнє хвилювання.
29. Ви постійно перебуваєте у стані внутрішнього напруження.
30. Стоїте перед вибором, який не можете зробити.
31. Відчуваєте внутрішні перешкоди під час реалізації окреслених планів.
32. Страждаєте від того, що не можете змиритися із певними вашими бажаннями.
33. Вам дошкуляє стан невизначеності, у якому перебуваєте.
34. Чи були у вас в дитячому віці проблеми з нервовою системою.
35. Оцінюєте свій теперішній стан як не зовсім природний, певною мірою хворобливий і хотіли б цього позбутися.

Додаток В

Текст опитувальника «Батьківське ставлення» за А. Варгою, В. Століним

1. Моя дитина подобається мені такою, якою вона є.
2. Основна причина вередувань моєї дитини – егоїзм, впертість і лінь.
3. Я завжди зважаю на думку дитини.
4. Я завжди співчуваю своїй дитині.
5. Я мрію про те, щоб моя дитина досягла всього того, що мені не вдалося у житті.
6. Моя дитина зростає непристосованою до життя.
7. Я поважаю свою дитину.
8. Моя дитина часто здійснює такі вчинки, що заслуговують на осуд.
9. Батьки повинні не лише вимагати від дитини, але й самі пристосовуватись до неї, ставитися як до особистості з повагою.
10. Потрібно якомога довше тримати дитину осторонь від реальних життєвих проблем, якщо вони її травмують.
11. Дитину потрібно тримати у суворих рамках, тоді з неї виросте порядна людина.
12. Я часто невдоволена своєю дитиною.
13. Я охоче проводжу з дитиною свій вільний час.
14. Якщо проводити відпуски з дитиною, неможливо нормально відпочити.
15. Я завжди беру участь в іграх і справах дитини.
16. Гарні батьки захищають дитину від труднощів життя.
17. Жорстка дисципліна в дитинстві формує сильний характер.
18. Мені здається, що інші діти глузують з моєї дитини.
19. Я люблю, коли друзі моєї дитини приходять до нас до дому.
20. Коли я порівнюю свою дитину з її однолітками, вони здаються мені вихованішими й розсудливішими.
21. Я завжди цікавлюсь життям своєї дитини.
22. Я намагаюся виконувати всі прохання й побажання моєї дитини.
23. Я вважаю своїм обов'язком знати все, про що думає моя дитина.
24. Моя дитина, як губка, усмоктує в себе все найгірше.
25. Я відчуваю до дитині дружні почуття.
26. Моя дитина спеціально поводиться погано, щоб дошкулити мені.
27. Діти рано починають розуміти те, що батьки можуть помилятися.
28. Я часто шкодую про те, що моя дитина дорослішає, і з ніжністю згадую той час, коли вона була ще зовсім маленька.
29. Дитина повинна дружити з тими, хто подобається її батькам.
30. До моєї дитини постійно «липне» все погане.
31. Я поділяю захоплення моєї дитини.
32. Виховання дитини–це суспільні нерви.
33. Я часто визнаю, що у своїх вимогах і претензіях дитина по своєму має рацію.

34. Я захоплююся своєю дитиною.
35. Дитина не повинна мати секретів від батьків.
36. Я невисокої думки про здібності моєї дитини й не приховую цього від неї.
37. Переживання моєї дитини мені завжди зрозуміло.
38. Коли в компанії знайомих говорять про дітей мені трохи соромно, що моя дитина не така розумна і здібна, як хотілось би.
39. При прийнятті рішень у родині варто враховувати думку дитини.
40. Найголовніше, щоб у дитини було спокійне і безхмарне дитинство.
41. Подорослішавши, діти дякують своїм батькам за жорстке виховання.
42. Моя дитина не спроможна що–небудь зробити самостійно, а якщо і зробить, то обов'язково не так.

Оброблення результатів

Підраховується кількість позитивних відповідей «так» за кожним рядком у бланку–таблиці. У правому стовпчику можна прочитати, що означають бали за кожною з обраних шести шкал.

