

Міністерство освіти і науки України
Тернопільський національний педагогічний університет
імені Володимира Гнатюка
Факультет педагогіки і психології
Кафедра педагогіки та менеджменту освіти

Магістерська робота
на тему «КЕРІВНИЦТВО ПРОЦЕСОМ ФОРМУВАННЯ
ЖИТТЄСТІЙКОСТІ УЧНІВ У ЗАКЛАДІ ПОЧАТКОВОЇ ОСВІТИ»
Спеціальність: 073 Менеджмент
Освітня програма «Управління навчальним закладом»

Здобувача другого (магістерського) рівня вищої освіти

Труліч Світлани Ярославівни

НАУКОВИЙ КЕРІВНИК:

кандидат педагогічних наук,

доцент кафедри педагогіки та менеджменту освіти

Сеньовська Надія Леонідівна

РЕЦЕНЗЕНТ:

директор Тернопільської загальноосвітньої школи №16

імені Володимира Левицького

Руслана Романівна Базунова

Тернопіль–2025

Анотація

Труліч С. Я. Керівництво процесом формування життєстійкості учнів у закладі початкової освіти. Магістерська робота зі спеціальності 073 Менеджмент. Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка. Тернопіль, 2025. 79 с.

Об'єктом дослідження є педагогічний процес формування життєстійкості учнів у закладах початкової освіти. Предметом – методи, форми, засоби та організаційно-педагогічні умови керівництва процесом формування життєстійкості учнів у початковій школі. У роботі проаналізовано стан дослідженості проблеми формування життєстійкості здобувачів у сучасних українських закладах початкової освіти. Вказано, що молодший шкільний вік є перспективним для формування життєстійкості, оскільки характеризується високою пластичністю емоційної сфери, інтенсифікацією соціальних навичок, довірою до вчителя як авторитетної фігури та потребою у стабільній підтримці. Відповідно до мети дослідження, було обґрунтовано ефективну стратегію керівництва процесом формування життєстійкості учнів у закладі початкової освіти. Розроблено модель управління, яка передбачає багатовимірну роль керівника на стратегічному, педагогічному, психологічному, соціально-партнерському та кризовому рівнях. На основі цілісної моделі впроваджено й описано авторську програму «Стежками життєстійкості», інтегровану в освітній процес ТОВ «Школа вільних та небайдужих». Вона базується на результатах педагогічних спостережень, анкетування та щоденної рефлексивної взаємодії й передбачає системні і гнучкі управлінські дії, спрямовані на організацію комфортного освітнього середовища та формування партнерської взаємодії між учителями, учнями й батьками.

Ключові слова: життєстійкість, формування життєстійкості учнів у закладі початкової освіти, модель і програма формування життєстійкості.

Annotation

Trulich S. Ya. Management of the process of forming students' resilience in a primary education institution. Master's thesis in the specialty 073 Management. Ternopil Volodymyr Hnatyuk National Pedagogical University. Ternopil, 2025. 79 p.

The object of the study is the pedagogical process of forming students' resilience in primary education institutions. The subject is methods, forms, means, and organizational and pedagogical conditions for managing the process of forming students' resilience in primary school. The paper analyzes the state of research into the problem of forming students' resilience in modern Ukrainian primary education institutions. It is indicated that the young school age is promising for the formation of resilience, as it is characterized by high plasticity of the emotional sphere, intensification of social skills, trust in the teacher as an authoritative figure, and the need for stable support. In accordance with the purpose of the study, an effective strategy for managing the process of forming student resilience in a primary education institution was substantiated. A management model has been developed that provides for a multidimensional role of the leader at the strategic, pedagogical, psychological, social-partner and crisis levels. Based on a holistic model, the author's program «Paths of Sustainability» has been implemented and described, integrated into the educational process of LLC «School of the Free and the Carefree». It is based on the results of pedagogical observations, questionnaires, and daily reflective interaction and provides for systematic and flexible management actions aimed at organizing a comfortable educational environment and forming partnership interaction between teachers, students, and parents.

Keywords:resilience, building resilience in students in primary education, model and program for building resilience.

Зміст

Вступ	5
Розділ 1. Теоретичні засади керівництва процесом формування життєстійкості у початковій школі	9
1.1. Поняття життєстійкості: сутність, структура, психологічні та педагогічні аспекти	9
1.2. Особливості формування життєстійкості у дітей молодшого шкільного віку	18
1.3. Роль керівника закладу освіти у забезпеченні умов для формування життєстійкості	27
Висновки до першого розділу	36
Розділ 2. Організаційно-управлінські умови та практика керівництва формуванням життєстійкості учнів у закладі початкової освіти	38
2.1. Модель керівництва процесом формування життєстійкості учнів	38
2.2. Діяльність адміністрації щодо створення умов для розвитку життєстійкості (психологічний клімат, підтримка педагога, робота з батьками).....	44
2.3. Реалізація програми з формування життєстійкості учнів.....	55

2.4. Аналіз результатів та узагальнення ефективності управлінських дій.....	
.62	
Висновки до другого розділу	
63	
Висновки	
65	
Список	використаних джерел
.....	68
Додатки	75

Вступ

У сучасних умовах динамічних соціальних, психологічних та освітніх змін зростає роль формування життєстійкості у дітей — здатності ефективно адаптуватися до різноманітних життєвих викликів, зберігати внутрішню рівновагу та продовжувати розвиток у складних обставинах. Особливо важливо це завдання у закладах початкової освіти, де закладаються основи особистісного зростання та формуються базові навички, необхідні для подальшої успішної соціалізації.

Актуальність дослідження. У сучасному світі, що характеризується швидкими соціальними, економічними та технологічними змінами, здатність особистості адаптуватися до нових викликів, ефективно долати стресові ситуації і зберігати внутрішню рівновагу набуває особливого значення. Ця здатність, відома як життєстійкість (резильєнтність), є однією з ключових характеристик успішної та гармонійної особистості. Для дітей, які

перебувають на початковому етапі навчання, формування життєстійкості стає фундаментом для подальшого розвитку, навчання і соціалізації.

Особливої актуальності ця тема набуває у контексті реформування системи освіти України, яка спрямована не лише на передавання знань, але й на розвиток соціальних, емоційних і психологічних компетентностей учнів. Саме у початковій школі відбувається становлення ключових якостей дитини, що забезпечують здатність ефективно долати труднощі, працювати в команді, підтримувати позитивні взаємини з однолітками та дорослими.

Однак педагогічна практика свідчить, що рівень життєстійкості серед молодших школярів часто є недостатнім для ефективної адаптації до умов навчального процесу. Це проявляється у зростанні рівня тривожності, труднощів у спілкуванні, емоційній нестійкості. Однією з причин таких явищ є відсутність системного управлінського підходу до організації процесу формування життєстійкості у закладах освіти.

Роль керівника школи у цьому процесі є визначальною — саме він забезпечує стратегічне планування, координацію діяльності педагогічного колективу, створення сприятливого освітнього середовища та впровадження педагогічних інновацій. Тому питання керівництва процесом формування життєстійкості учнів набуває особливої теоретичної й практичної значущості. Відтак, необхідність розв'язання виявлених суперечностей, недостатність наукового опрацювання цієї проблеми зумовили вибір теми випускної кваліфікаційної роботи – «Керівництво процесом формування життєстійкості учнів у закладі початкової освіти».

Мета дослідження – розробити та обґрунтувати ефективну стратегію керівництва процесом формування життєстійкості учнів у закладі початкової освіти.

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

1) проаналізувати сутність поняття «життєстійкість», її складові та роль у розвитку особистості учня початкової школи;

2) узагальнити та систематизувати особливості формування життєстійкості у дітей молодшого шкільного віку.

3) розробити модель управління процесом формування життєстійкості учнів у початковій школі;

4) проаналізувати застосування авторської програми «Стежками життєстійкості» для закладів початкової освіти.

Об’єкт дослідження— педагогічний процес формування життєстійкості учнів у закладах початкової освіти.

Предмет дослідження— методи, форми, засоби та організаційно-педагогічні умови керівництва процесом формування життєстійкості учнів у закладі початкової освіти.

Гіпотеза дослідження полягає в тому, що ефективність формування життєстійкості учнів початкової школи зростатиме за умови, якщо керівництво освітнім процесом буде ґрунтуватися на системному підході, який поєднує науково обґрунтовані управлінські рішення, співпрацю педагогів і психологів та створення сприятливого освітнього середовища.

Методи дослідження, зокрема: *теоретичні*: аналіз, синтез, порівняння, узагальнення; *емпіричні*: опитування учнів, вчителів, аналіз продуктів діяльності учнів, педагогічне спостереження; *статистичні*: методи математичної статистики.

Наукова новизна теоретичного значення дослідження полягає у визначенні організаційно-управлінських умов ефективного керівництва процесом формування життєстійкості учнів початкової школи, що сприяє розробці теоретичних моделей та концепцій, які можуть бути використані для подальшого вивчення проблеми. Отримані теоретичні висновки можуть слугувати основою для розробки нових програм, методичних рекомендацій та педагогічних технологій, спрямованих на розвиток життєстійкості учнів у початковій школі. Вони також розширюють наукове розуміння ролі керівництва як важливого чинника в ефективності освітнього процесу.

Практичне значення дослідження полягає у

розробці конкретних рекомендацій і методичних підходів до керівництва процесом формування життєстійкості учнів у закладах початкової освіти. Запропоновані у роботі методики можуть бути впроваджені педагогами, психологами, класними керівниками та адміністрацією школи для підвищення ефективності виховної роботи і створення сприятливих умов для розвитку життєвих компетенцій дітей.

Таким чином, дослідження має значний потенціал для впровадження у практику початкової освіти з метою поліпшення якості навчання та виховання, розвитку психологічного здоров'я дітей та підвищення їхньої здатності успішно долати життєві труднощі.

Експериментальна база дослідження. Дослідна робота проводилася на базі закладу освіти ТОВ «Школа вільних та небайдужих» (м. Львів, вул. Наукова 7 Б; <https://www.vilni.school/>).

Апробація результатів магістерського дослідження було здійснено на IV Всеукраїнській науково-практичній конференції «Використання технологій менеджменту якості в управлінні закладами освіти» (07 листопада 2025 року, м. Тернопіль). За результатами обговорення опубліковано наукові тези [77].

Структура та обсяг дослідження. Випускна кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел (80 найменувань), додатків. Загальний обсяг дослідження – 79 сторінок, з них 64 сторінки основного тексту.

Розділ 1. Теоретичні засади керівництва процесом формування життєстійкості у початковій школі

1.1. Поняття життєстійкості: сутність, структура, психологічні та педагогічні аспекти

На сучасному етапі розвитку суспільства, яке переживає складні випробування — воєнні конфлікти, соціальну нестабільність, втрату духовних орієнтирів, людяності та милосердя, — формування життєстійкості в учнів початкової школи постає як одна з найактуальніших проблем сучасної педагогічної науки.

Як зазначає В. Андрущенко, сучасна епоха потребує переосмислення сенсу життя, моральних цінностей і ставлення людини до світу — своєрідного «перезавантаження світогляду стійкості», що передбачає усвідомлення цінності людського існування, гідності, взаємопідтримки й відповідальності. Учений наголошує, що формування в особистості внутрішньої стійкості, уміння протистояти життєвим труднощам і діяти в умовах невизначеності є завданням надзвичайно актуальним і невідкладним [3].

До розв'язання цього завдання мають бути залучені всі суспільні ресурси – економічні, політичні, культурні, духовні. Проте особливе значення у цьому процесі належить сфері освіти, яка покликана не лише передавати знання, а й формувати цілісну, морально зрілу, життєстійку особистість, здатну зберігати людяність і віру навіть у складних соціальних обставинах.

Проблема життєстійкості особистості у педагогічній науці набуває дедалі більшого значення, адже вона безпосередньо пов'язана з гуманістичними орієнтирами сучасної освіти, спрямованої на розвиток вільної, відповідальної й духовно зрілої людини. У цьому контексті життєстійкість виступає не лише як психологічна характеристика, а як соціально-педагогічна категорія, що визначає здатність особистості зберігати внутрішню рівновагу, знаходити сенс і конструктивно діяти в умовах труднощів.

Поняття *життєстійкості (resilience)* з'явилося у науковому дискурсі другої половини XX століття. Спершу його почали використовувати зарубіжні психологи для опису феномену успішної адаптації дітей, які пережили важкі життєві обставини – бідність, хворобу, втрату близьких, насильство або війну. Згодом термін став універсальним і означає здатність людини до подолання, самовідновлення та розвитку в умовах стресу чи кризи.

У психологічній науці життєстійкість розглядається як інтегративна властивість особистості, що охоплює когнітивні, емоційно-вольові, мотиваційні та соціальні компоненти. На думку Н. Мадді, життєстійкість – це система переконань, яка допомагає людині залишатися активною, контролювати власну поведінку та сприймати труднощі як природну частину життя [39]. Учений виокремлює три основні складові життєстійкості:

- 1) залученість (commitment) – відчуття сенсу й цінності власного життя;
- 2) контроль (control) – віра у власну здатність впливати на події;

3) прийняття виклику (challenge) – сприйняття труднощів як можливостей для розвитку.

У вітчизняній педагогічній думці життестійкість трактується як індикатор духовної та моральної зрілості особистості. І. Бех визначає її як «уміння людини зберігати духовну рівновагу в мінливому світі, здатність до морального самоствердження навіть у складних обставинах». На його думку, виховання духовної сили й моральної відповідальності становить основу стійкої особистості [6].

У контексті початкової освіти життестійкість розглядається як педагогічний результат, що виражається у сформованості в дитини базових життєвих компетентностей: уміння долати труднощі, взаємодіяти з іншими, приймати рішення, брати відповідальність і зберігати позитивне ставлення до світу.

Життестійкість як особистісне утворення має багатокомпонентну структуру, у якій кожен елемент відіграє важливу роль і водночас тісно взаємодіє з іншими, забезпечуючи цілісність цього феномена. До її змісту входить когнітивна складова, що охоплює переконання, установки й способи мислення, які дають змогу людині реалістично оцінювати ситуації, усвідомлювати їх зміст і робити конструктивні висновки. Вона визначає здатність бачити можливості навіть у складних обставинах та формує основу для прийняття зважених рішень.

Важливою є емоційно-вольова складова, яка забезпечує здатність контролювати власний емоційний стан, долати імпульсивність, зберігати внутрішній баланс і впевненість. Саме вона визначає, наскільки дитина може протистояти стресу, управляти власними переживаннями та діяти в умовах напруження. Мотиваційний аспект життестійкості спрямовує дитину до активності: він включає прагнення долати труднощі, наполегливість у досягненні мети та віру у власну здатність впливати на результати діяльності.

