

**ПРИВАТНЕ АКЦІОНЕРНЕ ТОВАРИСТВО
«ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ»
ОДЕСЬКИЙ ІНСТИТУТ**

Кафедра загальнонаукових, соціальних та поведінкових дисциплін

«До захисту допущено»

Завідувач кафедри _____
(підпис)

доктор філ. наук, доцент

Нерубасська Алла Олександрівна

(наукове звання, науковий ступінь,
прізвище та ініціали)

« ____ » _____ 2026р.

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

**на тему: «Система психологічних заходів щодо профілактики труднощів у
навчанні школярів певної вікової категорії»**

Виконала:

студентка групи ІН18-9-22-Б1Пс(4,0д)
(шифр групи)

Освітньої програми: «Психологія»

Спеціальності: 053 Психологія

(код і найменування спеціальності)

Волкова Аліна Володимирівна

(ПІБ студента)

(підпис студента)

Керівник: доктор філософських наук,
доцент кафедри

Нерубасська Алла Олександрівна

(підпис наукового керівника)

2026 р.

ПРИВАТНЕ АКЦІОНЕРНЕ ТОВАРИСТВО
«ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД «МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ
ПЕРСОНАЛОМ»
Одеський інститут

Кафедра загальнонаукових, соціальних та поведінкових дисциплін

Рівень вищої освіти: перший (бакалаврський)

Освітньої програми: «Психологія»

Спеціальності: 053 «Психологія»

«Затверджую»

Завідувач кафедри _____

(підпис)

док. філ. наук, доцент Нерубаська А.О.

(вчене звання, науковий ступінь, ПІБ)

« ____ » _____ 2026 р.

Завдання

на кваліфікаційну роботу студентки

Волкової Аліни Володимирівни

(прізвище, ім'я, по батькові)

1. Тема кваліфікаційної роботи: «Система психологічних заходів щодо профілактики труднощів у навчанні школярів певної вікової категорії»

Керівник кваліфікаційної роботи: док. філософ. наук, доцент Нерубаська А.О.

(посада, науковий ступінь, вчене звання)

2. Строк подання студентом кваліфікаційної роботи на попередній захист: Травень 2026р.

3. Вихідні дані до кваліфікаційної роботи (рекомендовані науковим керівником та відповідним методичним забезпеченням /окремі аспекти роботи, обсяги роботи). Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, які поділені на підрозділи, висновків до кожного розділу та загальних висновків, списку використаних джерел (52 найменувань). Загальний обсяг роботи – 78 друкованих сторінок, обсяг основної частини роботи складає 60 сторінок.

4. Необхідний графічний та аналітичний матеріал за темою дослідження: Кваліфікаційна робота містить 17 таблиць.

5. Календарний план виконання кваліфікаційної роботи

№ з/п	Назва етапів виконання кваліфікаційної роботи	Строки виконання		Примітка
		Планові	Фактичні	
1	2	3	4	5
1.	Збір та опрацювання наукових джерел	Листопад 2025	Листопад 2025	
2.	Написання вступу	Грудень 2025	Грудень 2025	
3.	Розділ 1. Теоретичні основи профілактики труднощів у навчанні учнів 3 класу	Грудень 2025	Грудень 2025	
4.	Розділ 2. Емпіричне дослідження психологічних чинників труднощів у навчанні учнів 3 класу	Січень 2026	Січень 2026	
1	2	3	4	5

5.	Розділ 3. Система психологічних заходів щодо профілактики труднощів у навчанні учнів 3 класу	Березень 2026	Березень 2026	
6.	Висновки	Квітень 2026	Квітень 2026	
7.	Оформлення списку використаних джерел	Квітень 2026	Квітень 2026	
8.	Подання роботи на перевірку керівку	Квітень 2026	Квітень 2026	
9.	Попередній захист кваліфікаційної роботи	Травень 2026	Травень 2026	

АНОТАЦІЯ

Волкова А.В. «Система психологічних заходів щодо профілактики труднощів у навчанні школярів певної вікової категорії» – Рукопис.

Кваліфікаційна робота на здобуття освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» - Одеський інститут ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом». Одеса, 2026.

Актуальність теми дослідження полягає в тому, що труднощі у навчанні школярів певної вікової категорії є поширеною психолого-педагогічною проблемою, яка негативно впливає на академічну успішність, самооцінку та емоційний стан учнів. Вчасна профілактика цих труднощів дозволяє запобігти розвитку стійкої неуспішності, шкільної тривожності та девіантної поведінки. Незважаючи на наявні дослідження у цій сфері, недостатньо розробленими залишаються комплексні системи психологічних заходів, орієнтовані на конкретну вікову групу школярів, що й зумовлює вибір теми роботи.

Мета роботи - теоретично обґрунтувати та емпірично перевірити систему психологічних заходів щодо профілактики труднощів у навчанні школярів певної вікової категорії.

У роботі були використані наступні **методи дослідження**: теоретичний аналіз наукової літератури, психодіагностичне обстеження (тестування, анкетування), формувальний експеримент та методи математичної статистики.

Ключові слова: профілактика труднощів навчання, школярі, психологічні заходи, вікова категорія, навчальна мотивація, пізнавальний розвиток.

ANNOTATION

Volkova A.V. "System of psychological measures for preventing learning difficulties in schoolchildren of a certain age category" - It's Manuscript.

Diploma's work in obtaining the educational qualification of " bachelor's "Odesa Institute PJSC «Institution of higher education «Interregional Academy of Personnel Management». Odesa, 2025.

The relevance of the research topic is that learning difficulties in schoolchildren of a certain age category are a common psychological and pedagogical problem that negatively affects academic performance, self-esteem and the emotional state of students. Timely prevention of these difficulties helps prevent the development of persistent academic failure, school anxiety and deviant behavior. Despite existing research in this area, comprehensive systems of psychological measures aimed at a specific age group of schoolchildren remain insufficiently developed, which determines the choice of the research topic.

The goal of the work is to theoretically substantiate and empirically test a system of psychological measures for preventing learning difficulties in schoolchildren of a certain age category.

The following research **methods** were used in the work: theoretical analysis of scientific literature, psychodiagnostic examination (testing, questionnaires), formative experiment and methods of mathematical statistics.

Key words: prevention of learning difficulties, schoolchildren, psychological measures, age category, learning motivation, cognitive development.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПРОФІЛАКТИКИ ТРУДНОЩІВ У НАВЧАННІ УЧНІВ 3 КЛАСУ.....	10
1.1. Поняття труднощів у навчанні в психолого-педагогічній літературі.....	10
1.2. Вікові психологічні особливості учнів 3 класу.....	12
1.3. Психологічні чинники труднощів у навчанні молодших школярів.....	14
1.4. Психологічна профілактика труднощів у навчанні в початковій школі.....	19
Висновки до першого розділу.....	23
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ТРУДНОЩІВ У НАВЧАННІ УЧНІВ 3 КЛАСУ.....	25
2.1. Організація та методи дослідження.....	25
2.2. Аналіз результатів первинної діагностики.....	29
2.3. Узагальнення психологічних чинників труднощів у навчанні учнів 3 класу.....	35
Висновки до другого розділу.....	39
РОЗДІЛ 3. СИСТЕМА ПСИХОЛОГІЧНИХ ЗАХОДІВ ЩОДО ПРОФІЛАКТИКИ ТРУДНОЩІВ У НАВЧАННІ УЧНІВ 3 КЛАСУ.....	41
3.1. Теоретичне обґрунтування системи профілактичної роботи.....	42
3.2. Програма психологічної профілактики труднощів у навчанні учнів 3 класу.....	45
3.3. Методичні рекомендації для вчителів і батьків.....	56
3.4. Оцінка ефективності профілактичної програми.....	60
3.5. Результати повторної діагностики після реалізації програми.....	64
Висновки до третього розділу.....	67
ВИСНОВКИ.....	69
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	71

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасна початкова школа орієнтована не лише на засвоєння учнями певного обсягу знань, умінь і навичок, а й на створення умов для повноцінного психічного, особистісного і соціального розвитку дитини. Важливе значення в цьому процесі має своєчасне виявлення труднощів у навчанні, оскільки саме в молодшому шкільному віці закладаються основи ставлення дитини до навчальної діяльності, до себе як до учня, до вчителя, однокласників і шкільного середовища загалом [31].

Проблема труднощів у навчанні молодших школярів є однією з актуальних проблем сучасної психолого-педагогічної науки і практики. В умовах реформування освіти, підвищення вимог до самостійності, активності та відповідальності учнів окремої уваги потребують діти, які відчують труднощі у засвоєнні навчального матеріалу, виконанні завдань, збереженні уваги, запам'ятовуванні інформації, регуляції власної поведінки та подоланні емоційного напруження в навчальній ситуації [24].

Навчальні труднощі в молодших школярів не завжди одразу набувають форми стійкої неуспішності. На початковому етапі вони можуть виявлятися у вигляді повільного темпу роботи, підвищеної втомлюваності, помилок через неуважність, труднощів розуміння інструкції. До цього додаються й психологічні аспекти: зниження навчальної мотивації, страх помилки, невпевненість у собі та уникання складних завдань. Якщо педагоги, батьки та шкільний психолог вчасно не звертають на ці прояви уваги, проблема закріплюється. Як наслідок - зниження успішності, формування негативного ставлення до школи, зростання тривожності, що створює ризик шкільної дезадаптації.

Особливим у цьому контексті є 3 клас. З одного боку, дитина вже пройшла початковий етап адаптації до школи, засвоїла основні правила й має певний досвід навчальної діяльності. З іншого - саме в цей період різко зростають вимоги до самостійності, довільності, темпу виконання завдань, уміння контролювати власні дії та відповідати за результат. Через це учні третіх класів можуть

особливо гостро переживати труднощі, пов'язані з недостатнім розвитком уваги, пам'яті, самоконтролю, навчальної мотивації, самооцінки та емоційної стійкості.

Проблема труднощів у навчанні молодших школярів розглядалася у працях Л. С. Виготського, Д. Б. Ельконіна, В. В. Давидова, Л. І. Божович, Г. С. Костюка, О. Я. Савченко, С. Д. Максименка, І. Д. Беха, Н. М. Бібік, О. В. Онопрієнко, В. Г. Панка, а також зарубіжних дослідників Ж. Піаже, Дж. Брунера, А. Бандури, Е. Десі, Р. Раяна, К. Двек, Б. Циммермана. Їхні ідеї дають змогу розглядати труднощі в навчанні як результат взаємодії пізнавальних, емоційних, мотиваційних, регулятивних і соціальних чинників.

Таким чином, актуальність дослідження визначається необхідністю теоретичного обґрунтування і практичного вивчення психологічних чинників труднощів у навчанні учнів 3 класу, а також розробки системи психологічних заходів, спрямованих на їх профілактику.

Об'єкт дослідження - психологічні чинники навчальної діяльності учнів молодшого шкільного віку.

Предмет дослідження - система психологічних заходів щодо профілактики труднощів у навчанні учнів 3 класу.

Мета дослідження - теоретично обґрунтувати, розробити і емпірично перевірити ефективність системи психологічних заходів щодо профілактики труднощів у навчанні учнів 3 класу.

Гіпотеза дослідження полягає в припущенні, що профілактика навчальних труднощів у 3 класі буде ефективною за умови комплексного психологічного впливу на пізнавальну, емоційно-регулятивну, мотиваційну та соціально-комунікативну сфери дитини. Своєчасна діагностика особливостей уваги, пам'яті, навчальної мотивації, самооцінки, тривожності, самоконтролю та соціально-поведінкових проявів дозволить визначити групу ризику й дібрати відповідні профілактичні заходи.

Теоретичну основу дослідження становлять положення культурно-історичного підходу Л. С. Виготського, ідеї про розвиток навчальної діяльності в молодшому шкільному віці Д. Б. Ельконіна та В. В. Давидова, уявлення Л. І.

Божович про мотиваційну сферу особистості дитини, а також сучасні підходи до вивчення навчальної мотивації, самооцінки, тривожності й саморегуляції молодших школярів.

Завдання дослідження: проаналізувати поняття труднощів у навчанні; охарактеризувати вікові особливості учнів 3 класу; визначити основні психологічні чинники труднощів; розкрити зміст профілактики; дібрати діагностичний інструментарій; провести емпіричне дослідження; виокремити групи ризику; розробити систему профілактичних заходів; провести повторну діагностику та оцінити ефективність програми.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення літератури; спостереження, бесіда з учителем, аналіз навчальних робіт. Діагностичний блок - коректурна проба Бурдона-Анфімова, методика «Запам'ятовування цифр», методика «Драбинка спонукань» Л. І. Божович і А. К. Маркової (в адаптованій формі «Я навчаюся тому, що...»), БОДТ, SDQ Teacher Form. Завершувало все кількісне та якісне опрацювання результатів.

Методологічна база спирається на комплексний психолого-педагогічний підхід до вивчення навчальних труднощів. Ключові принципи: єдність діагностики й профілактики, вікова адекватність психологічної допомоги, а також поєднання кількісного та якісного аналізу емпіричних даних.

Експериментальна база дослідження: заклад загальної середньої освіти, учні 3 класу і класний керівник, який виступає експертом при оцінюванні навчальних, емоційних і поведінкових проявів дітей.

Теоретичне значення дослідження полягає у уточненні уявлень про психологічні чинники труднощів у навчанні учнів 3 класу. Практичне значення полягає у можливості використання результатів шкільним психологом, учителями і батьками для попередження труднощів у навчанні, зниженні тривожності, розвитку мотивації, уваги, пам'яті, самоконтролю і впевненості дитини.

Структура роботи зумовлена метою і завданнями дослідження. Дипломна робота складається з титульного аркуша, змісту, вступу, трьох розділів,

висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел і додатків. Загальний обсяг роботи становить 77 сторінок. Список використаних джерел містить 52 найменувань, робота містить 17 таблиць.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПРОФІЛАКТИКИ ТРУДНОЩІВ У НАВЧАННІ УЧНІВ 3 КЛАСУ

1.1. Поняття труднощів у навчанні в психолого-педагогічній літературі

Проблема труднощів у навчанні молодших школярів є однією зі значущих у сучасній психолого-педагогічній науці. Це пов'язано з тим, що успішність дитини в початковій школі значною мірою впливає на її подальше ставлення до навчання, впевненість у собі, спілкування з учителем і однокласниками, а також на загальний особистісний розвиток. Саме в початковій школі в дитини формуються основи навчальної діяльності, самоконтроль, довільна поведінка, навчальна мотивація та самооцінка. Тому труднощі, які з'являються в цей період, необхідно своєчасно помічати та враховувати в роботі педагогів, батьків і шкільного психолога [15].

У широкому сенсі труднощі в навчанні можна розуміти як утруднення, які виникають у дитини під час засвоєння знань, формування вмінь і навичок, виконання навчальних завдань, розуміння вимог учителя та організації власної роботи. При цьому труднощі в навчанні не зводяться лише до поганих оцінок або низької успішності. Вони мають складнішу психологічну основу і можуть виявлятися не тільки в пізнавальній сфері, а й в емоційній, мотиваційній, вольовій і соціальній сферах розвитку дитини [14].

У психолого-педагогічній літературі навчання молодшого школяра розглядається не просто як отримання нових знань, а як особлива діяльність. Дитина поступово вчиться приймати навчальне завдання, розуміти інструкцію, планувати власні дії, контролювати результат, знаходити й виправляти помилки, оцінювати свої досягнення. Якщо якийсь із цих компонентів сформований недостатньо, виникають утруднення: дитина може не розуміти, що від неї

вимагають, швидко відволікатися, забувати інструкцію, не доводити завдання до кінця, припускати численних помилок. Складні завдання викликають бажання їх уникнути, з'являється тривожність або невпевненість.

Важливо розрізняти тимчасові труднощі та стійку шкільну неуспішність. Тимчасові труднощі виникають практично в усіх дітей. Найчастіше вони пов'язані з опануванням нового матеріалу, підвищенням вимог, утомою, емоційними переживаннями, зниженням мотивації або складнощами в спілкуванні. Якщо дорослий вчасно надає допомогу, такі труднощі долаються й не призводять до серйозних наслідків.

Стійка неуспішність має триваліший і глибший характер. Вона формується тоді, коли труднощі зберігаються довго, навчальні прогалини накопичуються, а дитина дедалі частіше стикається з неуспіхом. Як наслідок - втрата впевненості в собі й уникання навчальної діяльності загалом. Проблема вже не обмежується окремим предметом чи темою - змінюється ставлення до навчання загалом. Саме тому профілактика має бути спрямована на раннє виявлення труднощів, доки вони не набули стійкого характеру.

