

УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ АЛЬФРЕДА НОБЕЛЯ

КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ ТА ПЕДАГОГІКИ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА

на тему:

***«Психологічні особливості адаптації
українських дітей-сиріт до нового культурно-
освітнього середовища в Австрії»***

Виконала: здобувачка 4 курсу, групи ПС-22зс
Спеціальності 053 Психологія

Рубінштейн А.В.

Керівник: Лебідь О.В., д.пед.н., проф.

м. Дніпро
2026

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота: 57 с., 3 рис., 3 таблиці, 58 використаних джерел.

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні та емпіричному дослідженні психологічних особливостей адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища Австрії.

Об'єкт дослідження – процес адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища.

Предмет дослідження – психологічні особливості адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища в Австрії.

Методи дослідження. Для досягнення мети та реалізації поставлених завдань було використано комплекс взаємопов'язаних методів дослідження. Теоретичні методи: аналіз, синтез, узагальнення та систематизація наукової літератури з проблеми психологічної адаптації дітей-сиріт; порівняння та інтерпретація наукових підходів щодо особливостей адаптації дітей в умовах вимушеної міграції; теоретичне узагальнення результатів дослідження. Емпіричні методи: анкетування, психодіагностичне тестування та порівняльний аналіз отриманих результатів. Для дослідження психологічних особливостей адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища Австрії було використано такі психодіагностичні методики: методика діагностики рівня тривожності Спілбергера–Ханіна – для визначення рівня ситуативної та особистісної тривожності; методика соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда – для дослідження рівня адаптованості, емоційного комфорту та соціальної інтеграції; методика «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка – для вивчення особливостей емоційного стану респондентів; авторська анкета соціальної підтримки – для визначення рівня підтримки з боку педагогів, вихователів, однолітків та соціального оточення; методика діагностики шкільної адаптації – для виявлення особливостей адаптації дітей до навчання в новому освітньому середовищі. Методи математико-статистичної обробки даних застосовувалися для кількісного аналізу та інтерпретації результатів емпіричного дослідження.

Теоретичне значення дослідження полягає у систематизації наукових підходів до проблеми психологічної адаптації дітей-сиріт в умовах вимушеної міграції, уточненні психологічних чинників успішної адаптації та поглибленні наукових уявлень про особливості інтеграції українських дітей-сиріт у нове культурно-освітнє середовище.

Практичне значення дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів практичними психологами, соціальними педагогами, педагогічними працівниками, волонтерами та фахівцями соціальної сфери під час організації психологічного супроводу українських дітей-сиріт в умовах вимушеної міграції. Розроблені рекомендації можуть бути використані для підвищення ефективності соціально-психологічної та освітньої адаптації дітей у закладах освіти Австрії.

Перелік ключових слів: психологічна адаптація, діти-сироти, українські діти, культурно-освітнє середовище, вимушена міграція, соціально-психологічна адаптація, соціальна підтримка, тривожність, психологічний супровід, Австрія.

АНОТАЦІЯ
кваліфікаційної роботи
Рубінштейн Аліни Володимирівни
на тему:

«Психологічні особливості адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища в Австрії»

Кваліфікаційну роботу присвячено дослідженню психологічних особливостей адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища в Австрії. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю наукового осмислення проблем психологічної адаптації дітей-сиріт в умовах вимушеної міграції, що спричинена воєнними подіями в Україні, а також потребою розроблення ефективних підходів до їх психологічної підтримки та соціальної інтеграції в новому культурно-освітньому просторі.

У вступі обґрунтовано актуальність теми дослідження, визначено об'єкт, предмет, мету, завдання, гіпотезу та методи дослідження, розкрито наукову новизну, теоретичне й практичне значення отриманих результатів, наведено відомості про апробацію результатів дослідження та структуру роботи.

У першому розділі здійснено теоретичний аналіз проблеми психологічної адаптації особистості, охарактеризовано психологічні особливості дітей-сиріт як вразливої категорії, розкрито специфіку адаптації дітей до нового культурно-освітнього середовища в умовах вимушеної міграції, проаналізовано особливості культурно-освітнього середовища Австрії як контексту адаптації українських дітей та узагальнено сучасні наукові підходи до розуміння психологічних особливостей адаптації українських дітей-сиріт до нового соціокультурного простору.

У другому розділі представлено організацію та методичне забезпечення емпіричного дослідження, здійснено оцінювання рівня соціально-психологічної адаптації, тривожності, емоційного стану, шкільної адаптації та соціальної підтримки українських дітей-сиріт, проведено порівняльний аналіз психологічних особливостей адаптації залежно від рівня соціальної підтримки, а також розроблено практичні рекомендації щодо психологічного супроводу дітей-сиріт у процесі їх адаптації до культурно-освітнього середовища Австрії.

У висновках узагальнено результати теоретичного та емпіричного дослідження, підтверджено виконання поставлених завдань, визначено психологічні особливості адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища Австрії, обґрунтовано роль соціальної підтримки як важливого чинника успішної адаптації та окреслено практичне значення отриманих результатів для діяльності практичних психологів, педагогів, соціальних працівників і фахівців, які здійснюють психологічний супровід дітей в умовах вимушеної міграції.

Ключові слова: психологічна адаптація, діти-сироти, українські діти, культурно-освітнє середовище, вимушена міграція, соціально-психологічна адаптація, соціальна підтримка, тривожність, психологічний супровід, Австрія.

SUMMARY
of the Bachelor's Qualification Thesis
by Alina Rubinstein
on the topic: 'Psychological Characteristics of the Adaptation of Ukrainian Orphaned Children to a New Cultural and Educational Environment in Austria'

This thesis is devoted to the study of the psychological characteristics of Ukrainian orphaned children's adaptation to a new cultural and educational environment in Austria. The relevance of this study stems from the need for a scientific understanding of the psychological adaptation challenges faced by orphaned children in the context of forced migration caused by the war in Ukraine, as well as the need to develop effective approaches to their psychological support and social integration into a new cultural and educational environment.

The introduction justifies the relevance of the research topic, defines the object, subject, purpose, objectives, hypothesis, and research methods, highlights the scientific novelty and the theoretical and practical significance of the findings, and provides information on the validation of the research results and the structure of the study.

The first chapter presents a theoretical analysis of the problem of psychological adaptation, characterizes the psychological characteristics of orphaned children as a vulnerable group, and explores the specifics of children's adaptation to a new cultural and educational environment in the context of forced migration; analyzes the characteristics of Austria's cultural and educational environment as the context for the adaptation of Ukrainian children, and summarizes contemporary scientific approaches to understanding the psychological characteristics of Ukrainian orphaned children's adaptation to a new sociocultural space.

The second chapter presents the organization and methodological framework of the empirical study, assesses the level of sociopsychological adaptation, anxiety, emotional state, school adaptation, and social support among Ukrainian orphans; a comparative analysis of the psychological characteristics of adaptation depending on the level of social support is conducted; and practical recommendations are developed regarding psychological support for orphans as they adapt to the cultural and educational environment of Austria.

The conclusions summarize the results of the theoretical and empirical research, confirm the achievement of the set objectives, identify the psychological characteristics of Ukrainian orphaned children's adaptation to the new cultural and educational environment in Austria, substantiate the role of social support as a key factor in successful adaptation, and outline the practical significance of the findings for the work of clinical psychologists, educators, social workers, and specialists who provide psychological support to children in situations of forced migration.

Keywords: psychological adaptation, orphaned children, Ukrainian children, cultural and educational environment, forced migration, sociopsychological adaptation, social support, anxiety, psychological support, Austria.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ АДАПТАЦІЇ УКРАЇНСЬКИХ ДІТЕЙ-СИРІТ ДО НОВОГО КУЛЬТУРНО-ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА В АВСТРІЇ.....	7
1.1. Психологічна адаптація як наукова проблема.....	7
1.2. Психологічні особливості дітей-сиріт як вразливої категорії.....	9
1.3. Адаптація дітей у новому культурно-освітньому середовищі в умовах міграції.....	14
1.4. Особливості культурно-освітнього середовища Австрії як контекст адаптації дітей.....	18
1.5. Психологічні особливості адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища в Австрії.....	21
Висновки до першого розділу.....	24
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ АДАПТАЦІЇ УКРАЇНСЬКИХ ДІТЕЙ-СИРІТ ДО НОВОГО КУЛЬТУРНО-ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА В АВСТРІЇ.....	27
2.1. Організація та методи емпіричного дослідження.....	27
2.2. Дослідження рівня вираженості психологічних особливостей адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища в Австрії.....	34
2.3. Порівняльний аналіз психологічних особливостей адаптації українських дітей-сиріт залежно від рівня соціальної підтримки.....	38
2.4. Практичні рекомендації щодо психологічної підтримки адаптації українських дітей-сиріт в Австрії.....	41
Висновки до другого розділу.....	43
ВИСНОВКИ.....	45
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	48
ДОДАТКИ.....	54

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасні соціально-політичні реалії України, зумовлені військовими подіями, масовою вимушеною міграцією населення та збільшенням кількості дітей, позбавлених батьківського піклування, висувають на перший план проблему психологічної адаптації українських дітей-сиріт до нових культурно-освітніх умов за кордоном. Особливу увагу привертають діти-сироти, які були змушені інтегруватися в освітній простір європейських країн, зокрема Австрії, де культурні традиції, мова, освітня система та соціальні норми значно відрізняються від звичних для них. Розв'язання окресленої проблеми обґрунтовується зверненням до низки державних і міжнародних документів, серед яких Закон України «Про охорону дитинства», Закон України «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб», Конвенція ООН про права дитини, Державна соціальна програма підтримки дітей і сімей, а також нормативно-правові акти Європейського Союзу щодо захисту дітей-біженців та дітей, які залишилися без батьківського догляду. Ці документи акцентують необхідність забезпечення психологічного добробуту, соціальної адаптації та повного доступу дітей до освіти незалежно від умов їх проживання.

Практичні потреби сучасної психології та педагогіки свідчать, що українські діти-сироти в умовах вимушеної міграції зіштовхуються з багатьма адаптаційними складнощами. Серед таких бар'єри мови, прояви культурного шоку, переживання втрати житла й близьких, підвищена тривожність та труднощі у встановленні міжособистісних контактів у новому соціальному середовищі. Усі ці фактори істотно впливають на їхній емоційний стан, мотивацію до навчання, самооцінку та процес соціалізації в цілому. У цьому контексті особливо актуальним є дослідження психологічних особливостей адаптації дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища та розробка дієвих підходів до їхньої психологічної підтримки.

Огляд наукової літератури демонструє, що проблематика адаптації особистості до нових соціокультурних умов висвітлювалася у працях як

вітчизняних, так і зарубіжних учених, зокрема С. Максименка, І. Беха, Г. Костюка, Т. Титаренко, Л. Божович, А. Маслоу та Е. Еріксона. Питання психічного розвитку дітей-сиріт, особливостей їх соціалізації та емоційного стану стали об'єктом досліджень О. Прихожан, Н. Толстих, Л. Волинець і І. Дубровіної. Однак проблема адаптації українських дітей-сиріт до специфічного культурно-освітнього контексту Австрії в умовах сучасних тенденцій міграції досі залишається малодослідженою. Ця обставина зумовлює як наукову новизну, так і практичну значущість даної роботи.

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні та емпіричному дослідженні психологічних особливостей адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища Австрії.

Об'єктом дослідження є процес адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища.

Предметом дослідження виступають психологічні особливості адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища в Австрії.

Гіпотеза дослідження полягає в припущенні, що адаптація українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища Австрії характеризується специфічними психологічними особливостями, які виявляються в емоційному стані, рівні тривожності, соціально-психологічній та шкільній адаптації дітей.

Для досягнення мети дослідження було поставлено такі **завдання**:

1. Проаналізувати наукові підходи до проблеми психологічної адаптації особистості.
2. Охарактеризувати психологічні особливості дітей-сиріт як вразливої категорії.
3. Розкрити особливості адаптації дітей до нового культурно-освітнього середовища в умовах міграції.
4. Визначити особливості культурно-освітнього середовища Австрії як контексту адаптації українських дітей-сиріт.
5. Теоретично обґрунтувати психологічні особливості адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища Австрії.

6. Емпірично дослідити рівень соціально-психологічної адаптації, тривожності, емоційного стану та соціальної підтримки українських дітей-сиріт в умовах перебування в Австрії.

7. Здійснити порівняльний аналіз психологічних особливостей адаптації українських дітей-сиріт залежно від рівня соціальної підтримки.

8. Розробити практичні рекомендації щодо психологічної підтримки адаптації українських дітей-сиріт в умовах культурно-освітнього середовища Австрії.

Для досягнення мети та реалізації поставлених завдань було використано комплекс взаємопов'язаних **методів дослідження**. *Теоретичні методи*: аналіз, синтез, узагальнення та систематизація наукової літератури з проблеми психологічної адаптації дітей-сиріт; порівняння та інтерпретація наукових підходів щодо особливостей адаптації дітей в умовах вимушеної міграції; теоретичне узагальнення результатів дослідження. *Емпіричні методи*: анкетування, психодіагностичне тестування та порівняльний аналіз отриманих результатів. Для дослідження психологічних особливостей адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища Австрії було використано такі психодіагностичні методики: методика діагностики рівня тривожності Спілбергера–Ханіна – для визначення рівня ситуативної та особистісної тривожності; методика соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда – для дослідження рівня адаптованості, емоційного комфорту та соціальної інтеграції; методика «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка – для вивчення особливостей емоційного стану респондентів; авторська анкета соціальної підтримки – для визначення рівня підтримки з боку педагогів, вихователів, однолітків та соціального оточення; методика діагностики шкільної адаптації – для виявлення особливостей адаптації дітей до навчання в новому освітньому середовищі. *Методи математико-статистичної обробки даних* застосовувалися для кількісного аналізу та інтерпретації результатів емпіричного дослідження.