Не менш значущою є соціальна складова, що формується через взаємодію з іншими людьми. Вона охоплює вміння будувати позитивні

стосунки, співпрацювати, звертатися по допомогу й надавати її оточенню. Соціальна підтримка є важливим ресурсом життєстійкості, особливо для молодших школярів. Морально-ціннісний компонент надає життєстійкості гуманістичної спрямованості: він ґрунтується на усвідомленні моральних норм, емпатії, почутті справедливості, готовності діяти відповідально та доброзичливо.

У початковій школі формування всіх цих складових відбувається у постійній взаємодії дитини з педагогами, батьками й однолітками. Тому освітній процес має не лише передавати знання, а й створювати психологічно комфортне, підтримувальне середовище, у якому дитина відчуває довіру, прийняття й можливість вільно проявляти себе. Саме такі умови сприяють появі внутрішніх ресурсів, що забезпечують здатність молодшого школяра адаптуватися до нових викликів, ефективно долати труднощі та гармонійно розвиватися як життєстійка особистість.

З позиції педагогіки життєстійкість розглядається не лише як індивідуальна риса, а як результат цілеспрямованого виховного впливу. Це означає, що вчителі, шкільні психологи й адміністрація повинні спільно формувати умови, які сприяють появі позитивного емоційного досвіду, почуття захищеності, віри у власні сили.

Для молодших школярів характерна підвищена емоційна вразливість і значна залежність від оцінки дорослого, тому важливо організувати навчально-виховний процес так, щоб дитина постійно відчувала підтримку, розуміння, прийняття й віру у власні можливості. Така атмосфера сприяє формуванню відчуття безпеки та довіри, що є основою для розвитку стійкості до труднощів, здатності до саморегуляції й позитивного ставлення до навчання.

У педагогічному аспекті формування життєстійкості включає розвиток емоційного інтелекту, виховання впевненості у собі, навчання дієвих стратегій подолання стресу, а також стимулювання самостійності та відповідальності. Важливу роль відіграє створення партнерської взаємодії

між учителем і учнем, що забезпечує атмосферу підтримки, відкритості й поваги. Саме за таких умов молодший школяр поступово опановує навички, які допомагають йому успішно адаптуватися до викликів шкільного життя та гармонійно розвиватися.

На рівень життєстійкості дітей впливають як внутрішні, так і зовнішні чинники. До внутрішніх належать: темперамент, емоційна стабільність, самооцінка, мотивація досягнень, рівень саморегуляції. До зовнішніх — умови сімейного виховання, стиль педагогічної взаємодії, соціальний статус у колективі, морально-психологічний клімат школи.

Особливу роль відіграє емоційна підтримка. Дослідники (К. Роджерс, Д. Гоулман, І. Бех) підкреслюють, що саме атмосфера безпеки та прийняття сприяє формуванню базової довіри до світу, що є основою життєстійкості [66, 27, 6].

Важливою умовою успішного формування життєстійкості є керівництво педагогічним колективом, адже саме адміністрація школи створює загальну стратегію виховної діяльності, визначає цінності, підтримує вчителів у впровадженні інноваційних підходів. Керівник має виступати не лише адміністратором, а лідером змін, який формує культуру довіри, партнерства, спільної відповідальності за результат.

Питання розвитку життєстійкості активно досліджується у світовій педагогічній практиці. У більшості розвинених країн освіта розглядається не лише як передавання знань, а як система підтримки емоційного благополуччя та розвитку особистісної стійкості. Зарубіжний досвід демонструє, що життєстійкість є одним із ключових чинників успішності учня та його здатності адаптуватися до соціальних і культурних змін.

В освітній політиці багатьох держав поняття *resilience* тісно пов'язане з концепцією соціально-емоційного навчання (Social and Emotional Learning – SEL). Вона передбачає розвиток п'яти базових компетентностей:

1. Самосвідомості.
2. Саморегуляції.

3. Соціальної свідомості.
4. Уміння налагоджувати стосунки.
5. Відповідального прийняття рішень.

Ці компетентності розглядаються як фундамент життестійкості школяра.

У Фінляндії, що є прикладом гуманістично орієнтованої освіти, питання життестійкості інтегроване у всі предмети початкової школи. Програми «*SchoolsforWellbeing*» та «*KiVaSchool*» спрямовані на створення доброзичливого психологічного клімату, профілактику булінгу, виховання емпатії та впевненості у власних силах. Фінські педагоги наголошують: дитина повинна відчувати себе не об'єктом навчання, а активним учасником освітнього процесу, який може впливати на власний розвиток і приймати рішення.

У Канаді діють програми *ResilienceEducation* і *PositiveEducationforAll*, що навчають дітей стратегій подолання труднощів, розвитку позитивного мислення, формування навичок самопідтримки та емпатії. Велика увага приділяється роботі з емоціями та самоприйняттям. Учителі проходять спеціальні тренінги з розвитку емоційної компетентності, а шкільна адміністрація реалізує політику «турботливої школи», у якій цінуються доброта, повага, довіра та взаємодопомога.

У Великій Британії життестійкість учнів визначається складовою національної стратегії *EducationforMentalHealthandResilience*. Початкові школи реалізують програми підтримки психологічного добробуту дітей, створюють безпечне середовище, формують культуру позитивного спілкування й взаємоповаги.

Особливе місце посідають уроки *Personal, Social, HealthandEconomicEducation (PSHE)*, на яких діти вчаться розуміти власні почуття, справлятися зі стресом, поважати інших і будувати гармонійні стосунки.

У США популярною є концепція *PositiveEducation*, розроблена на основі позитивної психології М. Селігмана[68]. Програми «*MindUP*», «*SecondStep*»,

“*RULER*” навчають дітей управляти емоціями, співчувати іншим, розв’язувати конфлікти мирним шляхом і бачити позитив у будь-яких обставинах.

Результати досліджень засвідчують, що впровадження таких програм знижує рівень тривожності, підвищує академічну успішність, сприяє формуванню соціальної відповідальності та довіри до світу.

Досвід зарубіжних країн показує, що ефективне формування життєстійкості можливе лише за умов цілісної державної політики, яка поєднує психологічну підтримку, педагогічні інновації та продумані управлінські рішення. Успішні освітні системи акцентують на створенні безпечного, доброзичливого й толерантного шкільного середовища, де дитина відчуває себе захищеною та прийнятою. Важливим чинником є тісна співпраця школи, родини та громади, що забезпечує узгодженість виховних впливів і формує навколо дитини систему всебічної підтримки. Значну увагу приділяють підготовці педагогів до роботи з емоційним розвитком учнів, розвитку їхньої компетентності в питаннях психологічної підтримки, профілактики стресу та створення позитивного емоційного клімату в класі. Успішні освітні практики також ґрунтуються на заохоченні особистісного зростання кожного учня через позитивне підкріплення, розвиток його сильних сторін і підтримку внутрішньої мотивації. Важливе місце посідає лідерська роль керівника закладу освіти, який формує культуру довіри, партнерства й взаємної підтримки, забезпечує стратегічне бачення розвитку школи та створює умови для ефективної взаємодії всіх учасників освітнього процесу.

Таким чином, зарубіжний досвід доводить, що розвиток життєстійкості є стратегічним напрямом освітньої політики, спрямованим на збереження психічного здоров’я дітей, підвищення їхньої адаптивності та здатності до самореалізації.

Українська початкова школа має великий потенціал для творчого використання цих ідей з урахуванням національних цінностей, традицій і гуманістичної спрямованості освіти.

Формування життєстійкості є не лише педагогічним завданням, а й стратегічною метою сучасної освіти. Саме від рівня внутрішньої стійкості учня залежить його готовність до активного життя у швидкозмінному світі. Освітній процес у початковій школі має бути спрямований не лише на засвоєння знань, а й на виховання компетентної, емоційно зрілої та соціально відповідальної особистості.

У Концепції Нової української школи (НУШ) наголошується, що головним результатом навчання є формування ключових життєвих компетентностей таких, як уміння вчитися впродовж життя; критичного мислення; здатності до співпраці; уміння регулювати емоції, відповідального прийняття рішень.

Усі ці компетентності становлять основу життєстійкості, що забезпечує здатність дитини успішно функціонувати в суспільстві, долати труднощі й досягати цілей.

Життєстійкість учня виступає індикатором якості виховання та освітнього середовища, адже формується у процесі взаємодії всіх учасників освітнього процесу — педагогів, батьків, однолітків. Вона є результатом реалізації змісту освіти, методів навчання, стилю спілкування вчителя з учнями та ціннісних орієнтирів школи.

Особливість початкової ланки полягає в тому, що саме тут закладаються базові форми життєстійкої поведінки, зокрема уміння переносити тимчасові труднощі та невдачі, прагнення до самовдосконалення, довіра до себе та світу, навички позитивного мислення, здатність до співпраці та взаємопідтримки.

З позиції сучасної педагогіки життєстійкість можна розглядати як мету, процес і результат освітньої діяльності:

- 1) як мету — це виховання духовно зрілої, гармонійної особистості;

2) як процес – це сукупність педагогічних дій, спрямованих на розвиток і підтримку учня;

3) як результат – це сформованість внутрішньої сили, моральної відповідальності та здатності адаптуватися до змін.

Життестійкість є показником гуманістичності освітнього середовища, адже вона відображає якість педагогічної взаємодії, стиль управління, емоційний клімат і партнерські відносини у шкільній спільноті.

Важливу роль у розвитку життестійкості здобувачів освіти відіграє управлінська діяльність керівника школи. Саме він формує стратегічний напрям розвитку закладу, створює умови для реалізації педагогічних ініціатив, визначає ціннісні орієнтири освітнього середовища та забезпечує узгодженість дій усього педагогічного колективу. Ефективне управління передбачає визначення пріоритетів виховної роботи, що спрямована на підтримку психологічного благополуччя дітей, формування довірливих взаємин у шкільній спільноті, впровадження інклюзивного та партнерського підходів, а також заохочення педагогів до використання інноваційних технологій навчання і розвитку емоційної компетентності учнів.

Важливою складовою управлінської діяльності є організація систематичного підвищення кваліфікації педагогів, що охоплює питання емоційного розвитку, запобігання стресу, підтримки психологічної стійкості та побудови безпечного освітнього простору. Не менш значущим є налагодження конструктивної співпраці з батьками, громадськими організаціями й соціальними інституціями, адже саме партнерська взаємодія забезпечує сталість виховних впливів і формує навколо дитини середовище підтримки.

Керівник закладу освіти повинен виступати лідером змін, який не лише координує роботу школи, а й створює атмосферу довіри, взаємоповаги та відкритого діалогу. Такий управлінський стиль сприяє зростанню професійної стабільності та впевненості педагогів, посиленню їхньої мотивації й залученості до спільної діяльності. У результаті формується

згуртована шкільна спільнота, у якій кожен учасник освітнього процесу відчуває себе значущим і підтриманим. Саме в такому середовищі можливе цілісне формування життєстійкості учнів, адже вони отримують не лише знання, а й позитивний емоційний досвід, відчуття безпеки, віру у власні сили та вміння конструктивно долати життєві труднощі.

Життєстійкість у школі слід розглядати як міждисциплінарний феномен, що об'єднує досягнення педагогіки, психології, соціології, філософії та менеджменту освіти. У педагогічному вимірі цей феномен відображає рівень сформованості життєвої компетентності, тобто готовності учня до взаємодії з навколишнім світом і власного розвитку.

У психолого-педагогічному контексті життєстійкість тісно пов'язана з такими поняттями, як стресостійкість, адаптивність, саморегуляція, оптимізм, емоційна стабільність. Проте, на відміну від них, вона має виражений ціннісно-смысловий компонент, оскільки передбачає усвідомлення сенсу життя, наявність внутрішніх моральних орієнтирів і здатність робити свідомий вибір навіть у складних обставинах.

Життєстійкість не лише допомагає долати труднощі, а й стимулює особистісне зростання, самореалізацію та духовний розвиток. Сучасна педагогічна думка розглядає її як ключову життєву компетентність Нової української школи, що відображає готовність дитини до життя у світі швидких змін, невизначеності та різноманіття культур.

Вона поєднує в собі низку пунктів, а саме відповідальність за власні вчинки й рішення; ініціативність та творче мислення; уміння співпрацювати в колективі; здатність до самоорганізації й саморегуляції; гуманістичне ставлення до людей і світу.

Таким чином, життєстійкість є ключовою компетентністю сучасного молодшого школяра, що відображає готовність дитини до життя у швидкозмінному та непередбачуваному світі. Вона поєднує когнітивні, емоційні, мотиваційні, соціальні та ціннісні компоненти й формується в

умовах цілісного педагогічного впливу. Сучасна школа, спираючись на гуманістичні цінності, міжнародний досвід і Концепцію Нової української школи, покликана створювати середовище, яке сприяє розвитку внутрішньої стійкості, відповідальності, моральної зрілості та здатності учня до саморозвитку. Формування життєстійкості стає не лише освітнім завданням, а й важливою суспільною місією, що визначає майбутнє покоління й перспективи розвитку держави.

1.2. Особливості формування життєстійкості у дітей молодшого шкільного віку

Молодший шкільний вік є одним із найвідповідальніших і найдинамічніших періодів становлення особистості, упродовж якого формуються базові моральні орієнтири, навички спілкування, саморегуляції та подолання труднощів. Саме в цей час закладається фундамент життєстійкості — здатності дитини протистояти викликам, адаптуватися до змін і зберігати внутрішню рівновагу.

Життєстійкість у молодшому шкільному віці формується під впливом освітнього середовища, соціальної взаємодії та власного досвіду дитини. Вона розвивається у процесі навчання, спілкування, гри, взаємин з учителем і однолітками. Завдання школи полягає не лише у формуванні знань і навичок, а передусім у створенні таких умов, які сприятимуть розвитку позитивного світогляду, емоційної стабільності та впевненості у власних силах.

У віковій психології (Л. Виготський, Г. Костюк, С. Максименко) наголошується, що молодший шкільний вік характеризується високою емоційною вразливістю та підвищеною потребою у схваленні дорослого [14, 46, 51]. Саме тому дитина особливо чутлива до ставлення з боку вчителя, однолітків і батьків. Позитивне підкріплення зміцнює віру у власні сили, тоді

як надмірна критика або байдужість призводять до зниження самооцінки, невпевненості та страху помилки.