Навчальні труднощі тісно пов'язані зі шкільною дезадаптацією. Вона виявляється в тому, що дитині стає складно пристосуватися до шкільних вимог, навчальної діяльності та системи відносин у класі. Це може виражатися в зниженні мотивації, тривожності, невпевненості, конфліктності, емоційному напруженні, низькій самооцінці, труднощах спілкування з однолітками й дорослими. Важливо, що коли дитина часто переживає неуспіх, школа поступово перетворюється для неї на джерело напруження, а навчання - на ситуацію, де можна лише помилитися або бути покараною.

До найпоширеніших проявів навчальних труднощів у молодших школярів належать: нестійка увага, підвищена відволікальність, повільний темп роботи, труднощі розуміння й запам'ятовування інструкції, помилки під час читання й письма, складнощі із запам'ятовуванням навчального матеріалу, недостатньо розвинена навичка самоперевірки. До цього додаються зниження навчальної

мотивації, страх помилки, невпевненість у собі, уникання складних завдань і зростаюча залежність від допомоги дорослого.

Для учнів 3 класу своєчасне виявлення ознак ризику є особливо значущим. Мають насторожувати: нестійка увага, зниження темпу роботи, труднощі запам'ятовування, низька навчальна мотивація, підвищена тривожність, невпевненість у собі, слабкий самоконтроль і труднощі в спілкуванні. Своєчасна діагностика цих проявів дає змогу розробити профілактичні заходи, спрямовані на попередження посилення труднощів у навчанні та підтримку успішного розвитку дитини в початковій школі.

Отже, у цій роботі під навчальними труднощами учнів 3 класу розуміється сукупність утруднень пізнавального, емоційного, мотиваційного, вольового та соціального характеру, які заважають успішному опануванню навчальної діяльності. Ці труднощі можуть призводити до зниження навчальної успішності, шкільної тривожності, невпевненості в собі та проявів дезадаптації. Профілактика таких труднощів має бути системною, відповідати віку дитини та бути спрямованою на підтримку її навчального, емоційного й соціального розвитку.

1.2. Вікові психологічні особливості учнів 3 класу

Молодший шкільний вік є значущим етапом у розвитку дитини. У цей період відбувається активне формування пізнавальних процесів, навчальної мотивації, самооцінки, самоконтролю і стосунків з однолітками. Зазвичай до молодшого шкільного віку відносять дітей від 6 до 10–11 років, які навчаються в початковій школі. Учні 3 класу найчастіше перебувають у віці 8–9 років. Це вік, коли дитина вже адаптувалася до шкільного життя, але ще продовжує опановувати навчальну діяльність як основну і найбільш значущу для себе[29].

У психологічній літературі наголошується, що в молодшому шкільному віці провідною стає навчальна діяльність. Саме через навчання дитина починає

по-новому сприймати себе, дорослих, однолітків і власні можливості. Навчальна діяльність вимагає зусиль, організованості, уваги, вміння слухати вчителя, виконувати інструкції та контролювати свої дії. При цьому дитина ще не завжди здатна робити це повністю самостійно, тому підтримка дорослого залишається необхідною умовою успішного опанування навчальної діяльності.

Особливе значення для навчання має слухомовленнєва пам'ять. Дитина повинна утримувати в пам'яті слова вчителя, умову завдання, порядок його виконання. Якщо обсяг пам'яті недостатній, школяр забуває частину інструкції, плутає послідовність дій, не встигає за темпом роботи класу. Отже, особливості пам'яті безпосередньо пов'язані з успішністю навчання молодшого школяра.

Для учнів 3 класу складними можуть бути завдання, де потрібно самостійно виокремити головне, перенести спосіб розв'язання на нове завдання, пояснити хід своїх міркувань. Якщо дитина не розуміє загального принципу завдання, вона може діяти за зразком, але губитися при незначній зміні умов. Це також може ставати причиною труднощів у навчанні[39].

Однак навчальна мотивація у дітей 8-9 років - штука ще досить нестабільна. Одна дитина вчиться, бо їй справді цікаво відкривати нове. Інша - тому що хоче отримати добру оцінку. Третя - бо боїться зауважень або покарання. Тож у межах одного класу цілком спокійно співіснують діти з геть різними мотивами: пізнавальними, соціальними, зовнішніми або мотивами уникнення. І це нормально, але важливо це розуміти.

У молодшому шкільному віці велике значення має самооцінка. Учень 3 класу починає активніше порівнювати себе з іншими дітьми: помічає, хто швидше читає, хто краще пише, хто отримує кращі оцінки, кого вчитель хвалить частіше. Через це шкільна успішність стає значущим чинником ставлення дитини до себе.

Самооцінка молодшого школяра ще значною мірою залежить від дорослих, і на перший план тут виходить учитель. Для дитини вчитель є значущою фігурою, через яку вона сприймає власні успіхи й невдачі. Якщо вчитель підтримує дитину, помічає її старання, допомагає справлятися з

помилками - у школяра формується впевненість у своїх силах. Якщо ж дитина постійно чує зауваження, порівняння та критику, її самооцінка знижується й з'являється страх помилки.

Розвиток самоконтролю є ще однією значущою особливістю учнів 3 класу. У цьому віці дитина поступово вчиться перевіряти свою роботу, помічати помилки, виправляти їх, планувати дії та доводити завдання до кінця. Але самоконтроль ще не є повністю сформованим [52].

Емоційна сфера учнів 3 класу також має свої особливості. Діти цього віку здатні гостро реагувати на невдачу, зауваження, погану оцінку, порівняння з іншими. Для них важливо відчувати себе успішними. Якщо дитина часто стикається з труднощами, вона може почати вважати, що в неї «нічого не виходить», а це призводить до тривожності, невпевненості й відмови від складних завдань.

З цього випливає, що вікові особливості учнів 3 класу необхідно враховувати під час вивчення труднощів у навчанні. У цьому віці триває розвиток довільної уваги, пам'яті, мислення, а також формування навчальної мотивації, самооцінки, самоконтролю та емоційної регуляції. Недостатня сформованість цих якостей може ставати причиною труднощів.

Отже, профілактика має будуватися з урахуванням вікових можливостей молодших школярів. Вона повинна бути спрямована не лише на розвиток пізнавальних процесів, а й на підтримку впевненості дитини в собі, зниження тривожності, розвиток самоконтролю, стійкої навчально-пізнавальної мотивації та сприятливих стосунків у класі.

1.3. Психологічні чинники труднощів у навчанні молодших школярів

Труднощі в навчанні молодших школярів рідко мають лише одну причину. Найчастіше вони виникають під впливом кількох чинників, які пов'язані між собою. Наприклад, дитина може погано концентрувати увагу на уроці, через це

припускатися помилок, отримувати зауваження, переживати неуспіх і поступово втрачати впевненість у собі. У результаті первинна трудність, пов'язана з увагою, може посилюватися тривожністю, зниженням мотивації та невпевненістю.

Тому труднощі в навчанні молодших школярів необхідно розглядати комплексно. У психолого-педагогічній практиці слід враховувати не лише знання дитини з окремих предметів, а й особливості її пізнавальної, емоційної, мотиваційної, вольової та соціальної сфер.

У цій роботі психологічні чинники труднощів у навчанні учнів 3 класу розглядаються за такими напрямками:

Когнітивні чинники труднощів у навчанні

Когнітивні чинники пов'язані з розвитком пізнавальних процесів дитини. До них належать увага, пам'ять, мислення, сприймання, мовлення, темп переробки інформації. Ці процеси є основою успішного навчання, оскільки саме за їх допомогою дитина сприймає, запам'ятовує, осмислює та відтворює навчальний матеріал.

Одним із найбільш значущих когнітивних чинників є увага [21]. У початковій школі дитині необхідно зосередитися на поясненні вчителя, утримувати інструкцію, виконувати завдання за зразком, помічати помилки та не відволікатися на сторонні подразники. Якщо увага розвинена недостатньо, учень може часто помилятися, пропускати літери або цифри, неправильно списувати з дошки, не помічати частини умови завдання.

Значущим когнітивним чинником є також пам'ять. У навчальній діяльності дитині потрібно запам'ятовувати правила, інструкції, тексти, числові ряди, послідовність дій. Якщо в дитини недостатньо розвинена слухова або оперативна пам'ять, вона може забувати початок інструкції, втрачати послідовність виконання завдання, не утримувати в пам'яті умову завдання. Це особливо помітно на уроках математики, мови, читання.

Мислення також відіграє значущу роль у навчальній діяльності. У 3 класі від дитини вже вимагається не лише відтворення матеріалу, а й уміння порівнювати, робити висновки, встановлювати зв'язки, застосовувати правило в

новій ситуації. Однак мислення молодшого школяра ще значною мірою пов'язане з конкретними прикладами. Тому дітям може бути важко зрозуміти абстрактні пояснення, якщо вони не підкріплені наочною або практичною дією.

Отже, когнітивні чинники труднощів у навчанні виявляються в недостатній стійкості уваги, труднощах запам'ятовування, уповільненому темпі роботи, слабкому розумінні інструкції, труднощах аналізу й узагальнення навчального матеріалу. Для діагностики цих чинників в емпіричній частині цієї роботи використовуються коректурна проба Бурдона - Анфімова та методика «Запам'ятовування цифр».

Розглянемо емоційні чинники труднощів у навчанні.

Емоційні чинники пов'язані з переживаннями дитини в навчальній ситуації. До них належать тривожність, страх помилки, невпевненість, емоційне напруження, чутливість до оцінювання дорослого.

Одним із найбільш значущих емоційних чинників є тривожність. Тривожна дитина може боятися відповідати біля дошки, переживати перед контрольною роботою, хвилюватися через можливу помилку. У стані тривоги їй важче зосередитися, згадати потрібний матеріал, зрозуміти завдання. Навіть якщо дитина добре підготовлена, сильне хвилювання може заважати їй показати свої знання.

Страх помилки є поширеною проблемою в молодших школярів. Дитина може вважати, що помилка - це не частина навчання, а доказ її нездатності. У такому разі вона починає уникати складних завдань, не піднімає руку, відмовляється пробувати нові способи розв'язання. Це обмежує її навчальну активність і заважає розвитку самостійності[47].

Необхідно зазначити, що труднощі в навчанні та тривожність можуть посилювати одне одного. Якщо дитина часто припускається помилок, вона починає переживати перед завданнями. Через переживання вона стає менш уважною і знову помиляється. Так формується замкнене коло: помилки посилюють тривожність, тривожність знижує концентрацію уваги, а зниження уваги призводить до нових помилок.

Розглянемо мотиваційні чинники труднощів у навчанні.

Мотиваційні чинники пов'язані з тим, навіщо дитина навчається і яке значення має для неї навчальна діяльність. Навчальна мотивація є значущою частиною успішного навчання, оскільки саме вона підтримує активність, інтерес і готовність дитини докладати зусиль [42].

У молодшому шкільному віці мотивація ще нестабільна - це факт. В одних дітей переважає живий інтерес до знань. В інших - бажання отримати добру оцінку, похвалу вчителя або схвалення батьків. А буває й так, що дитина вчиться не тому, що їй цікаво, а тому що боїться покарання чи зауважень. У такому випадку її мотивація стає зовнішньою, тривожною.

Особливо небезпечний варіант – мотивація уникнення невдачі. Тут дитина думає не про те, як виконати завдання. Вона думає, як не помилитися. Як не отримати зауваження. Як не виглядати гірше за інших. І що в підсумку? Така мотивація знижує і активність, і самостійність. Дитина обирає лише легкі завдання. Ініціативи уникає. Нове пробувати боїться. Страх сковує.

Наступними чинниками для розгляду, пропонуємо вольові чинники труднощів у навчанні.

Вольові чинники пов'язані зі здатністю дитини регулювати свою поведінку та навчальну діяльність. До них належать самоконтроль, довільність, посидючість, уміння доводити завдання до кінця, планувати дії та долати труднощі [52].

Недостатній самоконтроль у дитини виявляється в поспішанні, відсутності перевірки написаного, пропусканні завдань, забуванні умов, нездатності помічати власні помилки. Іноді дитина починає роботу правильно, але швидко втрачає інтерес і не доводить її до кінця. У багатьох дітей труднощі виникають саме тоді, коли потрібне тривале зусилля, - тут брак самоконтролю стає критичним.

Для профілактики навчальних труднощів необхідно розвивати в дітей навички самоконтролю. Це можна робити через прості прийоми: вчити дитину перевіряти роботу за алгоритмом, планувати послідовність дій, відзначати

виконані кроки, порівнювати результат зі зразком. Такі вміння допомагають дитині ставати більш самостійною та впевненою в собі.

Ще один варіант чинників - соціальні чинники труднощів у навчанні.

Соціальні чинники - це про стосунки. З учителем, однокласниками, батьками. Для молодшого школяра вони мають колосальне значення, бо саме через них дитина отримує і підтримку, і оцінку, і відчуття власної успішності.

Ставлення вчителя - один із найзначущіших чинників. У початковій школі вчитель є фігурою майже сакральною. Його слова, оцінки, зауваження надзвичайно сильно впливають і на самооцінку, і на емоційний стан дитини. Якщо вчитель підтримує, допомагає справлятися з помилками, створює ситуацію успіху - навчальні труднощі долаються значно легше. Це перевірено.

Не менш важливі стосунки з однолітками. У 3 класі дитині вкрай потрібно бути прийнятою в колективі. Мати друзів. Відчувати себе частиною класу. А якщо з'являються конфлікти, якщо дражнять або не приймають у спільні ігри - це миттєво б'є по ставленню до школи. І по навчальній активності теж.

Сім'я, звісно, відіграє не меншу роль. Батьківське ставлення до шкільних успіхів може або підтримати, або посилити напруження. Якщо батьки цікавляться не лише оцінками, а й станом дитини - як вона почувається, що її турбує - допомагають організувати режим, підтримують під час невдач... Такий дитині набагато легше справлятися з навчальними труднощами.

Існує взаємозв'язок психологічних чинників труднощів у навчанні. Розглянуті чинники рідко виявляються окремо один від одного. На практиці вони часто поєднуються і посилюють взаємний вплив. Наприклад, недостатня увага може призводити до помилок, помилки - до тривожності, тривожність - до зниження мотивації, а зниження мотивації - до ще меншої активності в навчанні.

Можна зробити висновок, що вивчення психологічних чинників труднощів у навчанні має бути всебічним. Не можна обмежуватися лише аналізом оцінок або успішності. Необхідно зрозуміти, що саме заважає дитині успішно навчатися: недостатній розвиток уваги, слабка пам'ять, тривожність,

невпевненість, низька мотивація, труднощі самоконтролю або несприятливі стосунки.

Психологічні чинники труднощів у навчанні молодших школярів мають складний і взаємопов'язаний характер. Для учнів 3 класу найбільш значущими є особливості уваги, пам'яті, навчальної мотивації, тривожності, самоконтролю, впевненості в собі та соціальної взаємодії. Саме ці чинники необхідно враховувати під час організації діагностики та розробки системи профілактичних заходів.

Тому профілактична робота з учнями 3 класу має бути спрямована не лише на розвиток пізнавальних процесів, а й на зниження тривожності, зміцнення впевненості в собі, формування стійкої навчально-пізнавальної мотивації, розвиток самоконтролю та створення сприятливої атмосфери в класі. Такий підхід відповідає завданням профілактики, оскільки шкільному психологу необхідно не лише виявити слабку сторону дитини, а й визначити, які ресурси можуть бути використані для підтримки її навчальної успішності.

1.4. Психологічна профілактика труднощів у навчанні в початковій школі

Психологічна профілактика труднощів у навчанні є значущим напрямом роботи шкільного психолога в початковій школі [35]. Її необхідність пов'язана з тим, що труднощі дитини в навчанні не завжди одразу виявляються як стійка неуспішність. На ранніх етапах вони можуть виражатися в окремих помилках, невпевненості, зниженні активності, тривожності або труднощах самоконтролю. Якщо такі прояви вчасно помітити, можна попередити їх закріплення та подальший розвиток.

У контексті цієї роботи психологічна профілактика розуміється як система заходів, спрямованих на попередження виникнення та поглиблення труднощів у навчанні учнів 3 класу. Вона містить діагностику, розвивальну роботу з дітьми,

консультування вчителів і батьків, а також створення умов, у яких дитині легше справлятися з навчальним навантаженням.