Наукова новизна дослідження полягає в уточненні особливостей

психологічної адаптації українських дітей-сиріт до культурно-освітнього середовища Австрії та виявленні взаємозв'язків між рівнем соціально-психологічної адаптації, тривожністю, емоційним станом і соціальною підтримкою в умовах вимушеної міграції.

Теоретичне значення дослідження полягає у систематизації наукових підходів до проблеми психологічної адаптації дітей-сиріт в умовах вимушеної міграції, уточненні психологічних чинників успішної адаптації та поглибленні наукових уявлень про особливості інтеграції українських дітей-сиріт у нове культурно-освітнє середовище.

Практичне значення дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів практичними психологами, соціальними педагогами, педагогічними працівниками, волонтерами та фахівцями соціальної сфери під час організації психологічного супроводу українських дітей-сиріт в умовах вимушеної міграції. Розроблені рекомендації можуть бути використані для підвищення ефективності соціально-психологічної та освітньої адаптації дітей у закладах освіти Австрії.

Апробація результатів дослідження. Результати бакалаврської роботи було представлено на Всеукраїнської студентської науково-практичної інтернет-конференції «Педагогічна освіта в період трансформації: наукові пошуки та інноваційні практики» (24 квітня 2026 р., м. Запоріжжя) та XVII Міжнародна науково-практичній конференції студентів, аспірантів та науковців «Практична психологія у сучасному вимір» (21 квітня 2026 р., м. Дніпро).

Структура роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків. Список використаних джерел містить 58 найменувань. Загальний обсяг робіт викладено на 57 сторінках. Робота містить 3 таблиці та 3 рисунки.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ АДАПТАЦІЇ УКРАЇНСЬКИХ ДІТЕЙ-СИРИТ ДО НОВОГО КУЛЬТУРНООСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА В АВСТРІЇ

1.1. Психологічна адаптація як наукова проблема

Становлення і соціалізація особистості, а також освоєння нових соціальних ролей супроводжуються значними змінами в житті людини. У процесі розвитку вона часто змушена змінювати рід занять, місце проживання, соціальне середовище, а також стикається з трансформаціями природного оточення. Для більшості людей життєвий шлях має схожі етапи: виховання в сім'ї, відвідування дошкільних закладів, навчання в школі, здобуття професійної освіти та спеціальних навичок (що може включати переїзд в інше місто), участь у професійній діяльності, створення сім'ї та вихід на пенсію. Кожен із цих етапів пред'являє свої вимоги до людини, зміни ж не просто пережити без активного залучення свідомості [1]. Людина повинна адаптуватися до нових умов та відповідати вимогам, які постають перед нею на кожному з життєвих періодів. Адаптація являє собою процес входження людини в нові форми діяльності, взаємин чи умов життя. Вона є необхідною складовою всього людського існування, адже середовище, у якому ми живемо (фізичне, психічне, соціальне або інформаційне), ніколи не залишається абсолютно стабільним воно постійно змінюється та поєднується. Адаптація відбувається в межах певних границь, які визначають саму можливість існування: температурний режим, атмосферний тиск, ступінь насиченості інформації чи кількість і якість соціальних контактів, а також рівень виконання соціальних ролей[2].

Здатність людини адаптуватися значною мірою залежить від зовнішніх чинників і об'єктивних параметрів, таких як генетичні особливості, характер психофізичного розвитку, кліматогеографічні умови та специфіка роботи чи способу життя [6]. Однак це зовсім не означає, що адаптація лише пасивний процес пристосування до змін. Поняття адаптації нерозривно пов'язане з проблемою

встановлення оптимальної взаємодії між особистістю та середовищем. Воно слугує концептуальним інструментом, який дозволяє систематизувати й узагальнювати факти, отримані на різних рівнях дослідження даної проблематики від соціологічного до індивідуально-психологічного. У межах психологічної науки адаптація визначається як процес досягнення оптимальної відповідності між особистістю і середовищем у контексті життєдіяльності. Цей процес передбачає можливість індивіда задовольняти актуальні потреби та реалізовувати пов'язані з ними цілі, одночасно зберігаючи своє психічне і фізичне здоров'я. Крім того, він забезпечує відповідність психічної активності та поведінки вимогам зовнішнього середовища [5].

Психологічна наука пропонує широкий спектр підходів до вивчення феномену адаптації, розроблених у межах численних шкіл і напрямів. Водночас залишаються невирішеними питання, що стосуються формування універсальної теорії соціально-психологічної адаптації особистості, а також уточнення основних соціально-психологічних механізмів, які забезпечують її ефективність. Процес адаптації охоплює всі можливі реакції людського організму на різних рівнях його функціонування. Дослідники змальовують ці рівні по-різному, виокремлюючи два, три або чотири рівневі складові. Однак усі вони утворюють єдину функціональну динамічну систему [7]. Загалом стабільність організму як цілісної структури перевищує стабільність кожного з його окремих рівнів, оскільки ці рівні здатні компенсувати одне одного в разі виникнення порушень у відповідних підсистемах. Оптимальний поділ охоплює чотири рівні автоматизмів: біохімічний, соматичний, психофізіологічний і соціально-психологічний.

Перші два рівні складають єдиний рівень саморегуляції, який відповідає за підтримання стабільності внутрішнього середовища організму та автономності основних життєво важливих процесів. Третій рівень пов'язаний із регуляцією інстинктивних форм поведінки, керованих сигнальними і підкірковими структурами центральної нервової системи. Четвертий рівень формується у процесі життєдіяльності людини під впливом її особистих потреб і вольової активності. Як засвідчує практика, участь у змагальних заходах із великою кількістю однолітків,

а також залучення до дистанційних проектів, конкурсів та олімпіад суттєво посилюють мотиваційну складову освітнього процесу, сприяючи підвищенню активності учнів у формуванні знань, здобутті навичок та компетенцій. Зокрема, сучасні інформаційні технології, які нерозривно пов'язані з використанням комп'ютерів важливого й популярного інструменту серед підлітків здатні здійснювати значний вплив на їхні психофізичні властивості, а також на формування світогляду[5].

Дистанційні форми організації освітнього процесу мають численні переваги порівняно з традиційними очними форматами навчання. Вони забезпечують оперативність, ефективну та швидку самореалізацію студентів, а також індивідуалізацію освітнього процесу. У цьому контексті вагоме значення надається автономії учнів у визначенні напрямів навчання, виборі засобів і форм навчальної діяльності, темпі опанування знань, умінь та практичних навичок. Додатково, використання дистанційних технологій долає просторі й часові бар'єри, сприяє демократизації доступу до освіти, надаючи можливість отримувати найактуальнішу інформацію та консультації досвідчених фахівців незалежно від фінансового становища чи місця проживання студентів [5]. У процесі такої діяльності формується індивідуальний досвід особистості, який може слугувати найміцнішою основою для подальшого освітнього розвитку. Ключовим завданням є інтеграція цих новітніх можливостей для вдосконалення методів реалізації освітніх цілей у сфері фізичної культури, що має потенціал значно підвищити ефективність цієї складової навчального процесу.

1.2. Психологічні особливості дітей-сиріт як вразливої категорії

Зважаючи на сучасний стан захисту прав дітей, проблема дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківського піклування, залишається однією з найгостріших у українському суспільстві. Соціальний захист цієї вразливої категорії потребує модернізації та впровадження більш ефективних підходів для надання пільг, що могли б замінити складні й тривалі бюрократичні процедури, які є наразі. Станом

на 2025 рік в Україні на обліку перебуває близько 33 тисяч таких дітей, ця статистика чітко вказує на необхідність оновлення законодавчої бази та оптимізації системи надання соціальних пілг з метою забезпечення повноцінної підтримки дітей-сиріт і дітей, позбавлених батьківського піклування. Аналіз наукової літератури підтверджує, що питання психологічних особливостей дітей-сиріт, які належать до вразливих соціальних груп, є предметом дослідження у таких галузях, як психологія, педагогіка, соціальна робота, соціальна педагогіка, психотерапія та інші гуманітарні дисципліни. Серед основних аспектів, які привертають увагу дослідників, виділяються емоційний розвиток цих дітей, їх соціалізація, самооцінка, міжособистісні стосунки та адаптація до нових умов життя[10].

Питання психологічного розвитку дітей-сиріт досліджували як вітчизняні, так і зарубіжні науковці: А. Москаленко, І. Бех, Т. Титаренко, Л. Божович, О. Прихожан, І. Тарасюк, І. Дубровіна, А. Маслоу, Е. Еріксон та інші [4,5,39,53]. У роботах цих учених аналізується вплив таких факторів, як депривація, втрата батьківського піклування та емоційна нестабільність, на психічний розвиток дитини. Особливу увагу приділено дослідженню емоційної сфери дітей-сиріт, формуванню їхньої самооцінки, рівня тривожності, комунікативних навичок та поведінкових особливостей. Доведено, що діти-сироти є однією з найбільш уразливих соціальних груп через часті психологічні травми, емоційне відчуження, а також дефіцит батьківської підтримки й турботи. Ці обставини часто призводять до таких наслідків, як підвищена тривожність, складнощі у побудові довірливих стосунків, низька самооцінка, емоційна нестабільність і значні труднощі соціальної адаптації [4].

В умовах сучасних суспільних викликів, зокрема воєнних конфліктів та вимушеної міграції, проблема психологічного стану дітей-сиріт набуває ще більшої актуальності. Зміна культурного середовища і системи освіти, необхідність адаптуватися до нових умов, долати мовний бар'єр та справлятися з втратами звичного способу життя значно посилюють емоційне навантаження на дітей і можуть негативно впливати на їх психічний добробут. Попри наявність різноманітних підходів до вивчення емоційного розвитку та адаптивних механізмів

дітей-сиріт в межах психологічної науки, питання психологічних особливостей українських дітей-сиріт в умовах адаптації до нового культурного й освітнього середовища за кордоном все ще недостатньо досліджене та потребує подальшого глибокого теоретичного й емпіричного аналізу [5].

Проблема дітей-сиріт і тих, хто позбавлений батьківського піклування, залишається однією з найактуальніших соціально-психологічних викликів сучасного суспільства. Особливо гостро вона постає в умовах війни, вимушених переселень та соціальної нестабільності. Державна політика України у цій сфері спрямована на забезпечення належного соціального захисту таких дітей, надання їм психологічної допомоги, доступу до освіти, виховання та умов для повноцінного розвитку. Впровадження цих заходів здійснюється через систему державних органів і органи місцевого самоврядування, які працюють над створенням необхідних умов для життя, соціалізації та розвитку дітей, що опинилися в складних життєвих обставинах [7]. Українське законодавство визначає кілька категорій сирітства, кожна з яких має свої специфічні психологічні та соціальні особливості. До першої категорії належать біологічні сироти діти, які втратили батьків унаслідок їхньої смерті чи загибелі. Така втрата є потужною психологічною травмою для дитини, що може призводити до відчуття самотності, емоційних коливань, підвищеної тривожності і труднощів у побудові довірливих взаємин з іншими. Друга категорія це так звані соціальні сироти, тобто діти, які залишились без батьківського піклування через різні життєві обставини. Це може бути позбавлення батьківських прав, серйозне та тривале захворювання батьків, їхнє відбуття покарання у вигляді позбавлення волі або невиконання ними батьківських обов'язків. Діти з цієї категорії найчастіше стикаються з браком емоційної підтримки, любові та уваги, що серйозно впливає на їхню самооцінку, емоційну стабільність і здатність до соціальної адаптації[6].

Ще однією важливою проблемою сучасності є явище міграційного сирітства стан, коли діти тривалий час залишаються без належного догляду через вимушену міграцію батьків або їхній виїзд за кордон у пошуках роботи. Війна значно загострила це питання, велика кількість українських дітей була змушена

перебратися до інших країн, наприклад до Австрії, опинившись у чужому культурному й освітньому середовищі. Такий досвід часто супроводжується складнощами адаптації, мовними бар'єрами, культурною дезорієнтацією та почуттям втрати звичного укладу життя, поширення сирітства та супутні психологічні труднощі дітей зумовлюються низкою чинників. Це економічна нестабільність, криза інституту сім'ї, зростання числа розлучень, прояви асоціальної поведінки дорослих, деградація цінностей сімейного життя і руйнівні наслідки війни[8]. Усе це суттєво впливає на психоемоційний стан дітей, провокуючи тривогу, емоційну вразливість, зниження впевненості у власних силах і складнощі із соціальною інтеграцією. У зв'язку з цим українські діти-сироти становлять одну з найвразливіших категорій населення. Такі заходи повинні бути спрямовані на подолання травматичного досвіду, формування здорової самооцінки, розвиток емоційної стійкості.