У цей період відбувається формування внутрішніх регуляторів поведінки. Згідно з концепцією Д. Ельконіна, провідною діяльністю молодшого школяра є навчання, у процесі якого дитина поступово переходить від зовнішньої мотивації до внутрішньої [32]. Це означає, що завдяки підтримці вчителя та батьків школяр навчається діяти свідомо, самостійно визначати цілі, планувати кроки та долати труднощі.

Важливою складовою життестійкості є розвиток самоконтролю та саморегуляції. Дослідники (І. Бех, К. Роджерс, А. Маслоу) відзначають, що дитина має навчитися розпізнавати власні емоції, розуміти їхній вплив на поведінку та поступово опановувати способи їхнього регулювання[6, 66]. Цей процес є надзвичайно важливим для формування здатності витримувати стресові ситуації, приймати рішення та відповідати за власні дії.

На думку І. Бека, життестійкість у цьому віці — це не стільки вроджена якість, скільки результат морального виховання, у процесі якого дитина засвоює норми поведінки, вчиться співчувати, допомагати, бути відповідальною. Саме духовна стійкість, на переконання вченого, забезпечує гармонійний розвиток і сприяє формуванню моральної зрілості [6].

Дослідження психологів доводять, що у молодшому шкільному віці діти активно формують уявлення про власне «Я», переживають перші успіхи й невдачі, вчаться долати страх, фрустрацію, сором чи розчарування. Тому педагогічна підтримка в цей період має бути особливо уважною та доброзичливою. Завдання вчителя — не лише навчити, а допомогти дитині прийняти себе, усвідомити свою цінність і відчувти внутрішню силу.

Життестійкість молодших школярів розвивається під впливом багатьох соціально-педагогічних чинників: сімейного виховання, шкільного середовища, стосунків із ровесниками, стилю педагогічної взаємодії та емоційного клімату в класі.

У родині дитина засвоює перші моделі подолання труднощів. Якщо батьки реагують на проблеми з рівновагою, не демонструють агресії й безпорадності, дитина сприймає їхню поведінку як зразок. Позитивний сімейний мікроклімат, емоційна підтримка, довіра — основа формування базової впевненості в собі.

Школа ж розвиває життестійкість через систему взаємодії, діяльність і соціальне навчання. Атмосфера довіри, доброзичливості, партнерства сприяє формуванню у дітей навичок саморегуляції, відповідальності та співпраці. Як зазначає О. Савченко, саме «педагогічна підтримка, довіра та любов до дитини створюють умови для розвитку внутрішньої сили, необхідної для подолання труднощів»[68, с.184].

Особливе значення має педагогічний стиль спілкування. Авторитарний підхід пригнічує ініціативу й породжує тривожність, тоді як демократичний — розвиває самостійність, впевненість і довіру. Тому педагог має виступати не контролером, а партнером, який допомагає дитині відчувати себе успішною, навіть якщо результат ще не ідеальний.

Таким чином, формування життестійкості молодших школярів — це складний процес, у якому поєднуються психологічні особливості розвитку, соціальне середовище та педагогічний вплив. Подальше розуміння цього процесу вимагає звернення до внутрішніх психолого-педагогічних механізмів, що визначають, як саме формується здатність дитини протистояти життєвим викликам.

Процес формування життестійкості у дітей молодшого шкільного віку базується на взаємодії внутрішніх і зовнішніх чинників, які визначають розвиток саморегуляції, емоційної стабільності та соціальної компетентності. Ці чинники реалізуються через певні психолого-педагогічні механізми — систему цілеспрямованих впливів, що сприяють становленню життєвої сили, віри у власні можливості, вміння долати труднощі та підтримувати позитивне ставлення до життя.

Психолого-педагогічні механізми охоплюють три взаємопов'язані сфери: когнітивну, емоційно-вольову та соціальну. Кожна з них має власні завдання, методи й педагогічні інструменти.

Когнітивний механізм формування життєстійкості полягає у розвитку в учнів системи переконань, уявлень і стратегій мислення, які допомагають усвідомлювати життєві ситуації та приймати конструктивні рішення. Дитина має навчитися розпізнавати причинно-наслідкові зв'язки, оцінювати події не лише емоційно, а й логічно, розуміти, що труднощі є природною частиною життя.

Завдання вчителя – допомогти дитині навчитися мислити позитивно, шукати шляхи розв'язання проблем, а не концентруватися на невдачах. На цьому наголошує й А. Бандура, зазначаючи, що життєстійкість пов'язана з розвитком *самоефективності* – віри у власну здатність досягати цілей.

Ефективними педагогічними прийомами формування когнітивного механізму є:

- створення ситуацій морального вибору, де дитина може проаналізувати наслідки власних рішень

- використання проблемних запитань і завдань, що стимулюють пошук шляхів подолання труднощів;

- розвиток рефлексивного мислення через обговорення власного досвіду («Що мені допомогло впоратися?», «Що я міг зробити інакше?»).

Таким чином, когнітивний механізм спрямований на усвідомлення цінності життя, формування навичок мислити оптимістично та сприймати перешкоди як можливості для зростання.

Емоційно-вольова сфера є центральною в розвитку життєстійкості, оскільки саме вона визначає здатність дитини контролювати свої емоції, долати страх і невпевненість, утримувати позитивний настрій у складних ситуаціях.

На думку Д. Гоулмана, розвиток емоційного інтелекту є основою життєвої компетентності людини[27]. Для молодшого школяра це означає

навчитися розпізнавати власні почуття, називати їх, розуміти причини емоційних реакцій та адекватно їх виражати.

У педагогічній практиці розвиток емоційно-вольового механізму можливий через створення емоційно безпечного середовища, де дитина не боїться помилятися; використання вправ на усвідомлення емоцій («Мій настрій сьогодні», «Що мене радує/засмучує?»); проведення тренінгових занять і рольових ігор, що допомагають відреагувати емоції в безпечний спосіб; підтримку успіхів учня навіть у незначних досягненнях.

Важливим аспектом є формування вольових якостей — наполегливості, цілеспрямованості, вміння доводити справу до кінця. Педагог має демонструвати приклади вольової поведінки, підтримувати зусилля учнів і формувати позитивне ставлення до труднощів. Як зазначає І. Бех, «виховання сили духу починається з подолання малих труднощів» [6, с. 36].

Соціальний механізм життєстійкості базується на розвитку у дітей навичок ефективної взаємодії, співпраці та підтримки інших. Молодший школяр формує свої соціальні компетентності у колективі, через участь у спільних справах і взаємодію з дорослими.

На думку Л. Сохань, життєстійкість у соціальному вимірі – це вміння жити в гармонії з оточенням, будувати доброзичливі стосунки, співчувати, допомагати, нести відповідальність за свої вчинки [73].

Формування цього механізму передбачає організацію колективних форм діяльності (ігри, проекти, волонтерські акції); розвиток емпатії через обговорення моральних ситуацій; створення атмосфери партнерства між учителем та учнями; формування культури діалогу, де дитина відчуває себе почутою.

Соціальний механізм тісно пов'язаний із вихованням моральних цінностей. У молодшому шкільному віці моральність виступає важливим компонентом життєстійкості, адже саме моральна свідомість регулює поведінку, допомагає робити вибір і не втрачати людяність навіть у кризових обставинах.

Розвиток життєстійкості відбувається тоді, коли когнітивні, емоційно-вольові та соціальні механізми діють узгоджено. Наприклад, здатність учня усвідомлювати проблему (когнітивна сфера), долати тривогу (емоційна сфера) та звертатися по допомогу (соціальна сфера) створює комплексну модель життєстійкої поведінки.

Тому завдання педагога полягає у забезпеченні системності виховного процесу. Успішним є той підхід, де кожен елемент навчально-виховної діяльності – від уроку до позакласної роботи – сприяє розвитку емоційного балансу, позитивного мислення та відповідальності.

Підтримка керівництва школи у цьому процесі є визначальною. Саме управлінська діяльність створює умови для впровадження програм емоційно-соціального навчання, супервізії для педагогів і розвитку партнерства між школою, родиною та громадою.

Формування життєстійкості у дітей молодшого шкільного віку є складним багатокомпонентним процесом, що потребує системної організації педагогічного впливу. Цей процес має бути свідомо спроектований і керований – лише за таких умов дитина зможе не лише адаптуватися до змін, а й зберегти внутрішню цілісність, оптимізм і віру у власні сили.

У сучасній педагогічній теорії (І. Бех, О. Савченко, Л. Сохань, В. Кремень) зазначається, що розвиток життєстійкості неможливий без створення сприятливого освітнього середовища, де поєднуються безпечні умови, моральна підтримка, партнерські стосунки та позитивний емоційний фон [6; 68; 73; 47]. Таке середовище стає підґрунтям для саморозвитку, самопізнання та самоактуалізації дитини.

До основних педагогічних умов формування життєстійкості в учнів початкових класів належать:

Створення психологічно безпечного й доброзичливого освітнього середовища – атмосфера емоційного комфорту, підтримки, довіри та прийняття дитини є фундаментом її внутрішньої рівноваги. Коли учень не

боїться помилитися, відчуває, що його думка цінна, формується впевненість у собі – ключова риса життєстійкої особистості.

Підтримка позитивного соціально-педагогічного мікроклімату – згуртованість класного колективу, взаємодопомога між учнями, толерантність і повага до інших людей сприяють розвитку почуття належності та соціальної підтримки – важливих чинників стійкості.

Педагогічне партнерство між учителем, учнем і батьками – взаємодія школи й родини повинна бути спрямована на розвиток у дітей позитивної самооцінки, довіри до світу та впевненості у власних можливостях. Сімейне середовище виступає природним продовженням педагогічного процесу.

Розвиток емоційного інтелекту та навичок саморегуляції – уміння керувати своїми емоціями, визначати власні потреби, реагувати на труднощі без агресії або розпачу формує психологічну гнучкість – основу життєстійкості.

Організація діяльності, що сприяє досвіду подолання труднощів – ситуації успіху, проектна діяльність, рольові ігри, соціальні акції допомагають учням відчути власну спроможність, навчитися долати невдачі, не втрачаючи віри у себе.

Професійна готовність педагогів до виховання життєстійкості – учитель початкових класів має бути не лише наставником, а й фасилітатором розвитку дитини, здатним підтримувати емоційний баланс, заохочувати ініціативу, формувати почуття значущості кожного учня.

Педагогічна діяльність, спрямована на розвиток життєстійкості, повинна ґрунтуватися на таких принципах:

Принцип гуманізму, що передбачає визнання цінності кожної дитини, повагу до її індивідуальності, розвиток внутрішнього потенціалу через любов, довіру та підтримку. Принцип особистісно орієнтованого підходу, де кожна дитина має свій темп розвитку, рівень емоційної чутливості та спосіб реагування на труднощі, тому педагогічний вплив має бути індивідуалізованим. Принцип активності, який спрямований на формування

життєстійкості відбувається лише в діяльності, де дитина активно діє, приймає рішення, вчиться на власному досвіді. Принцип позитивного підкріплення, в якому присутнє заохочення, схвалення, підкреслення навіть малих успіхів створюють умови для зростання самооцінки та внутрішньої впевненості. Принцип співпраці та партнерства, що базується на основі взаємодії та довіри між педагогом і учнем допомагає формувати відповідальність, відкритість і взаємоповагу. Принцип рефлексії, який передбачає формування у дітей здатності усвідомлювати власні дії, оцінювати емоційні реакції, аналізувати наслідки вчинків.

Окрім того ефективне формування життєстійкості можливе за умови використання спеціально розроблених педагогічних технологій і засобів, серед яких:

Ігрові технології – сприяють розвитку креативності, соціальної взаємодії, емоційної гнучкості. Через гру дитина вчиться долати невдачі, приймати правила, співпрацювати.

Проектні технології – дають змогу дитині проявити ініціативу, відповідальність і наполегливість, бачити результати власних дій.

Тренінгові методики та вправи на розвиток емоційної грамотності – допомагають розпізнавати емоції, виражати їх конструктивно, розвивати емпатію.

Технології успіху (за Ш. Амонашвілі) – спрямовані на створення ситуацій, у яких дитина переживає радість досягнення, що формує мотивацію до саморозвитку [1].

Соціально-комунікативні технології — розвивають навички спілкування, співпраці, толерантності, що є складовими соціальної життєстійкості.

Технології позитивного мислення — допомагають учням формувати оптимістичне світосприйняття, бачити можливості замість обмежень, сприймати труднощі як природний досвід.

Виховання життєстійкої особистості неможливе без педагогічного наставництва. Учитель є тією людиною, яка створює для дитини умови підтримки, прийняття, доброзичливого спілкування. Його особистісна життєстійкість є прикладом для наслідування.

Керівник школи, у свою чергу, має створювати систему управлінських рішень, які забезпечують психологічну безпеку освітнього середовища, організацію методичної підтримки педагогів, співпрацю з батьками та фахівцями (психологами, соціальними педагогами).

Важливим є формування у школі корпоративної культури доброзичливості й підтримки, коли кожен педагог усвідомлює свою роль у розвитку емоційного благополуччя дітей.

Сучасні науковці також наголошують, що важливим чинником формування життєстійкості є розвиток ціннісно-сислової сфери особистості. Для дитини молодшого шкільного віку це означає усвідомлення власної унікальності, розуміння значення добра, справедливості, взаємодопомоги. Саме через засвоєння моральних цінностей дитина вчиться орієнтуватися у складних життєвих обставинах, приймати зважені рішення, виявляти толерантність і повагу до інших. Педагог у цьому процесі виступає провідником смислів, який допомагає дитині побачити зв'язок між власними діями, емоціями та життєвими наслідками. Таким чином, виховання ціннісної свідомості є необхідною умовою становлення життєстійкості як інтегрованої якості особистості.

Формування життєстійкості у дітей молодшого шкільного віку – це складний, але надзвичайно важливий процес, який потребує узгодженої роботи всіх учасників освітнього процесу. Його результатом має стати не лише здатність дитини долати труднощі, а й формування оптимістичного світогляду, відповідальності, самоповаги та внутрішньої гармонії.

Ефективність цього процесу залежить від гуманістичної позиції педагога, управлінської підтримки керівництва школи та партнерства з родиною. Лише за таких умов початкова школа стає середовищем, у якому

дитина навчається не лише знань, а й уміння бути сильною, гідною, стійкою перед викликами життя.

1.3. Роль керівника закладу освіти у забезпеченні умов для формування життєстійкості

У сучасних умовах реформування освіти керівник закладу виступає не лише адміністратором, який відповідає за організацію навчально-виховного процесу, а й лідером освітніх змін, ініціатором створення середовища розвитку особистості кожного учня. Формування життєстійкості школярів є одним із ключових напрямів такої діяльності, адже саме керівник створює систему педагогічних, психологічних та організаційних умов, що сприяють розвитку емоційного благополуччя, саморегуляції, відповідальності та впевненості у власних силах дітей.