Основна мета профілактики - не допустити переходу тимчасових труднощів у стійку шкільну неуспішність. Для цього необхідно не лише виявити учнів групи ризику, а й зрозуміти, які саме психологічні причини лежать в основі їхніх утруднень. Ці причини були розглянуті в попередньому підрозділі, тому тут варто підкреслити: профілактична робота має спиратися на результати діагностики та враховувати індивідуальні особливості дитини.

У психолого-педагогічній практиці прийнято виокремлювати три рівні профілактики: первинний, вторинний і третинний.

Первинна профілактика спрямована на всіх учнів класу. Її завдання - створити сприятливі умови для навчання та розвитку дітей, знизити ризик виникнення труднощів. До первинної профілактики можна віднести розвивальні заняття, ігри на увагу та пам'ять, вправи на самоконтроль, формування позитивного ставлення до навчання, розвиток упевненості в собі та навичок спілкування.

Вторинна профілактика проводиться з учнями групи ризику. Це учні, в яких уже помітні окремі ознаки навчальних або емоційних труднощів, але вони ще не стали стійкими. На цьому рівні робота стає більш адресною: психолог може проводити індивідуальні або підгрупові заняття, бесіди, спостереження, а також давати конкретні рекомендації вчителю та батькам [14].

У цій дипломній роботі основний акцент робиться на первинній і вторинній профілактиці, оскільки дослідження спрямоване на попередження труднощів у навчанні учнів 3 класу та роботу з дітьми, які можуть перебувати в групі ризику.

Роль шкільного психолога в профілактичній роботі полягає в тому, щоб своєчасно виявити можливі труднощі, визначити їхні психологічні причини та дібрати відповідні форми допомоги. Робота психолога містить кілька напрямів: діагностичний, розвивальний, консультативний та просвітницький [35].

Діагностичний напрям дає змогу визначити, які діти потребують додаткової підтримки. Для цього використовуються психодіагностичні методики, спостереження, бесіда з учителем та аналіз навчальних проявів дитини.

Розвивальний напрям - це заняття, спрямовані на формування тих якостей, без яких успішне навчання просто неможливе. Уважність. Пам'ять. Упевненість у собі. Самоконтроль. Емоційна стійкість. Комунікативні вміння. Усе, що допомагає дитині не «випадати» з процесу.

Консультативний напрям - це вже робота з дорослими. Вчителі та батьки часто просто не знають, як правильно реагувати на помилки дитини. Як підтримати, а не тиснути. Як знизити тривожність і не вбити інтерес до навчання. Психолог тут виступає тим, хто допомагає це зрозуміти.

Профілактична робота з учнями 3 класу має враховувати вік дітей. Заняття не повинні сприйматися як додаткові уроки або покарання за погану успішність. Найбільш доцільними є ігрові вправи, малювальні завдання, робота в парах і малих групах, обговорення ситуацій, вправи на рух, увагу та саморегуляцію.

Окреме місце в профілактиці посідає робота з емоційним станом дитини. Для зниження тривожності корисні дихальні вправи, короткі вправи на розслаблення, обговорення емоцій, програвання ситуацій відповіді біля дошки або виконання контрольної роботи. Необхідно формувати в дитини уявлення про те, що помилка не є катастрофою, а допомагає зрозуміти, чого ще потрібно навчитися.

Для підтримки навчальної мотивації важливо створювати ситуацію успіху. Дитина має бачити, що її зусилля призводять до результату. Навіть невелике просування варто помічати та підкріплювати. Особливо це необхідно дітям, які часто стикаються з невдачами й заздалегідь очікують негативного результату.

Значущою умовою профілактики є співпраця з учителем. Учитель щодня спостерігає дитину в навчальній ситуації, тому може помітити зміни в активності, поведінці, темпі роботи та емоційному стані. Крім того, саме вчитель

значною мірою формує атмосферу на уроці та ставлення дитини до власних успіхів.

Робота з батьками також є обов'язковою частиною профілактики. Батькам варто пояснювати, що надмірний тиск, порівняння з іншими дітьми та покарання за помилки можуть посилювати тривожність і знижувати бажання навчатися. Більш ефективною є спокійна підтримка, допомога в організації режиму, похвала за старання та спільний пошук способів подолання труднощів.

Профілактична робота має будуватися на кількох принципах. До основних належать: системність, вікова адекватність, індивідуальний підхід, ігрова форма роботи, емоційна безпека, створення ситуації успіху та співпраця дорослих.

Це дає змогу стверджувати, що психологічна профілактика труднощів у навчанні в початковій школі має бути системною, своєчасною та всебічною. Вона охоплює роботу з учнями, учителем і батьками, а також спирається на результати діагностики. Для учнів 3 класу така робота особливо необхідна, оскільки в цьому віці зростає навчальне навантаження та вимоги до самостійності.

Отже, профілактика труднощів у навчанні має бути спрямована не лише на поліпшення навчальних результатів, а й на підтримку психологічного благополуччя дитини. Такий підхід створює основу для подальшого емпіричного дослідження та розробки системи психологічних заходів, представленої в наступних розділах роботи.

Висновки до першого розділу

У першому розділі було розглянуто теоретичні основи профілактики труднощів у навчанні учнів 3 класу. Встановлено, що труднощі в навчанні молодших школярів мають складний і багатофакторний характер. Вони не зводяться лише до низької успішності чи недостатнього засвоєння навчального матеріалу, а можуть виявлятися в пізнавальній, емоційній, мотиваційній, вольовій і соціальній сферах розвитку дитини.

Аналіз психолого-педагогічної літератури показав, що труднощі в навчанні можуть бути тимчасовими й такими, що піддаються подоланню, за умови своєчасного виявлення дорослими та отримання дитиною необхідної підтримки. Однак за відсутності допомоги такі труднощі закріплюються, що призводить до зниження навчальної мотивації, невпевненості в собі, підвищення тривожності, формування негативного ставлення до школи та проявів шкільної дезадаптації. Тому значущим напрямом роботи шкільного психолога є не лише корекція вже виражених проблем, а й їх профілактика.

Особливе значення в цій роботі має вік учнів 3 класу. Діти 8-9 років уже мають певний досвід шкільного навчання, однак їхня довільна увага, пам'ять, мислення, самоконтроль, навчальна мотивація та самооцінка ще продовжують активно формуватися. У цьому віці зростають вимоги до самостійності, темпу роботи та відповідальності за результат. Тому саме в 3 класі можуть ставати більш помітними труднощі, пов'язані з недостатнім розвитком пізнавальних процесів, емоційної стійкості та довільної регуляції [29].

У розділі було виокремлено основні психологічні чинники труднощів у навчанні молодших школярів. До когнітивних чинників належать особливості уваги, пам'яті, мислення, мовлення і темпу переробки інформації. Емоційні чинники виявляються в тривожності, страху помилки, невпевненості та емоційному напруженні. Мотиваційні чинники пов'язані зі зниженням інтересу до навчання, переважанням зовнішньої мотивації або мотивації уникнення невдачі. Вольові чинники містять недостатній самоконтроль, слабку довільну регуляцію та труднощі доведення завдання до кінця. Соціальні чинники відображають особливості стосунків дитини з учителем, однокласниками та батьками.

Психологічна профілактика труднощів у навчанні в початковій школі має бути системною, своєчасною та віково адекватною. Вона містить діагностичну, розвивальну, консультативну та просвітницьку роботу. Значущу роль у цьому процесі відіграє шкільний психолог, який допомагає виявити учнів групи ризику,

визначити можливі психологічні причини труднощів та організувати підтримку дитини спільно з учителем і батьками.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ТРУДНОЩІВ У НАВЧАННІ УЧНІВ 3 КЛАСУ

У другому розділі представлено емпіричне дослідження психологічних чинників, які можуть підвищувати ризик труднощів у навчанні учнів 3 класу. Дослідження продовжує теоретичні положення першого розділу, де труднощі в навчанні розглядалися як результат взаємодії пізнавальних, емоційних, мотиваційних, вольових і соціальних причин.

Основна увага приділялася не шкільним оцінкам самим по собі, а тим психологічним особливостям, які можуть заважати дитині успішно виконувати навчальні завдання: стійкості уваги, слухомовленнєвій пам'яті, навчальній мотивації, тривожності, самоконтролю, емоційно-поведінковим проявам і поведінці в класі.

2.1. Організація та методи дослідження

Емпіричне дослідження було спрямоване на виявлення чинників ризику труднощів у навчанні учнів 3 класу та визначення напрямів подальшої профілактичної роботи. Експериментальна база дослідження: заклад загальної середньої освіти. У дослідженні взяли участь 25 учнів 3 класу віком 8-9 років, а також класний керівник, який виступав експертом під час оцінювання навчальних, емоційних і поведінкових проявів дітей.

Вибір учнів 3 класу зумовлений тим, що до цього віку діти вже пройшли первинну адаптацію до школи, але вимоги до самостійності, темпу роботи, утримання інструкції та самоконтролю помітно зростають. Тому саме в 3 класі стають більш вираженими труднощі, які раніше могли виявлятися лише ситуативно.

Дослідження проводилося з дотриманням етичних принципів: добровільність участі, доброзичливе ставлення до дітей, відсутність публічного порівняння результатів і використання даних лише в узагальненому вигляді. Діагностика проходила у звичних шкільних умовах. Групові завдання виконувались в класі, індивідуальні та експертні процедури - в окремий час.

Робота включала чотири етапи. На підготовчому етапі були уточнені мета, завдання та діагностичний комплекс. На діагностичному етапі проведено вивчення уваги, слухомовленнєвої пам'яті, навчальної мотивації, тривожності, соціально-поведінкових проявів і навчальної поведінки. На аналітичному етапі виконано кількісне та якісне опрацювання результатів. На заключному етапі виокремлено основні групи чинників ризику, які необхідно враховувати під час розробки профілактичної програми.

Під час добору методик враховували один принциповий момент: труднощі в навчанні мають сукупний характер. Вони не виринають поодиночі. Тому самих лише психодіагностичних методик замало - використовувалися ще й додаткові методи. Спостереження. Бесіда з учителем. Аналіз навчальних робіт. Саме це дозволило зіставити сухі тестові показники з реальною, живою поведінкою дитини на уроці. А це вже зовсім інша глибина розуміння.

Вибір методик зумовлений тим, що вони дають змогу вивчити основні групи чинників - ті самі, що були виокремлені в теоретичній частині. Когнітивні. Емоційні. Мотиваційні. Особистісні. Вольові. Соціально-поведінкові. Таке поєднання методів якнайкраще відповідає предмету дослідження. Чому? Бо профілактична програма не може спиратися на якийсь один показник. Вона мусить враховувати всю сукупність.

Основний діагностичний комплекс включав коректурну пробу Бурдона - Анфімова, методику «Запам'ятовування цифр», методику «Сходінка / Драбинка спонукань» Л. І. Божович і А. К. Маркової в адаптованій формі «Я навчаюся тому, що...», БОДТ, SDQ Teacher Form, коротку карту спостереження, бесіду з учителем та аналіз навчальних робіт [18]. Діагностичний комплекс дослідження представлено в табл. 2.1.

Таблиця 2.1

Діагностичний комплекс дослідження

Методика/метод	Досліджуваний показник	Значення для теми дослідження
Коректурна проба Бурдона-Анфімова	Стійкість і концентрація уваги, темп роботи, помилки	Виявляє ризик неуважності, втомлюваності та слабого самоконтролю
«Запам'ятовування цифр»	Обсяг слухової короткочасної пам'яті	Показує здатність утримувати інструкцію та послідовність дій
БОДТ	Рівень дитячої тривожності	Показує емоційне напруження, шкільні страхи та страх оцінки
SDQ Teacher Form	Емоційні, поведінкові та комунікативні прояви	Дають експертну оцінку поведінки дитини в шкільному середовищі
Коротка карта спостереження	Навчальна поведінка, активність, самоконтроль	Уточнює, як труднощі виявляються на уроці
Бесіда з учителем / аналіз робіт	Типові помилки та утруднення	Пов'язує психологічні дані з навчальною діяльністю
«Сходінка / Драбинка спонукань» («Я навчаюся тому, що...»)	Структура навчальної мотивації	Дає змогу оцінити пізнавальні, соціально-зовнішні мотиви та мотивацію уникнення невдачі

Коректурна проба Бурдона – Анфімова застосовувалася для оцінки стійкості та концентрації уваги. Для учнів 3 класу цей показник є значущим, оскільки неуважність часто виявляється в пропусках, помилках під час списування, незавершеності роботи та зниженні темпу до кінця завдання.

Методика «Запам'ятовування цифр» використовувалася для вивчення слухомовленнєвої короткочасної пам'яті. Вона належить до проб на слухове запам'ятовування і дає змогу оцінити, наскільки дитина здатна утримувати усну інструкцію та послідовність дій без постійного повторення з боку дорослого.

Методика «Сходінка / Драбинка спонукань» Л. І. Божович і А. К. Маркової, адаптована у формі «Я навчаюся тому, що...», застосовувалася для

вивчення структури навчальної мотивації. Учні ранжували твердження про причини навчання, що дало змогу визначити переважання пізнавальних, соціально-зовнішніх мотивів або мотивації уникнення невдачі.

БОДТ - багатошкальний опитувальник дитячої тривожності – використовувався як орієнтовна методика оцінювання тривожності. Особливу увагу приділяли переживанню перевірки знань, страху помилки, напруженню під час відповіді та чутливості до зауважень. Результати розглядалися як показник психологічного ризику, а не як клінічний діагноз [2].

SDQ Teacher Form Р. Гудмана застосовувався як експертна оцінка класного керівника. Він дав змогу уточнити емоційні прояви, неуважність, труднощі спілкування з однолітками та особливості просоціальної поведінки дитини в шкільному середовищі [48].

Результати інтерпретувалися за трьома рівнями: високий, середній і низький. Для тривожності використовували рівні низький, середній і високий. Групу ризику виокремлювали при поєднанні двох і більше несприятливих показників, а також при збігу діагностичних даних зі спостереженням учителя.

Вибрані методики доповнюють одна одну. Коректурна проба показує, як дитина утримує увагу в одноманітній роботі; «Запам'ятовування цифр» відображає можливість зберігати в пам'яті усний матеріал; «Сходінка / Драбинка спонукань» уточнює структуру навчальної мотивації; БОДТ фіксує емоційне напруження; SDQ Teacher Form дає погляд учителя на поведінку учня в класі.

Таке поєднання методів особливо необхідне для теми профілактики. Якщо використовувати лише тестові завдання, можна не помітити, як дитина поводить себе на уроці. Якщо спиратися лише на думку вчителя, можна пропустити внутрішні переживання дитини. Тому в дослідженні застосовувався принцип зіставлення різних джерел інформації.

Для обробки даних використовувалися прості кількісні показники: кількість учнів і відсоток від загальної вибірки. Це дає змогу наочно подати поширеність окремих труднощів у класі. Якісний аналіз застосовувався для

пояснення того, як виявлені особливості можуть виявлятися в навчальній діяльності.

Окреме значення мало виокремлення не лише низьких показників, а й прикордонних проявів. У молодших школярів труднощі часто ще не є стійкими, тому завдання психолога полягає в тому, щоб помітити їх на ранньому етапі та попередити закріплення неуспішного способу навчальної поведінки.

2.2. Аналіз результатів первинної діагностики

Аналіз результатів первинної діагностики проводився за кожним напрямом окремо, після чого дані зіставлялися між собою. Це дало змогу визначити не лише окремі слабкі сторони учнів, а й стійкі сполучення чинників, які підвищують ризик труднощів у навчанні.

Отримані результати представлено в узагальненому вигляді. Індивідуальні дані дітей у тексті не розкриваються, оскільки метою дослідження є не оцінка конкретного учня, а виявлення загальних психологічних закономірностей у класі. Результати вивчення уваги учнів представлено в табл. 2.2.

Таблиця 2.2.

Результати вивчення уваги учнів

Рівень уваги	Кількість учнів	Відсоток	Коротка характеристика
Високий	7	28%	Стійкий темп, мало помилок, хороша концентрація
Середній	12	48%	Окремі помилки та відволікання, працездатність збережена
Низький	6	24%	Багато пропусків, нерівномірний темп, швидка втомлюваність

Результати коректурної проби показали, що в більшості учнів увага перебуває на середньому рівні. Ці діти загалом справляються із завданням, але

припускаються окремих помилок при втомі або зниженні інтересу. Низький рівень уваги виявлено в 6 учнів (24%). Для них характерні пропуски, виправлення, нерівномірний темп і потреба у зовнішній організації.

З наведених даних видно, що майже чверть класу має виражені труднощі концентрації та стійкості уваги. Це слід враховувати, оскільки саме увага забезпечує розуміння інструкції, точність виконання та здатність довести завдання до кінця. Результати вивчення слухомовленнєвої пам'яті представлено в табл. 2.3.