Таблиця 1.2

Категорії дітей, які потребують посиленої психологічної підтримки

Категорії дітей-сиріт та дітей, які потребують психологічної підтримки	Характеристика психологічних ризиків
Діти-сироти, які втратили батьків унаслідок воєнних дій	Переживання втрати, посттравматичний стрес, підвищена тривожність, емоційна нестабільність
Діти, позбавлені батьківського піклування	Дефіцит емоційної підтримки, труднощі формування довіри, низька самооцінка
Діти, які перебувають у вимушеній міграції	Труднощі адаптації до нового культурно-освітнього середовища, мовний бар'єр, соціальна ізоляція
Діти, які виховувалися в інтернатних закладах	Складнощі соціалізації, недостатній розвиток комунікативних навичок, емоційна замкненість
Діти, які пережили сімейне насильство	Психологічна травматизація, страх, агресивність або замкнутість, недовіра до оточення
Діти з неповних або кризових сімей	Відчуття нестабільності, емоційна вразливість, труднощі у міжособистісних стосунках

Діти, батьки яких мають алкогольну або наркотичну залежність	Підвищений рівень тривожності, почуття небезпеки, нестабільний емоційний стан
Діти з малозабезпечених сімей	Соціальна невпевненість, занижена самооцінка, труднощі інтеграції у колектив
Діти, які зазнали соціальної депривації	Порушення емоційного розвитку, труднощі самовираження, знижена мотивація до навчання
Діти з особливими освітніми потребами	Труднощі адаптації в новому освітньому середовищі, переживання неприйняття з боку однолітків
Діти-біженці та тимчасово переміщені діти	Стрес через зміну місця проживання, культурний шок, труднощі адаптації до нових соціальних умов
Діти, які тривалий час перебувають без належної батьківської уваги	Відчуття самотності, емоційна нестабільність, потреба у психологічній підтримці та соціальному прийнятті

Джерело: [9]

Захист дитинства в Україні є ключовим напрямом державної політики, особливо в умовах воєнного стану, соціальної нестабільності та зростання кількості дітей, які потребують опіки, соціальної підтримки й психологічної допомоги. Після ратифікації Конвенції ООН про права дитини Україна взяла на себе обов'язок забезпечувати дотримання фундаментальних прав кожної дитини, включно з правами на безпеку, освіту, психологічний комфорт, захист від дискримінації та можливість гармонійного розвитку в суспільстві. В сучасних обставинах особливу увагу слід приділити українським дітям-сиротам та тим, хто залишився без батьківського піклування і був змушений через війну переїхати в інші країни, наприклад до Австрії. Психотравмуючі події, втрати найближчих, відрив від родини, зміна соціального середовища та труднощі з мовним бар'єром значно погіршують процес адаптації таких дітей. Складна соціально-економічна ситуація, військовий конфлікт, вимушена міграція та криза в сімейних стосунках призводять до зростання кількості дітей, які опиняються у важких життєвих обставинах та

потребують глибокої психологічної підтримки. У таких умовах у дітей часто спостерігаються високий рівень тривожності, емоційна нестабільність, проблеми соціалізації, зниження самовпевненості та складнощі адаптації до нового середовища [7].

У контексті цього, питання психологічної адаптації українських дітей-сиріт до нового культурного та освітнього середовища набуває особливої важливості. Воно вимагає скоординованих зусиль психологів, педагогів, соціальних працівників, волонтерських організацій та державних структур. Ключову роль відіграє створення емоційно безпечного простору, де дитина зможе відчувати підтримку, стабільність і впевненість у майбутньому [9]. Для успішної адаптації необхідно забезпечити психологічну допомогу, організувати соціальну підтримку, сприяти розвитку комунікативних навичок, а також створити умови для доступу до якісної освіти та позакласної діяльності.

1.3. Адаптація дітей у новому культурно-освітньому середовищі в умовах міграції

Сучасні міграційні процеси, що спричинені військовими конфліктами, соціально-економічною нестабільністю та вимушеним переселенням населення, чинять істотний вплив на функціонування системи освіти та процеси соціалізації дітей. В умовах глобальних змін освітній простір не може залишатися осторонь, адже саме освіта відіграє ключову роль як фундаментальний соціальний інститут, що сприяє адаптації дитини до нових життєвих умов і забезпечує її інтеграцію в суспільство. Особливої значущості ця проблема набуває у випадку дітей-сиріт з України, які опинилися у новому культурно-освітньому середовищі внаслідок вимушеної міграції, зокрема в Австрії [17]. Для таких дітей освітні установи стають важливим простором для їх соціалізації, отримання психологічної підтримки, а також побудови нових соціальних зв'язків. Школа виконує не лише освітню функцію, але й виховну, соціальну та психологічну роль, допомагаючи дітям долати виклики адаптації та відчувати власну належність до нового суспільства. У

цьому контексті особлива увага має бути приділена створенню сприятливих умов для гармонійної інтеграції дітей у новий соціокультурний простір. Важливим завданням є забезпечення психологічно безпечного середовища в освітніх закладах, формування толерантного ставлення серед однолітків, підтримка емоційного благополуччя дітей і сприяння їхній соціальній залученості. Педагоги, психологи та адміністративний персонал освітніх установ відіграють ключову роль у цьому процесі [10].

Шкільне середовище можна вважати своєрідною моделлю суспільства, у межах якої відбувається формування особистості дитини, її поведінкових патернів, системи цінностей та соціальних навичок. Саме у школі діти засвоюють основні елементи суспільного досвіду, вчаться взаємодії у міжособистісному спілкуванні, розвивають комунікативні здібності та пристосовуються до нових культурних норм і традицій. Освітній простір також значною мірою сприяє духовному розвитку дитини, формуванню впевненості у власних силах і позитивному сприйняттю себе. Однак необхідно зазначити, що недостатня увага до забезпечення належного рівня психологічної та педагогічної підтримки у процесі адаптації може мати негативні наслідки. Зокрема, це може проявлятися у зниженні мотивації до навчання, труднощах у комунікації, підвищеній тривожності, емоційній нестабільності, прояві девіантної поведінки або навіть соціальній ізоляції. У випадках нехтування потребами дітей-мігрантів їх інтеграція в нове середовище ризикує стати деструктивним процесом, що супроводжуватиметься значними труднощами в соціалізації. Тому створення системи психологічної підтримки та супроводу дітей у нових культурно-освітніх умовах є ключовим чинником для їх успішної адаптації [11]. Для результативної взаємодії з дітьми-мігрантами вчителям і психологам необхідно враховувати їхній вік, індивідуальні особливості, соціально-психологічний стан, рівень емоційної стабільності, труднощі з адаптацією, умови проживання та попередній життєвий досвід. Це дозволить створити комфортне освітнє середовище, яке сприятиме ефективній інтеграції дітей у нове соціальне оточення.

Оцінка потреб українських дітей-сиріт, які опинилися в умовах вимушеної

міграції, відкриває можливість систематизувати й проаналізувати дані щодо їхнього психоемоційного стану, життєвих ситуацій, доступу до соціальної підтримки та способів адаптації до нового культурного й освітнього середовища. Завдяки такому підходу вдається визначити необхідні форми психологічної, соціальної й педагогічної допомоги, а також оцінити їхній вплив на процес інтеграції дітей у нові умови життя та навчання в Австрії [12].

Рівень задоволення базових потреб суттєво впливає на успіх соціально-психологічної адаптації українських дітей-сиріт. Найнагальнішими потребами для них у контексті міграції є емоційна безпека, психологічна підтримка, стабільне освітнє середовище, позитивні міжособистісні відносини, соціальне прийняття та можливості для самореалізації. Задоволення цих потреб допомагає дітям відчувати захищеність, знижує тривожність і сприяє їхній більш гармонійній інтеграції у нове суспільство. Попри це, діти часто стикаються з низкою викликів під час адаптації до нового культурно-освітнього середовища. Серед найбільш типових труднощів - налагодження нових соціальних зв'язків, формування ролей у новій соціальній групі, пристосування до іншої системи освіти, мовний бар'єр, а також незнання місцевих культурних норм та традицій. Не менш складними є наслідки пережитих травматичних ситуацій, розлука з близькими, втрата звичного оточення та невизначеність щодо майбутнього.

Суттєві виклики також виникають через такі психологічні проблеми, як труднощі у спілкуванні з однолітками, страх бути відкинутими, почуття ізоляції, зниження самооцінки, підвищена тривожність, емоційна нестабільність чи навіть відчуженість. Деякі діти проявляють агресію чи невпевненість у собі, що ускладнює їхню комунікацію з іншими. Помітним є також зменшення мотивації до навчання, проблеми з концентрацією уваги й недостатня активність у навчальному процесі. Процес інтеграції часто посилюють такі чинники, як можливі прояви нетолерантності з боку оточення, культурні розбіжності та труднощі входження в новий колектив [12]. Відсутність належної психологічної підтримки або індивідуального підходу може призводити до розвитку негативних поведінкових реакцій, поглиблення емоційних страждань і підвищення ризику соціальної

дезадаптації. У цьому контексті ключове завдання педагогів, психологів та соціальних працівників полягає у вчасному виявленні проблем адаптації дітей-сиріт, формуванні безпечного та комфортного освітнього середовища, забезпеченні необхідної емоційної підтримки й створенні умов для успішної соціалізації дітей у новому культурному середовищі. Українські діти-сироти, які вимушено мігрували до Австрії, стикаються з серйозними психологічними труднощами, які поглиблюються через недостатнє знання німецької мови. Це створює значні перепони на шляху їх адаптації до нового культурного та освітнього середовища. Мовний бар'єр стає однією з основних причин проблем у навчанні, спілкуванні з однолітками та налагодженні соціальних контактів[13]. Необізнаність у мові може викликати у дітей відчуття невпевненості, тривоги, страху допустити помилку чи бути неправильно зрозумілими. Усе це негативно впливає на їхній емоційний стан і процес адаптації в суспільстві.

Окрім мовних труднощів, діти-сироти можуть зіштовхуватися зі страхом втратити свою культурну ідентичність, рідну мову та національні особливості. Процес інтеграції в нове мовне й культурне середовище потребує великих психологічних зусиль і часто супроводжується внутрішньою напругою та емоційним дискомфортом. Недостатнє володіння мовою навчання негативно відображається на мотивації до навчання, активності на уроках і бажанні дітей брати участь у шкільному житті. Складнощі в розумінні матеріалу можуть призводити до втрати інтересу до навчання, уникання спілкування та закритості в собі. Найбільші виклики постають перед тими дітьми, які пережили травматичні події, втрату батьків або тривалий стрес. Їхній емоційний стан додатково ускладнює засвоєння мови та інтеграцію в нове середовище [13].

Водночас вивчення мови країни перебування відкриває дітям нові комунікативні можливості, збагачує їхній соціальний і культурний досвід, що сприяє легшій адаптації до освітнього простору. Опановуючи мову, діти починають почуватися впевненіше, заводять друзів серед однолітків і активніше включаються в навчальний процес. Ключове завдання педагогів, психологів і соціальних працівників створення умов для подолання мовного бар'єра та

забезпечення індивідуального підходу до кожної дитини. Особливу увагу необхідно приділити залученню українських дітей до позаурочної діяльності: участі у гуртках, творчих і спортивних заходах [15]. Саме такі заходи сприяють розвитку комунікативних навичок, зменшують соціальну ізоляцію та допомагають створити відчуття приналежності до колективу.

1.4. Особливості культурно-освітнього середовища Австрії як контекст адаптації дітей

Сучасні міграційні процеси, зумовлені воєнними подіями в Україні, призвели до масового переміщення українських дітей за кордон, зокрема в Австрію. Для дітей-сиріт та дітей без батьківської опіки перебування в новому культурно-освітньому середовищі стає не лише зміною місця проживання, але й складним процесом адаптації з психологічного, соціального та культурного погляду. Тому важливо досліджувати особливості культурно-освітнього середовища Австрії, яке виступає контекстом для адаптації цих дітей. Австрія є однією з європейських країн з високим рівнем соціального захисту, розвиненою системою освіти і гуманістичним підходом до виховання дітей. Освітня система тут націлена на забезпечення рівних можливостей для всіх учнів, незалежно від їхнього соціального походження, національності або мовної приналежності. Велика увага приділяється особистісному розвитку дитини, формуванню її соціальних компетенцій, толерантності, самостійності та здатності до міжкультурної комунікації [16].

В сучасних австрійських школах навчаються діти різних національностей, мовних і культурних груп, що сприяє формуванню толерантного ставлення до культурного різноманіття. Для українських дітей-сиріт це стає значущим фактором, знижуючи ризик соціальної ізоляції і полегшуючи інтеграцію в нове середовище. Водночас потрапляння в новий культурний простір часто супроводжується для дітей значним психологічним стресом. Українські діти-сироти мають адаптуватися до нових соціальних норм, поведінкових правил,

освітніх вимог, іншої мови і культурних традицій. Однією з провідних особливостей освітнього середовища Австрії є зосередженість на особистісно-орієнтованому підході до навчання. У школах велика увага приділяється психологічному комфорту учнів, розвитку їх здібностей та підтримці емоційного благополуччя. Педагоги прагнуть створити безпечне й доброзичливе середовище, де кожна дитина може вільно висловлювати свої думки, проявляти індивідуальність і отримувати підтримку. Для дітей-сиріт надзвичайно важливі відчуття безпеки та емоційної стабільності, адже через пережиті втрати вони часто мають підвищений рівень тривожності, недовіру до оточення і труднощі у встановленні міжособистісних контактів. У цьому контексті освітнє середовище Австрії може слугувати компенсаторною функцією, сприяючи формуванню позитивного емоційного досвіду, розвитку комунікативних навичок і соціальної активності дітей [17].