Створення умов для розвитку життєстійкості починається зі стратегічного бачення керівника щодо виховної та психологічної політики школи. Він має усвідомлювати, що життєстійкість не формується стихійно, а є результатом цілеспрямованої, системної й багаторівневої роботи. Тому директор визначає пріоритети виховної діяльності, орієнтує педагогів на розвиток у дітей уміння контролювати емоції, розв'язувати конфлікти, взаємодіяти з іншими та адекватно реагувати на стресові ситуації. Наприклад, керівник школи може ініціювати розроблення й упровадження «Положення про психологічну безпеку», яке регламентує стиль спілкування між учнями й педагогами, описує правила поведінки у конфліктних ситуаціях, передбачає алгоритми реагування на випадки булінгу та емоційного виснаження дітей. Такі документи, якщо вони не формальні, а реально впроваджуються в практику, стають важливим інструментом підтримки життєстійкості.

Як зазначає В. Кремень, сучасний керівник має бути не лише організатором, а й стратегом і моральним авторитетом, здатним передбачати тенденції розвитку освіти й формувати команду педагогів, які поділяють гуманістичні цінності [47]. У цьому контексті управління процесом формування життєстійкості виходить за межі суто адміністративної функції і перетворюється на педагогічне лідерство, спрямоване на підтримку кожного учасника освітнього процесу. Від позиції керівника залежить, чи сприйматимуть учителі розвиток життєстійкості як додаткове навантаження, чи як невід’ємну частину своєї професійної місії.

Провідна роль керівника полягає у створенні безпечного та доброзичливого освітнього середовища. Саме від його управлінських рішень залежить, наскільки комфортно почуваються учні, чи відчують вони підтримку з боку вчителів, чи реалізується у школі виховна політика, зорієнтована на розвиток стійкості й відповідальності. Для цього керівник має володіти знаннями у сфері психології розвитку дитини, педагогічного менеджменту, розуміти закономірності формування життєстійкості та вміти перевести ці знання в щоденну практику школи. Стратегічні рішення адміністрації відображаються на всіх аспектах шкільного життя – від методичної роботи до організації дозвілля, профілактики стресу та підтримки позитивної дисципліни.

Важливе завдання керівника – забезпечити цілісність та узгодженість дій педагогів, психолога, батьків і соціального оточення учнів. Йдеться про створення такої системи організаційно-педагогічних умов, у якій усі дорослі, причетні до виховання дитини, діють у єдиному ціннісному полі. Директор окреслює стратегічні цілі розвитку школи в напрямі формування життєстійкої особистості, планує роботу педагогічного колективу з урахуванням виховних і психологічних аспектів, координує зусилля вчителів, класних керівників і шкільного психолога, організовує моніторинг соціально-емоційного стану учнів і педагогів. Наприклад, у школі можуть регулярно проводитися спостереження, опитування, анкетування щодо рівня

тривожності, емоційного благополуччя учнів, а результати таких досліджень стають підставою для корекції виховної роботи.

Сучасний керівник закладу освіти відіграє ключову роль у впровадженні інноваційних підходів, які сприяють розвитку життєстійкості молодших школярів. У багатьох закладах освіти успішно запроваджуються програми соціально-емоційного навчання, спрямовані на розвиток у дітей уміння розуміти власні емоції, керувати ними та будувати конструктивні стосунки з оточенням. Такі програми часто включають елементи ранкових зустрічей, рефлексивних хвилин або коротких вправ на усвідомлення, що допомагають дітям розпочати навчальний день у спокійному емоційному стані та налаштуватися на продуктивну роботу.

Керівник школи може ініціювати впровадження занять із ненасильницького спілкування, які формують у школярів навички емпатії та вміння висловлювати свої почуття в коректній формі. Це сприяє зниженню конфліктності в дитячому колективі та підвищує здатність учнів знаходити мирні шляхи розв'язання суперечок. У початковій школі корисними також є елементи ігрової терапії та арт-терапії: малювання емоцій, створення колажів, музично-рухові вправи, робота з казками та метафорами. Керівник, підтримуючи такі підходи, стимулює вчителів використовувати методи, що м'яко й природно формують внутрішню стійкість дитини, допомагають їй розпізнавати переживання та справлятися зі стресом.

Одним із інноваційних рішень є створення в школі спеціальних зон емоційного розвантаження або «куточків спокою», де учні можуть на кілька хвилин усамотнитися, відновити психологічну рівновагу чи виконати дихальні вправи. Наявність таких зон зменшує напруження в дітей і вчить їх самостійно справлятися з емоційним дискомфортом. Це формує не лише життєстійкість, а й культуру емоційної самопідтримки, яка є важливою в умовах соціальної нестабільності.

Шкільний керівник може підтримувати впровадження соціальних і волонтерських проєктів, у яких учні беруть участь разом із педагогами та

батьками. Практика показує, що участь у справах, корисних для громади, значно підвищує рівень відповідальності, ініціативності та внутрішньої мотивації дітей. Соціальні проєкти допомагають учням усвідомлювати власну значущість, а це є однією з ключових складових життєстійкості.

Інноваційні методики можуть також включати застосування технік медіації, коли учнів навчають самостійно й конструктивно розв'язувати суперечки. У такому разі керівник не лише підтримує роботу педагога-медіатора, а й створює умови для того, щоб культура діалогу та взаємоповаги стала частиною шкільного життя. Окремі школи впроваджують дитячі служби порозуміння, які працюють за участі старших учнів. Хоча початкова школа має свій віковий контекст, молодші школярі у таких моделях усе одно є активними учасниками та часто отримують підтримку від старших учнів, що сприяє соціальній згуртованості.

Використання цифрових технологій також може сприяти розвитку життєстійкості. Керівник може підтримувати застосування електронних платформ, де вчителі можуть проводити інтерактивні вправи з емоційного інтелекту, створювати відеоуроки з технік релаксації, організовувати онлайн-зустрічі з психологами або тренерами. Такі інструменти дають можливість учням відпрацьовувати навички саморегуляції у різних форматах і роблять процес формування життєстійкості цікавішим та сучаснішим.

Отже, впровадження інноваційних програм і методик є важливою складовою управлінської діяльності керівника. Від того, наскільки сміливо й послідовно директор підтримує нові підходи, залежить не лише якість освітнього процесу, а й те, наскільки школа стає середовищем, що сприяє розвитку внутрішньої сили, впевненості, відповідальності та здатності дітей долати життєві труднощі.

Окремого значення в сучасних умовах набуває роль керівника в організації дій під час кризових ситуацій, що виникають як у школі, так і в суспільстві загалом (див. рис. 1.1). В українських реаліях це, насамперед, повітряні тривоги, евакуації до укриттів, тривалий воєнний стан, вимушене

переселення окремих сімей. Від злагодженості й продуманості управлінських рішень керівника залежить не тільки фізична безпека учасників освітнього процесу, а й їхня психологічна стабільність. Якщо дитина бачить, що дорослі діють спокійно, послідовно і впевнено, це знижує рівень тривоги, допомагає їй відчувати контрольованість ситуації, а відтак сприяє зміцненню життєстійкості.

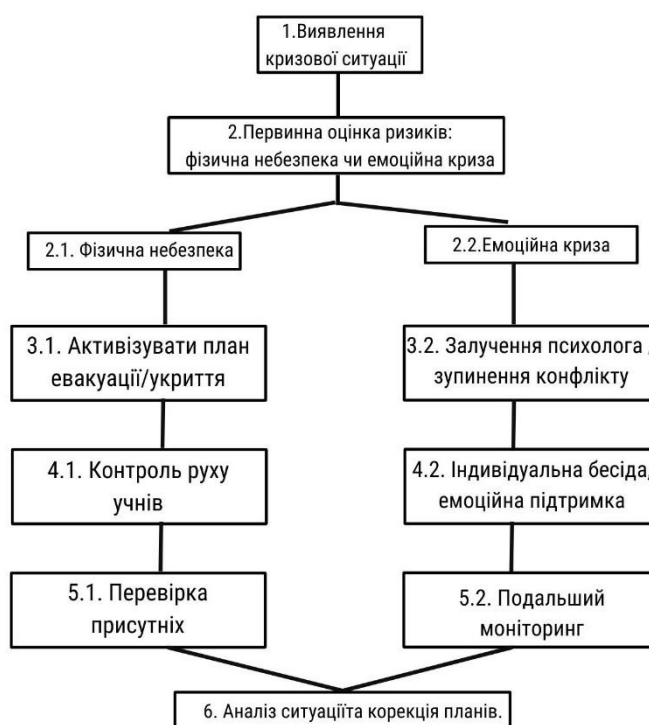


Рис. 1.1. Алгоритм реагування керівника закладу освіти у кризовій ситуації

Керівник школи відповідає за розроблення та впровадження чітких алгоритмів дій у надзвичайних ситуаціях: планів евакуації, правил користування укриттями, порядку організації навчання в умовах дистанційного чи змішаного формату. Проте важливим є не лише формальне існування цих документів, а й те, наскільки вони «прожиті» колективом та учнями. Регулярні тренування, інструктажі, моделювання ситуацій дозволяють перетворити кризові сценарії з джерела паніки на прогнозовані дії, до яких діти й дорослі готові. Педагоги та учні мають розуміти: існує чіткий порядок, як діяти, і є дорослі, які беруть відповідальність на себе.

Не менш важливо, щоб керівник подбав про емоційний супровід таких ситуацій. Після особливо напружених днів доцільно організовувати бесіди, години спілкування, зустрічі з психологом, під час яких діти можуть поділитися своїми переживаннями, намалювати страхи, обговорити те, що їх турбує. Це допомагає знизити рівень внутрішньої напруги, не допустити формування хронічної тривожності, а також навчити дітей усвідомлювати й називати власні стани. Таким чином, управління кризовими ситуаціями в школі перетворюється не лише на технічне завдання, а на важливу складову процесу формування життєстійкості, коли діти набувають досвіду проживання складних подій у безпечному, підтримувальному середовищі.

Дослідження у сфері освітнього менеджменту (О. Мармаза, Г. Єльнікова, Т. Сорочан та ін.) засвідчують, що ефективність керівництва значною мірою залежить від управлінського стилю[53, 72]. Авторитарний стиль, побудований на жорсткому контролі та односторонніх вимогах, гальмує розвиток ініціативи й відповідальності, породжує страх перед помилкою. Натомість надмірний лібералізм може призвести до зниження дисципліни та розмитості вимог. Найбільш продуктивним у контексті формування життєстійкості є демократичний стиль керівництва, який ґрунтується на довірі, співпраці, діалозі й спільному прийнятті рішень. Демократичний керівник не нав'язує, а спрямовує; не контролює надмірно, а мотивує; не придушує ініціативу, а створює умови для її прояву. Він підтримує емоційну стабільність педагогів, заохочує розвиток командного духу і тим самим робить школу простором, у якому життєстійкість формується як у дітей, так і у дорослих.

Особливого значення набуває робота керівника з педагогічним колективом. Педагог, який сам не володіє базовими навичками життєстійкості, навряд чи зможе ефективно формувати її в учнів. Тому директор має забезпечити систему заходів, спрямованих на розвиток емоційної компетентності вчителів, профілактику їхнього професійного вигорання, підтримку у складних педагогічних ситуаціях. Це можуть бути

внутрішньошкільні тренінги з управління емоціями, семінари з теми ненасильницького спілкування, круглі столи щодо підтримки дітей у кризових умовах, методичні об'єднання, де педагоги обмінюються досвідом роботи з дітьми, які переживають стрес чи втрати. У деяких закладах освіти успішно практикується проведення «днів педагогічного добробуту», спільних неформальних зустрічей колективу, що сприяють згуртуванню й відновленню емоційних ресурсів.

Одним із важливих напрямів діяльності керівника закладу освіти у формуванні життєстійкості молодших школярів є створення культури взаємопідтримки серед усіх учасників освітнього процесу. Атмосфера довіри, взаємоповаги й психологічної безпеки значною мірою визначає те, як дитина реагує на труднощі, чи відчуває вона підтримку з боку дорослих і однолітків, чи сприймає школу як місце, де її розуміють і приймають. Саме керівник задає тон цій культурі, формуючи цінності та правила взаємодії, які стають нормою для педагогів, батьків і дітей.

Для розвитку такої культури директору важливо створювати умови, у яких кожен член шкільної спільноти відчуває, що його думка має значення, а труднощі – це привід для об'єднання, а не для осуду. Позитивні практики підтримки можуть включати проведення шкільних заходів, спрямованих на взаємопізнання й згуртування, організацію спільних майстер-класів, зустрічей, інтерактивів, які формують у дітей і дорослих навичку слухати й підтримувати один одного. У початковій школі особливо дієвими є практики колективних обговорень, ранкових зустрічей, моральних дилем чи «кругів підтримки», де кожен має можливість висловитися й отримати відгук.

Керівник також може впроваджувати програми менторства, коли досвідчені педагоги підтримують молодих учителів, допомагають їм уникати професійного виснаження та зберігати внутрішню рівновагу. Такі моделі горизонтальної взаємодопомоги особливо важливі у період реформування освіти, коли від педагогів вимагається гнучкість, стійкість та готовність до

інновацій. Коли педагоги самі працюють у середовищі довіри та підтримки, вони здатні передавати ці цінності й своїм учням.

Формування культури взаємопідтримки має також відображатися у щоденній комунікації. Керівник може ініціювати створення практик позитивного підкріплення, коли досягнення учнів і педагогів визнаються та відзначаються публічно. Це сприяє формуванню позитивного мікроклімату та створює умови, у яких кожен учасник шкільного життя відчуває свою значущість. Крім того, регулярне обговорення труднощів, спільне розв'язання проблем і прозорий стиль управління допомагають запобігати конфліктам і кризам, які можуть негативно впливати на психологічний стан дітей.

Культура взаємопідтримки у школі є фундаментом формування життєстійкості учнів, оскільки вона створює соціальне середовище, у якому дитина бачить приклади доброзичливості, співпраці та взаємоповаги. У такому колективі учень вчиться довіряти іншим, будувати здорові взаємини, адекватно реагувати на стресові ситуації та приймати власні емоції. Тому розвиток культури взаємопідтримки має бути одним із ключових управлінських пріоритетів керівника закладу освіти.