Таблиця 2.3

Результати вивчення слухомовленнєвої пам'яті

Рівень слухомовленнєвої пам'яті	Кількість учнів	Відсоток	Можливі навчальні прояви
Високий	6	24%	Легко утримують інструкцію та послідовність дій
Середній	13	52%	Справляються з простими інструкціями, мають труднощі при великому обсязі інформації
Низький	6	24%	Забувають частину інструкції, плутають порядок дій, потребують повторення

За методикою «Запам'ятовування цифр» у 6 учнів (24%) виявлено низький рівень слухомовленнєвої пам'яті. Ці діти швидше втрачали послідовність, просили повторити завдання, плутали порядок елементів. У навчальній діяльності це може виявлятися як забування усної інструкції, неповне виконання завдання або залежність від підказок дорослого.

Зіставлення даних показало, що в частини учнів низькі показники пам'яті поєднуються з неуважністю. У таких випадках трудність пов'язана не лише із запам'ятовуванням, а й із загальним недорозвиненням регуляції діяльності. Спостережувані емоційно-особистісні прояви учнів представлено в табл. 2.4.

Таблиця 2.4

Спостережувані емоційно-особистісні прояви учнів

Спостережуваний прояв	Кількість учнів	Відсоток	Психологічна характеристика
Сильне переживання зауважень	5	20%	Емоційна чутливість, страх оцінки дорослого
Уникнення відповіді при невпевненості	4	16%	Страх помилки, знижена навчальна активність
Потреба в постійному підтвердженні правильності дій	5	20%	Залежність від зовнішньої оцінки, недостатня впевненість

Окрема методика самооцінки в дослідженні не застосовувалася. Прояви впевненості, невпевненості та залежності від оцінки дорослого уточнювалися за даними спостереження, БОДТ, SDQ Teacher Form, бесіди з учителем та аналізу навчальної поведінки. У частини учнів відзначалися страх помилки, болісна реакція на зауваження, уникнення відповіді при сумніві та потреба в підтримці дорослого.

Ці прояви розглядалися як емоційно-особистісні ознаки ризику труднощів у навчанні, оскільки вони можуть знижувати активність дитини на уроці та посилювати тривожність у ситуації перевірки знань. Результати вивчення тривожності учнів представлено в табл. 2.5.

Таблиця 2.5

Результати вивчення тривожності учнів

Рівень тривожності	Кількість учнів	Відсоток	Можливий прояв
Низький	5	20%	Спокійне ставлення до завдань та оцінювання
Середній	13	52%	Ситуативне хвилювання під час перевірки знань
Високий	7	28%	Страх помилки, напруження, уникнення відповіді, залежність від оцінки

Дані БОДТ показали: у 7 учнів - а це 28% - спостерігається високий рівень тривожності. Ці діти помітно переживають перед відповіддю, ставлять безліч уточнювальних запитань, бояться помилитися. А коли не впевнені - можуть просто відмовитися від завдання.

Підвищена тривожність не просто псує настрій. Вона знижує якість навчальної діяльності: дитина гірше концентрується, повільніше згадує матеріал і набагато частіше потребує підтримки. Тож емоційний чинник - один із ключових.

Що показала методика «Я навчаюся тому, що...»? У більшості дітей навчальна мотивація ще зберігається. Але є нюанс: у частини учнів вона має або зовнішній, або тривожний характер. Це важливо враховувати під час профілактики. Бо дитина може виконувати завдання не з цікавості. А виключно через прагнення отримати схвалення. Або - що ще гірше - щоб уникнути зауваження. А це вже зовсім інша мотиваційна картина. Результати вивчення навчальної мотивації представлено в табл. 2.6.

Таблиця 2.6

Результати вивчення навчальної мотивації

Тип навчальної мотивації	Кількість учнів	Відсоток	Психологічна характеристика
Переважно пізнавальна	9	36%	Інтерес до знань, готовність пробувати нове завдання
Змішана / соціально-зовнішня	11	44%	Орієнтація на оцінку, схвалення вчителя та батьків
Мотивація уникнення невдачі	5	20%	Страх зауваження, відмова від складних завдань, невпевненість

Таким чином, у 5 учнів (20%) виявлено ознаки мотивації уникнення невдачі. Ці діти частіше орієнтуються не на зміст завдання, а на можливість не помилитися та не отримати зауваження, що посилює тривожність і знижує навчальну самостійність.

Результати експертної оцінки за SDQ Teacher Form представлено в табл.

2.7.

Таблиця 2.7

Результати експертної оцінки за SDQ Teacher Form

Шкала SDQ Teacher Form	Благополучний рівень	Межовий рівень	Виражені труднощі
Емоційні прояви	15 / 60%	6 / 24%	4 / 16%
Гіперактивність / неухважність	14 / 56%	7 / 28%	4 / 16%
Труднощі спілкування з однолітками	17 / 68%	5 / 20%	3 / 12%
Просоціальна поведінка	18 / 72%	5 / 20%	2 / 8%

Результати SDQ Teacher Form підтвердили, що найбільш помітними для даного класу є прояви неухважності, емоційного напруження та окремі труднощі спілкування. Виражені поведінкові порушення трапляються рідше, однак прикордонні показники потребують уваги, оскільки можуть посилювати труднощі в навчанні.

Коротка карта спостереження уточнила, як діагностичні показники виявляються на уроці. Найчастіше відзначалися відволікання, необхідність повторення інструкції, відсутність перевірки роботи та переживання через зауваження.

Загалом соціально-психологічний клімат у класі можна схарактеризувати як переважно сприятливий. У більшості учнів виражених труднощів у спілкуванні та просоціальній поведінці не виявлено. Разом із тим у частини дітей відзначаються ознаки зниженої включеності. Є труднощі взаємодії з однолітками. І потреба в додатковій підтримці під час групової роботи. Результати спостереження навчальної поведінки представлено в табл. 2.8.

Таблиця 2.8

Результати спостереження навчальної поведінки

Спостережувана ознака	Кількість учнів	Відсоток	Психологічне значення
Часто відволікається під час виконання завдання	8	32%	Недостатня стійкість уваги
Потребує повторення інструкції	6	24%	Труднощі утримання інструкції
Не перевіряє виконану роботу	7	28%	Недостатній самоконтроль
Сильно переживає через зауваження	5	20%	Емоційна чутливість
Уникає відповіді при невпевненості	4	16%	Страх помилки, знижена впевненість

Аналіз навчальних робіт показав, що в частини дітей помилки мають повторюваний характер. Найчастіше траплялися пропуски літер і слів, неуважне списування, незавершені завдання, виправлення без подальшої перевірки. Ці помилки не завжди пов'язані з незнанням матеріалу; часто вони відображають слабкість уваги, пам'яті та самоконтролю.

На основі всіх даних було виокремлено групу ризику. До неї належали діти, в яких одночасно спостерігалися два і більше несприятливих показники: низька увага, труднощі пам'яті, висока тривожність, мотивація уникнення невдачі, слабкий самоконтроль, виражені емоційні прояви або труднощі спілкування. Розподіл учнів за групами ризику представлено в табл. 2.9.

Таблиця 2.9

Розподіл учнів за групами ризику

Категорія учнів	Кількість	Відсоток	Основні ознаки
Учні без вираженого ризику	17	68%	Показники в нормі або окремі ситуативні труднощі
Група ризику загалом	8	32%	Два і більше несприятливих показники
Пізнавально-регулятивний тип	3	12%	Нестійка увага, слабка пам'ять, недостатній самоконтроль

ризик			
Емоційно-особистісний тип ризику	2	8%	Тривожність, страх помилки, сильне переживання зауважень
Змішаний тип ризику	3	12%	Поєднання когнітивних, емоційних, мотиваційних і соціальних труднощів

Усього до групи ризику увійшли 8 учнів, що становить 32% вибірки. У 3 дітей провідними є пізнавально-регулятивні труднощі, у 2 - емоційно-особистісні, у 3 - змішані. Змішаний тип є найбільш значущим для профілактики, оскільки при ньому неухильність, тривожність і низька впевненість взаємно посилюють одна одну.

Отримані дані показують, що профілактична робота має бути спрямована не лише на дітей з вираженими труднощами, а й на клас загалом. Це дасть змогу не закріплювати статус «слабкого учня» і створити більш підтримувальне освітнє середовище.

Необхідно зазначити, що отримані відсотки не слід розуміти як медичну або клінічну оцінку. Вони відображають психологічний ризик в умовах навчання. Дитина може мати середню або навіть достатню успішність, але при цьому відчувати напруження, швидко втомлюватися або виконувати завдання з великою кількістю зовнішньої допомоги.

Саме тому групу ризику виокремлювали не за однією оцінкою. І не за одним тестом. А за поєднанням показників. Такий підхід значно краще відповідає завданням шкільної профілактики. Тут же не треба ставити діагноз. Треба визначити, яка саме підтримка потрібна дитині. І класу загалом.

Результати первинної діагностики мають суто практичне значення: вони чітко показують, які компоненти навчальної діяльності потребують підтримки. Саме це дає змогу перейти від загальних розмов про труднощі до планування конкретних профілактичних занять. І до рекомендацій для дорослих - теж.

2.3. Узагальнення психологічних чинників труднощів у навчанні учнів 3 класу

На основі діагностики можна виокремити кілька груп психологічних чинників, які підвищують ризик труднощів у навчанні учнів 3 класу.

Перша група - пізнавально-регулятивні чинники. До них належать недостатня стійкість уваги, знижений обсяг слухомовленнєвої пам'яті, повільний темп роботи та слабка самоперевірка. У навчальній діяльності це виявляється в пропусках, помилках через неуважність, труднощах утримання інструкції та незавершеності завдання.

Друга група - емоційно-особистісні чинники. Висока тривожність, страх помилки, болісна реакція на зауваження та залежність від зовнішньої оцінки призводять до того, що дитина уникає відповіді, часто сумнівається і гірше показує реальні знання. У такій ситуації навіть невелика помилка сприймається як невдаха.

Третя група - мотиваційні чинники. У цьому дослідженні вони оцінювалися за допомогою методики «Я навчаюся тому, що...», а також уточнювалися через спостереження, бесіду з учителем та аналіз навчальної поведінки. Труднощі мотивації виявлялися в пасивності, роботі лише заради оцінки, відмові від складних завдань і швидкому зниженні зусиль при невдачі.

Четверта група - соціально-комунікативні чинники. Вони пов'язані з труднощами спілкування, низькою включеністю в колектив, конфліктами або нестачею підтримки з боку однолітків. Навіть при збережених пізнавальних можливостях дитина може гірше працювати в класі, якщо почувається невпевнено в групі.

П'ята група - вольові та організаційні чинники. Вони виявляються в слабкому плануванні, відсутності перевірки результату, залежності від дорослого та труднощах доведення завдання до кінця. Ці чинники особливо значущі для 3 класу, оскільки зростає вимога до самостійної навчальної роботи.

Узагальнення психологічних чинників труднощів у навчанні представлено в табл. 2.10.

Таблиця 2.10

Узагальнення психологічних чинників труднощів у навчанні

Група чинників	Діагностичні показники	Прояви в навчальній діяльності	Профілактична спрямованість
Пізнавально-регулятивні	Низька увага, труднощі пам'яті, повільний темп	Помилки через неуважність, пропуски, незавершеність завдань	Розвиток уваги, пам'яті, планування, самоперевірки
Емоційно-особистісні	Висока тривожність, сильне переживання зауважень, уникнення відповіді	Страх відповіді, уникання складних завдань, переживання оцінки	Зниження тривожності, підтримка впевненості
Мотиваційні	Зовнішня мотивація, мотивація уникнення невдачі	Робота лише заради оцінки, відмова від зусиль при невдачі	Підтримка пізнавальної мотивації та навчальної мети
Соціально-комунікативні	Труднощі спілкування, низька включеність	Замкнутість, конфлікти, труднощі групової роботи	Розвиток співпраці та взаємної підтримки
Вольові та організаційні	Недостатній самоконтроль, слабка перевірка результату	Поспішливість, залежність від дорослого	Розвиток довільної регуляції та самостійності

Узагальнення результатів показує, що в 17 учнів (68%) не виявлено вираженого ризику труднощів у навчанні. Однак у них можуть траплятися окремі ситуативні труднощі, тому первинна профілактика має охоплювати весь клас.

У 8 учнів (32%) виявлено поєднання кількох чинників ризику. Для них необхідна більш адресна підтримка, але без публічного виокремлення в класі. Найбільш доцільною є групова профілактична програма з можливістю індивідуальних рекомендацій учителеві та батькам.

У першому розділі було розглянуто теоретичні основи профілактики труднощів у навчанні учнів 3 класу. Встановлено, що труднощі в навчанні

молодших школярів мають складний і багатофакторний характер. Вони не зводяться лише до низької успішності чи недостатнього засвоєння навчального матеріалу, а можуть виявлятися в пізнавальній, емоційній, мотиваційній, вольовій і соціальній сферах розвитку дитини.

Аналіз психолого-педагогічної літератури показав, що труднощі в навчанні можуть бути тимчасовими й такими, що піддаються корекції - за умови своєчасного виявлення та надання дитині необхідної підтримки. Однак за відсутності допомоги вони закріплюються, що веде до зниження навчальної мотивації, невпевненості в собі, підвищення тривожності, формування негативного ставлення до школи та проявів шкільної дезадаптації. У зв'язку з цим пріоритетним напрямом роботи шкільного психолога є не лише корекція вже виражених проблем, а й їх профілактика.

Виокремлені в дослідженні чинники підтверджують необхідність комплексної профілактики. Робота, спрямована лише на розвиток уваги, не буде достатньою, якщо не враховувати тривожність, мотивацію уникнення невдачі та емоційну реакцію дитини на оцінку. Водночас робота лише з емоційною сферою не розв'яже проблему, якщо дитина не володіє навичками планування й самоперевірки. Тому в подальшій роботі доцільно виокремити такі напрями: розвиток довільної уваги й пам'яті; формування навичок планування та самоперевірки; зниження тривожності; підтримка впевненості дитини в собі; підвищення навчальної мотивації; розвиток навичок співпраці в класі.

Особливого значення набуває взаємодія з учителем і батьками. Вчителю важливо давати чіткі інструкції, підтримувати дитину після помилки та оцінювати не лише результат, а й докладені зусилля. Батькам - знижувати тиск, допомагати організовувати виконання домашніх завдань і не зводити спілкування з дитиною лише до обговорення оцінок.

Під час інтерпретації результатів враховувалося, що показники молодших школярів можуть змінюватися під впливом втоми, ситуації перевірки та емоційного стану. Тому висновки про групи ризику робилися не на основі однієї

методики, а за сукупністю діагностичних даних, спостережень учителя та аналізу навчальних робіт.

Саме тому групу ризику було виокремлено не за однією оцінкою й не за одним тестом, а за поєднанням показників. Такий підхід більшою мірою відповідає завданням шкільної профілактики, де необхідно не ставити діагноз, а визначати, якої саме підтримки потребує дитина та клас загалом. Результати первинної діагностики мають практичне значення: вони показують, які компоненти навчальної діяльності потребують підтримки, що дає змогу перейти від загального опису труднощів до планування конкретних профілактичних занять і рекомендацій для дорослих.

Висновки до другого розділу

1. Емпіричне дослідження було організоване з метою виявлення психологічних чинників ризику труднощів у навчанні учнів 3 класу. У дослідженні взяли участь 25 дітей 8-9 років.

2. Діагностичний комплекс дав змогу вивчити увагу, слухомовленнєву пам'ять, навчальну мотивацію, тривожність, навчальну поведінку та соціально-поведінкові прояви. Для уточнення даних використовувалися спостереження, бесіда з учителем та аналіз навчальних робіт.

3. Низький рівень уваги виявлено в 6 учнів (24%), низький рівень слухомовленнєвої пам'яті - в 6 учнів (24%), високий рівень тривожності - в 7 учнів (28%), мотивація уникнення невдачі - в 5 учнів (20%). За даними спостереження, бесіди з учителем та експертної оцінки SDQ у частини учнів відзначалися ознаки невпевненості, емоційного напруження, недостатнього самоконтролю та труднощі спілкування з однолітками.

4. За даними SDQ Teacher Form і спостереження, у частини учнів відзначаються прояви неуважності, емоційного напруження, недостатнього самоконтролю та труднощі спілкування з однолітками.

5. До групи ризику ввійшли 8 учнів (32%). У частини дітей провідними є пізнавально-регулятивні труднощі, у частини - емоційно-особистісні, у частини – змішаний тип ризику.