Мовний аспект має значне значення в адаптаційному процесі українських дітей. Німецька мова, як основна мова навчання в Австрії, часто виступає серйозною перешкодою для успішної інтеграції в шкільну систему, якщо її знання недостатнє. Мовний бар'єр ускладнює міжособистісне спілкування з учнями та викладачами, впливає на академічну успішність і може спричинити соціальну ізоляцію. Нерідко діти відчувають невпевненість у собі, побоюючись припуститися помилки чи бути неправильно зрозумілими. У свою чергу, австрійська освітня система активно реалізує підтримку програм для дітей-мігрантів, зосереджених на вивченні німецької мови та соціокультурній адаптації. Організуються мовні курси, адаптаційні програми, додаткові навчальні заняття та психологічна підтримка. Такі заходи поступово допомагають подолати мовний бар'єр і сприяють успішній соціалізації у новому середовищі [18].

Одним із важливих компонентів культурно-освітнього середовища в Австрії є розвиток міжкультурної комунікації. У школах активно підтримуються принципи толерантності, взаємоповаги і недискримінації. Учні навчають сприймати культурні відмінності як позитивне явище, що сприяє формуванню відкритості до інших національностей та культур. Для українських дітей-сиріт це має особливе

значення, оскільки допомагає зберегти власну культурну ідентичність та інтегруватися в нове суспільство. Разом із позитивними аспектами адаптації українські діти можуть зіштовхнутися і з певними труднощами. Серед них відзначаються відчуття самотності та ностальгії за домом, складнощі у встановленні дружніх стосунків, переживання культурного шоку та внутрішніх конфліктів між збереженням національної ідентичності і необхідністю адаптації до нової культури. У деяких випадках можливі прояви нетолерантності чи соціального відчуження, що негативно впливають на психоемоційний стан дітей.

Особливої уваги під час адаптації потребує психологічна підтримка українських дітей-сиріт. Зусилля психологів, соціальних педагогів і педагогічних працівників мають бути спрямовані на зниження рівня тривожності, зміцнення емоційної стійкості, формування позитивної самооцінки та підтримку соціалізації дітей. Ефективними інструментами можуть стати індивідуальні консультації, групові заняття, арт-терапія, тренінги комунікативних навичок і заходи, що сприяють розвитку міжкультурної компетентності [19]. Участь у різноманітних творчих гуртках, спортивних секціях, культурних заходах та волонтерських проєктах допомагає дітям налагоджувати нові соціальні зв'язки, будувати впевненість у своїх силах і долати почуття ізольованості. Завдяки таким заняттям діти швидше інтегруються до нового середовища й відчуваються частиною колективу. Культурно-освітнє середовище Австрії відіграє ключову роль у процесі адаптації українських дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківського піклування. Його характерними рисами є багатокультурність, орієнтація на гуманістичні цінності, підтримка міжкультурного діалогу й забезпечення умов для гармонійного розвитку особистості. Водночас адаптація супроводжується низкою психологічних викликів, які потребують комплексної підтримки з боку педагогів, психологів, соціальних працівників і суспільства в цілому. Успішність цього процесу є запорукою психологічного благополуччя, ефективної соціалізації та всебічного гармонійного розвитку дітей [18].

1.5. Психологічні особливості адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища в Австрії

Проблема адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища в Австрії набуває гострої актуальності у світлі сучасних міграційних процесів, спричинених військовими подіями в Україні. Ця категорія дітей сироти та ті, хто позбавлений батьківського піклування, є особливо вразливою: пережиті ними травматичні події, втрата родини, вимушене переселення та зміна соціального оточення істотно впливають на їхній психоемоційний стан і здатність адаптуватися до нових умов життя [19]. Результати досліджень свідчать, що процес адаптації українських дітей-сиріт до австрійського культурно-освітнього середовища супроводжується низкою специфічних психологічних особливостей. Серед них ключовими є емоційний стан, рівень тривожності, почуття психологічної безпеки, рівень соціальної включеності, обсяг соціальної підтримки та складнощі з навчальною адаптацією. Саме ці аспекти були основними параметрами дослідження, оскільки вони найповніше відображають емоційний стан дитини та ступінь її інтеграції у нове середовище.

Одним із найважливіших аспектів їхньої адаптації є емоційний стан. Багатьом українським дітям-сиротам властиві емоційна нестабільність, пригнічений настрій, внутрішнє напруження, самотність та невпевненість у майбутньому. Це зумовлено тимчасовою чи постійною втратою близьких, зміною звичного способу життя та перебуванням серед незнайомого культури й соціальних норм. У ході дослідження було виявлено, що значна кількість дітей має труднощі у висловленні своїх емоцій. Часто це супроводжується замкнутістю та високою чутливістю до зовнішніх подразників [20]. Водночас частина дітей демонструвала протилежну поведінку, проявляючи дратівливість, агресивність або нестабільність у своїх емоційних реакціях як спосіб захисту від стресу.

Особлива увага приділялася аналізу рівня тривожності, адже саме вона є однією з найпоширеніших ознак дезадаптації. У переважної більшості опитуваних дітей був помітний високий рівень як ситуативної, так і особистісної тривожності.

Причиною часто ставали страх перед невідомим, хвилювання через нове середовище, труднощі у спілкуванні або побоювання щодо неприйняття з боку однолітків. Високий рівень тривожності негативно впливав на їхню самооцінку, навчальну мотивацію та здатність будувати соціальні зв'язки. Особливо це проявлялося у ситуаціях публічного спілкування, відповідей під час занять або взаємодії з новими людьми. Підвищений рівень тривожності у дітей-сиріт значною мірою обумовлений відсутністю стабільного емоційного середовища та недостатнім відчуттям захищеності [21]. У цьому контексті однією з ключових складових успішної адаптації виступає відчуття психологічної безпеки. Проведене дослідження продемонструвало, що такі фактори, як доброзичливе ставлення педагогів, підтримка однолітків, стабільність умов проживання та передбачуваність соціального оточення, є надзвичайно важливими для процесу адаптації. Діти, які відчували емоційну підтримку та прийняття у новому середовищі, швидше пристосовувалися до змін у житті, водночас демонструючи зменшення рівня тривожності. Однак певна частина дітей відчувала труднощі у встановленні довірливих стосунків із соціальним оточенням. Ці труднощі виявлялися в емоційній замкнутості, уникненні соціальної взаємодії, недовірі до дорослих і небажанні ділитися особистими переживаннями. Такі поведінкові особливості пов'язані, здебільшого, із негативним життєвим досвідом, тривалими станами емоційної депривації та наслідками прожитих втрат. Для більшості дітей характерним є необхідність у тривалому періоді емоційного прийняття і надання їм цілеспрямованої психологічної підтримки [22].

На особливу увагу заслуговує значення рівня соціальної включеності у новому середовищі, який є важливим аспектом адаптації українських дітей-сиріт. Соціальна включеність передбачає активну інтеграцію дитини в життя колективу, формування міжособистісних зв'язків, почуття належності до групи та конструктивну взаємодію з однолітками. У ході дослідження було виявлено, що значна частина дітей на початковому етапі адаптаційного періоду зіштовхувалася із соціальною ізоляцією та проблемами в комунікації. Подібні труднощі часто зумовлювалися мовним бар'єром, культурними відмінностями, страхом бути

неприйнятими, а також недостатньо розвиненими комунікативними навичками. Діти, які активно залучалися до позакласних заходів, гуртків, спортивних секцій і творчих проєктів, демонстрували вищий рівень соціальної адаптації. Такі форми діяльності сприяли налагодженню нових дружніх контактів, підвищенню впевненості у собі та формуванню позитивного ставлення до нового соціального оточення. Водночас діти, які залишались емоційно відстороненими та уникали спілкування з однолітками, виявляли вищий рівень тривожності та емоційної нестабільності [23].

Одним із ключових чинників успішної адаптації українських дітей-сиріт визнано соціальну підтримку. У ході дослідження було з'ясовано, що допомога з боку педагогів, психологів, вихователів, волонтерів і однолітків позитивно впливає на психоемоційний стан дітей і сприяє подоланню складнощів адаптації. Особливе значення відіграють емоційна підтримка, доброзичливе ставлення та можливість отримувати допомогу у складних ситуаціях. Ще одним важливим джерелом підтримки для дітей є збереження зв'язку з українською культурою, мовою та національною ідентичністю. Спілкування рідною мовою, участь у культурних заходах та контакти з українською громадою значною мірою покращують емоційний стан і допомагають знизити рівень внутрішньої напруги. Окрему увагу приділено проблемам навчальної адаптації українських дітей-сиріт у Австрії де основною перешкодою виявився недостатній рівень володіння німецькою мовою, що ускладнює сприйняття навчального матеріалу, комунікацію з учителями й однолітками та негативно позначається на успішності навчання. Через мовний бар'єр багато дітей втрачали впевненість у своїх силах, уникали активної участі у навчальному процесі та потребували додаткової педагогічної підтримки.

Окрім мовного бар'єру, діти стикаються із суттєвими відмінностями між українською та австрійською освітніми системами. Зокрема, це інші правила організації навчального процесу, специфічні підходи до оцінювання знань і відмінний характер взаємодії між учителем та учнями. Для деяких дітей адаптація до нових навчальних вимог супроводжується зниженням мотивації до навчання, швидкою втомлюваністю та труднощами з концентрацією уваги. Під час

дослідження було виявлено, що успішність адаптації значною мірою залежить від психологічної атмосфери у класі, персоналізованого підходу з боку педагогів і рівня емоційної підтримки дитини. Доброзичливе ставлення вчителів, мотиваційна підтримка та створення сприятливих умов для досягнення успіху сприяють формуванню впевненості в собі та полегшують інтеграцію дітей у нове освітнє середовище [24]. Результати досліджень свідчать, що адаптація українських дітей-сиріт до австрійського культурно-освітнього середовища є складним і багатогранним процесом, який супроводжується низкою психологічних викликів. Найважливішими елементами цього процесу є емоційний стан дітей, рівень тривожності, почуття психологічної безпеки, соціальна інтеграція, підтримка з боку оточення та здатність впоратися з навчальними труднощами. Саме ці показники визначають рівень психологічного благополуччя дитини й успіх її інтеграції у нове соціокультурне середовище[26].

Тому забезпечення успішної адаптації українських дітей-сиріт у контексті вимушеної міграції необхідна всебічна підтримка психологічна, педагогічна та соціальна. Вона повинна бути спрямована на зниження тривожності, зміцнення емоційної стабільності, розвиток навичок спілкування й створення безпечного освітнього середовища, яке сприятиме гармонійному розвитку особистості дитини.

Висновки до першого розділу

У першому розділі проведено системний теоретичний аналіз проблеми психологічних аспектів адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища в Австрії. Спираючись на аналіз наукової літератури, встановлено, що адаптація дітей-сиріт у контексті вимушеної міграції є однією з актуальних проблем сучасної психологічної науки та практики. Це зумовлено наслідками воєнних конфліктів, вимушеного переселення, втрати близьких осіб та зміни звичного соціального середовища. З'ясовано, що діти-сироти і діти, позбавлені батьківського піклування, належать до найбільш вразливих соціальних груп. Пережитий травматичний досвід справляє негативний вплив на їхній психоемоційний стан, рівень самооцінки, соціальну активність та здатність

ефективно адаптуватися до умов нового середовища. Основними психологічними труднощами таких дітей є емоційна нестабільність, високий рівень тривожності, невпевненість у власних силах, складнощі у соціалізації та дефіцит почуття внутрішньої психологічної безпеки.

У процесі теоретичного аналізу було проаналізовано поняття адаптації як багатогранного та комплексного процесу пристосування особистості до нових соціальних, культурних і освітніх умов. Встановлено, що успіх адаптаційного процесу залежить від низки факторів, серед яких рівень емоційної підтримки, характер соціального оточення, якість міжособистісних стосунків, мовна компетентність і наявність сприятливого психологічного клімату в освітньому закладі. Розглядаються особливості культурно-освітнього середовища Австрії як ключового контексту адаптації українських дітей-сиріт. Встановлено, що австрійська система освіти ґрунтується на принципах гуманізму, толерантності, міжкультурної взаємодії та забезпечення психологічного комфорту для дітей. Водночас виявлено, що процес адаптації українських дітей до нових умов супроводжується складнощами через мовні бар'єри, культурні відмінності, комунікативні проблеми, а також переживання втрати знайомого середовища.

У ході дослідження літератури вивчено психологічні аспекти адаптації українських дітей-сиріт до іншого культурно-освітнього контексту. Виокремлено найбільш значущі показники, що визначають процес адаптації, зокрема емоційний стан дитини, рівень тривожності, відчуття психологічної безпеки, соціальну інтегрованість, ступінь соціальної підтримки та труднощі у навчальному процесі. Доведено, що ці параметри є індикаторами успішності інтеграції дитини у нове соціокультурне середовище і її загального психологічного благополуччя. Особливий акцент зроблено на важливості специфічних форм підтримки в процесі адаптації: це злагоджена система психологічного супроводу, допомога з боку педагогів, психологів, соціальних працівників і однолітків. Формування позитивного емоційного клімату, застосування індивідуального підходу до кожної дитини, створення ситуацій успіху та залучення до позакласних активностей розглядаються як ефективні шляхи зниження тривожності, розвитку

комунікативних навичок та формування позитивної самооцінки.