Функції планування, організації, мотивації й контролю в діяльності керівника набувають конкретного змісту в контексті формування життєстійкості. Під час планування директор враховує не лише навчально-предметні завдання, а й виховний аспект освітнього процесу: у річні та перспективні плани включаються заходи з розвитку соціально-емоційних компетентностей учнів, програми психологічного комфорту, ініціативи, спрямовані на формування емпатії, взаємопідтримки, відповідального ставлення до себе та інших. Організаційна функція проявляється у налагодженні взаємодії всіх учасників освітнього процесу — учителів, учнів, батьків, психолога, соціального педагога; у створенні робочих груп, творчих команд, які розробляють і реалізують виховні проекти. Наприклад, у школі можуть діяти волонтерські загони, екологічні, доброчинні, патріотичні

проекти, участь у яких сприяє формуванню у дітей почуття причетності, відповідальності та віри у власні можливості.

Мотиваційна функція керівника полягає у створенні умов, за яких у педагогів виникає внутрішнє бажання працювати над розвитком життєстійкості учнів. Це передбачає визнання професійних досягнень учителів, підтримку їхніх ініціатив, залучення до творчих конкурсів, можливості для підвищення кваліфікації. Важливо, щоб педагоги відчували: виховання життєстійкості не є додатковим формальним завданням, а природно інтегрується в їхню повсякденну діяльність.

Контроль і моніторинг у цій сфері мають бути не каральними, а аналітичними й підтримувальними. Їх мета — не покарання за недоліки, а виявлення проблемних зон та пошук шляхів допомоги. Керівник може організовувати регулярні опитування, діагностичні зрізи, інтерв'ю з учнями, педагогами й батьками щодо емоційного стану, відчуття безпеки, задоволеності шкільним життям. На основі цих даних розробляються рекомендації та коригуються виховні програми.

У кризових або непередбачуваних ситуаціях роль керівника зростає в рази, адже саме його поведінка задає тон реакції всього педагогічного колективу та учнівської спільноти, тому він має діяти швидко, однак послідовно та передбачувано.

Психологічні дослідження показують, що у періоди стресу діти орієнтуються насамперед на емоційну стабільність дорослих, тому директор має демонструвати врівноваженість, послідовність і впевненість у своїх діях. Такі якості не лише допомагають знизити рівень тривожності в школі, а й формують у дітей модель конструктивного подолання складних обставин.

Він не обмежується ситуативними рішеннями, а вибудовує чітку систему кризового реагування, яка передбачає визначені алгоритми дій для педагогів та учнів. Це можуть бути: порядок інформування батьків, протоколи психологічної підтримки, механізми взаємодії з соціальними службами, а також інструкції щодо організації безпечного простору в

надзвичайних умовах. Подібні напрацьовані моделі допомагають зменшити хаос, уникнути паніки та забезпечити злагоджену роботу всіх учасників освітнього процесу.

Керівник також має забезпечити психологічне відновлення після складних подій, адже життєстійкість – це не лише вміння пережити кризу, а й здатність повернутися до емоційної рівноваги. Після стресових ситуацій у школі важливо організувати заходи підтримки: групові бесіди, консультації психолога, тренінги для педагогів, години спілкування з учнями. Такий підхід демонструє дітям, що будь-які труднощі можна подолати, якщо поруч є відповідальні дорослі, готові допомогти та вислухати.

Саме завдяки здатності керівника діяти зібрано та передбачувано школа перетворюється на стабільний простір, де дитина відчуває захищеність навіть у нестабільних умовах. Це значною мірою сприяє формуванню життєстійкості молодших школярів, адже вони отримують позитивний досвід опанування труднощів та спостерігають ефективні моделі поведінки, які з часом засвоюють і застосовують самостійно.

Висновки до першого розділу

У першому розділі проаналізовано стан дослідженості проблеми формування життєстійкості молодших школярів у сучасних українських закладах освіти.

Наголошується, що це складний процес, у якому поєднуються психологічні особливості розвитку, соціальне середовище та педагогічний вплив і відбувається формування оптимістичного світогляду, відповідальності, самоповаги та внутрішньої гармонії дитини, її здатності протистояти життєвим викликам, долати труднощі.

На основі аналізу психолого-педагогічної літератури зроблено висновок, що з позиції науки життєстійкість розглядається як інтегративна властивість

особистості, що охоплює когнітивні, емоційно-вольові, мотиваційні та соціальні компоненти і трактується як індикатор духовної та моральної зрілості особистості (когнітивна, емоційно-вольова та соціальна складова).

Формування життєстійкості у дітей молодшого шкільного віку – це складний, але надзвичайно важливий процес, який потребує узгодженої роботи всіх учасників. Його ефективність залежить від гуманістичної позиції педагога, управлінської підтримки керівництва школи та партнерства з родиною. Лише за таких умов початкова школа стає середовищем, у якому дитина навчається не лише знань, а й уміння бути сильною, гідною, стійкою перед викликами життя. Адже сучасна школа розглядається не лише як заклад освіти, але й як соціокультурний простір, що впливає на становлення особистості. Вона має бути середовищем, де здобувачі початкової освіти почуваються у безпеці, мають змогу проявляти ініціативу, приймати рішення, висловлювати власні думки і водночас відчувати підтримку з боку дорослих.

Саме керівник школи визначає, чи діятиме шкільна система як простір життєстійкості. Його роль у забезпеченні умов для формування життєстійкості учнів є багатовимірною. Вона охоплює стратегічне бачення, організацію, координацію, мотивацію, підтримку та особистий приклад. Саме від того, наскільки керівник здатен створити школу як простір довіри, співпраці й розвитку, залежить, чи стане життєстійкість не лише задекларованою метою, а реальною рисою особистості сучасного молодшого школяра.

Розділ 2. Організаційно-управлінські умови та практика керівництва формуванням життєстійкості учнів у закладі початкової освіти

2.1. Модель керівництва процесом формування життєстійкості учнів

Управління процесом формування життєстійкості учнів початкової школи потребує створення цілісної моделі, яка об'єднує стратегічні, організаційні, психологічні та педагогічні компоненти. Ефективна модель базується на принципах гуманізму, партнерства, емоційної безпеки та співпраці між усіма учасниками освітнього процесу. Керівник школи у цій моделі виступає не лише адміністратором, а насамперед лідером, який визначає стратегічний напрям розвитку школи, координує дії педагогічного колективу та забезпечує узгодженість управлінських рішень із потребами дітей.

Модель керівництва процесом формування життєстійкості включає кілька взаємопов'язаних рівнів: стратегічний, педагогічний, психологічний, соціально-партнерський та кризовий (див. рис. 2.1).



Рис. 2.1. Модель керівництва процесом формування життєстійкості

На стратегічному рівні керівник визначає бачення, місію та ключові напрями розвитку школи як простору емоційної безпеки та підтримки. Це передбачає включення питань формування життєстійкості до річних і перспективних планів, розроблення внутрішніх документів, що регулюють педагогічну взаємодію, та створення нормативної бази, яка забезпечує цілісність підходів.

На педагогічному рівні ключовим завданням директора є створення умов, у яких учителі можуть систематично працювати над розвитком емоційних, соціальних і регулятивних навичок учнів. Саме через щоденну взаємодію з дітьми педагоги реалізують практичну частину моделі. Проте якість цієї взаємодії значною мірою залежить від управлінських рішень керівника: організації методичної роботи, забезпечення навчальних матеріалів, упровадження програм соціально-емоційного навчання.

У цьому контексті важливо враховувати конкретні практичні ситуації, з якими стикається початкова школа. Наприклад, під час перерви учень другого класу пережив конфлікт із однокласником та у сльозах відмовлявся повертатися до класу. Учитель, керуючись упровадженими керівником правилами емоційної підтримки, застосував техніку «емоційної паузи», запросив дитину до куточка емоційного розвантаження та запропонував дихальні вправи. Завдяки наявності таких інструментів, які були підтримані та організовані адміністрацією, школяр зміг заспокоїтися й повернутися до навчання, розуміючи, що його емоції є важливими та прийнятими.

Психологічний рівень вимагає активної участі шкільного психолога, однак саме керівник створює умови для ефективної психологічної служби – розподіляє функції, налагоджує взаємодію між психологом та педагогами, визначає пріоритетні напрями психопрофілактичної роботи. Психологічна служба у школі повинна не лише реагувати на проблеми, а й працювати на випередження.

Показовою є ситуація, коли учень отримав під час уроку тривожне повідомлення про госпіталізацію близької людини. У дитини з'явилися

сльози, страх, порушилась увага. Учитель, який пройшов тренінг із кризової підтримки (організований керівником), діяв за узгодженим алгоритмом: негайно повідомив психолога, забезпечив емоційну підтримку та провів дитину до безпечного місця. Психолог надав першу психологічну допомогу, а керівник оперативно зв'язався з батьками. Завдяки чітко вибудованій системі взаємодії дитина отримала допомогу без емоційного перевантаження.

Соціально-партнерський рівень передбачає тісну взаємодію з батьками. Без участі родини формування життєстійкості є неповним, тому важливо, щоб керівник розбудовував партнерство, засноване на довірі, відкритості й взаємній підтримці. Це може включати консультації, тренінги, дні відкритих дверей, просвітницькі заходи щодо дитячої емоційності.

Прикладом важливості роботи з батьками є ситуація, коли родина третьокласниці скаржилася директору на повільне виконання домашніх завдань. З'ясувалося, що дитина переживає адаптаційний стрес після зміни місця проживання. Керівник організував зустріч батьків із психологом та пояснив значення зниження навчального тиску. Після консультації поведінка дівчинки стабілізувалася, а її навчальна мотивація підвищилася.

Особливо важливим компонентом моделі керівництва є кризовий рівень, який визначає алгоритми дій у стресових чи непередбачуваних ситуаціях. Сучасні умови (зокрема військові загрози, часті повітряні тривоги, соціальна напруга) роблять кризове реагування надзвичайно актуальним. Керівник школи має забезпечити підготовку педагогів, наявність чітких інструкцій, відпрацювання дій під час надзвичайних подій.

У випадках емоційних вибухів або поведінкових криз учнів директор діє відповідно до внутрішньої системи кризового реагування. Наприклад, під час уроку дитина раптово починає кричати, відмовляється виконувати завдання та демонструє ознаки перевантаження. Учитель повідомляє адміністрацію, а керівник активує алгоритм: психолог здійснює експрес-діагностику, дитина переводиться в безпечне місце, а батьки отримують рекомендації.

Відпрацьована система реагування мінімізує ризики та навчає дітей конструктивно долати стрес.

Окремою складовою моделі є робота з педагогічним колективом. Учитель, який сам не володіє життєстійкістю, не може ефективно формувати її у дітей. Тому керівник повинен організовувати підтримку педагогів, профілактику емоційного вигорання, можливості для розвитку.

Наприклад, учитель початкової школи, який працює з класом із високою кількістю дітей з емоційними труднощами, звертається до директора через втому та роздратування. Керівник організовує консультацію психолога, надає тимчасове розвантаження, пропонує участь у тренінгу з управління стресом. Це не лише покращує емоційний стан педагога, а й сприяє стабільності всього класу.

Таким чином, модель керівництва формуванням життєстійкості є багаторівневою, інтегрованою та спрямованою на розвиток гармонійного, стійкого, психологічно здорового дитячого колективу. Її ефективність залежить не лише від документів чи планів, а передусім від того, наскільки системно і практично керівник забезпечує підтримку, взаємодію та безпечне середовище в школі.

Важливим елементом моделі керівництва процесом формування життєстійкості є побудова цілісної шкільної культури, у якій емоційне благополуччя визнається так само важливим, як і навчальні досягнення. Така культура починається з управлінських рішень керівника, однак підтримується всіма учасниками навчального процесу. У школі, де життєстійкість є одним із ключових орієнтирів, правила, очікувані поведінкові моделі, стиль спілкування й навіть візуальне оформлення простору спрямовані на зниження стресу, виховання впевненості та формування позитивного ставлення до навчання.

Керівник школи відіграє роль координатора цих процесів, забезпечуючи єдність і наступність зусиль педагогів. Окремого значення набуває створення педагогічної команди, яка розділяє спільні цінності та працює в одному

напрямі. Від того, наскільки педагоги відчують підтримку адміністрації, залежить якість їхньої взаємодії з дітьми. Дослідження сучасних українських та європейських науковців підкреслюють, що педагог, який працює в атмосфері довіри, співпраці та відкритості, проявляє більше ініціативи, краще орієнтується в емоційних станах дітей і здатен гнучко адаптувати освітні методики.

З іншого боку, формування життєстійкості молодших школярів неможливе без розвитку їхньої автономності та поступового переходу до самоорганізації. Завдання адміністрації – створити такі організаційні умови, у яких дитина матиме можливість робити вибір, брати участь у плануванні, висловлювати свої потреби та думки. Це може проявлятися у впровадженні «демократичних класних зустрічей», елементів учнівського врядування навіть у початковій школі, проєктної діяльності з можливістю розподілу ролей. Дитина, яка з раннього віку чує, що її думка важлива, набуває впевненості та вміння відстоювати себе без агресії – а це базові компоненти життєстійкості.

Надзвичайно важливим аспектом моделі є організація фізичного та цифрового простору школи. Директор має забезпечити, щоб простір не спричиняв додаткового стресу, був естетично приємним, логічно структурованим і безпечним. Особливої уваги потребують зони відпочинку, рекреації, коридори та класи, у яких діти проводять більшу частину часу. Позитивні візуальні символи, куточки настрою, стенди з техніками саморегуляції, куточки емоційного розвантаження — усе це формує середовище, яке «працює» на підтримку життєстійкості. Цифровий простір також потребує регулювання: чіткі правила користування гаджетами, збалансованість цифрових і традиційних форм навчання сприяють зменшенню перевантаження і збереженню уваги учнів.

У межах моделі керівництва особливе місце займає педагогічний супровід учнів з підвищеними емоційними ризиками: дітей, які пережили зміну сімейного середовища, міграцію, втрату близьких, мають підвищену

тривожність або прояви стресу. Саме керівник має забезпечити, щоб такі діти не залишалися непоміченими. Адміністрація може спільно з психологом сформувати групу педагогічного спостереження або проводити регулярні «наради підтримки», де вчителі діляться спостереженнями щодо емоційного стану вихованців. Такий підхід значно підвищує здатність школи своєчасно виявляти труднощі та пропонувати допомогу.

У межах цієї моделі важливо забезпечити й системність профілактичної роботи. Замість реагування лише на вже існуючі проблеми керівник має організувати систему превентивних заходів, спрямованих на зниження рівня тривожності в дітей. Це можуть бути тижні психологічного здоров'я, дні емоційної грамотності, заняття з казкотерапії, музикотерапії, тренінги зі зниження стресу для дітей. Проте успіх таких заходів залежить від того, наскільки послідовно вони вписані в життя школи, а не проводяться як разові акції. Їхня сталість має забезпечуватися управлінськими рішеннями директора.