6. Отримані результати підтверджують необхідність всебічної профілактичної програми, спрямованої на розвиток уваги, пам'яті, самоконтролю, впевненості, зниження тривожності, підтримку навчальної мотивації та поліпшення взаємодії в класі.

РОЗДІЛ 3

СИСТЕМА ПСИХОЛОГІЧНИХ ЗАХОДІВ ЩОДО ПРОФІЛАКТИКИ ТРУДНОЩІВ У НАВЧАННІ УЧНІВ 3 КЛАСУ

Третій розділ дипломної роботи присвячений розробці системи психологічних заходів щодо профілактики труднощів у навчанні учнів 3 класу. У першому розділі було показано, що труднощі в навчанні молодших школярів мають комплексний характер і пов'язані не лише з рівнем знань, а й з особливостями уваги, пам'яті, тривожності, самооцінки, самоконтролю, мотивації та стосунків у класі. У другому розділі ці положення були перевірені на емпіричному матеріалі учнів 3 класу.

Результати діагностики показали, що в частини дітей спостерігаються ознаки ризику труднощів у навчанні. Найбільш помітними виявилися недостатня стійкість уваги, труднощі утримання інструкції, підвищена тривожність, мотивація уникнення невдачі, слабкий самоконтроль, гостре переживання зауважень та окремі труднощі спілкування. До групи ризику увійшли 8 учнів, що становило 32% вибірки. При цьому профілактична робота має бути спрямована не лише на цих дітей, а й на весь клас, оскільки багато труднощів молодшого школяра мають ситуативний характер і можуть посилюватися під впливом навчального навантаження, оцінки вчителя або несприятливої емоційної атмосфери.

У цьому розділі профілактика розуміється як система своєчасної психологічної допомоги, спрямованої на попередження закріплення труднощів, розвиток ресурсів дитини та створення підтримувальних умов навчання. Така робота не має зводитися лише до окремих вправ на розвиток уваги або пам'яті. Вона повинна включати розвиток пізнавальних процесів, емоційної саморегуляції, впевненості в собі, навчальної мотивації, навичок співпраці, а також рекомендації для вчителів і батьків.

3.1. Теоретичне обґрунтування системи профілактичної роботи

Система психологічної профілактики труднощів у навчанні має спиратися на розуміння причин, які були виокремлені в теоретичному та емпіричному розділах роботи. Навчальні труднощі учнів 3 класу не виникають ізольовано. Найчастіше вони формуються в результаті поєднання кількох чинників: дитині важко зосередитися, вона не утримує інструкцію, боїться помилитися, не перевіряє роботу, переживає через зауваження або недостатньо впевнена в собі. Тому ефективна профілактика має охоплювати відразу кілька проблемних сфер для учня [37].

Теоретичним підґрунтям програми є уявлення про молодший шкільний вік як період активного становлення навчальної діяльності. У 3 класі дитина вже має досвід шкільного навчання, однак її увага, пам'ять, самоконтроль і довільна регуляція ще перебувають у розвитку. Учень поступово переходить від виконання завдання під постійним контролем дорослого до більш самостійної роботи. Саме на цьому етапі особливо необхідно формувати способи організації діяльності: зрозуміти інструкцію, виокремити головне, спланувати дії, виконати завдання та перевірити результат.

Профілактична робота також спирається на положення про значення емоційного благополуччя для успішного навчання. Якщо дитина боїться помилки, надмірно переживає через оцінку або очікує невдачі, її пізнавальні можливості використовуються не повністю. Тривожність заважає зосередитися, знижує швидкість відтворення матеріалу, посилює залежність від дорослого. Тому зниження емоційного напруження є не додатковою, а центральною задачею профілактики.

Значущим підґрунтям програми є зв'язок впевненості дитини, ставлення до помилки та навчальної мотивації. Дитина, яка впевнена, що в неї «нічого не виходить», рідше виявляє ініціативу і швидше відмовляється від складного завдання. Навпаки, підтримка впевненості допомагає прийняти допомогу, побачити власний прогрес і не сприймати помилку як особисту невдачу. Тому

профілактика має розвивати в дитини реалістичне уявлення про свої можливості: «я можу помилятися, але можу навчатися й виправляти помилки» [45].

В емпіричному дослідженні було виокремлено три основних типи ризику: пізнавально-регулятивний, емоційно-особистісний і змішаний. Для пізнавально-регулятивного типу характерні неуважність, труднощі пам'яті, слабка самоперевірка та неорганізованість. Для емоційно-особистісного типу характерні тривожність, страх помилки, невпевненість і залежність від зовнішньої оцінки. Змішаний тип поєднує різні прояви і потребує всебічної підтримки. Програма побудована так, щоб охоплювати всі ці напрями.

Профілактична робота в межах дипломного дослідження розглядається на двох рівнях. Перший рівень - первинна профілактика, спрямована на весь клас. Вона необхідна для формування загальної культури навчальної діяльності, позитивного ставлення до помилки, розвитку уваги, пам'яті, самоконтролю та співпраці. Другий рівень - вторинна профілактика, орієнтована на учнів групи ризику. Вона реалізується не через публічне виокремлення дітей, а через більш уважний супровід, індивідуальні рекомендації вчителю та батькам, а також спостереження за динамікою результатів.

Робота з учителями містить консультування та методичні рекомендації. Вчителю важливо розуміти, що неуважність, повільний темп або відмова відповідати не завжди є проявом лінощів. Часто за ними стоять тривожність, слабкість самоконтролю, труднощі утримання інструкції або невпевненість. Тому педагогічна підтримка має бути точною: коротка інструкція, перевірка розуміння, можливість виправити помилку, оцінка зусилля та створення ситуації успіху.

Робота з батьками спрямована на зниження надмірного тиску, формування спокійного ставлення до оцінок та організацію допомоги вдома. Батьки часто хочуть допомогти дитині, але роблять це через контроль, порівняння або виконання завдання замість неї. У профілактичній роботі варто показати батькам, що найбільш корисною є організуюча підтримка: допомогти скласти

план, поділити завдання на частини, нагадати про перевірку, похвалити за старання та разом спокійно розібрати помилку.

Основними принципами програми є: системність, вікова адекватність, комплексність, емоційна безпека, опора на сильні сторони дитини, практична спрямованість і співпраця дорослих. Системність означає, що заняття пов'язані між собою і поступово формують стійкі навички. Вікова адекватність передбачає використання зрозумілих завдань, ігор, наочності та частої зміни активності. Комплексність виявляється в одночасній роботі з пізнавальною, емоційною, мотиваційною та соціальною сферами.

Принцип емоційної безпеки особливо значущий для дітей із тривожністю, страхом помилки та залежністю від зовнішньої оцінки. На заняттях не допускаються публічне порівняння, висміювання помилок, оцінювання дітей як «успішних» і «неуспішних». Дитина має мати право на помилку та можливість виправлення. Лише в такій атмосфері вона зможе пробувати нові способи дій без страху.

Принцип опори на сильні сторони означає, що психолог звертає увагу не лише на дефіцити, а й на ресурси дитини. Навіть в учня з низькою увагою можуть бути хороші комунікативні здібності, творче мислення або висока чутливість до підтримки. Використання цих ресурсів підвищує мотивацію і допомагає дитині повірити в можливість успіху.

Практична спрямованість програми виявляється в тому, що кожне заняття пов'язане з реальними навчальними ситуаціями: як слухати інструкцію, як запам'ятати кілька дій, як перевірити роботу, що робити при помилці, як справитися з хвилюванням перед відповіддю, як попросити допомогу і як підтримати однокласника. Це дає змогу переносити отримані навички в навчальну діяльність.

Теоретичне обґрунтування системи профілактичної роботи показує, що вона має бути комплексною, груповою, підтримувальною та спрямованою не лише на розвиток окремих психічних процесів, а й на зміну ставлення дитини до навчальних труднощів. Головне завдання профілактики полягає в тому, щоб

попередити закріплення неуспішної навчальної поведінки та сформувати в молодшого школяра досвід подолання труднощів. Основні напрями профілактичної роботи представлено в табл. 3.1.

Таблиця 3.1

Основні напрями профілактичної роботи

Напрямок роботи	Мета	Основний зміст	Очікуваний результат
Робота з учнями	Розвиток навчальних та особистісних ресурсів	Ігрові заняття, тренінгові вправи, завдання на увагу, пам'ять, самоконтроль, емоції та спілкування	Підвищення впевненості, зниження тривожності, поліпшення навчальної організованості
Робота з учителями	Створення підтримувального освітнього середовища	Рекомендації щодо інструкцій, оцінювання, підтримки після помилки, роботи з учнями групи ризику	Зниження навчального напруження, більш точна педагогічна допомога
Робота з батьками	Організація допомоги дитині вдома	Просвітництво про тривожність, впевненість, режим дня, домашні завдання, ставлення до оцінок	Більш спокійна сімейна підтримка, зменшення тиску на дитину

3.2. Програма психологічної профілактики труднощів у навчанні учнів 3 класу

На основі результатів емпіричного дослідження розроблена програма психологічної профілактики труднощів у навчанні учнів 3 класу «Навчаюся успішно: розвиток впевненості, уваги та навчальної мотивації учнів 3 класу». Програма орієнтована на класний колектив і може реалізовуватися шкільним психологом у співпраці з класним керівником.

Мета програми - профілактика труднощів у навчанні через розвиток пізнавальних процесів, навчальної мотивації, емоційної саморегуляції, комунікативних навичок, самоконтролю та впевненості учнів 3 класу.

Завдання програми: розвивати стійкість і концентрацію уваги; формувати способи запам'ятовування та утримання інструкції; розвивати навички планування і самоперевірки; знижувати страх помилки та емоційне напруження; підтримувати впевненість дитини в собі; підвищувати інтерес до навчання; розвивати вміння співпрацювати з однолітками; створювати умови для переживання навчального успіху.

Цільова група програми - учні 3 класу віком 8-9 років. Програма проводиться для всього класу, але при цьому враховуються потреби учнів групи ризику, виявлених у другому розділі дослідження. Така форма дає змогу не виокремлювати дітей публічно та одночасно формувати загальне підтримувальне середовище.

Форма роботи - групові заняття з елементами гри, тренінгу, арт-терапії, психогімнастики, вправ на розвиток пізнавальних процесів і рефлексії. Тривалість програми - 10 занять по 35-40 хвилин, один раз на тиждень. За потреби окремі вправи можуть повторюватися на класних годинах або використовуватися вчителем як короткі психологічні хвилини.

Структура кожного заняття містить чотири частини. Перша частина - привітання і налаштування, які допомагають дітям включитися в роботу. Друга частина - основна вправа, пов'язана з темою заняття. Третя частина - закріплення навички через гру, обговорення або практичне завдання. Четверта частина - рефлексія, де діти відповідають на прості запитання: що вийшло, що було важким, де це можна використати на уроці. Структуру програми психологічної профілактики представлено в табл. 3.2.

Таблиця 3.2

Структура програми психологічної профілактики

№	Тема заняття	Основна мета	Зв'язок з виявленими
---	--------------	--------------	----------------------

			чинниками ризику
1	Я – учень, який може	Формування позитивного ставлення до навчання та групи	Невпевненість, низька навчальна активність
2	Увага – мій помічник	Розвиток концентрації та стійкості уваги	Неуважність, відволікання, помилки
3	Як краще запам'ятовувати	Розвиток слухомовленнєвої пам'яті та навчальних стратегій	Труднощі утримання інструкції
4	Я не боюся помилки	Зниження страху помилки та напруження під час відповіді	Тривожність, уникнення відповіді
5	Я вмію керувати емоціями	Розвиток емоційної саморегуляції	Емоційне напруження, чутливість до зауважень
6	Моя навчальна мотивація	Підтримка інтересу до навчання та навчальної мети	Пасивність, зовнішня мотивація
7	Планую і виконую	Формування самоконтролю та організованості	Відсутність перевірки, незавершеність завдань
8	Ми – дружний клас	Розвиток співпраці та підтримки	Труднощі спілкування, низька включеність
9	Мої сильні сторони	Розвиток впевненості та вміння бачити особистий прогрес	Невпевненість, страх помилки, залежність від оцінки
10	Я знаю, як навчатися успішно	Закріплення навичок і підсумкова рефлексія	Узагальнення всіх напрямів профілактики

Заняття 1. «Я - учень, який може»

Мета заняття - створити позитивний емоційний настрій, сформувані уявлення про те, що кожна дитина може стикатися з труднощами і поступово вчитися їх долати. Це заняття відкриває програму, тому не слід перевантажувати дітей складними завданнями, а допомогти їм відчути безпеку та інтерес.

На початку заняття проводиться вправа «Ім'я та успіх». Кожна дитина називає своє ім'я і одну дію, яка в неї виходить у школі або поза школою. Якщо

дитині важко відповісти, психолог пропонує варіанти: «я вмію уважно слухати», «я стараюся писати акуратно», «я допомагаю друзеві», «я добре малюю». Вправа допомагає дітям побачити, що в кожного є сильні сторони.

Основна частина містить бесіду «Що означає навчатися успішно?». Психолог ставить запитання: чи завжди успішний учень не помиляється; чи можна навчитися тому, що спочатку не виходить; навіщо людині потрібні труднощі. Діти доходять висновку, що успіх пов'язаний не лише з оцінкою, а й зі старанням, увагою, умінням запитати та виправити помилку.

Потім проводиться вправа «Драбинка зростання». На аркуші зображується драбинка з кількох сходинок. Діти записують або малюють одне навчальне вміння, яке вже опанували, й одне вміння, яке хочуть розвинути. Ця вправа використовується не для діагностики, а для розвитку впевненості, усвідомлення особистого прогресу та розуміння навчальної мети.

Заняття 2. «Увага - мій помічник»

Мета заняття - розвиток довільної уваги, вміння зосереджуватися на завданні, утримувати правило і помічати помилки. Заняття пов'язане з результатами коректурної проби, де в частини учнів було виявлено пропуски, нерівномірний темп і зниження стійкості уваги.

На початку проводиться розминка «Слухай сигнал». Психолог називає різні слова, а діти повинні виконувати дію лише при заздалегідь визначеному сигналі. Наприклад, плескати лише тоді, коли чують слово «школа», і не реагувати на подібні слова. Вправа розвиває вибірковість уваги та гальмування імпульсивних реакцій.

Основна вправа - «Знайди і познач». Дітям пропонується аркуш з рядами літер, знаків або простих фігур. Потрібно за обмежений час відзначити лише певний знак. Після виконання діти не отримують оцінку, а аналізують, що допомагало бути уважним: не поспішати, вести очима за рядком, перевіряти себе, не відволікатися на сусідів.

Далі проводиться гра «Пастка для неувважності». Психолог читає короткі інструкції, в яких є одна умова, наприклад: «Намалюй коло, якщо я скажу слово

"зелений", але не малюй, якщо скажу слово "червоний"». Поступово інструкції ускладнюються. Це допомагає дітям зрозуміти, що увага пов'язана не лише зі швидкістю, а й з розумінням умови.

Для закріплення використовується прийом «Пауза перед початком». Діти вчаться перед виконанням завдання робити коротку зупинку: прочитати або вислухати інструкцію, повторити її про себе, лише потім починати роботу. Психолог пояснює, що ця пауза допомагає уникнути помилок через неухважність.

Заняття 3. «Як краще запам'ятовувати»

Мета заняття - розвиток слухомовленнєвої пам'яті і навчання дітей простим стратегіям запам'ятовування. У другому розділі було показано, що в 24% учнів спостерігаються труднощі утримання послідовності цифр і усної інструкції. У навчальній діяльності це виявляється в забуванні частини завдання, необхідності повторення та помилках порядку дій.

Заняття починається з вправи «Повтори ланцюжок». Психолог називає ряд слів або чисел, а діти повторюють їх у тому ж порядку. Потім обговорюється, що допомагає запам'ятовувати: слухати уважно, групувати матеріал, уявляти картинку, повторювати про себе. Слід показати дітям, що пам'ять залежить не лише від природних здібностей, а й від способу роботи.

Основна вправа - «Розділи на частини». Дітям пропонуються короткі інструкції з кількох кроків. Спочатку вони намагаються запам'ятати всю інструкцію відразу, потім вчаться ділити її на частини: перша дія, друга дія, перевірка. Наприклад: «Відкрий зошит, запиши число, підкресли заголовок, розв'яжи перший приклад». Після поділу на частини інструкція запам'ятовується легше.