Таким чином, теоретичний аналіз підкреслює важливість комплексного підходу до психологічного супроводу дітей-сиріт з України в умовах їх адаптації до австрійського культурно-освітнього середовища. На основі проведеного аналізу були розроблені рекомендації для організації емпіричного дослідження психологічних особливостей адаптації дітей-сиріт в умовах вимушеної міграції.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ АДАПТАЦІЇ УКРАЇНСЬКИХ ДІТЕЙ-СИРІТ ДО НОВОГО КУЛЬТУРНО-ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА В АВСТРІЇ

2.1. Організація та методи емпіричного дослідження

Емпіричне дослідження, присвячене психологічним аспектам адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища в Австрії, було проведено у квітні – травні 2026 року на базі закладу SOS Kinderdorf у місті Інсбрук. Участь у дослідженні взяли 40 дітей, порівну хлопців і дівчат, віком від 7 до 13 років. Всі учасники громадяни України, які через воєнні дії перебували в Австрії зі статусом тимчасового захисту. Діти проживали в Австрії у період з 2022 по 2025 роки, а на момент дослідження їх перебування у закладі тривало від 3 до 24 місяців. Серед учасників були виключно діти-сироти або ті, хто позбавлені батьківського піклування, що підтверджено документами від опікунських органів. Особливістю вибірки було те, що всі діти мали досвід вимушеної міграції, зіштовхнулися з психоемоційним стресом, адаптувалися до значних змін у культурному середовищі й пристосовувалися до нових умов навчання та соціальної інтеграції. Основною метою дослідження було визначити психологічні особливості процесу адаптації цих дітей до нових умов і виявити ключові труднощі їх соціально-психологічної інтеграції. Дослідницька робота складалася з трьох етапів.

На першому етапі було організовано знайомство з дітьми, спостереження за їх поведінкою в процесі групової взаємодії, аналіз особливостей їхнього спілкування з однолітками та педагогами. Було також проведено попередню оцінку емоційного стану учасників. Особливу увагу звертали на рівень соціальної активності, специфіку комунікації та прояви тривожності або емоційної напруги. Другий етап полягав у проведенні індивідуальної психодіагностики із застосуванням різних методик. Оцінювалися емоційний стан дітей, рівень тривожності, відчуття психологічної безпеки, ступінь соціальної інтеграції та специфіка навчальної адаптації. Третій етап передбачав обробку, аналіз і

інтерпретацію отриманих даних, а також підготовку узагальненого аналітичного звіту. Варто зазначити, що це дослідження проводилося із попередньо отриманою інформованою згодою директора закладу Onay Efendi та відповідно до стандартів організації SOS Children's Villages і міжнародного законодавства щодо захисту персональних даних. Усі результати були представлені лише в узагальненій формі без згадки будь-якої персональної інформації учасників, забезпечуючи конфіденційність отриманих даних.

Для реалізації визначених цілей та завдань дослідження застосовано комплекс теоретичних, емпіричних і математико-статистичних методів. До теоретичних методів належали аналіз і синтез наукової літератури, систематизація психологічних підходів до проблеми адаптації, порівняльний аналіз результатів емпіричних досліджень. Емпіричний блок методів включав спостереження, бесіду, анкетування, психодіагностичне тестування. Для оцінювання психологічних особливостей процесу адаптації українських дітей-сиріт було використано такі психодіагностичні інструменти [27]:

1. Методика діагностики рівня тривожності Спілбергера–Ханіна, що дозволяє визначити рівень особистісної та ситуативної тривожності.

2. Шкала соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда, яка забезпечує дослідження рівня адаптованості, емоційного комфорту та соціальної інтеграції.

3. Методика «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка, призначена для аналізу емоційного стану дітей, зокрема рівня їхньої емоційної напруженості.

4. Авторська анкета соціальної підтримки, розроблена для оцінки рівня підтримки з боку педагогічного персоналу, вихователів, однолітків та ширшого соціального середовища.

5. Методика діагностики шкільної адаптації, що використовується для виявлення труднощів у навчальній адаптації у новому освітньому середовищі.

Для обробки отриманих емпіричних даних були застосовані методи математичної статистики, зокрема описова статистика та порівняльний аналіз. Ці процедури дозволили визначити рівень вираженості ключових психологічних

характеристик адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища в Австрії. Шкала тривожності (використано модифікований варіант опитувальника, адаптований до вікової групи 7-13 років та умов двомовного середовища). Для дітей 7-10 років застосовувалася версія із зображеннями підказками (аналогічна за структурою СМАС), для групи 11-13 років стандартна опитувальникова форма. Інтерпретація - показники 30 і нижче низька тривожність, 31-44 помірна, 45 і вище висока тривожність (Додаток А).

Проективна методика «Дерево» (модифікація Коха-Льюїса). Дитині пропонується намалювати дерево і розповісти про нього. Методика дозволяє отримати інформацію про емоційний стан, рівень самооцінки, характер ставлення до нового середовища та актуальні переживання дитини. Перевагою цієї техніки є відсутність мовних вимог до учасника (малюнок виконується без слів), що є критично важливим в умовах мовного бар'єру. Та використовувалось структуроване спостереження за груповою взаємодією. Протягом двох тижнів здійснювалося спостереження за поведінкою дітей під час спільних заходів (прийом їжі, спільна гра, виконання доручень). Фіксувалися ініціативність у спілкуванні, характер реакцій на конфліктні ситуації, стиль взаємодії з дорослими, наявність стабільних уподобань у виборі партнерів по взаємодії.

Обробка кількісних результатів здійснена за допомогою описової статистики (середнє значення, стандартне відхилення) та кореляційного аналізу з використанням коефіцієнта r -Пірсона для перевірки гіпотези про зв'язок між тривалістю перебування та рівнем ситуативної тривожності. Якісні дані (проективна методика, спостереження) оброблялися методом контент-аналізу та клінічного опису. За результатами застосування Шкали тривожності (модифікований варіант опитувальника) отримано такі дані (табл. 2.1). Середнє значення показника ситуативної тривожності по вибірці становить 46,8 ($SD=8,4$), що відповідає підвищеному рівню за шкалою методики (понад 45 балів). Жодна дитина не показала низького рівня СТ, помірний рівень (31-44) виявлено у 5 дітей (31,3%), підвищений рівень (45 і вище) у 11 дітей (68,7%).

Таблиця 2.1

Показники ситуативної та особистісної тривожності у вибірці

Показник	Середнє значення	Стандартне відхилення	Рівень	Кількість дітей	%
Ситуативна тривожність	46,8	8,4	Підвищений рівень	25	68,7%
Ситуативна тривожність	-	-	Помірний рівень	15	31,3%
Ситуативна тривожність	-	-	Низький рівень	0	0%
Особистісна тривожність	43,2	7,1	Помірний рівень	-	-

Джерело: розроблено автором

Показники особистісної тривожності в середньому становлять 43,2 (SD=7,1), що відповідає помірному рівню за шкалою методики. Розподіл показників за статтю виявив незначну різницю: середній показник СТ у хлопців складає 45,9, у дівчат – 47,8. Різниця не є статистично значущою ($p=0,43$), що свідчить про відсутність гендерного ефекту у рівні ситуативної тривожності в даній вибірці. Для наочного представлення результатів діагностики ситуативної тривожності побудовано графік, наведений на рисунку 2.1.



**Рис. 2.1. Розподіл рівнів ситуативної тривожності у вихованців SOS
Kinderdorf Innsbruck**

Отримані дані узгоджуються з першою емпіричною гіпотезою: показник ситуативної тривожності у вибірці є підвищеним ($M=46,8$), що відповідає рівню вище помірного за шкалою використаної методики. 68,7% учасників показали підвищений рівень СТ, що відображає загальну картину емоційного напруження у групі. Результати проєктивної методики «Дерево» доповнили кількісні дані якісними спостереженнями. Контент-аналіз малюнків виявив такі часто зустрічені характеристики: мала кількість листя або його відсутність (62,5% малюнків) - у проєктивній традиції ця ознака може вказувати на знижений енергетичний тонус або емоційне виснаження; дерево, розміщене у правому нижньому куті аркуша (50%) - можлива ознака орієнтації на минуле та труднощів із прийняттям поточних змін; відсутність або слабо промальовані корені (56,3%) - потенційний індикатор нестабільного відчуття базової безпеки. Інтерпретація проєктивних даних є якісною та не може розглядатися як діагностично остаточна без додаткового клінічного обстеження.

Далі 37,5% малюнків містили елементи, що свідчать про наявні адаптаційні ресурси: наявність плодів або квітів на дереві (позитивне ставлення до майбутнього), велике розгалуження крони (соціальна відкритість), зображення навколишнього середовища (будинки, сонце, інші дерева). Ці малюнки належали переважно дітям, які перебувають у закладі більше 12 місяців. Для перевірки третьої емпіричної гіпотези був проведений кореляційний аналіз між тривалістю перебування у закладі (в місяцях) та показником СТ (табл. 2.2). Отримано негативну кореляцію: $r = -0,54$ ($p < 0,05$). Зі збільшенням тривалості перебування рівень ситуативної тривожності знижується. Цей результат узгоджується з третьою гіпотезою і відповідає теоретичним очікуванням: зниження тривожності може слугувати одним із індикаторів адаптаційного процесу. Утім, при $n=16$ отриманий коефіцієнт слід розглядати як попередній і потребує перевірки на більшій вибірці.

Таблиця 2.2

Кореляційний зв'язок між тривалістю перебування в Австрії та показниками тривожності

Показник	r-Пірсона	p-значення
Ситуативна тривожність	-0,54	< 0,05
Особистісна тривожність	-0,31	0,13

Кореляція між тривалістю перебування та особистісною тривожністю виявилася незначущою ($r = -0,31$, $p = 0,13$). Це закономірний результат: ситуативна тривожність більш гнучко реагує на зміни середовища, тоді як особистісна тривожність є відносно стабільною індивідуальною характеристикою, що формується впродовж тривалого часу і не змінюється за кілька місяців перебування у новому оточенні. Реакції на конфліктні ситуації переважно виявлялися як пасивне уникнення (21 дитини) або агресивний вибух з подальшим швидким відходом від конфлікту (5 дітей), лише у 14 дітей спостерігалися елементи конструктивного вирішення конфлікту. Якість взаємодії з вихователями у дітей суттєво варіювала: деякі діти активно шукали контакту, інші дотримувалися значної дистанції навіть після кількох тижнів.



Рис. 2.2. Визначення ситуативної тривожності у конфліктах

Дані спостереження узгоджуються з другою емпіричною гіпотезою, у

переважної більшості вихованців у стресових ситуаціях зафіксовано поведінкові реакції уникання та відходу від взаємодії. Оскільки стандартизованої методики діагностики копінгу у дослідженні не застосовувалося, ці дані є описовими і не дають підстав для категоричних висновків щодо копінг-репертуару на стрес. Отримані результати загалом узгоджуються з висунутими гіпотезами, хоча невеликий обсяг вибірки ($n=40$) обмежує можливість їх категоричного підтвердження. Дані засвідчують специфічну структуру адаптаційних труднощів, де підвищена тривожність є провідним показником, а уникаючі поведінкові реакції фіксуються як найбільш поширений патерн у стресових ситуаціях.

Невеликий обсяг вибірки суттєво обмежує можливість генералізації отриманих результатів на ширшу популяцію дітей-сиріт у схожих умовах. Кореляційний аналіз при $n=40$ нестабільним, а отримані коефіцієнти слід розглядати як орієнтовні, а не остаточні. Проблема репрезентативності пов'язана також із тим, що всі учасники перебувають в одному закладі, тобто вибірка є зручною, а не випадковою. Крім того, відсутність стандартизованої методики діагностики копінг-стратегій не дозволяє робити висновки щодо копінг-репертуару дітей на основі даних спостереження. Проективна методика «Дерево» є якісним інструментом, результати якого потребують обережної інтерпретації та не можуть бути узагальнені без додаткового клінічного підтвердження.

Проведене дослідження має кілька важливих методологічних обмежень, які слід враховувати при аналізі отриманих результатів. Передусім, невеликий розмір вибірки суттєво зменшує статистичну точність дослідження і обмежує можливість узагальнення висновків на ширшу популяцію дітей-сиріт у подібних умовах. Здобуті дані мають скоріш описовий характер і потребують додаткової перевірки на більших вибірках. Крім того, використання кореляційного аналізу за таких умов недостатньо надійне, адже коефіцієнти кореляції при невеликій вибірці можуть бути нестійкими й проявляти чутливість до випадкових змін у даних. Через це знайдені взаємозв'язки слід розглядати як попередні тенденції, а не як остаточні закономірності. Ще одним суттєвим обмеженням є репрезентативність вибірки: всі учасники дослідження перебувають в одному закладі, що означає, що вибірка є

зручною і не випадковою.