Важливо зазначити, що життєстійкість формуються не лише через спеціальні програми, а передусім через повсякденну взаємодію. Тому керівник має слідкувати за тим, щоб педагогічна комунікація відповідала принципам ненасильства, взаємоповаги та підтримки. Педагоги мають демонструвати емоційну стабільність, вміння визнавати власні помилки, давати дітям зворотний зв'язок, не знецінюючи їхніх почуттів. У школах, де адміністрація систематично проводить роботу з комунікативною культурою вчителів, рівень конфліктності та емоційного напруження в учнів значно нижчий.

У моделі керівництва процесом формування життєстійкості важливу роль відіграють і позакласні заходи. Адміністрація має ініціювати діяльність, яка не є обов'язковою, але сприяє розвитку соціальних і емоційних навичок. Це можуть бути шкільні свята, спільні спортивні події, гуртки, екскурсії, благодійні акції чи волонтерські проєкти. Участь дітей у цих активностях забезпечує формування відчуття спільності, підвищує їхню самооцінку й

виховує відповідальність. Наприклад, коли школярі беруть участь у зборі допомоги для ЗСУ чи притулку тварин, вони відчують власну значущість і вплив на події – це прямий шлях до розвитку внутрішньої стійкості.

Суттєвим елементом є співпраця школи з громадою. У деяких закладах освіти, які розвивають модель життєстійкості, адміністрація активно залучає партнерів – центри психологічної підтримки, соціальні служби, культурні установи, громадські організації. Така співпраця створює ширше коло впливу та допомагає школі бути не ізольованою, а інтегрованою в соціальний контекст. Участь дітей у міських заходах, виставках, конкурсах, тренінгах сприяє розширенню соціального досвіду та формує навички комунікації – один із важливих структурних компонентів життєстійкості.

Загалом, модель керівництва процесом формування життєстійкості учнів у початковій школі має комплексний, інтегрований характер і ґрунтується на поєднанні стратегічних рішень, педагогічної підтримки, психологічної допомоги, партнерства з батьками та взаємодії з громадою. Вона орієнтована на створення безпечного, стабільного, доброзичливого середовища, у якому дитина здобуває досвід осмислення, саморегуляції, співпраці та відповідального ставлення до світу. Від того, наскільки керівник зможе підтримувати цю модель на всіх рівнях – від документів до щоденної комунікації – залежить ефективність розвитку життєстійкості молодших школярів.

2.2. Діяльність адміністрації щодо створення умов для розвитку життєстійкості (психологічний клімат, підтримка педагога, робота з батьками)

У сучасних умовах реформування освіти в Україні діяльність адміністрації закладу загальної середньої освіти набуває нового змісту та спрямування. Однією з ключових управлінських функцій є створення таких

організаційних, психологічних та соціально-педагогічних умов, які сприятимуть розвитку життєстійкості молодших школярів. Життєстійкість у цьому контексті розуміється як сукупність психологічних характеристик, що забезпечують здатність дитини ефективно долати труднощі, адаптуватися до нових умов, зберігати внутрішню рівновагу та мотивацію в умовах змін. Роль адміністрації полягає не лише в контролі за навчальним процесом, а й у формуванні концептуальних підходів, стратегій, управлінських рішень і соціально-педагогічного середовища, які сприяють становленню життєстійкої особистості.

Наукові дослідження Л. Сухорукової, О. Матвієнко та С. Максименка переконливо засвідчують, що саме цілеспрямований управлінський вплив на організацію освітнього середовища, стиль взаємодії педагогів з учнями та систему психолого-педагогічної підтримки істотно підвищує рівень адаптивності й життєстійкості молодших школярів [75; 55; 51].

Управлінська діяльність керівника закладу освіти охоплює низку взаємопов'язаних напрямів, серед яких провідними є забезпечення позитивного психологічного клімату, підтримка педагогів, організація ефективної взаємодії з батьками, координація діяльності психологічної служби, підвищення якості освітнього середовища та реалізація цілісної політики безпеки та добробуту учнів. Саме адміністрація створює стратегічну рамку, у межах якої педагоги реалізують практики, спрямовані на розвиток соціально-емоційної компетентності та життєстійкості дітей.

Психологічний клімат у закладі освіти є тим підґрунтям, на якому вибудовується весь освітній процес. Він визначає, наскільки комфортно учні почувуються в школі, чи відчують вони захищеність, прийняття та підтримку. Створення позитивного мікроклімату залежить від організаційної культури, стилю управління, рівня партнерства між учасниками освітнього процесу, атмосфери довіри й відкритості. Адміністрація закладу освіти має формувати таке середовище, де кожна дитина може виявляти ініціативу, висловлювати свої думки, не боятися помилок і розвивати внутрішню

мотивацію. Важливо, щоб у школі існували чіткі та зрозумілі правила взаємодії, які спрямовані на розв'язання конфліктів ненасильницьким шляхом, профілактику булінгу, підтримку емоційного благополуччя.

Як підкреслює Л. Сухорукова, саме психологічно безпечне, емоційно тепле шкільне середовище виступає базовою умовою, за якої дитина здатна зберігати внутрішню рівновагу, проявляти гнучкість у поведінці та конструктивно долати стресові ситуації [75]. На думку О. Матвієнко, позитивний мікроклімат у початковій школі є ключовим чинником профілактики дезадаптаційних проявів та формування в учнів стійких моделей соціально прийнятної поведінки [55].

Забезпечуючи розвиток життєстійкості молодших школярів, адміністрація має впливати на роботу педагогічного колективу, адже саме вчитель є ключовою фігурою, яка щоденно взаємодіє з дітьми й формує їхній досвід подолання труднощів. Педагоги потребують методичної, психологічної та організаційної підтримки, що дозволяє їм самостійно залишатися стійкими, впевненими, емоційно збалансованими. Адміністрація повинна створювати умови для професійного розвитку, супервізій, наставництва, психолого-педагогічних консультацій, участі в освітніх тренінгах, які розкривають методи розвитку життєстійкості в учнів. Педагог, який відчуває підтримку й довіру з боку керівництва, здатен моделювати життєстійку поведінку, передаючи її дітям через власний приклад.

С. Максименко наголошує, що особистісний і професійний розвиток педагога, його здатність до саморефлексії, емоційної саморегуляції та конструктивного подолання професійних труднощів безпосередньо впливають на формування життєстійкої поведінки учнів, оскільки вчитель виступає для дитини провідною моделлю реагування на виклики [51].

Важливим напрямом діяльності адміністрації є організація роботи з батьками. Розвиток життєстійкості можливий лише за умови синергії сім'ї та школи, коли цінності, вимоги й стиль взаємодії є узгодженими. Адміністрація має забезпечувати системну співпрацю з батьками шляхом

консультативної підтримки, психолого-педагогічної просвіти, залучення батьків до спільних заходів, формування партнерських взаємин. Для сімей, що перебувають у складних життєвих обставинах, важливою є соціальна підтримка, яку адміністрація має координувати спільно з психологічною службою та соціальною педагогікою.

Сучасна школа функціонує в умовах численних зовнішніх викликів – соціальних, військових, інформаційних, економічних, – що підсилює потребу в системному управлінському підході до формування життєстійкості учнів. Адміністрація має враховувати особливості стресових чинників, які впливають на дітей молодшого шкільного віку, та адаптувати освітнє середовище таким чином, щоб знизити їхній негативний вплив. Це може включати гнучке планування навчального навантаження, підтримку емоційно безпечних умов у класах, організацію корекційно-рефлексивних зон відпочинку, упровадження практик *mindfulness*, емоційного розвантаження та психологічного супроводу.

Розвиток життєстійкості учнів початкової школи є багатовекторним процесом, що потребує злагодженої управлінської роботи та належного функціонування внутрішньої системи забезпечення якості освіти. Адміністрація закладу освіти виступає ключовою ланкою, яка формує умови для емоційного благополуччя, соціальної підтримки та психологічного комфорту всіх учасників освітнього процесу. Для молодших школярів, які перебувають у перехідному періоді між дошкільним дитинством і першим досвідом системного навчання, саме атмосфера безпеки є тим базовим чинником, що дозволяє відчувати стабільність, довіру та впевненість у собі. Адміністрація школи, реалізуючи управлінські функції, створює середовище, у якому дитина може навчатися долати труднощі, формувати позитивну самооцінку, опановувати навички саморегуляції та вирішувати проблемні ситуації конструктивним способом.

Сприятливий психологічний клімат у закладі освіти не формується стихійно – він є результатом системної, продуманої та науково обґрунтованої

діяльності керівництва. Психологічний клімат виступає інтегральною характеристикою міжособистісних стосунків, стилю взаємодії, емоційного тла освітнього середовища. Керівник закладу освіти повинен забезпечити такі умови, за яких кожен учень відчуває, що його гідність, думка та потреби є значущими. Важливо, щоб у школі панувала атмосфера доброзичливості, поваги та підтримки, адже саме вона стає гарантією того, що дитина зможе проявляти ініціативність, не боятися помилок, шукати нові способи пізнання та відкривати власний потенціал. У початковій школі, де учень тільки формує досвід навчальної діяльності, психологічна безпека відіграє роль фундаменту, що запобігає виникненню дезадаптаційних проявів і сприяє розвитку стійких позитивних моделей поведінки.

Діяльність адміністрації у напрямі створення психологічно комфортного середовища включає регулярну співпрацю з практичним психологом та соціальним педагогом, координацію їх роботи, а також формування чіткої системи реагування на ситуації емоційних труднощів, конфліктів чи проявів дезадаптації. Особливе значення має формування культури відкритого діалогу між адміністрацією та педагогами. Вчитель, який відчуває, що його професійні труднощі або емоційне виснаження є предметом уваги адміністрації, працює стабільніше, упевненіше й переносить стан ресурсності у спілкування з дитиною. Стан педагога прямо впливає на психологічний стан класу. Тому завдання адміністрації полягає в тому, щоб мінімізувати професійне вигорання, створювати можливості для відновлення, навчання та розвитку педагогів.

Підтримка вчителя – це не лише надання методичної допомоги, а й формування таких умов праці, які дозволяють педагогу зберігати емоційну рівновагу, мати доступ до фахових консультацій, інноваційних практик та колективних форм рефлексії. Сучасні міжнародні дослідження наголошують, що учні демонструють вищий рівень життєстійкості в тих школах, де педагоги мають змогу самі отримувати психологічну підтримку, підвищувати кваліфікацію з питань емоційного інтелекту та стрес-менеджменту.

Адміністрація забезпечує участь вчителів у тренінгах, вебінарах, педагогічних студіях, а також створює всередині закладу майданчики для професійного спілкування, взаємодопомоги, обміну досвідом. Важливо, що атмосфера педагогічного колективу не менш значуща для життєстійкості дітей, ніж атмосфера класу: учні дуже чутливо сприймають, чи панує в школі злагода, чи є напруження й конфлікти між дорослими.

Професійна підтримка педагогів має також адміністративний вимір. Керівництво школи, застосовуючи демократичний стиль управління, формує довірливі взаємини, у яких учитель може висловлювати власні ідеї, пропонувати шляхи вдосконалення освітнього процесу та ініціювати зміни. Такий стиль сприяє внутрішній мотивації педагогів, їх залученості та відповідальності. Учитель, який відчуває свою значущість у професійній спільноті, стає носієм життєстійкості та здатен формувати її у дітей на власному прикладі.

Не менш важливим напрямом діяльності адміністрації є налагодження взаємодії з батьками. Сучасна школа орієнтується на партнерську модель співпраці «педагоги – батьки – учні», у якій родина розглядається не як зовнішній елемент, а як повноправний суб'єкт освітнього процесу. Саме батьки створюють для дитини первинний досвід емоційної безпеки, і завдання школи — доповнювати, підтримувати та розвивати цей досвід. Адміністрація організовує системну роботу з батьками, що включає психологічну просвіту, консультації щодо вікових особливостей дітей, механізмів подолання стресу, формування саморегуляції, самоконтролю та емоційної витривалості.

Шкільні батьківські збори, семінари, тренінги, виступи психологів і соціальних педагогів стають платформою для підвищення батьківської компетентності. Родина, яка розуміє важливість життєстійкості, здатна підтримувати дитину у складних ситуаціях, що значно зменшує ризики для емоційного здоров'я учнів. Адміністрація, у свою чергу, має координувати діяльність педагогів у напрямі забезпечення єдності вимог школи та сім'ї,

щоб дитина не отримувала суперечливих сигналів, не відчувала когнітивного дисонансу між шкільним і домашнім середовищем. Конструктивна співпраця з батьками сприяє формуванню стійких соціальних зв'язків, які є важливою складовою життєстійкості.

Важливо наголосити, що саме адміністрація закладу освіти задає тон усій педагогічній взаємодії, формує культуру спілкування та управління, яка або сприяє розвитку життєстійкості учнів, або ж, навпаки, створює додаткові бар'єри та чинники стресу. Керівник школи як центральна управлінська фігура забезпечує не лише організаційний супровід навчального процесу, але й регулює якість міжособистісних стосунків, рівень доброзичливості, відкритості та психологічного комфорту, що панує в закладі. У контексті сучасної української школи, яка працює в умовах постійних змін, воєнного стану, гібридних форматів навчання та підвищеної емоційної напруги серед дітей і дорослих, роль адміністрації в підтримці життєстійкості набуває особливої ваги.

Формування позитивного психологічного клімату не обмежується створенням приємної атмосфери чи проведенням окремих заходів. Це цілісна система управлінських дій, яка охоплює стиль керівництва, моделі комунікації, характер зворотного зв'язку та дотримання норм педагогічної етики. Адміністрації належить ключова роль у тому, щоб вчителі почувалися захищеними, важливими та підтриманими у своїй професійній діяльності. Адже педагог, який працює під психологічним тиском, переживає професійне вигорання або відчуває несправедливе ставлення, неспроможний ефективно створювати простір життєстійкості для своїх учнів. Саме тому керівники закладів освіти мають забезпечувати педагогам можливість бути почутими, обговорювати труднощі, отримувати підтримку й конструктивні поради, а також відчувати свою цінність як частини освітньої команди.