Далі проводиться вправа «Картинка в голові». Психолог пропонує дітям уявити те, що потрібно запам'ятати. Якщо треба запам'ятати слова «книга, вікно, олівець», дитина може уявити, як книга лежить біля вікна, а поряд - олівець. Такий образний спосіб особливо корисний молодшим школярам, тому що їхнє мислення ще зберігає зв'язок з наочністю.

Для навчальної практики вводиться прийом «Повтори завдання своїми словами». Психолог пояснює, що перед початком роботи корисно запитати себе: «Що я маю зробити спочатку? Що потім? Як я зрозумію, що закінчив?» Діти тренуються переказувати інструкцію коротко і зрозуміло.

Заняття 4. «Я не боюся помилки»

Мета заняття - зниження страху помилки і формування більш спокійного ставлення до навчальних невдач. Цей напрям пов'язаний з результатами БОДТ і спостереження: частина дітей сильно переживає через зауваження, уникає відповіді при невпевненості та боїться помилитися перед класом.

На початку заняття проводиться бесіда «Навіщо потрібні помилки?». Психолог пропонує дітям згадати ситуації, коли вони чогось училися: кататися на велосипеді, писати літери, читати, розв'язувати завдання. Діти помічають, що помилки були частиною навчання. Після цього формулюється значуща думка: помилка не означає, що учень поганий; помилка показує, що саме потрібно зрозуміти або потренувати.

Основна вправа - «Виправ без страху». Дітям пропонуються навчальні та побутові ситуації з помилками. Наприклад: учень переплутав знак у прикладі, забув поставити крапку, неправильно прочитав умову. Потрібно запропонувати спокійний спосіб виправлення: знайти місце помилки, подумати, запитати, спробувати ще раз. Акцент робиться не на пошуку винуватого, а на пошуку дії.

Потім проводиться гра «Помилки відомих людей». Психолог розповідає в доступній формі, що багато дорослих людей теж помиляються, коли вчаться нового. Діти наводять свої приклади. Це допомагає знизити відчуття, що помилка є чимось соромним і недопустимим.

У практичній частині використовується вправа «Фраза підтримки». Діти вчаться замінювати тривожні думки на підтримувальні. Замість «у мене не виходить» – «я спробую по кроках»; замість «я знову помилився» - «я можу виправити»; замість «усі будуть сміятися» - «кожен навчається». Такі фрази записуються на картках.

У рефлексії обговорюється, що можна робити, якщо на уроці стало страшно відповідати: зробити вдих, згадати підтримувальну фразу, попросити повторити запитання, відповідати по частинах. Психолог підкреслює, що сміливість у навчанні не означає відсутності хвилювання; вона означає можливість діяти, навіть якщо трохи тривожно.

Заняття 5. «Я вмію керувати емоціями»

Мета заняття - розвиток навичок емоційної саморегуляції, вміння помічати свій стан і використовувати прості способи зниження напруження. У 3 класі діти вже здатні обговорювати свої переживання, але не завжди вміють управляти хвилюванням, роздратуванням або втомою.

Заняття починається з вправи «Термометр настрою». Діти показують свій стан на умовній шкалі від спокою до сильного напруження. Психолог пояснює, що емоції бувають різної сили і слід помічати їх до того, як вони починають заважати.

Основна вправа - «Де живе хвилювання?». Дітям пропонується подумати, як тіло реагує на тривогу: швидше б'ється серце, хочеться мовчати, тремтять руки, важко згадати відповідь. Це допомагає зрозуміти зв'язок між емоціями і тілом. Обговорення проводиться обережно, без примусу до особистих зізнань.

Потім діти опановують дихальну вправу «Спокійний вдих». Психолог пропонує повільно вдихнути, подумки порахувати до трьох, потім спокійно видихнути. Вправа повторюється кілька разів. Дітям пояснюється, що дихання можна використовувати перед відповіддю, контрольною роботою або складним завданням.

Друга частина заняття містить вправу «Стоп - подумай - дій». Воно спрямоване на розвиток саморегуляції поведінки. Якщо дитина хвилюється або сердиться, вона вчиться зробити паузу, назвати почуття, вибрати дію. Наприклад: «Я злюся, тому що не виходить; я можу попросити допомоги або спробувати ще раз».

Заняття 6. «Моя навчальна мотивація»

Мета заняття - підтримка навчальної мотивації, розвиток розуміння особистого сенсу навчання та інтересу до подолання труднощів. У молодшому шкільному віці мотивація може бути нестабільною: дитина навчається заради оцінки, похвали або уникнення покарання. Завдання профілактики - поступово посилювати внутрішні та пізнавальні мотиви.

На початку заняття проводиться вправа «Навіщо я вчуся?». Діти отримують картки з різними мотивами: дізнатися нове, отримати добру оцінку, порадувати батьків, стати розумнішим, не отримати зауваження, навчитися розв'язувати завдання, бути самостійним. Вони обирають ті, які підходять їм. Потім обговорюється, які мотиви допомагають довго старатися, а які діють лише короткий час.

Основна частина - вправа «Навчання в житті». Психолог пропонує дітям знайти зв'язок шкільних знань із повсякденними ситуаціями: читання допомагає розуміти інструкції та книги; математика потрібна в магазині та під час планування часу; письмо допомагає передавати думки; увага допомагає не забувати необхідне. Це робить навчальну діяльність більш осмисленою.

Далі проводиться гра «Маленька мета». Кожна дитина обирає одну невелику навчальну мету на тиждень: уважніше читати умову, перевіряти роботу, не боятися підняти руку, запам'ятовувати інструкцію, не поспішати під час письма. Мета має бути конкретною і досяжною.

Для закріплення використовується вправа «Крок до мети». Діти малюють три кроки: що я вже вмію; що буду тренувати; хто або що мені допоможе. Ця вправа пов'язує мотивацію з плануванням і підтримкою.

Заняття 7. «Планую і виконую»

Мета заняття - розвиток самоконтролю, планування і навичок перевірки виконаної роботи. У другому розділі було показано, що 28% учнів за спостереженням учителя часто не перевіряють роботу. Це призводить до помилок, які дитина могла б виправити самостійно.

Заняття починається з вправи «Збери порядок». Дітям пропонуються картки з діями, які потрібно розташувати правильно: зрозуміти завдання, підготувати матеріали, виконати, перевірити, виправити. Обговорюється, чому перевірка має бути окремим кроком, а не випадковою дією в кінці.

Основна вправа - «План із трьох кроків». Психолог вчить дітей використовувати простий алгоритм: 1) що потрібно зробити; 2) як я буду робити; 3) як перевірю результат. Діти застосовують алгоритм до різних навчальних ситуацій: списати речення, розв'язати завдання, вивчити правило, виконати вправу.

Потім проводиться вправа «Учитель самому собі». Дитина отримує коротке завдання з навмисно допущеними помилками і має перевірити його як уважний учитель. Після цього діти перевіряють власні міні-завдання. Такий перехід від зовнішньої перевірки до самоперевірки допомагає формувати внутрішній контроль.

Психолог вводить поняття «контрольні запитання»: чи все я прочитав; чи не пропустив я слово; чи правильно переписав; чи відповів на запитання; чи перевірів результат. Ці запитання можна використовувати на уроках як пам'ятку.

В ігровій частині проводиться вправа «Не поспішай - перевір». Діти виконують завдання на швидкість, а потім порівнюють кількість помилок при швидкому і більш спокійному виконанні. Обговорення показує, що надмірна поспішливість може знижувати якість роботи.

Заняття 8. «Ми - дружний клас»

Мета заняття - розвиток комунікативних навичок, співпраці та взаємної підтримки в класі. Соціально-комунікативний напрям є значущим, оскільки навчальна успішність молодшого школяра пов'язана не лише з індивідуальними здібностями, а й з тим, наскільки безпечно він почувається серед однолітків.

На початку проводиться вправа «Комплімент по ділу». Діти по колу називають однокласників одну конкретну позитивну якість або дію: «ти акуратно малюєш», «ти вмієш пояснювати», «ти допомагаєш», «ти швидко

придумуєш ідеї». Психолог стежить, щоб висловлювання були доброзичливими і не формальними.

Основна вправа - «Спільне завдання». Клас ділиться на малі групи. Кожна група отримує завдання, яке можна виконати лише при розподілі ролей: читач інструкції, виконавець, перевіряючий, помічник, доповідач. Після виконання обговорюється, що допомагало співпрацювати: слухати одне одного, не перебивати, уточнювати, підтримувати, розподіляти дії.

Потім проводиться вправа «Як попросити допомогу». Діти розігрують ситуації, коли учень не зрозумів завдання, боїться запитати або не хоче здатися слабким. Психолог пропонує формули: «Повторіть, будь ласка», «Я зрозумів першу частину, але не зрозумів другу», «Можеш пояснити ще раз?». Це особливо значуще для дітей, які через тривожність мовчать і потім виконують завдання неправильно.

Далі обговорюється, як реагувати, якщо допомогу просить інший. Діти формулюють правила: не сміятися, не говорити «це легко», пояснювати спокійно, не робити замість іншого, а допомагати зрозуміти. Ці правила зміцнюють підтримувальну атмосферу в класі.

Заняття 9. «Мої сильні сторони»

Мета заняття - розвиток впевненості в собі та здатності бачити власний прогрес. У другому розділі було показано, що в частини учнів спостерігаються страх помилки, сильне переживання зауважень та уникнення відповіді при невпевненості. Такі діти частіше очікують невдачі і болісно реагують на зауваження.

Заняття починається з вправи «Що в мене виходить». Діти обирають зі списку або записують три свої сильні сторони: уважність, доброта, старанність, акуратність, фантазія, вміння дружити, вміння слухати, бажання навчатися. Психолог підкреслює, що сильні сторони бувають не лише навчальними.

Основна частина - вправа «Мій портфель успіхів». На аркуші зображено портфель, куди дитина вписує або малює свої досягнення: навчився розв'язувати

приклад, став менше боятися відповіді, допоміг другові, став перевіряти роботу, вивчив вірш. Досягнення повинні бути конкретними і реальними.

Потім проводиться обговорення «Чим я можу пишатися, навіть якщо ще не все виходить». Діти вчаться відокремлювати особистість від результату: «я помилився в прикладі» не означає «я поганий учень»; «я поки що читаю повільно» не означає «я ніколи не навчуся». Це допомагає сформувати більш стійку впевненість у собі.

У вправі «Порада самому собі» діти пишуть або обирають фразу, яку хотіли б почути у складній ситуації. Наприклад: «Я можу спробувати ще раз», «Я вже багато чому навчився», «Мені можна попросити допомогу», «Помилка допомагає зрозуміти, що тренувати».

Для закріплення психолог пропонує дітям згадати особисту мету, обрану на занятті про мотивацію, і відзначити один маленький крок, який уже вийшов. Це пов'язує впевненість дитини з реальним прогресом, а не із загальною похвалою.

Заняття 10. «Я знаю, як навчатися успішно»

Мета заключного заняття - узагальнити отримані навички, закріпити способи подолання труднощів у навчанні та провести підсумкову рефлексію. Це заняття пов'язує всі напрями програми: увагу, пам'ять, ставлення до помилки, емоції, мотивацію, самоконтроль, спілкування та впевненість у собі.

На початку заняття проводиться гра «Згадай навичку». Психолог називає ситуацію, а діти обирають, яка навичка допоможе. Якщо потрібно уважно списати текст - допоможе пауза перед початком і самоперевірка. Якщо страшно відповідати - допоможе спокійний вдих і підтримувальна фраза. Якщо важко запам'ятати інструкцію - допоможе поділ на частини та повторення своїми словами.

Основна вправа - «Моя формула успішного навчання». Кожна дитина складає невелику схему з 4-5 пунктів: слухаю інструкцію, ділю завдання на кроки, не боюся помилки, перевіряю себе, прошу допомогу, якщо потрібно. Формула може бути оформлена як пам'ятка, яку дитина забирає з собою.

Потім проводиться групова вправа «Поради третьокласнику». Діти уявляють, що до них прийшов учень, якому важко навчатися. Вони дають йому поради: не поспішати, ставити запитання, тренувати увагу, спокійно виправляти помилки, помічати успіхи, не порівнювати себе з іншими. Ця вправа показує, наскільки діти засвоїли зміст програми.

3.3. Методичні рекомендації для вчителів і батьків

Профілактична програма буде більш ефективною, якщо робота з дітьми підтримується діями дорослих. Учитель і батьки щоденно впливають на навчальну поведінку дитини: ставлять вимоги, оцінюють результат, реагують на помилки, допомагають організувати роботу. Тому третій напрям системи містить методичні рекомендації для педагогів і батьків.

Рекомендації для вчителя повинні бути пов'язані з тими чинниками ризику, які виявлені в другому розділі. Якщо в дитини труднощі уваги - їй потрібні короткі та чіткі інструкції. Якщо вона тривожна - їй необхідна емоційна підтримка і можливість відповідати без надмірного тиску. Якщо в дитини слабкий самоконтроль - необхідно вчити її перевіряти роботу за алгоритмом. Загальна рекомендація полягає в тому, щоб оцінювати не лише результат, а й зусилля дитини.

Перший напрям педагогічної підтримки - робота з інструкцією. Молодші школярі часто припускаються помилок не тому, що не знають матеріалу, а тому що не зрозуміли або не утримали умову. Тому вчителю бажано давати інструкції короткими фразами, виділяти головне, використовувати запис на дошці або візуальну опору. Після пояснення корисно попросити одного-двох учнів повторити завдання своїми словами. Це допомагає не лише учням групи ризику, а й усьому класу.

Другий напрям - профілактика помилок через неухважність. Учителеві рекомендується впроваджувати регулярну самоперевірку. Наприклад, перед

здачею роботи діти відповідають на запитання: чи прочитав я всю умову; чи виконав усі пункти; чи перевірів відповідь; чи не пропустив рядок або слово. Такі запитання поступово формують внутрішній контроль.

Третій напрям - створення ситуації успіху. Для дітей з невпевненістю і тривожністю необхідний досвід посилюючого досягнення. Учитель може пропонувати завдання з поступовим ускладненням: спочатку виконати більш простий елемент, потім перейти до складного. Слід відзначати конкретний успіх: «ти уважно прочитав умову», «ти виправив помилку сам», «ти сьогодні працював спокійніше». Такий зворотний зв'язок є ефективнішим за загальну похвалу.

Четвертий напрям - підтримка після помилки. Якщо дитина помилилася, корисно спочатку спокійно позначити, що саме потрібно виправити, а потім запропонувати спосіб дії. Фрази типу «знову неуважно» або «скільки можна помилятися» посилюють тривожність і не дають дитині розуміння, що робити далі. Більш продуктивні фрази: «подивись на другий рядок», «прочитай умову ще раз», «давай знайдемо крок, де виникла помилка».

П'ятий напрям - урахування індивідуального темпу. У класі завжди є діти, які працюють повільніше через тривожність, втомлюваність або недостатню автоматизацію навичок. Якщо постійно вимагати від них такої самої швидкості, як у більш сильних учнів, збільшується кількість помилок і знижується впевненість. Тому доцільно давати додатковий час, зменшувати обсяг однотипних завдань або перевіряти якість виконання по частинах.

Шостий напрям - профілактика публічного порівняння. Порівняння дітей між собою посилює тривожність і знижує мотивацію. У профілактичній роботі доцільніше порівнювати дитину з її власним попереднім результатом: «сьогодні в тебе менше виправлень», «ти швидше зрозумів інструкцію», «ти сам перевірів роботу». Це формує настанову на розвиток.

Сьомий напрям - підтримка навчальної мотивації. Вчителю варто показувати практичний сенс завдання, використовувати проблемні запитання, ігрові елементи, роботу в парах, можливість вибору. У молодших школярів інтерес підтримується не довгими поясненнями, а активним включенням у

діяльність. Навіть невеликий вибір - виконати спочатку перше або друге завдання, обрати колір для схеми, працювати індивідуально чи в парі - підвищує відчуття самостійності. Рекомендації для вчителя щодо профілактики труднощів у навчанні представлено в табл. 3.3.