Підрахуйте кількість «+» в кожному рядку:

1.7. 13. 19. 25. 31. 37.£«+» Прийняття дитини

2.8. 14. 20. 26. 32. 38. £ «+» Відторгнення дитини

3.9. 15. 21. 27. 33. 39. £ «+» Кооперація

4.10. 16. 22. 28. 34. 40. £ «+» Симбіоз із дитиною

5.11. 17. 23. 29. 35. 41. £ «+» Контроль

6.12. 18. 24. ЗО. 36. 42. £ «+» Ставлення до невдач

Бланк для відповідей

1		7		13		19		25		31		37	
2		8		14		20		26		32		38	
3		9		15		21		27		33		39	
4		10		16		22		28		34		40	
5		11		17		23		29		35		41	
6		12		18		24		30		36		42	

Додаток Д

КОДЕКС АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ ХЕРСОНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ

Я, Шкіндер Катерина Андріївна, учасник(ця) освітнього процесу Херсонського державного університету, **УСВІДОМЛЮЮ**, що академічна доброчесність – це фундаментальна етична цінність усієї академічної спільноти світу.

ЗАЯВЛЯЮ, що у своїй освітній і науковій діяльності **ЗОБОВ'ЯЗУЮСЯ**:

– дотримуватися:

- вимог законодавства України та внутрішніх нормативних документів університету, зокрема Статуту Університету;
- принципів та правил академічної доброчесності;
- нульової толерантності до академічного плагіату;
- моральних норм та правил етичної поведінки;
- толерантного ставлення до інших;
- дотримуватися високого рівня культури спілкування;

– надавати згоду на:

- безпосередню перевірку курсових, кваліфікаційних робіт тощо на ознаки наявності академічного плагіату за допомогою спеціалізованих програмних продуктів;
- оброблення, збереження й розміщення кваліфікаційних робіт у відкритому доступі в інституційному репозитарії;
- використання робіт для перевірки на ознаки наявності академічного плагіату в інших роботах виключно з метою виявлення можливих ознак академічного плагіату;

– самостійно виконувати навчальні завдання, завдання поточного й підсумкового контролю результатів навчання;

– надавати достовірну інформацію щодо результатів власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використаних методик досліджень та джерел інформації;

– не використовувати результати досліджень інших авторів без використання покликань на їхню роботу;

– своєю діяльністю сприяти збереженню та примноженню традицій університету, формуванню його позитивного іміджу;

– не чинити правопорушень і не сприяти їхньому скоєнню іншими особами;

– підтримувати атмосферу довіри, взаємної відповідальності та співпраці в освітньому середовищі;

– поважати честь, гідність та особисту недоторканність особи, незважаючи на її стать, вік, матеріальний стан, соціальне становище, расову належність, релігійні й політичні переконання;

– не дискримінувати людей на підставі академічного статусу, а також за національною, расовою, статевою чи іншою належністю;

– відповідально ставитися до своїх обов'язків, вчасно та сумлінно виконувати необхідні навчальні та науково-дослідницькі завдання;

– запобігати виникненню у своїй діяльності конфлікту інтересів, зокрема не використовувати службових і родинних зв'язків з метою отримання нечесної переваги в навчальній, науковій і трудовій діяльності;

– не брати участі в будь-якій діяльності, пов'язаній із обманом, нечесністю, списуванням, фабрикацією;

– не підроблювати документи;

– не поширювати неправдиву та компрометуючу інформацію про інших здобувачів вищої освіти, викладачів і співробітників;

– не отримувати і не пропонувати винагород за несправедливе отримання будь-яких переваг або здійснення впливу на зміну отриманої академічної оцінки;

– не залякувати й не проявляти агресії та насильства проти інших, сексуальні домагання;

– не завдавати шкоди матеріальним цінностям, матеріально-технічній базі університету та особистій власності інших студентів та/або працівників;

– не використовувати без дозволу ректорату (деканату) символіки університету в заходах, не пов'язаних з діяльністю університету;

– не здійснювати і не заохочувати будь-яких спроб, спрямованих на те, щоб за допомогою нечесних і негідних методів досягати власних корисних цілей;

– не завдавати загрози власному здоров'ю або безпеці іншим студентам та/або працівникам.

УСВІДОМЛЮЮ, що відповідно до чинного законодавства у разі недотримання Кодексу академічної доброчесності буду нести академічну та/або інші види відповідальності й до мене можуть бути застосовані заходи дисциплінарного характеру за порушення принципів академічної доброчесності.

23.03.2021		Катерина Шкіндер
(дата)	(підпис)	(ім’я, прізвище)