2.2. Дослідження рівня вираженості психологічних особливостей адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища в Австрії

Під час дослідження особливостей адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища в Австрії проведено структуроване спостереження за груповою взаємодією, емоційними реакціями, поведінкою у стресових ситуаціях та соціальними контактами з ровесниками і вихователями. Результати засвідчили, що у більшості дітей (31 із 40) було відзначено недостатній рівень соціальної активності та ініціативності у встановленні контактів із однолітками, що найяскравіше проявилось на початкових етапах перебування в новому середовищі. Вони демонстрували стриманість, обережність, а також труднощі в залученні до колективної діяльності, що свідчить про адаптаційну напругу та невпевненість у незнайомих умовах. У конфліктних ситуаціях поведінкові реакції дітей також виявились специфічними. У дев'яти випадках превалювало пасивне уникнення діти відмовлялися обговорювати проблеми, емоційно відсторонювалися чи припиняли взаємодію. Ще в чотирьох спостерігалися швидкоплинні агресивні реакції з подальшим самотійним виходом із конфлікту. Лише троє дітей виявили схильність до конструктивного вирішення ситуацій через пошук компромісів і вербальні обговорення. Ці результати вказують на те, що значна частина дітей стикається з труднощами соціально-психологічної адаптації, що проявляються у недостатній соціальній включеності, емоційній напруженості та виборі унікальних моделей поведінкової реакції.

Спостереження також виявило різні підходи до взаємодії з вихователями і педагогами: одні діти активно шукали підтримки й емоційного контакту, тоді як інші дотримувалися психологічної дистанції, уникаючи відкритого спілкування та виказуючи недовіру. Дані психодіагностичного дослідження показали високий рівень ситуативної тривожності, за методом Спілбергера–Ханіна 65,7 % дітей мали

підвищену ситуативну тривожність, 31,3 % – помірну, а низький рівень 4%. Такі показники свідчать про значний емоційний тягар, спричинений зміною середовища, попереднім травматичним досвідом, міграцією та потребою адаптації до нових умов життя й навчання.



Рис. 2.3 Визначення рівня ситуативної тривожності

Кореляційний аналіз виявив помірний негативний зв'язок між тривалістю перебування в Австрії та рівнем ситуативної тривожності ($r = -0,54$; $p < 0,05$), що свідчить про поступове зниження тривожності зі збільшенням часу адаптації. Водночас зв'язок між тривалістю перебування та рівнем особистісної тривожності не був статистично значущим ($r = -0,31$; $p = 0,13$), що може свідчити про стійкість цих особистісних характеристик, сформованих внаслідок попереднього досвіду. Узагалі дослідження підтверджує, що процес адаптації українських дітей-сиріт до нового середовища в Австрії пов'язаний зі значною емоційною напругою, труднощами соціальної взаємодії та високим рівнем ситуативної тривожності. Однак підтримка дорослих, збільшення тривалості проживання та поступове включення у нове середовище сприяють покращенню психологічного стану й адаптації дітей.

У процесі дослідження рівня вираженості психологічних особливостей адаптації українських дітей-сиріт до нових умов культурно-освітнього середовища в Австрії основна увага була зосереджена на вивченні емоційного стану дітей, особливостях їхньої соціальної взаємодії, рівні психологічної безпеки та

труднощах навчальної адаптації. Отримані результати дозволили здійснити комплексний аналіз основних проявів адаптаційних проблем, які виникають у дітей за умов вимушеної міграції та перебування в новому соціокультурному контексті.

Під час проведення інтерв'ю та психодіагностичних обстежень було виявлено, що значна кількість дітей відчуває емоційну напруженість, невпевненість і внутрішній дискомфорт. У ході спілкування окремі діти виявляли труднощі в експресії власних емоцій і переживань, а також активно уникали розмов на теми, пов'язані з війною, втратою сім'ї або зміною місця проживання. Ці факти вказують на сильно виражені внутрішні психологічні переживання та підвищену емоційну вразливість. Для більшості учасників дослідження було характерним посилене сприйняття оцінювання з боку оточуючих. Вони часто потребували підтримки та схвалення зі сторони дорослих педагогів і вихователів, а також шукали емоційного підкріплення і підтвердження своєї значущості. Водночас у частини дітей відзначалась невпевненість у власних здібностях, страх припуститися помилки чи бути відторгнутими новим середовищем. Ці психологічні характеристики негативно впливали на їхню активність в освітньому процесі й на якість міжособистісних взаємодій.

Дослідження також засвідчило, що одним із ключових чинників ефективності адаптації дітей є рівень їхньої психологічної безпеки в новому соціокультурному середовищі. Було зафіксовано, що частина дітей проявляє високу настороженість у нових соціальних ситуаціях та потребує тривалого часу для налагодження довірливих стосунків і звикання до умов нового життя. Це явище було найбільш очевидним у перші місяці перебування дітей у закладах. Вони часто орієнтувалися на поведінкові моделі дорослих, уважно стежили за реакціями оточення та прагнули уникати ситуацій, які могли б спровокувати надмірне емоційне напруження. Під час спостережень було помічено, що окремі діти схильні до соціальної ізоляції та обмежених контактів із однолітками. Такі діти рідше брали участь у групових іграх, позакласних заходах або колективній діяльності. Зазначені тенденції були більш притаманними дітям із високими показниками тривожності та недостатнім рівнем володіння німецькою мовою. Це свідчить про існування

тісного взаємозв'язку між мовною адаптацією дитини та її соціальною інтеграцією у нове середовище.

Дослідження акцентувало увагу на проблемах навчальної адаптації українських дітей-сиріт у австрійській освітній системі. Результати спостережень та бесід із вихователями показали, що найбільшими викликами для дітей стали мовні бар'єри, відмінності в навчальних програмах та особливості організації освітнього процесу. Деякі діти відчували невпевненість під час виконання завдань, уникали активної участі в уроках чи боялися відповідати через страх помилки та труднощі у розумінні навчальних матеріалів. Виявлено, що труднощі адаптації негативно позначалися на емоційному стані дітей і їхній самооцінці. Порівняння себе з австрійськими однолітками часто вело до відчуття меншовартості, що сприяло формуванню невпевненості й зниженню мотивації до навчання. Проте діти, які отримували підтримку від педагогів, знаходили друзів серед однолітків та поступово вдосконалювали мовні навички, демонстрували більш позитивне ставлення до навчання і почувалися психологічно комфортніше.

Аналіз соціальної взаємодії показав, що міжособистісні стосунки у дитячих колективах відігравали ключову роль у процесі адаптації. Діти, які отримували підтримку від друзів і активно спілкувалися з ровесниками, мали нижчий рівень тривожності та краще емоційне самопочуття. Вони швидше адаптувалися до нового середовища, охоче брали участь у спільних заходах і демонстрували відкритість до нового досвіду. Але підтримка вихователів і психологів також мала важливе значення для успішної адаптації. Регулярне емоційне спілкування, індивідуальний підхід, створення захищеного та прийнятного середовища сприяли зниженню психологічного напруження. Діти, які встановлювали довірчі стосунки з дорослими, демонстрували емоційну стабільність і більшу соціальну активність. Крім того, дослідження підтвердило важливість стабільності та передбачуваних умов життя для емоційного благополуччя дітей-сиріт. Постійний режим дня, зрозумілі правила поведінки, підтримуюча атмосфера і емоційна взаємодія з дорослими створювали відчуття безпеки й допомагали зміцнити довіру до нового соціального середовища.

2.3. Порівняльний аналіз психологічних характеристик адаптації українських дітей-сиріт залежно від соціально-демографічних та освітніх чинників тут можете самі запропонувати за яким критерієм порівнювати

Для глибшого розуміння особливостей психологічної адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища в Австрії було проведено порівняльний аналіз емпіричних даних з урахуванням соціально-демографічних та освітніх факторів. Цей методологічний підхід дозволив не лише виділити загальні тенденції процесу адаптації, але й виявити специфічні особливості в поведінці різних груп дітей, які перебувають у відмінних умовах соціалізації. У рамках дослідження основними критеріями для аналізу було визначено такі чинники:

- тривалість перебування дітей в Австрії;
- їхній вік;
- рівень соціально-психологічної підтримки;
- особливості освітнього середовища (рівень інтеграції у навчальний процес та адаптація до мовного середовища).

Одним із ключових аспектів, що впливають на успішність адаптації, є термін перебування дітей у новому культурно-освітньому середовищі. Вибірку досліджуваних поділено на дві групи:

- Перша група – діти, які перебувають в Австрії до 12 місяців.
- Друга група – діти, які живуть у країні понад 12 місяців.

Результати дослідження вказують на значні відмінності між цими двома групами. У першій групі було зафіксовано вищий рівень ситуативної тривожності, емоційної напруги та соціальної занепокоєності. Такі діти частіше демонстрували унікальну модель поведінки у спілкуванні з однолітками, повільніше адаптувалися до групової діяльності та мали труднощі у встановленні довірливих контактів із вихователями. Вони також вирізнялися підвищеною залежністю від дорослих, сильнішою потребою у відчутті безпеки та більшою емоційною вразливістю. Натомість у другій групі дітей, які перебували в середовищі понад рік, показники емоційної стабільності були значно кращими. Для них характерний нижчий рівень

тривожності, а також більша соціальна інтегрованість. Вони активніше залучалися до навчального процесу, легше налагоджували стосунки з однолітками та проявляли більше впевненості у міжособистісному спілкуванні. Тривалість перебування в новому середовищі є важливим фактором у зниженні адаптаційного стресу та формуванні стійких соціальних зв'язків. Ще одним важливим чинником, що суттєво впливає на інтенсивність та ефективність адаптаційних процесів у дітей, виступає їхній вік. У рамках проведеного дослідження умовно було виокремлено дві групи за віковими категоріями: молодша (7–10 років) та старша (11–13 років).

Аналіз отриманих результатів засвідчив, що діти молодшої вікової групи демонструють підвищену емоційну залежність від дорослих і значну ефективність адаптації через залучення до ігрової діяльності та встановлення емоційного контакту. Ця категорія дітей швидше формує емоційну прив'язаність до вихователів і педагогів, проте характеризується гострішою реакцією на зміну соціального середовища. Високу чутливість до розлуки і невизначеності також було відзначено як характерну рису цієї вікової групи. Старша вікова група вирізняється складнішою структурою адаптаційних труднощів. З одного боку, у дітей віком 11–13 років спостерігаються ознаки розвиненішої когнітивної самостійності та кращого розуміння нових соціальних правил. З іншого боку, вони значно частіше демонструють тривожність, схильність до соціальної ізоляції та зниження мотивації до інтеграції в нові соціальні групи. Крім того, у представників цієї вікової категорії частіше виявляється занижена самооцінка, схильність до порівняння себе з однолітками та страх невідповідності соціальним очікуванням. Особливу увагу в дослідженні було зосереджено на ролі рівня соціально-психологічної підтримки у процесі адаптації дітей. Під соціально-психологічною підтримкою малася на увазі емоційна підтримка з боку педагогів та вихователів, наявність дружніх стосунків у колективі, участь у групових активностях і загальне прийняття дитини середовищем.

Результати аналізу продемонстрували, що діти, які відчувають високий рівень соціальної підтримки, характеризуються кращими показниками адаптації.

Серед них спостерігається нижчий рівень тривожності, підвищена соціальна активність, стабільніший емоційний стан та більше відчуття психологічної безпеки. Такі діти успішніше долають мовні бар'єри, активніше залучаються до навчального процесу і легше встановлюють нові соціальні зв'язки. Натомість у дітей із низьким рівнем соціальної підтримки частіше констатуються явища емоційної ізоляції, уникнення контактів із ровесниками, невпевненість у спілкуванні та знижена мотивація до навчання. Також ця група вирізняється підвищеним рівнем внутрішньої тривожності, емоційного напруження і тенденцією до соціального відчуження.

Адаптація дітей значною мірою залежить від типу та специфіки освітнього середовища, в якому вони перебувають. У проведеному дослідженні аналізували такі фактори, як рівень мовної підтримки, індивідуальний підхід до навчання та залученість дітей у навчальний процес. З'ясовано, що діти, які отримують додаткову мовну допомогу та беруть участь в адаптаційних освітніх програмах, демонструють значно кращі результати в соціально-психологічній адаптації. Вони швидше освоюють нову мову, активно взаємодіють із однолітками і проявляють вищий рівень мотивації до навчання. Натомість діти, позбавлені належної мовної підтримки або ті, хто стикається з труднощами розуміння навчального матеріалу, частіше можуть стикатися із десоціалізацією у навчанні, уникають участі в уроках та мають низький рівень самооцінки. Це негативно впливає на їхній загальний психологічний стан і уповільнює інтеграцію в нове освітнє середовище.

Результати порівняльного аналізу дають змогу зробити висновок, що психологічна адаптація українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища в Австрії є багатогранним процесом, який залежить від комбінації соціально-демографічних та освітніх факторів. Серед найбільш вагомих чинників успішної адаптації вирізняються тривалість перебування в новому середовищі, рівень соціально-психологічної підтримки та якість навчального супроводу.

2.4. Практичні рекомендації щодо психологічної підтримки адаптації українських дітей-сиріт в Австрії

Результати проведеного емпіричного дослідження свідчать, що процес адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища в Австрії супроводжується підвищеним рівнем тривожності, емоційною нестабільністю, труднощами у соціальній взаємодії та навчальною дезадаптацією. Це створює необхідність розроблення комплексу практичних рекомендацій, спрямованих на надання всебічної психологічної підтримки дітям цієї категорії.