Таблиця 3.3

Рекомендації для вчителя щодо профілактики труднощів у навчанні

Виявлена трудність	Що може зробити вчитель	Очікуваний ефект
Неуважність, пропуски, помилки	Давати короткі інструкції, використовувати візуальні опори, впроваджувати самоперевірку	Зменшення кількості помилок за неуважності
Труднощі притримання інструкції	Просити повторити завдання своїми словами, ділити інструкцію на етапи	Повне виконання завдань
Тривожність і страх помилки	Зниження публічного тиску, підтримка після помилки, час на міркування	Збільшення активності і впевненості
Невпевненість, болюча реакція на зауваження	Відзначати конкретні успіхи, порівнювати дитину з її особистим прогресом	Підтримка впевненості і більш спокійного ставлення до помилок
Низький самоконтроль	Використовувати алгоритм перевірки, пам'ятки, контрольні запитання	Розвиток самостійності
Труднощі спілкування	Організовувати роботу в парах з розподілом ролей	Поліпшення включеності в клас

Рекомендації для батьків також повинні бути конкретними і доступними. Батькам важливо розуміти, що труднощі в навчанні дитини не завжди пов'язані з небажанням навчатися. Іноді дитина справді старається, але їй важко утримати увагу, справитися з хвилюванням або організувати домашню роботу. Тому основне завдання батьків - не посилювати тиск, а допомогти дитині виробити стійкі навчальні звички.

Перший напрям батьківської допомоги - організація режиму дня. Учням 3 класу необхідно мати достатньо часу для сну, відпочинку, руху та виконання домашніх завдань. Якщо дитина сідає за уроки втомленою, пізно ввечері або після тривалого використання гаджетів, увага та пам'ять знижуються. Тому бажано виконувати домашні завдання в один і той самий час, робити короткі перерви та чергувати письмові й усні завдання.

Другий напрям - організація робочого місця. На столі повинні знаходитися лише необхідні предмети. Зайві іграшки, телефон, увімкнений телевізор або розмови дорослих відволікають дитину. Для дітей із труднощами уваги це особливо значуще, оскільки зовнішні подразники швидко порушують концентрацію.

Третій напрям - допомога в плануванні, але не виконання завдання замість дитини. Батьки можуть допомогти прочитати завдання, поділити його на частини, визначити, з чого почати, нагадати про перевірку. Однак якщо дорослий фактично виконує роботу за дитину, у школяра не формується самостійність і відповідальність. Правильна допомога звучить так: «давай подумаємо, який перший крок», а не «дай я зроблю швидше».

Четвертий напрям - спокійне ставлення до помилок та оцінок. Якщо вдома кожен помилку супроводжують докорами, у дитини посилюється страх невдачі. Батькам рекомендується спочатку відзначати зусилля, а потім спокійно розбирати помилку. Наприклад: «ти старався і зробив більшу частину завдання; тепер подивимося, де потрібно виправити». Такий підхід не знижує вимог, але робить їх психологічно безпечнішими.

П'ятий напрям - підтримка впевненості дитини. Батькам слід хвалити дитину не лише за високу оцінку, а й за конкретні дії: сам(а) сів(ла) за уроки, перевірів(ла) роботу, не здався(лася), попросив(ла) пояснити, виправив(ла) помилку. Конкретна похвала допомагає дитині зрозуміти, що саме в неї вийшло і які дії варто повторювати.

Шостий напрям - емоційна підтримка перед контрольними та відповідями. Батьки можуть допомогти дитині повторити матеріал, але не слід залякувати

наслідками. Краще сказати: «ти готувався, зроби спокійно, спочатку прочитай завдання». Для тривожних дітей корисні дихальні вправи та підтримувальні фрази, освоєні на заняттях. Рекомендації для батьків щодо підтримки дитини представлено в табл. 3.4.

Таблиця 3.4

Рекомендації для батьків щодо підтримки дитини

Рекомендація для батьків	Як реалізувати вдома	Чому це необхідно
Не зводити спілкування до оцінок	Запитувати не лише «що отримав», а й «що було цікавим», «що вийшло»	Знижує тривожність і підтримує мотивацію
Допомагати планувати домашнє завдання	Розділяти роботу на частини, починати зі зрозумілого завдання, робити перерви	Розвиває організованість і знижує втому
Не виконувати роботу замість дитини	Задавати навідні запитання, пропонувати перевірити, але не писати за неї	Формує самостійність
Хвалити за зусилля	Відзначати старання, самоперевірку, спокійне виправлення помилок	Підтримує впевненість і знижує страх помилки
Уникати порівнянь	Порівнювати дитину лише з її попереднім результатом	Знижує невпевненість і опір
Підтримувати режим дня	Сон, відпочинок, рух, постійний час для уроків	Поліпшує увагу та працездатність

3.4. Оцінка ефективності профілактичної програми

Оцінка ефективності профілактичної програми необхідна для того, щоб визначити, чи привели проведені заходи до позитивних змін. У межах цієї дипломної роботи ефективність системи оцінюється через повторну діагностику за тими самими напрямками, які вивчалися в другому розділі: увага, слухомовленнєва пам'ять, навчальна мотивація, тривожність, соціально-поведінкові прояви, навчальна поведінка і самоконтроль.

Повторна діагностика проводиться після завершення програми. Бажано дотримуватися тих самих умов, що й під час первинного дослідження: звична шкільна обстановка, доброзичлива інструкція, відсутність публічного порівняння та узагальнене опрацювання даних. Це дає змогу більш коректно зіставляти результати до і після профілактичної роботи.

Основними критеріями ефективності програми є: підвищення стійкості уваги, поліпшення утримання інструкції, зниження рівня тривожності, зменшення мотивації уникнення невдачі, розвиток самоконтролю, підвищення навчальної активності, зниження сильного переживання зауважень, поліпшення взаємодії в класі та зменшення кількості учнів групи ризику. Ці критерії відповідають як завданням дослідження, так і виявленим у другому розділі чинникам ризику.

Для оцінки уваги повторно використовується коректурна проба. Позитивною динамікою можна вважати зменшення кількості пропусків і помилок, більш рівномірний темп роботи, здатність зберігати концентрацію до кінця завдання. Слід аналізувати не лише кількість правильно виконаних елементів, а й характер помилок. Якщо дитина стала працювати трохи повільніше, але уважніше і точніше, це також можна розглядати як позитивний результат.

Для оцінки слухомовленнєвої пам'яті повторно застосовується методика «Запам'ятовування цифр». Позитивна динаміка виявляється в збільшенні обсягу відтворюваного матеріалу, більш точному збереженні послідовності, зниженні кількості прохань про повторення інструкції. Однак для практичної оцінки варто зіставити тестові дані зі спостереженням учителя: чи стала дитина краще утримувати навчальні інструкції на уроках.

Прояви впевненості та емоційної реакції на оцінку повторно аналізуються за даними спостереження, бесіди з учителем, БОДТ і SDQ Teacher Form. Позитивна динаміка виявляється в тому, що дитина спокійніше ставиться до помилок, рідше уникає відповіді при сумніві, частіше пробує виконати завдання самостійно та легше приймає допомогу дорослого.

Рівень тривожності оцінюється за допомогою БОДТ. Позитивним результатом є зниження вираженості тривожних проявів: дитина спокійніше ставиться до відповідей, рідше уникає завдань, легше переносить зауваження, швидше включається в роботу після помилки. Навіть якщо загальний рівень тривожності залишається середнім, зменшення страху помилки має профілактичну значущість.

Соціально-поведінкові прояви оцінюються за допомогою SDQ Teacher Form і спостереження. Учитель відзначає зміни в емоційному стані, неухважності, взаємодії з однолітками та просоціальної поведінці. Позитивна динаміка може виявлятися в більшій активності на уроці, спокійнішій реакції на труднощі, збільшенні готовності співпрацювати і просити допомогу.

Коротка карта спостереження після програми дає змогу оцінити практичні зміни в навчальній поведінці. Окремо розглядаються такі ознаки, як частота відволікань, необхідність повторення інструкції, наявність самоперевірки, реакція на зауваження, готовність відповідати при невпевненості. Ці показники є значущими, оскільки саме вони відображають перенесення навичок із занять у реальну навчальну ситуацію.

Оцінка ефективності має включати кількісний та якісний аналіз. Кількісний аналіз дає змогу порівняти кількість учнів з низьким, середнім і високим рівнем за кожним показником. Якісний аналіз допомагає зрозуміти, які саме зміни відбулися: наприклад, дитина стала менше боятися помилки, почав запитувати, якщо не зрозумів, або став перевіряти роботу перед здачею. Критерії оцінки ефективності профілактичної програми представлено в табл. 3.5.

Таблиця 3.5

Критерії оцінки ефективності профілактичної програми

Показник	Метод оцінювання	Критерій позитивної динаміки
Увага	Коректурна проба, спостереження	Менше пропусків і помилок, більш стійкий темп
Слухомовлення	«Запам'ятовування цифр»,	Краще утримання послідовності

пам'ять	спостереження	та інструкції
Навчальна мотивація	«Сходінка / Драбинка спонукань»	Зниження мотивації уникнення невдачі, посилення пізнавальних мотивів
Впевненість / реакція на оцінку	Спостереження, бесіда з учителем, БОДТ, SDQ Teacher Form	Більш спокійне ставлення до помилок і зауважень
Тривожність	БОДТ, спостереження	Зниження страху помилки, більш спокійна реакція на перевірку
Самоконтроль	Карта спостереження, аналіз робіт	Поява самоперевірки, менше незавершених завдань
Спілкування	SDQ Teacher Form, спостереження	Більше співпраці, менше уникання і конфліктності
Група ризику	Зіставлення всіх даних	Зменшення кількості дітей із поєднанням двох і більше несприятливих чинників

Передбачувана динаміка після реалізації програми може бути описана наступним чином. У дітей з пізнавально-регулятивним типом ризику очікується зменшення кількості помилок через неуважність, підвищення здатності утримувати інструкцію, поява звички перевіряти роботу. У дітей з емоційно-особистісним типом ризику очікується зниження страху помилки, підвищення впевненості, більш спокійне ставлення до зауважень. У дітей зі змішаним типом ризику можлива часткова, але значуща динаміка одразу за кількома напрямками.

Особливе значення має зменшення кількості учнів, які перебувають у групі ризику. Якщо після програми в дитини залишається один несприятливий показник, а поєднання кількох чинників зникає, це можна вважати позитивним результатом. Наприклад, дитина може все ще працювати повільніше за однолітків, але якщо вона стала менше тривожитися, краще перевіряти себе і звертатися по допомогу - ризик закріплення труднощів у навчанні знижується.

Під час оцінювання ефективності не варто очікувати різких змін за 10 занять. Профілактична програма створює основу для подальшого розвитку, але не замінює тривалу педагогічну та сімейну підтримку. Тому результати доцільно

розглядати як початкову динаміку, яку необхідно закріплювати в навчальному процесі.

Якісні відгуки вчителя є значущим джерелом інформації. Учитель може відзначити, що діти стали краще слухати інструкцію, спокійніше реагувати на помилки, частіше використовувати самоперевірку, активніше працювати в парах. Такі зміни не завжди повністю відображаються в тестових балах, але мають велике значення для реального шкільного життя.

Із цього можна зробити висновок, що оцінка ефективності профілактичної програми має бути всебічною та включати повторну діагностику, спостереження, аналіз навчальних робіт, думку вчителя і батьків. Такий підхід відповідає загальній логіці дипломного дослідження, де труднощі в навчанні розглядаються не як один показник, а як результат взаємодії пізнавальних, емоційних, мотиваційних, вольових і соціальних чинників.

Система психологічних заходів може вважатися ефективною, якщо після її реалізації в учнів формуються більш стійкі навички навчальної діяльності, знижується емоційне напруження, підвищується впевненість, поліпшується самоконтроль і зменшується ризик закріплення труднощів у навчанні. Навіть часткова позитивна динаміка має профілактичне значення, тому що допомагає дитині побачити можливість успіху і зберегти позитивне ставлення до школи.

3.5. Результати повторної діагностики після реалізації програми

Повторна діагностика була проведена через два з половиною місяці після впровадження профілактичної програми. Використовувалися ті самі методики, що й на етапі первинного дослідження: коректурна проба Бурдона – Анфімова, «Запам'ятовування цифр», «Сходінка / Драматична спонукань», БОДТ, SDQ Teacher Form, коротка карта спостереження і бесіда з учителем. Це дало змогу зіставити результати до і після проведення програми.

Оскільки програма реалізовувалася протягом обмеженого часу, ефективність оцінювалася не як повне усунення всіх труднощів, а як наявність позитивної динаміки за основними психологічними показниками: зниження тривожності, поліпшення уваги, підвищення впевненості, розвиток самоконтролю та зменшення кількості учнів у групі ризику. Порівняльні результати діагностики до і після реалізації програми представлено в табл. 3.6.

Таблиця 3.6

Порівняльні результати діагностики до і після реалізації програми

Показник	До програми	Після програми	Динаміка
Низький рівень уваги	6 учнів (24%)	4 учні (16%)	-2 (-8%)
Низький рівень слухомовленнєвої пам'яті	6 учнів (24%)	5 учнів (20%)	-1 (-4%)
Сильне переживання зауважень (за спостереженням)	5 учнів (20%)	3 учні (12%)	-2 (-8%)
Високий рівень тривожності	7 учнів (28%)	4 учні (16%)	-3 (-12%)
Виражені труднощі за шкалою гіперактивності / неухважності (SDQ)	4 учні (16%)	3 учні (12%)	-1 (-4%)
Труднощі спілкування з однолітками	3 учні (12%)	2 учні (8%)	-1 (-4%)
Мотивація уникнення невдачі	5 учнів (20%)	3 учні (12%)	-2 (-8%)
Учні групи ризику	8 учнів (32%)	5 учнів (20%)	-3 (-12%)

Порівняння результатів показує, що після двох місяців профілактичної роботи в класі спостерігається помірна позитивна динаміка. Найбільш помітні зміни відбулися за рівнем тривожності: кількість дітей з високим рівнем тривожності знизилася з 7 до 4 осіб. Це може бути пов'язано з тим, що в програмі особлива увага приділялася зниженню страху помилки, формуванню більш спокійного ставлення до труднощів і створенню ситуації успіху.

Позитивна динаміка також зазначається за показниками уваги. Кількість учнів з низьким рівнем стійкості та концентрації уваги зменшилася з 6 до 4 осіб. У частини дітей зберігалися окремі помилки та відволікання, однак, за спостереженням учителя, вони стали швидше включатися в роботу, рідше потребували повторення інструкції та частіше завершували завдання.

Зміни за слухомовленнєвою пам'яттю виявилися менш вираженими: кількість учнів з низьким рівнем знизилася з 6 до 5 осіб. Це пояснюється тим, що розвиток пам'яті потребує більш тривалої і систематичної роботи. Разом з тим у деяких дітей поліпшилося використання простих прийомів запам'ятовування: повторення інструкції, виділення головного, промовляння послідовності дій.

За даними спостереження та бесіди з учителем зафіксовано зменшення вираженості емоційно-особистісних проявів ризику: частина дітей стала спокійніше говорити про свої успіхи, менш болісно реагувати на зауваження і частіше пробувати виконати завдання самостійно. При цьому залежність від оцінки дорослого в частини учнів зберігається, що відповідає віковим особливостям молодшого шкільного віку.

Дані SDQ Teacher Form також показали невелике поліпшення. Знизилася кількість виражених проявів неухвильності та труднощів спілкування з однолітками. Учитель зазначив, що діти стали частіше звертатися один до одного по допомогу, спокійніше працювати в парах і менш гостро реагувати на навчальні помилки.

За мотиваційним показником також відзначено позитивну динаміку: кількість учнів з вираженою мотивацією уникнення невдачі знизилася з 5 до 3 осіб. Це може бути пов'язано із заняттями, спрямованими на зниження страху помилки, підтримку навчальної мети та створення ситуації успіху.

Особливе значення має зміна кількості учнів групи ризику. До реалізації програми до неї входили 8 осіб, що становило 32% вибірки. Після повторної діагностики кількість таких учнів знизилася до 5 осіб, або 20%. Отже, в 3 дітей спостерігається достатня позитивна динаміка, яка дає змогу не відносити їх до групи вираженого ризику. При цьому 5 учням усе ще потрібна подальша

психологічна та педагогічна підтримка. Загальну динаміку групи ризику представлено в табл. 3.7.

Таблиця 3.7

Динаміка групи ризику

Категорія учнів	До програми	Після програми
Учні без вираженого ризику	17 / 68%	20 / 80%
Учні групи ризику	8 / 32%	5 / 20%

Таким чином, результати повторної діагностики свідчать про часткову ефективність профілактичної програми. За два місяці роботи вдалося досягти зниження тривожності, невеликого поліпшення уваги, підвищення впевненості учнів та зменшення кількості учнів у групі ризику. При цьому зміни не можна вважати остаточними, оскільки частина труднощів зберігається і потребує подальшої системної роботи.

Отримані результати частково підтверджують гіпотезу дослідження: профілактика труднощів у навчанні стає більш ефективною за комплексного впливу на пізнавальну, емоційно-регулятивну, мотиваційну та соціально-комунікативну сфери дитини. Для закріплення позитивної динаміки програму доцільно продовжувати, а також доповнювати її індивідуальними рекомендаціями для вчителя та батьків.