Роль психологічного клімату у формуванні життєстійкості молодших школярів підтверджується численними науковими дослідженнями, які свідчать, що діти значно ефективніше долають стресові ситуації та

проявляють емоційну гнучкість у тому випадку, якщо перебувають у середовищі, де панує взаємоповага, довіра та позитивна взаємодія. Таким чином, управлінська діяльність адміністрації має бути спрямована на підтримку таких умов, при яких кожна дитина відчуває, що вона не лише учасник освітнього процесу, а й повноправний його суб'єкт, чия думка, емоції та потреби враховуються. Створення шкільного середовища, в якому учень може помилятися без страху осуду, де його підтримують у спробах подолати труднощі, сприяє формуванню впевненості в собі, оптимізму та внутрішнього відчуття самостійності – ключових компонентів життєстійкості.

Окремої уваги заслуговує робота адміністрації щодо налагодження партнерських стосунків з батьками. У сучасній школі батьки стають не пасивними спостерігачами, а активними учасниками процесів, що стосуються розвитку їхньої дитини. Сучасні підходи до освіти передбачають значне зміцнення трикутника «учень – учитель – батьки», де кожна сторона має власну зону компетентності та відповідальності. Адміністрація школи координує взаємодію між цими сторонами, забезпечує її системність, прозорість та конструктивність. Важливо, щоб комунікація з батьками не зводилася лише до інформування про успішність чи поведінку дитини, а була спрямована на підвищення педагогічної культури батьків, їхню психологічну грамотність і розуміння емоційних потреб молодшого школяра.

Адміністрація повинна забезпечувати умови для психолого-педагогічної підтримки батьків, зокрема через організацію лекцій, батьківських зустрічей, семінарів і консультацій, які стосуються розвитку емоційної саморегуляції дітей, формування стійкості до стресу, особливостей адаптації до навчання, кризових вікових періодів. Важливо, щоб така допомога була доступною для всіх родин незалежно від їх соціального статусу чи особистих труднощів. Завдяки цьому школа перетворюється на простір підтримки не лише для дітей, а й для їхніх родин, сприяючи зміцненню сімейних ресурсів життєстійкості.

Окрім того, адміністрація забезпечує вчасне реагування на кризові ситуації, що виникають у житті школярів. Це може бути сімейний конфлікт, травмувальний досвід, складнощі в соціальній адаптації, переживання військових подій чи внутрішньоособистісні труднощі. Керівник школи повинен координувати роботу педагогів, шкільного психолога, соціального педагога та класних керівників таким чином, щоб жодна дитина не залишалася наодинці з проблемою. Залучення фахівців, розроблення індивідуальних програм підтримки та проведення корекційно-розвивальних заходів є важливими складовими управлінського підходу, спрямованого на розвиток життєстійкості.

Важливим аспектом діяльності адміністрації є підтримка та професійний розвиток педагогів, адже життєстійкість учнів значною мірою формується через моделювання поведінки дорослих, які перебувають поруч. Учитель, що демонструє емоційну врівноваженість, здатність конструктивно розв'язувати конфлікти, стійкість до стресу та позитивне ставлення до змін, мимоволі передає ці моделі поведінки своїм учням. Тому адміністрація має створювати умови, у яких педагоги можуть розвивати власні компетентності у сфері психологічної стабільності та емоційного інтелекту. Це включає організацію тренінгів, методичних зустрічей, супервізій, командних обговорень, а також можливість обміну досвідом із колегами з інших закладів освіти.

Професійне самопочуття педагогів безпосередньо впливає на якість освітнього процесу та психологічний комфорт учнів. Керівник школи повинен враховувати фактори професійного вигорання та своєчасно реагувати на них. Зокрема, важливо забезпечувати справедливий розподіл педагогічного навантаження, підтримувати ініціативу вчителів, сприяти реалізації їхніх авторських проєктів, заохочувати творчість та інновації. Коли педагог відчуває повагу до своєї праці, цінність свого внеску та можливість впливати на шкільне середовище, він стає більш емоційно стійким і готовим ділитися цією стійкістю з дітьми.

Адміністрація також має слідкувати за якістю комунікації всередині педагогічного колективу. Підтримка атмосфери взаємоповаги, відкритості та співробітництва сприяє розвитку командної єдності, що позитивно впливає на психологічний мікроклімат школи. Взаємодія вчителів, які довіряють одне одному, спільно шукають рішення складних ситуацій і готові прийти на допомогу колезі, стає потужним ресурсом життєстійкості для всього закладу.

Важливо наголосити, що саме адміністрація закладу освіти визначає стратегічні напрями розвитку інституції, формує її освітню політику, забезпечує інтеграцію інновацій та впровадження психолого-педагогічних підходів, спрямованих на формування життєстійкості учнів. У сучасній школі керівник виступає не лише організатором освітнього процесу, а й модератором взаємодії, носієм цінностей, ініціатором створення середовища, у якому дитина може почуватися психологічно захищеною, мотивованою та здатною долати труднощі. Саме від його управлінських компетентностей залежить рівень узгодженості дій педагогів, психологічної служби та батьківської спільноти, а також наявність системного підходу до розвитку резильєнтності в учнів початкової школи.

Психологічний клімат у школі формується щоденно у процесі взаємодії між адміністрацією, педагогами, учнями та батьками, а тому управлінські рішення у цій сфері мають бути зваженими, науково обґрунтованими та спиратися на принципи гуманістичної педагогіки. Від того, наскільки сприятливими є середовище, атмосфера взаємоповаги та довіри, залежить здатність дітей розвивати емоційний інтелект, самоконтроль, навички конструктивного поведінкового реагування, внутрішню мотивацію та позитивне ставлення до світу. Адміністрація має забезпечувати таку організацію навчального процесу, яка дозволяє уникати авторитарних підходів у педагогічній практиці та формує партнерські стосунки між усіма учасниками освітнього процесу. Важливими є регулярні зустрічі з педагогами, на яких обговорюються проблеми взаємодії з учнями, складні

випадки поведінки, можливості адаптації навчального процесу для дітей, які перебувають у кризових або стресових ситуаціях.

Значну роль у розвитку життєстійкості відіграє підтримка педагогів. Учитель початкової школи є центральною фігурою у житті дитини цього віку, адже саме через педагогічну взаємодію учні отримують не лише знання, а й зразки поведінки, емоційні реакції, моделі взаємодії зі світом. Якщо педагог виснажений, емоційно перевантажений, не відчуває підтримки адміністрації, то він не може ефективно передавати дітям навички подолання труднощів. Тому адміністрація має забезпечити педагогам комфортні умови праці, адекватний розподіл навантаження, емоційну підтримку, створити можливості для професійного розвитку, а також налагодити систему взаємодопомоги серед колективу. Підтримка може здійснюватися у формі тренінгів, супервізій, участі у професійних спільнотах, системи наставництва для молодих учителів. Також важливою є готовність адміністрації вислуховувати педагогів, реагувати на їхні запити, допомагати в розв'язанні конфліктних ситуацій та сприяти впровадженню інноваційних методів навчання, які позитивно впливають на розвиток емоційної стійкості дітей.

Суттєвим аспектом діяльності керівництва є організація конструктивної взаємодії з батьками. Життєстійкість дитини формується не лише у школі, а й у родині, тому залучення батьків до процесу є критично важливим. Адміністрація має забезпечити відкритість, прозорість та регулярність комунікації між школою та сім'єю, сприяти зниженню напруги у взаємодії та формуванню партнерських відносин. З цією метою можуть проводитися просвітницькі зустрічі, консультації, семінари, під час яких батьки дізнаються про вікові особливості розвитку дітей, методи підтримки емоційної стабільності, техніки ненасильницького спілкування, моделі поведінки у стресових ситуаціях. Адміністрація також координує роботу соціально-психологічної служби, яка може надавати індивідуальну допомогу сім'ям, що опинилися у складних життєвих обставинах, допомагати батькам

налагоджувати емоційний контакт із дитиною та створювати стабільне середовище для її розвитку.

У контексті формування життєстійкості значною є роль внутрішкільних правил, ціннісних орієнтацій та традицій, які закладає адміністрація. Якщо у школі існує культура поваги, відповідальності, взаємної підтримки та прийняття, то вона стає фоном, на якому діти набувають здатності самостійно вирішувати проблеми, швидше адаптуються до змін і легше долають стресові ситуації. Адміністрація може ініціювати створення програм ціннісного виховання, підтримувати участь дітей у проєктах соціальної взаємодії, волонтерських акціях, творчих студіях, де учні вчаться співпраці та розвивають внутрішні ресурси.

Отже, діяльність адміністрації закладу загальної середньої освіти щодо формування життєстійкості молодших школярів постає як багаторівневий, цілісно організований процес, що поєднує управління психологічним кліматом, підтримку педагогічного колективу, розбудову партнерства з батьками та розвиток гуманістично зорієнтованої шкільної культури. Від професійної компетентності керівника, його здатності передбачати ризики, координувати дії всіх учасників освітнього процесу та своєчасно впроваджувати психолого-педагогічні інновації залежить ефективність формування внутрішніх ресурсів стійкості дитини, її здатності до адаптації, саморегуляції та конструктивного подолання труднощів.

Системна управлінська діяльність, спрямована на створення захисно-підтримувального середовища, забезпечує не лише поточну стабільність, а й формує стратегічний фундамент для сталого розвитку учня в умовах соціальних і освітніх трансформацій. Вона дозволяє запобігати появі кризових проявів, мінімізувати вплив стресових чинників та сприяти набуттю школярами позитивного досвіду самостійного вирішення проблемних ситуацій.

2.3. Реалізація програми з формування життєстійкості учнів

Формування життєстійкості учнів початкової школи вимагає цілеспрямованого педагогічного впливу, що поєднує розвиток емоційної сфери, навичок саморегуляції, соціальної компетентності та здатності конструктивно взаємодіяти з однолітками й дорослими. З огляду на особливості молодших школярів, ефективною є діяльнісна, ігрова, емоційно забарвлена робота, що створює безпечне середовище для набуття нових моделей поведінки. У процесі управлінської практики (II семестр 2024-2025 н. р.), що проходила в ТОВ «Школа вільних та небайдужих» м.Львова, була розроблена та впроваджена авторська програма **«Стежками життєстійкості»** (додаток А), метою якої стало послідовне формування у дітей уміння протистояти труднощам, долати навчальні й соціальні виклики, розвивати внутрішню рівновагу та оптимістичне ставлення до життя.

Реалізація програми ґрунтувалася на принципах гуманної педагогіки, вікової відповідності, доступності та практичності. В основу покладено щоденну взаємодію з дітьми в освітньому процесі, проведення коротких тренінгових ситуацій під час ранкових зустрічей, впровадження рефлексивних хвилинок, організацію групових та індивідуальних вправ. Кожен етап програми був інтегрований у звичний ритм шкільного життя, що забезпечило природність її сприйняття та зменшило можливий стрес від запровадження нових форм діяльності.

Авторська програма **«Стежками життєстійкості»** передбачала поетапну роботу над ключовими компонентами життєстійкості молодших школярів, такими як емоційна стійкість, уміння розпізнавати й регулювати власні емоції, розвиток навичок співпраці, формування внутрішньої мотивації, здатність приймати рішення та відповідати за власні дії. Для цього були створені серії вправ, міні-ситуацій, творчих завдань і діалогових практик, що дозволяли поступово розширювати внутрішній ресурс дитини та підтримувати її позитивний досвід взаємодії.

Процес реалізації програми передбачав використання різноманітних інструментів педагогічної діагностики, зокрема коротких опитувальників самооцінювання (додаток Б), щоденників настрою й карт спостережень, авторських анкет для педагогів щодо оцінки життєстійкості учнів (додаток В), а також інформаційного буклета для батьків «Як допомогти дитині бути життєстійкою?» (додаток Г). Отримані дані давали можливість своєчасно коригувати педагогічну роботу, акцентувати увагу на тих аспектах особистісного розвитку, які потребували підтримки.

У ході роботи були створені сприятливі умови для активного залучення учнів до обговорення емоційних станів, навчальних труднощів та шляхів їх подолання. Особливу увагу приділено розвитку в учнів упевненості у власних силах, позитивного самообразу та уміння звертатися по допомогу. Крім цього, програма сприяла формуванню відкритого комунікативного середовища, де кожна дитина могла вільно висловлювати думки та почуття, а вчитель виступав фасилітатором і емоційним наставником.

Реалізація програми «Стежками життєстійкості» здійснювалася протягом навчального року та включала послідовне впровадження тематичних блоків, кожен з яких охоплював кілька логічних кроків: від емоційного усвідомлення – до вдосконалення навичок взаємодії та саморегуляції. Завдяки системному підходу стало можливим забезпечити стійку динаміку розвитку життєстійкості учнів та простежити позитивні зміни у їхній поведінці, навчальній активності та міжособистісних взаєминах.

У межах програми ключовим завданням стало створення спеціально організованого освітнього середовища, у якому кожна дитина могла безпечно проживати власні емоції, озвучувати переживання та набувати досвіду конструктивної взаємодії. Для цього у щоденну практику було інтегровано систему мікроправ, рефлексивних елементів та тренінгових міні-ситуацій, які проводилися під час ранкових зустрічей, на етапах актуалізації знань, у паузах між навчальними видами діяльності або наприкінці уроків. Такі

регулярні короткі форми роботи допомогли підтримати сталість програми та уникнути перевантаження учнів.

Важливим інструментом реалізації стали *«емоційні кола»* – короткі діалогічні обговорення, під час яких діти мали можливість висловити, як вони себе почувають, що принесло їм радість або занепокоєння. Учитель допомагав коректно називати емоції, порівнювати їх, відслідковувати тілесні прояви. Це сприяло розвитку емоційної грамотності та формуванню навички внутрішнього контролю. Для підтримки системності використовувалися *«Картки настрою»*, які діти обирали на початку та наприкінці дня. Регулярне відстеження емоційної динаміки дозволило виявити загальні тенденції та індивідуальні особливості, що надалі враховувалися під час роботи з класом.

Реалізація програми була побудована на поступовому розширенні життєвого досвіду учнів через виконання вправ, спрямованих на розвиток позитивного мислення, оптимістичного ставлення до труднощів та формування внутрішніх ресурсів. Однією з таких вправ стала практика *«Долати перешкоди»*, де учні отримували завдання описати ситуацію, яка здалася їм складною, а потім знайти три можливі способи її вирішення. Учитель разом з дітьми аналізував запропоновані варіанти, акцентуючи увагу на важливості проб і помилок, гнучкого мислення та уміння шукати підтримку. Через регулярне застосування цієї практики діти навчилися бачити у труднощах не кінець, а можливість для розвитку.

Для розвитку самооцінювання і рефлексії використовувався інструмент *«Щоденник маленьких перемог»*. Кожна дитина щодня фіксувала одну успішну дію: навчальний результат, добрий вчинок, прояв сміливості або самостійності. Аналіз записів дозволив дітям краще усвідомити власні сильні сторони та поступово формувати впевненість у собі. Учитель час від часу повертався до цих записів, використовуючи їх під час індивідуальних бесід або обговорення у малих групах, що зміцнювало позитивне ставлення до власного розвитку.