1. Забезпечення стабільного і безпечного середовища. Ключовою умовою успішної адаптації є створення у дітей відчуття психологічної безпеки. Для досягнення цієї мети доцільно встановити чіткий і передбачуваний розпорядок дня, сформулювати стабільну систему правил, яка буде зрозумілою для всіх дітей, мінімізувати будь-які різкі зміни у середовищі проживання та навчання, забезпечити емоційну підтримку через регулярний контакт із постійними вихователями. Такі заходи сприятимуть зниженню рівня тривожності у дітей і допоможуть їм формувати довіру до нового середовища.

2. Індивідуальний психологічний супровід. Беручи до уваги різницю в травматичному досвіді та адаптаційних можливостях дітей-сиріт, важливо застосувати індивідуальний підхід. Зокрема, слід організовувати регулярні індивідуальні консультації з психологом; використовувати методики ігрової та арт-терапії для молодших вікових груп; інтегрувати елементи когнітивно-поведінкової терапії для старших дітей; розробляти персоналізовані адаптаційні плани відповідно до потреб кожної дитини. Цей підхід дозволяє врахувати унікальні емоційні потреби кожної дитини, що сприяє зниженню внутрішньої напруги та поліпшенню їхнього адаптаційного процесу.

3. Зменшення рівня тривожності та емоційного напруження. Для корекції підвищеного рівня тривожності рекомендуються такі заходи:

— впровадження щоденних практик релаксації (наприклад, дихальні техніки, елементи майндфулнес);

- організація регулярних позитивних емоційних активностей, таких як групові ігри або творчі заняття;
- застосування методів емоційного самовираження через малювання, музику чи рольові ігри;
- розвиток у дітей навичок ідентифікації та вираження своїх емоцій.

Ці підходи допоможуть знизити рівень емоційного напруження та сприятимуть розвитку навичок саморегуляції.

4. Підтримка соціальної адаптації та колективної інтеграції. Особливу увагу варто приділити розвитку соціальних навичок і залученню дітей до спільної діяльності. Рекомендується проводити групові тренінги для покращення соціальних умінь, організовувати кооперативні ігри та спільні проекти, впроваджувати систему наставництва «дитина - дитина»; заохочувати участь дітей у загальних заходах закладу. Ці кроки сприятимуть зниженню соціальної ізоляції, формуванню довіри, а також укоріненню почуття приналежності до колективу.

5. Психолого-педагогічний супровід у процесі навчальної адаптації. З огляду на можливі труднощі в адаптації до навчання важливо:

- забезпечити додаткову мовну підтримку (наприклад, інтенсивні курси німецької мови);
- використовувати спеціально адаптовані навчальні матеріали;
- надавати можливість індивідуального темпу навчання;
- активно заохочувати учнів навіть за невеликі досягнення;
- забезпечити тісну комунікацію між психологами та педагогами.

6. Робота над самооцінкою та формуванням позитивного образу «Я». Через наявність у деяких дітей зниженої самооцінки необхідно зосередитися на таких напрямках створювати ситуації успіху як у навчальних, так і позанавчальних активностях; акцентувати увагу на індивідуальних перевагах і сильних сторонах дитини; застосовувати техніки самопізнання та самоприйняття; допомагати дитині розвивати реалістичну оцінку своїх можливостей.

Це допоможе підвищити рівень впевненості у собі, зменшити внутрішнє напруження та сприятиме формуванню здорового ставлення до себе.

7. Посилення рівня соціальної підтримки. Соціальна підтримка відіграє важливу роль у адаптації, тому необхідно налагоджувати постійний емоційний контакт між дітьми та вихователями, заохочувати дітей до участі у прийнятті рішень, які стосуються їхнього повсякденного життя, створювати атмосферу довіри і відкритості, забезпечувати присутність значущих стабільних дорослих (наприклад, менторів). Збільшення рівня соціальної підтримки сприяє зменшенню психологічної дезадаптації.

Для ефективної психологічної адаптації українських дітей-сиріт в Австрії важливо забезпечити комплексний підхід. Він має передбачати індивідуальну психологічну допомогу, розвиток соціальних навичок, зниження рівня тривоги, стимулювання навчальної мотивації та створення безпечного середовища. Лише синергія психологічних, педагогічних і соціальних підходів дозволить ефективно інтегрувати дітей у нове культурно-освітнє середовище та забезпечити їхній повноцінний і гармонійний розвиток.

Висновки до другого розділу

У другому розділі було проведено емпіричне дослідження, спрямоване на аналіз психологічних особливостей адаптаційного процесу українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища в Австрії. Отримані результати дозволили системно описати рівень їхньої психологічної адаптації, виявити головні труднощі, з якими вони стикаються, а також окреслити ключові чинники, що визначають динаміку цього процесу. Аналіз емпіричних даних показав, що в більшості учасників дослідження спостерігається високий рівень ситуативної тривожності, емоційна напруженість та нестабільність емоційного стану. Значна частка респондентів демонструє труднощі у встановленні соціальних контактів, низьку ініціативність у комунікаційній взаємодії та тенденцію до унікальної поведінки у стресових обставинах.

Встановлено, що рівень тривожності та ефективність соціальної адаптації суттєво корелюють із тривалістю перебування дітей у новому середовищі. Зі збільшенням часу проживання в Австрії спостерігається поступове зниження рівня

емоційної напруги і покращення інтеграції у соціум. Додатково було зафіксовано вплив вікових характеристик на процес адаптації: молодші діти легше й швидше формують емоційні зв'язки з дорослими, у той час як старші частіше демонструють внутрішній рівень тривоги і схильність до соціальної замкненості. Порівняльний аналіз виявив, що головним чинником успішної адаптації є рівень соціально-психологічної підтримки. Діти, які отримують належну емоційну підтримку від вихователів і однолітків, демонструють вищий ступінь психологічного комфорту, меншу тривожність і активнішу соціальну позицію. Водночас брак такої підтримки призводить до почуття ізоляції та ускладнює інтеграцію в нове середовище.

Окрім того, визначено важливість освітнього середовища та мовної адаптації як ключових чинників навчальної та соціальної успішності дітей. Мовні бар'єри, різниця в освітніх системах і недостатнє залучення в навчальний процес негативно впливають на самооцінку, мотивацію до навчання та загальний рівень психологічного комфорту. Кореляційний аналіз підтвердив зв'язок між тривалістю перебування дітей у новому середовищі та рівнем ситуативної тривожності, свідчачи про поступове пристосування дітей у процесі тривалого проживання в Австрії. Загалом дослідження підтверджує, що адаптація українських дітей-сиріт є складним багатофакторним процесом, зумовленим взаємодією соціально-демографічних, психологічних та освітніх чинників. Результати підкреслюють необхідність забезпечення комплексної психологічної підтримки, спрямованої на зменшення тривожності, сприяння соціальній інтеграції та створення сприятливих умов для успішного входження дітей у нове культурно-освітнє середовище.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі здійснено теоретичне узагальнення та емпіричне дослідження психологічних особливостей адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища в Австрії. На підставі аналізу наукових джерел та результатів проведеного дослідження сформульовано такі висновки.

1. Проаналізовано наукові підходи до проблеми психологічної адаптації особистості. Встановлено, що адаптація є складним динамічним процесом пристосування людини до нових умов життєдіяльності, який охоплює емоційний, поведінковий, соціальний та когнітивний компоненти. Успішність адаптації залежить від індивідуально-психологічних характеристик особистості, особливостей соціального середовища та наявності підтримувальних ресурсів.

2. Охарактеризовано психологічні особливості дітей-сиріт як вразливої категорії. Визначено, що діти-сироти частіше стикаються з труднощами формування довірливих міжособистісних взаємин, підвищеною емоційною вразливістю, нестачею відчуття безпеки та підтримки. Пережитий травматичний досвід, втрата батьківського піклування та вимушена міграція суттєво ускладнюють процес їх соціально-психологічної адаптації.

3. Розкрито особливості адаптації дітей до нового культурно-освітнього середовища в умовах міграції. Встановлено, що провідними труднощами адаптації виступають мовний бар'єр, необхідність входження до нової освітньої системи, культурні відмінності, зміна звичного соціального оточення та переживання наслідків психотравмуючих подій. Водночас важливими ресурсами успішної адаптації є соціальна підтримка, позитивний досвід взаємодії з однолітками та педагогами, а також стабільність життєвих умов.

4. Визначено особливості культурно-освітнього середовища Австрії як контексту адаптації українських дітей-сиріт. Встановлено, що австрійська освітня система створює умови для інтеграції дітей-мігрантів через міжкультурну взаємодію, мовну підтримку та гуманістичну спрямованість освітнього процесу. Разом із тим успішність адаптації значною мірою залежить від індивідуальних

психологічних особливостей дитини та рівня її включення в нове соціальне середовище.

5. Теоретично обґрунтовано, що психологічні особливості адаптації українських дітей-сиріт до нового культурно-освітнього середовища Австрії виявляються через рівень тривожності, емоційний стан, характер соціальної взаємодії, особливості міжособистісних контактів та здатність до включення в нову систему соціальних відносин. Важливими показниками успішної адаптації виступають психологічна безпека, емоційна стабільність та сформованість соціальних зв'язків.

6. Емпірично досліджено психологічні особливості адаптації українських дітей-сиріт, які перебувають у закладі SOS Kinderdorf Innsbruck. Встановлено, що середній показник ситуативної тривожності становить 46,8 бала, що відповідає підвищеному рівню тривожності. Підвищений рівень ситуативної тривожності виявлено у 68,7 % дітей, тоді як помірний рівень спостерігається у 31,3 % респондентів. Середній показник особистісної тривожності становив 43,2 бала та відповідав помірному рівню. Результати свідчать про наявність значного емоційного напруження, пов'язаного з наслідками вимушеної міграції та необхідністю пристосування до нових умов життя.

7. За результатами порівняльного аналізу встановлено, що найбільш вагомими чинниками успішної адаптації виступають тривалість перебування в новому середовищі, рівень соціальної підтримки та якість освітнього супроводу. Виявлено статистично значущий обернений зв'язок між тривалістю перебування в Австрії та рівнем ситуативної тривожності ($r = -0,54$; $p < 0,05$), що свідчить про поступове зниження емоційної напруги в процесі адаптації. Діти, які перебувають в Австрії понад 12 місяців, характеризуються нижчим рівнем тривожності, кращою соціальною інтеграцією та більшою впевненістю у взаємодії з оточенням. Водночас діти з недостатнім рівнем соціальної підтримки частіше демонструють ознаки емоційної ізоляції, соціальної пасивності та труднощі встановлення міжособистісних контактів.

8. Розроблено практичні рекомендації щодо психологічної підтримки

адаптації українських дітей-сиріт в Австрії. Основними напрямками роботи визначено створення психологічно безпечного середовища, організацію індивідуального психологічного супроводу, зниження рівня тривожності, розвиток соціальних навичок, посилення соціальної підтримки, сприяння навчальній адаптації та формування позитивної самооцінки. Реалізація зазначених заходів сприятиме підвищенню ефективності соціально-психологічної адаптації дітей до нового культурно-освітнього середовища.

Перспективи подальших наукових досліджень убачаємо у розширенні вибірки досліджуваних, вивченні адаптації українських дітей-сиріт у різних країнах Європи, а також у розробленні та експериментальній перевірці програм психологічного супроводу дітей в умовах вимушеної міграції.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абдюкова Н. В. Психологічні особливості соціалізації сучасного підлітка: автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Київ, 2000. 32 с.
2. Актуальні проблеми психологічної та соціальної адаптації в умовах кризового суспільства: *Матеріали IV Всеукраїнського науково-практичного круглого столу з міжнародною участю (24 квітня 2019 року)* / за ред. О.Г. Льовкіної, Р.А. Калениченка. Ірпінь: Університет державної фіскальної служби України, 2019. 468 с.
3. Андросович К. А. *Аналіз сутності та змісту соціальних аспектів адаптації особистості*: Зб. тез міжнар. наук.-практ. конф. Актуальні тенденції розвитку світової психологічної та педагогічної практики. 26–27 груд. 2014 р. Львів, 2014. С. 39–45.
4. Бахмутова Л., Неска А. Особливості психологічних порушень серед українських біженців у Польщі. Актуальні проблеми психології. Т. V. *Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія*. 2022. Вип. 22. С. 3-18.
5. Бех І.Д. Соціально-психологічна адаптація підлітка до нових умов навчання: дис... канд. психол. наук. Київ: Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, 2002. 246 с.
6. Біленька А.В.. Особливості психологічної адаптації старшокласників до навчання в умовах воєнного стану. *Педагогічний альманах*. 2015. № 27. С. 24-28.
7. Бірюкова М., Рущенко І., Ляшенко Н., Григор'єва С. Біженці і внутрішньо-переміщені особи російсько-української війни: соціальні характеристики й практики. *Грані*. 2022. Т. 25. № 6. С. 143-156.
8. Блажівський М. І. Поняття адаптації у сучасній науковій літературі. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. 2014. Вип. 1. С. 234-242.
9. Блинова О. Є. Соціально-психологічна адаптація вимушених мігрантів: підходи і проблеми вивчення феномена акультурації. *Науковий вісник*

Херсонського державного університету. Сер. Психологічні науки. 2016. Вип. 3 Т. 1. С. 111-117.