Слід враховувати, що дослідження проводилося на невеликій вибірці і протягом обмеженого періоду, тому отримані результати мають орієнтовний характер і не можуть розглядатися як остаточний доказ ефективності програми без подальшої перевірки.

Висновки до третього розділу

1. У третьому розділі розроблена система психологічних заходів щодо профілактики труднощів у навчанні учнів 3 класу. Вона спирається на результати

теоретичного аналізу та первинної діагностики, тому охоплює пізнавальні, емоційно-регулятивні, мотиваційні та соціально-комунікативні чинники ризику.

2. Програма «Навчаюся успішно: розвиток впевненості, уваги та навчальної мотивації учнів 3 класу» містить 10 групових занять, спрямованих на розвиток уваги, пам'яті, самоконтролю, емоційної саморегуляції, впевненості в собі, навчальної мотивації та навичок співпраці.

3. Методичні рекомендації для вчителів і батьків доповнюють роботу з учнями: вони спрямовані на створення ситуації успіху, спокійне ставлення до помилок, підтримку самостійності дитини, зниження тиску та формування більш стійких навчальних звичок.

4. Повторна діагностика через два з половиною місяці показала помірну позитивну динаміку: знизилася кількість учнів з низьким рівнем уваги, високим рівнем тривожності, мотивацією уникнення невдачі, сильним переживанням зауважень і вираженими ознаками ризику труднощів у навчанні.

5. Кількість учнів у групі ризику зменшилася з 8 осіб (32%) до 5 осіб (20%). Це дає змогу оцінити програму як частково ефективну і водночас показує необхідність продовження профілактичної роботи з учнями, в яких труднощі зберігаються.

ВИСНОВКИ

1. У ході дипломної роботи проаналізовано теоретичні підходи до проблеми труднощів у навчанні молодших школярів. Навчальні труднощі розглянуто як сукупність пізнавальних, емоційних, мотиваційних, вольових і соціальних утруднень, які заважають успішному опануванню навчальної діяльності і за відсутності підтримки можуть призводити до шкільної дезадаптації.

2. Охарактеризовано вікові особливості учнів 3 класу. Встановлено, що у віці 8-9 років триває розвиток довільної уваги, пам'яті, мислення, самоконтролю, навчальної мотивації, впевненості в собі та емоційної регуляції, тому профілактична робота має відповідати віковим можливостям молодших школярів.

3. Визначено основні психологічні чинники труднощів у навчанні учнів 3 класу. До них віднесено недостатню стійкість уваги, труднощі слухомовленнєвої пам'яті, високий рівень тривожності, мотивацію уникнення невдачі, слабкий самоконтроль, гостре переживання зауважень та окремі труднощі взаємодії з однолітками.

4. Проведено емпіричне дослідження за участю 25 учнів 3 класу. Діагностичний комплекс включав коректурну пробу Бурдона-Анфімова, методику «Запам'ятовування цифр», методику «Драбинка спонукань» в адаптованій формі «Я навчаюся тому, що...», БОДТ, SDQ Teacher Form, карту спостереження, бесіду з учителем та аналіз навчальних робіт. Поєднання методик і спостереження дало змогу оцінити не лише окремі показники, а й їхній прояв у реальній навчальній ситуації.

5. За результатами первинної діагностики виявлено учнів з ознаками ризику труднощів у навчанні: низький рівень уваги виявлено в 6 учнів (24%), низький рівень слухомовленнєвої пам'яті - у 6 учнів (24%), високий рівень тривожності - у 7 учнів (28%), мотивація уникнення невдачі - у 5 учнів (20%). За даними спостереження, в частини дітей відзначалися гостре переживання

зауважень, уникнення відповіді при невпевненості та недостатня самоперевірка. До групи ризику увійшли 8 учнів, що становило 32% вибірки.

6. На основі отриманих даних розроблено систему психологічних заходів щодо профілактики труднощів у навчанні. Центральним елементом стала програма «Навчаюся успішно: розвиток впевненості, уваги та навчальної мотивації учнів 3 класу», яка включає 10 занять з елементами гри, тренінгу, психогімнастики, творчих завдань і рефлексії. Додатково підготовлено рекомендації для вчителів і батьків.

7. Оцінка ефективності програми показала помірну позитивну динаміку. Після реалізації програми зменшилася кількість учнів з низьким рівнем уваги, високим рівнем тривожності, мотивацією уникнення невдачі та сильним переживанням зауважень, а також знизилася кількість дітей, віднесених до групи ризику, з 8 осіб (32%) до 5 осіб (20%). Якісні спостереження вчителя також показали, що частина дітей стала спокійніше реагувати на помилки, частіше використовувати самоперевірку та активніше включатися в навчальну роботу.

8. Гіпотеза дослідження отримала часткове підтвердження. Результати показують, що профілактика труднощів у навчанні учнів 3 класу стає більш ефективною за сукупного впливу на пізнавальну, емоційно-регулятивну, мотиваційну та соціально-комунікативну сфери дитини. Разом з тим частина труднощів в учнів зберігається, тому подальша робота має бути спрямована на продовження програми, індивідуальний супровід учнів групи ризику та більш тривале відстеження результатів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алгоритми діяльності працівників психологічної служби: методичні матеріали. Київ, 2020. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/723133/1/Algoritm_T_2_new.pdf (дата звернення: 28.04.2026).
2. Багатошкальний опитувальник дитячої тривожності (БОДТ) // Психологу для роботи. Діагностичні методики / уклад. М. В. Лемак, В. Ю. Петрище. Ужгород: Видавництво Олександри Гаркуші, 2012. 616 с.
3. Бех І. Д. Виховання особистості: у 2-х книгах. Київ: Либідь, 2003.
4. Кондратенко Л. О. Психологія первинної шкільної неуспішності: монографія. Чернігів: Десна Поліграф, 2017. 488 с.
5. Зязюн І.А. Концептуальна домінанта психологічної педагогіки Л.С. Виготського та представників його школи // науковий часопис НПУ ім. Н.П. Дрогоманов. Серія 17. Теорія та практика. 2010. - С. 10.-18 (Див.першеджерело: Виготський Л. С. Мислення і мовлення. Київ: Державне видавництво України, 1934)
6. Галян І. М. Психодіагностика: навчальний посібник. Київ: Академвидав, 2009. 464 с.
7. Горленко В. М. Та ін. Застосування діагностичних мінімумів в діяльності працівників психологічної служби: методичні рекомендації / Горленко В. М., Острова В. Д., Сосновенко Н. В., Ткачук І. І. - Київ: УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2018.
URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/713246/1/%D0%94%D1%96%D0%B0%D0%B3%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82_%D0%BC%D1%96%D0%BD%D1%96%D0%BC%D1%83%D0%BC%D0%B8.pdf (дата звернення: 28.04.2026).

8. Гріньова О. М., Терещенко Л. А. Дитяча психодіагностика: навчально-методичний посібник. Вінниця: Нілан-ЛТД, 2015. 227 с.

9. Діагностика та розвиток пам'яті у дітей молодшого шкільного віку: методичний посібник.

URL: https://library.udpu.edu.ua/library_files/ece/6660_01.pdf (дата звернення: 28.04.2026).

10. Діагностичний мінімум у роботі практичного психолога та соціального педагога URL: <https://xn----ftbomobdq1b9f.xn--j1amh/blog/post-48> (дата звернення: 28.04.2026).

11. Дубасенюк О. А., Мирончук Н. М. Методологія педагогічних досліджень та академічна доброчесність в освітній галузі: навчально-методичний посібник. 2-ге вид., перероб. і доп. Житомир: ЖДУ імені Івана Франка, 2025. 244 с.

12. Психологічна діагностика особливостей когнітивного розвитку молодших школярів в умовах інформаційного суспільства: монографія / за ред. С. А. Гончаренко, Л. О. Кондратенко. Київ; Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2014. 228 с.

13. Закон України «Про освіту» від 05.09.2017 № 2145-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19> (дата звернення: 28.04.2026).

14. Застосування діагностичних мінімумів в діяльності працівників психологічної служби: практичний посібник / І. І. Ткачук, Н. В. Пророк, Н. В. Лунченко, В. М. Горленко та ін.; за заг. ред. В. Г. Панка. 2-ге вид., доповн. і переробл. Київ: УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2024. 100 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/741698/1/diahnostychnyi_minimum_2024.pdf (дата звернення: 28.04.2026).

15. Коробко С. Л., Коробко О. І. Нова українська школа: діагностична та корекційно-розвивальна робота з молодшими школярами: навчально-методичний посібник. Київ: Літера ЛТД, 2021. 160 с.

16. Костюк Г.С. – особистість, вчений, громадянин / за ред. акад. С.Д.Максименка ; упоряд. канд. психол. наук В.В.Андрієвська. – К.: Ніка-Центр, 2010. – 216 с.

17. Лаврук М. М. Методика науково-педагогічних досліджень: навчально-методичний посібник. Львів: ЛНУ імені Івана Франка, 2021. 148 с.

18. Лемак М. В., Петрище В. Ю. Психологу для роботи. Діагностичні методики: збірник. Ужгород: Видавництво Олександри Гаркуші, 2012. 616 с.

19. Новик І. М. Формування позитивної мотивації до навчання у молодших школярів засобами ігрових прийомів. Молодий вчений. 2019. № 5. С. 156-159.

20. Методика «Запам'ятовування цифр» // Діагностичний мінімум. Заклад загальної середньої освіти. Початкова школа. URL: <https://osvita.petrykivka.dp.gov.ua/storage/app/sites/171/Psixolog/%20%D0%BC%D1%96%D0%BD%D1%96%D0%BC%D1%83%D0%BC.%20%D0%9F%D0%BE%D1%87%D0%B0%D1%82%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%B0%20%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%B0.pdf> (дата звернення: 28.04.2026).

21. Методика «Коректурна проба» Бурдона–Анфімова // Діагностичний мінімум. Заклад загальної середньої освіти. Початкова школа. URL: <https://osvita.petrykivka.dp.gov.ua/storage/app/sites/171/Psixolog/%20%D0%BC%D1%96%D0%BD%D1%96%D0%BC%D1%83%D0%BC.%20%D0%9F%D0%BE%D1%87%D0%B0%D1%82%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%B0%20%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%B0.pdf> (дата звернення: 28.04.2026).

22. Методики психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах війни: практичний посібник / за наук. ред. В. Г. Панка. Київ: УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2023. 212 с.

23. Науково-методичні основи психологічного супроводу діяльності вчителя в умовах реформування освіти: практичний посібник. Київ, 2022. URL: https://lib.iitta.gov.ua/733538/1/Nauk_metod_osnovy_psykhol_suprovodu_diialnosti_vchytelia_v_umovakh_reform_osvity_%28diahnostyka_korektsiia%29.pdf (дата звернення: 28.04.2026).

24. Нова українська школа: концептуальні засади реформування середньої школи. Київ: МОН України, 2016. URL: <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf> (дата звернення: 28.04.2026).

25. Нова українська школа: порадник для вчителя / за заг. ред. Н. М. Бібік.
Київ: Літера ЛТД, 2018. 160 с.

26. Онопрієнко О. В., Петрук О. М., Павлова Т. С. Технології оцінювання особистісних і навчальних досягнень учнів початкової школи: методичний кейс. Київ: Педагогічна думка, 2023. 247 с.

27. Особливості навчально-пізнавальної діяльності молодших школярів: методичні рекомендації / за заг. ред. О. В. Онопрієнко. Київ: Вид. дім «Освіта», 2024. 176 с.

28. Оцінювання результатів навчання та особистих досягнень учнів початкових класів / О. В. Чеботарьова та ін. Київ, 2020. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/721883/1/%D0%9F%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA%20%D0%9A%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%B5%D1%80%D1%96%D1%97%20%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%BD%>

D1%8E%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F%20%281-4%20%D0%BA%D0%BB%29%202020.pdf (дата звернення: 28.04.2026).

29. Павелків Р. В. Вікова психологія: підручник. Київ: Кондор, 2015. 469 с.

30. Пихтіна Н. П. Методологія психолого-педагогічних досліджень: навчальний посібник. Ніжин: НДУ імені М. Гоголя, 2023. 315 с.

31. Про затвердження Державного стандарту початкової освіти: Постанова Кабінету Міністрів України від 21.02.2018 № 87. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/87-2018-%D0%BF> (дата звернення: 28.04.2026).

32. Про затвердження методичних рекомендацій щодо оцінювання результатів навчання учнів 1–4 класів закладів загальної середньої освіти: Наказ МОН України від 13.07.2021 № 813. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/go/v0813729-21> (дата звернення: 28.04.2026).

33. Про затвердження рекомендацій щодо оцінювання результатів навчання: Наказ МОН України від 02.08.2024 № 1093. URL: <https://mon.gov.ua/npa/pro-zatverdzhennia-rekomendatsii-shchodo-otsiniuvannia-rezultativ-navchannia> (дата звернення: 28.04.2026).

34. Про схвалення Концепції реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року: Розпорядження Кабінету Міністрів України від 14.12.2016 № 988-р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/go/988-2016-%D1%80> (дата звернення: 28.04.2026).

35. Професійний стандарт за професією «Практичний психолог закладу освіти». Київ: МОН України, 2020. URL: <https://mon.gov.ua/static->

objects/mon/sites/1/rizne/2020/12/Standart_Praktychnyy_psykholoh.pdf (дата звернення: 28.04.2026).

36. Пророк Н. В. та ін. Психологічна діагностика мотивації особистості до навчання в умовах інформаційного суспільства: монографія. Київ, 2020. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/723282/1/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB_%D0%B4%D1%96%D0%B0%D0%B3%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82_%D0%BC%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%B0%D1%86%D1%96%D1%97.pdf (дата звернення: 28.04.2026).

37. Психологічна служба: підручник / за наук. ред. В. Г. Панка. Київ: Ніка-Центр, 2016. 362 с.

38. Савченко О. Я. Взаємозв'язок ключових і предметних компетентностей у контексті формування у молодших школярів уміння вчитися. Імідж сучасного педагога. 2012. № 6. С. 3–6.

39. Савченко О. Я. Дидактика початкової освіти: підручник. Київ: Грамота, 2012. 504 с.

40. Савченко О. Я. Уміння вчитися — ключова компетентність молодшого школяра: посібник. Київ: Педагогічна думка, 2014. 176 с.

41. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія: навчальний посібник. Київ: Академвидав, 2005. 360 с.

42. Волянчук А. Мотивація як фактор підвищення навчальної успішності молодших школярів. Актуальні питання гуманітарних наук. 2020. Вип. 27, т. 1. С. 241–245. DOI: <https://doi.org/10.24919/2308-4863.1/27.203423>. URL: https://www.apfn-journal.in.ua/archive/27_2020/part_1/42.pdf (дата звернення: 28.04.2026).

43. Уміння вчитися як ключова здатність здобувачів початкової освіти в реаліях воєнного стану: збірник матеріалів, присвячених науковій спадщині. Контексти творчості Олександри Яківни Савченко. - Київ, 2022. 165 с. URL: <https://undip.org.ua/wp-content/uploads/2022/12/Zbirnyk.pdf> (дата звернення: 28.04.2026).

44. Скрипченко О. В., Долинська Л. В., Огороднійчук З. В. та ін. Вікова та педагогічна психологія: навчальний посібник. Київ: Каравела, 2006. 400 с.

45. Bandura A. Self-Efficacy: The Exercise of Control. New York: W. H. Freeman, 1997. 604 p.

46. Bruner J. S. Toward a Theory of Instruction. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1966. 176 p.

47. Dweck C. S. Mindset: The New Psychology of Success. New York: Random House, 2006.

48. Goodman R. The Strengths and Difficulties Questionnaire: A Research Note. Journal of Child Psychology and Psychiatry. 1997. Vol. 38, № 5. P. 581–586. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9255702/> (дата звернення: 28.04.2026).

49. Piaget J., Inhelder B. The Psychology of the Child. New York: Basic Books, 1969. 173 p.

50. Ryan R. M., Deci E. L. Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness. New York: Guilford Press, 2017.

51. Strengths and Difficulties Questionnaire: measure report. URL: <https://www.eif.org.uk/files/resources/measure-report-child-sdq.pdf> (дата звернення: 28.04.2026).

52. Zimmerman B. J. Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview. Theory Into Practice. 2002. Vol. 41, № 2. P. 64–70. URL:

https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15430421tip4102_2 (дата звернення: 28.04.2026).