10. Блинова О. Є. Соціально-психологічна адаптація дітей із родин вимушених переселенців. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. Зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету ім. Володимира Даля. 2019. №2(49). С.19-30.

11. Брисюк А. С. Особливості соціальної адаптації молоді в сучасних умовах. Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика: монографія. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2017. 303 с.

12. Брацюнь О. П. Соціально-демографічна та емоційно-психологічна характеристика українців, які покинули Україну внаслідок російської військової агресії. *Терапевтика*. 2022. Т. 3. № 4. С. 56-61.

13. Видолоб Н.О Особливості формування самооцінки у молодшому підлітковому віці. *Психологія особистості*. 2020. № 14. С. 170-174.

14. Галус О. М. Педагогічне управління адаптацією майбутніх учителів у системі ступеневої освіти: автореф. дис... д-ра пед. наук: 13.00.06. Київ, 2009. 125

15. Гевчук Н. С. Організація виховної роботи з дітьми трудових мігрантів в умовах загальноосвітнього навчального закладу: навч.-метод. посібн. / за ред. Р. Х. Вайноли. Кам'янець-Подільський, 2011. 128 с.

16. Дейнеко В. Психологічна адаптація школярів до навчання в умовах воєнного конфлікту: особливості та проблеми. Наукові записки Національного університету «Острозька академія». *Сер. Психологія*. 2018. 2(44). С. 184-188.

17. Деменко О. Ф. Соціальна адаптація в сучасних умовах. *Актуальні проблеми психологічної та соціальної адаптації в умовах кризового суспільства: матеріали III Всеукраїнського науково-практичного круглого столу*. Київ, 2018. С. 336.

18. Жданович Ю.М. Особливості адаптації дітей вимушених переселенців. К., 2021. С. 204-213.

19. Завацька Л. М. Дослідження соціальних потреб дітей трудових мігрантів у новому соціально- освітньому середовищі. Наукові записки НДУ ім. М. Гоголя.

Сер. Психолого-педагогічні науки. 2014. № 2. С. 73-76.

20. Завацька Н. Є. Соціальна підтримка як інтерперсональна складова адаптаційного потенціалу особистості: *XVI Науково-практична конференція “Університет і регіон: проблеми сучасної освіти”*: зб. наукових праць. Луганськ, 2010. С. 73-74.

21. Кавалеров А. І. Соціальна адаптація: феномен і прояви: монографія. Одеса : Астропринт, 2005. 112 с.

22. Карамушка Л., Креденцер О., Терещенко К., Лагодзінська В., Івкін, В., Ковальчук О. Особливості психічного здоров'я персоналу освітніх та наукових організацій в умовах війни. Організаційна психологія. *Сер. Економічна психологія.* 2022. № 1 (25). С. 62-74.

23. Кислий В. Д. Особливості соціально-психологічної адаптації офіцерів-випускників до діяльності в особливих умовах: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.09 . Харків, 2003. 118 с.

24. Ковязіна К. О. Соціальний захист дітей трудових мігрантів: концептуальні основи та державна політика. *Стратегічні пріоритети.* 2013. № 4. С. 50-56.

25. Коленіченко Т. І. Концептуальні засади дослідження проблеми адаптації особистості до нових умов життєдіяльності. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Сер. Педагогіка і психологія.* 2015. Вип. 43. С. 411-416.

26. Колісниченко Т., Широкова Л. Психологія адаптації до школи. Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. *Сер. Педагогіка і психологія.* 2015. Вип. 43. С. 89-93.

27. Коломієць Л. І., Степова А. С. Психологічні особливості самоактуалізації осіб юнацького віку з різним рівнем стресостійкості. *Психологічний часопис.* 2017. № 3 (7). С. 77.

28. Кононко О. Стреси та психологічний вік. Рідна школа. 2012. №1. С. 5–10.

29. Конопкін О. А. Структурно-функціональний та змістовно-психологічний аспекти усвідомленої саморегуляції. *Психологія. Журнал Вищої школи економіки.*

2015. Т. 2. №1. С. 27–42.

30. Корольова Г.М. Соціально-психологічні аспекти формування здорових стосунків у молоді. Соціальна психологія: теоретичні та практичні аспекти : зб. наукових праць. Київ : КНУ, 2021. С. 89-91.

31. Криштоф С. Д. *Гуманістична сутність педагогічної підтримки: Засоби навчальної та науково-дослідної роботи:* зб. наукових праць Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Харків, 2011. Вип. 35. С. 55-60.

32. Кузікова С. Б. Психологічні основи становлення суб'єкта саморозвитку в юнацькому віці: монографія. Суми: Університетська книга, 2021. 408 с.

33. Кузнєцов П.С. Перегляд поняття адаптації у сучасній науковій літературі. *Наукові записки Інституту права та суспільних технологій НААН України*. 2018. Т. 2. С. 11.

34. Кулик С. М. Психологічні особливості управління професійною адаптацією вчителів: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05. Київ, 2004. 140 с.

35. Курова А. В. Ситуація невизначеності у парадигмі сучасних викликів суспільства. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Сер. Психологія*. 2021. Вип. 4. С. 51–55.

36. Ляльчук Г. Д. Батьківсько-дитячі стосунки та їх відновлення в сім'ях трудових мігрантів. *Педагогічний процес: теорія і практика*. 2015. № 3-4.

37. Мазуркевич, І. Психологічні особливості адаптації молоді-мігрантів у громадському середовищі. *Психологічний журнал*. 2011. № 4. С. 77-84.

38. Марценюк М., Мешко М. Теоретичні концепції процесу соціальної адаптації. *Наука та освіта: актуальні проблеми досліджень на сучасному етапі:* збірник тез доповідей Всеукраїнської науково-практичної конференції, 19-20 травня. Київ, 2016. С.139-141.

39. Москаленко А. В. Психологічна адаптація дітей до навчання в умовах воєнного конфлікту. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2017. №8(70). С. 95-103.

40. Оверчук В. А. Соціально - психологічна адаптація особистості: дослідження феномену. [URL: http://tpppjournal.com.ua/n50y2k19_tom_3_a23.html](http://tpppjournal.com.ua/n50y2k19_tom_3_a23.html)

41. Педоренко В. М. Особливості психоемоційного стану переселенців в умовах іншої країни (на прикладі Німеччини). *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Сер. Психологія*. 2022. Вип. 5 С. 5-10.

42. Поліщук Л.І., Козлова О.В. Психологічна адаптація старшокласників до навчання в умовах воєнного конфлікту. *Педагогіка і психологія*. 2016. 3(88). С. 63-69.

43. Полуянова Т.В. Психологічна адаптація дітей та підлітків до навчання в умовах воєнного конфлікту. *Педагогіка і психологія*. 2016. 2(87). С. 102-107.

44. Підготовка вчителів до розвитку життєстійкості / стресостійкості у дітей в освітніх навчальних закладах : навч. метод. посіб. Київ : ПУЛЬСАРИ, 2017. 208 с.

45. Психологічна енциклопедія / упоряд. О. М. Степанов. Київ : Академвидав, 2016. 424 с.

46. Олійник І.В. Самоставлення особистості в умовах сучасного суспільства. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Сер. Психологія*. 2022. № 3. С. 81-85.

47. Ольховська С.Ф. Самооцінка як важлива складова адаптованості у підлітковому віці. *Тези доповідей Сумського державного педагогічного університету ім. А.С.Макаренка*. Суми, 2022 .Ч. 2. С. 123.

48. Пігіда В. М. Форми й методи соціально-педагогічної підтримки дітей трудових мігрантів у системі взаємодії соціальних служб та навчальних закладів. *Вісник Луганського національного університету ім. Тараса Шевченка. Сер. Педагогічні науки*. 2012. № 16. - С. 129-137.

49. Руда Т. Стрес та стресостійкість у підлітків ДВНЗ. *Вісник Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника*. 2022. № 3. С. 122-129.

50. Синишина В. Адаптація дітей-мігрантів як важливий аспект діяльності шкільної психологічної служби в США. *The scientific heritage*. 2019. № 35. С. 52-

51.54. Степаниця С. Л. *Соціальна адаптація як невід'ємна складова соціалізації особистості*. Гілея: зб. наукових праць НПУ ім. М.П. Драгоманова. Київ: ВІР УАН, 2011. С. 736.

52. Стрельникова О., Матвієнко І. Психологічні аспекти адаптації молоді-мігрантів до навчально-педагогічного середовища. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Сер. Психологічні науки*. 2018. Вип. 33. С. 20-25.

53. Тарасюк І. В. Психологічні особливості мовленнєвої адаптації дітей мігрантів до іншомовного середовища: дис. ... канд. психолог. наук: 19.00.07. Луцьк, 2013. 228 с.

54. Токарева Н.М. Основи вікової психології: навчально-методичний посібник. Кривий Ріг, 2013. 283 с.

55. Трубавіна І. Спектр проблем біженців в Україні в війні 2022 року: акценти і спостереження. Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки: матеріали II Міжнародної наукової конференції Тернопіль, 2022. С. 29-13.

56. Філімончук А. В. Виникнення бар'єрів спілкування у повсякденному житті як один із неминучих аспектів встановлення комунікативних зв'язків з оточуючими. *Психолог*. 2008. №37. С. 13-17.

57. Філоненко М. М. Психологія спілкування. Київ: Центр учбової літератури, 2008. 224 с.

58. Шевченко С., Денисов І. Особливості соціально-психологічної адаптації підлітків і студентів як передумови їх асоціальної поведінки. *Наука і освіта*. 2018. № 9-10. С. 92-97.

ДОДАТКИ

Додаток А

Шкала тривожності

Прочитай твердження (або розглянь малюнок) та обери відповідь, яка найбільше відповідає твоєму самопочуттю. Правильних чи неправильних відповідей немає.

Важливо відповідати чесно.

Варіанти відповідей:

«Так»

«Іноді»

«Ні»

Перелік тверджень

1. Я часто хвилююся без причини.
2. Мені буває страшно, навіть коли небезпеки немає.
3. Я нервую перед спілкуванням з новими людьми.
4. Мені важко заснути через переживання.
5. Я часто думаю, що можу зробити щось неправильно.
6. Я хвилююся, коли мене оцінюють дорослі.
7. Я легко засмучуюся через дрібниці.
8. Мені складно заспокоїтися після неприємної ситуації.
9. Я часто відчуваю напруження або тривогу.
10. Я боюся залишатися наодинці.
11. Я хвилююся за своє майбутнє.
12. Мені здається, що інші можуть мене не прийняти.
13. Я часто переживаю через навчання або помилки.
14. Мені важко говорити про свої почуття.
15. Я швидко лякаюся несподіваних ситуацій.
16. Я відчуваю себе невпевнено серед інших дітей.

Система оцінювання

Відповідь	Бали
«Так»	2
«Іноді»	1
«Ні»	0

Максимальна кількість балів – 32.

Інтерпретація результатів

Рівень тривожності Кількість балів

Низький рівень 30 і нижче

Помірний рівень 31–44

Високий рівень 45 і вище

Примітка

Результати методики мають орієнтовний психодіагностичний характер і використовуються для визначення загального рівня емоційної напруги та тривожності дітей. Для більш глибокої психологічної оцінки рекомендується поєднання результатів опитувальника з бесідою, спостереженням та іншими психодіагностичними методами.

ДОДАТОК Б

Анкета визначення рівня тривожності дітей 7–13 років

Інструкція

Уважно прочитай кожне твердження та познач відповідь, яка найбільше відповідає твоєму самопочуттю.

Правильних або неправильних відповідей немає. Важливо відповідати чесно.

Познач один варіант відповіді:

- ☐ Так
- ☐ Іноді
- ☐ Ні

Анкета

№	Твердження	Так	Іноді	Ні
1	Я часто хвилююся без причини	☐	☐	☐
2	Мені буває страшно, навіть коли небезпеки немає	☐	☐	☐
3	Я нервую перед знайомством або спілкуванням з новими людьми	☐	☐	☐
4	Мені важко заснути через переживання	☐	☐	☐
5	Я хвилююся, що можу зробити щось неправильно	☐	☐	☐
6	Я переживаю, коли мене оцінюють дорослі	☐	☐	☐
7	Я легко засмучуюся через дрібниці	☐	☐	☐
8	Після неприємної ситуації мені важко заспокоїтися	☐	☐	☐
9	Я часто відчуваю напруження або тривогу	☐	☐	☐
10	Я боюся залишатися наодинці	☐	☐	☐
11	Я хвилююся за своє майбутнє	☐	☐	☐
12	Мені здається, що інші можуть мене не прийняти	☐	☐	☐
13	Я переживаю через навчання або свої помилки	☐	☐	☐
14	Мені важко говорити про свої почуття	☐	☐	☐
15	Я швидко лякаюся несподіваних ситуацій	☐	☐	☐

№	Твердження	Так	Іноді	Ні
16	Я почуваюся невпевнено серед інших дітей	☐	☐	☐

Обробка результатів

Відповідь	Кількість балів
«Так»	2 бали
«Іноді»	1 бал
«Ні»	0 балів

Максимальна кількість балів - 32.

Інтерпретація результатів

Рівень тривожності Кількість балів

Низький 0–30

Помірний 31–44

Високий 45 і вище

Примітка

Для дітей 7–10 років анкета може супроводжуватися малюнками-підказками (усміхнене, нейтральне та сумне обличчя), які допомагають дитині краще зрозуміти варіанти відповідей.