Для розвитку навичок співпраці, емпатії та соціальної відповідальності застосовувалися групові ігрові вправи: *«Міст підтримки»*, *«Разом ми зможемо більше»*, *«Подаруй силу словом»*. Наприклад, у грі *«Міст підтримки»* учні мали утримати невеликий предмет на аркуші паперу, який тримали разом. Завдання полягало в тому, щоб усвідомити роль кожного у спільній справі та навчитися узгоджувати дії. Рефлексія після вправи давала змогу переосмислити власний внесок, важливість довіри й уміння домовлятися. Такі форми діяльності сприяли налагодженню позитивного міжособистісного клімату, зменшенню конфліктних ситуацій та розвитку навичок ефективної взаємодії.

Особлива увага приділялася навчанню дітей умінню заспокоюватися у стресових ситуаціях. У практику були впроваджені короткі вправи саморегуляції: дихальні техніки (*«Квітка і свічка»*, *«Хвилька»*), тілесні вправи на розслаблення (*«М'які плечі»*, *«Ручні крильця»*), а також *казкотерапевтичні міні-історії*, у яких герої долали труднощі через внутрішню силу та наполегливість. Такі вправи не лише допомогли знизити рівень тривожності, а й сформували у дітей альтернативні реакції на напруження: замість сліз або імпульсивності вони поступово навчалися використовувати дихання, слова чи паузу для відновлення рівноваги.

Для систематизації роботи застосовувалася таблиця педагогічних спостережень, яка дозволяла фіксувати прояви життєстійкості у поведінці дітей. Нижче наведено фрагмент такої таблиці, яку було використано під час реалізації програми:

Таблиця 2.1.

Таблиця педагогічних спостережень проявів життєстійкості в поведінці учнів.

ПІБ учня	Емоційна стійкість (реакція на труднощі)	Соціальна взаємодія	Саморегуляція	Позитивне мислення	Динаміка змін

ПБ учня	Емоційна стійкість (реакція на труднощі)	Соціальна взаємодія	Саморегуляція	Позитивне мислення	Динаміка змін
Учень А	Помірна; потребує підтримки	Активний, доброзичливий	Складно заспокоїтись без допомоги	Помірний рівень	Покращення на 2-му місяці
Учень В	Висока; долає труднощі самостійно	Легко вступає у взаємодію	Використовує дихальні техніки	Високий рівень	Стабільна позитивна динаміка
Учень С	Низька; реагує сльозами	Уникає групових завдань	Потребує нагадувань	Переважно негативні оцінки подій	Поступове зростання

У ході програми використовувалася також *анкета емоційного самопочуття*, адаптована для молодших школярів у формі простих тверджень, на які діти відповідали смайликами. Анкета містила твердження на кшталт: «Я легко знаходжу друзів», «Я можу заспокоїти себе, коли засмучуюся», «Я не боюся пробувати нове». Аналіз анкет допомагав виявити приховані труднощі, які дитина могла не озвучувати вголос, і коригувати подальшу роботу.

Реалізація програми включала тісну взаємодію з батьками, оскільки формування життєстійкості потребує послідовності впливів у школі й вдома. Для цього проводилися короткі консультації, тематичні пам'ятки, спільні міні-завдання (наприклад, «Скринька родинної підтримки»), де батьки мали написати дитині кілька фраз-підтримок. Такі дії зміцнили емоційний зв'язок у сім'ї та стали додатковим ресурсом для дітей під час виникнення труднощів.

У процесі впровадження авторської програми «Стежками життєстійкості» педагоги та батьки ТОВ «Школа вільних та небайдужих» відзначили підвищення рівня сформованості компонентів життєстійкості четвертокласників (зокрема, покращення позитивного мислення, емоційної

стійкості), що, на нашу думку, свідчить про результативність застосованих вправ самозаспокоєння, дихальних технік та рефлексивних практик. Соціальна взаємодія та здатність долати труднощі демонструють стабільну позитивну динаміку, що підтверджує вплив групових завдань і тренінгових міні-ситуацій на розвиток комунікативних та кооперативних навичок. Керівником та педагогічним колективом закладу освіти ТОВ «Школа вільних та небайдужих» було прийнято рішення про продовження функціонування цієї програми навіть після завершення управлінської практики. Отримані попередні результати стали підґрунтям для подальшого аналізу ефективності управлінських дій під час реалізації програми, що буде розглянуто у наступному пункті роботи.

2.4. Аналіз результатів та узагальнення ефективності управлінських дій

Упровадження програми «Стежками життєстійкості» у закладі освіти ТОВ «Школа вільних та небайдужих» характеризувалося позитивною динамікою розвитку життєстійкості молодших школярів. Такі зміни стали можливими завдяки послідовності та продуманості управлінських дій, які були спрямовані на організацію комфортного освітнього середовища, упровадження інноваційних педагогічних методик, формування партнерської взаємодії між учителем, учнями та батьками. Одним із ключових управлінських рішень стало визначення чіткої структури програми, її етапності та логічної послідовності вправ. Це забезпечило системність роботи та можливість бачити поступову динаміку змін. Не менш важливою виявилася гнучкість управлінських дій – можливість коригувати зміст і форми роботи залежно від потреб класу, індивідуальних особливостей дітей та результатів проміжної діагностики.

Управлінські дії включали не лише організаційний аспект, а й мотиваційний, комунікаційний та рефлексивний. Учитель виступав не авторитарним керівником, а фасилітатором і координатором процесів, підтримуючи дітей емоційно та поведінково. Така модель управління сприяла формуванню довіри й відкритої взаємодії, що є ключовими умовами розвитку життєстійкості.

Передусім ефективність була забезпечена ретельною діагностичною підготовкою. На початковому етапі програми було важливо не лише визначити рівень життєстійкості учнів, а й проаналізувати емоційний клімат класу, стосунки між дітьми. Розуміння вихідного рівня дало можливість здійснювати системний моніторинг змін і опрацьовувати проміжні результати.

Важливим управлінським рішенням стало інтегрування елементів програми у повсякденний навчальний процес, а не виділення їх як окремої, «паралельної» діяльності. Завдяки цьому діти не сприймали програму як додатковий обов'язок, а навички життєстійкості формувалися природно, у звичних умовах шкільного середовища. Такий підхід забезпечив сталість і систематичність впливів, що є ключовою умовою формування життєстійкості у дітей молодшого шкільного віку, для яких повторюваність і стабільність мають значний педагогічний ефект.

Ефективність управління виявилася і в налагодженні партнерської взаємодії з батьками, які були залучені через консультації, рекомендації та спільні міні-завдання. Батьківська підтримка значно підсилює результативність шкільних впливів, оскільки саме у сімейному середовищі формуються базові поведінкові реакції та емоційні патерни. Завдяки включенню батьків до освітнього процесу було досягнуто більшої послідовності дій та єдності вимог, що позитивно позначилося на емоційному стані дітей і сприяло формуванню відчуття захищеності та підтримки.

Суттєвим управлінським результатом стало зміцнення позитивного мікроклімату в класі. Учні почали частіше використовувати слова підтримки, демонструвати готовність допомагати, відкритіше обговорювати почуття. Усе це стало можливим завдяки моделюванню педагогічних ситуацій, які сприяли безпечному вираженню емоцій і формували готовність до співпраці. Управлінський аспект полягав у створенні середовища, де підтримка та взаємоповага стали нормою, а не винятком. Такий клімат сприяв тому, що діти поступово інтеріоризували моделі конструктивної поведінки та переносили їх у повсякденні взаємини.

Особливу роль у забезпеченні ефективності програми відіграла рефлексивна діяльність учителя як управлінця освітнього процесу. Систематичний аналіз спостережень, анкет та поведінкових проявів учнів дозволив оперативно змінювати акценти роботи, адаптувати вправи під індивідуальні потреби тощо. Такий тип управління відповідає принципам адаптивного менеджменту, який у педагогічній практиці є надзвичайно важливим, оскільки дозволяє працювати з живими, змінними процесами розвитку дитини.

Таким чином, ефективність реалізованих управлінських дій є підтвердженням того, що цілеспрямована, методично продумана та гнучка управлінська діяльність здатна забезпечити суттєві позитивні зміни в емоційному та соціальному розвитку молодших школярів. Це, у свою чергу, створює основу для подальшого вдосконалення педагогічних стратегій у сфері формування життєстійкості в початковій школі.

Висновки до другого розділу

Ефективна модель управління процесом формування життєстійкості здобувачів початкової освіти передбачає систему рівнів: стратегічного (керівник визначає бачення, місію та ключові напрями розвитку школи як

простору емоційної безпеки та підтримки), педагогічного (ключовим завданням директора є створення умов, у яких учителі можуть систематично працювати над розвитком емоційних, соціальних і регулятивних навичок учнів), психологічного (керівник створює умови для ефективної психологічної служби — розподіляє функції, налагоджує взаємодію між психологом та педагогами, визначає пріоритетні напрями психопрофілактичної роботи), соціально-партнерського (передбачає тісну взаємодію з батьками) та кризового. Керівник школи у цій моделі виступає не лише адміністратором, а насамперед лідером, який визначає стратегічний напрям розвитку школи, координує дії педагогічного колективу та забезпечує узгодженість управлінських рішень із потребами дітей.

Упровадження впродовж управлінської практики авторської програми «Стежками життестійкості» ТОВ «Школа вільних та небайдужих» забезпечило створення сприятливих умов для розвитку емоційної врівноваженості, саморегуляції та навичок взаємодії молодших школярів. Комплекс вправ, інтегрований у щоденну освітню діяльність, сприяв підвищенню активності учнів, формуванню позитивного ставлення до труднощів і розвитку конструктивних поведінкових стратегій. Результати педагогічних спостережень, анкетування та щоденної рефлексивної взаємодії засвідчили позитивні зміни у динаміці життестійкості школярів.

Такі зміни стали можливими також завдяки послідовності та продуманості системних і гнучких управлінських дій стосовно реалізації програми, які були спрямовані на організацію комфортного освітнього середовища, упровадження інноваційних педагогічних методик, формування партнерської взаємодії між учителем, учнями та батьками.

Висновки

У магістерській роботі проаналізовано стан дослідженості проблеми формування життєстійкості здобувачів у сучасних українських закладах початкової освіти. Життєстійкість визначається як інтегративна властивість особистості, що містить когнітивні, емоційно-вольові, мотиваційні та соціальні складові та передбачає формування оптимістичного світогляду, відповідальності, самоповаги та внутрішньої гармонії дитини, її здатності протистояти життєвим викликам, долати труднощі. Структура життєстійкості охоплює емоційну стійкість, саморегуляцію, оптимістичне мислення, навички взаємодії та внутрішню мотивацію. Функції життєстійкості (адаптивна, комунікативна, регулятивна, мотиваційна) визначають її

значення для особистісного розвитку й успішності учня в навчальному середовищі.

Вказано, що молодший шкільний вік є перспективним для формування життестійкості, оскільки характеризується високою пластичністю емоційної сфери, інтенсифікацією соціальних навичок, довірою до вчителя як авторитетної фігури та потребою у стабільній підтримці. Здобувачі освіти активно засвоюють моделі поведінки дорослих, здатні опановувати стратегії подолання труднощів, реагують на заохочення та моральні орієнтири. Попри сприятливі передумови, формування життестійкості у дітей молодшого шкільного віку – це складний процес, який передбачає гуманістичну позицію педагога, управлінську підтримку керівництва школи та партнерство з родинами здобувачів освіти. Керівник при цьому є не лише адміністратором, але й лідером, який визначає стратегічний напрям розвитку школи, координує дії педагогічного колективу та забезпечує узгодженість управлінських рішень із потребами дітей.

Життестійкість лише тоді стане не задекларованою метою, а реальною рисою особистості сучасного молодшого школяра, коли заклад освіти функціонуватиме як простір довіри, співпраці й розвитку. Тому модель управління процесом формування життестійкості здобувачів освіти у початковій школі передбачає багатовимірну роль керівника: він визначає бачення, місію та ключові напрями розвитку школи як простору емоційної безпеки та підтримки (стратегічний рівень); ключовим завданням директора є створення умов, у яких учителі можуть систематично працювати над розвитком емоційних, соціальних і регулятивних навичок учнів (педагогічний рівень); керівник створює умови для ефективної психологічної служби – розподіляє функції, налагоджує взаємодію між психологом та педагогами, визначає пріоритетні напрями психопрофілактичної роботи (психологічний рівень); директор тісно співпрацює з батьками та сім'ями здобувачів освіти, громадою (соціально-партнерський рівень); керівник

постійно моніторить й оперативно реагує на недоречні зміни ситуації (кризовий рівень).

Сучасні педагоги, безсумнівно, застосовують окремі елементи формування життєстійкості здобувачів початкової освіти (робота з емоційною грамотністю, соціальними навичками тощо), проте діяльність часто має фрагментарний і несистемний характер. У школах бракує програм розвитку життєстійкості, інтегрованих у навчальний процес. Це підтверджує актуальність створення цілісної програми, авторської програми «Стежками життєстійкості» для закладів початкової освіти, що поєднує діагностику, планування, організацію діяльності та управлінський супровід. Її впровадження упродовж управлінської практики ТОВ «Школа вільних та небайдужих» забезпечило створення сприятливих умов для розвитку емоційної врівноваженості, саморегуляції та навичок взаємодії молодших школярів. Комплекс вправ, інтегрований у щоденну освітню діяльність, сприяв підвищенню активності учнів, формуванню позитивного ставлення до труднощів і розвитку конструктивних поведінкових стратегій. Результати педагогічних спостережень, анкетування та щоденної рефлексивної взаємодії засвідчили позитивні зміни у динаміці життєстійкості школярів. Такі зміни стали можливими також завдяки послідовності та продуманості системних і гнучких управлінських дій стосовно реалізації програми, які були спрямовані на організацію комфортного освітнього середовища, упровадження інноваційних педагогічних методик, формування партнерської взаємодії між учителями, учнями та батьками.

Список використаних джерел

1. Амонашвілі Ш. А. Гуманно-особистісний підхід до дітей у навчально-виховному процесі. Київ: Світич, 2010. 256 с.
2. Андрієвська В. М. Формування емоційної компетентності молодших школярів у сучасному освітньому середовищі. Київ: Педагогічна думка, 2022. 156 с.
3. Андрушенко Т. Формування резильєнтності учнів у контексті НУШ. *Педагогіка і психологія*. 2023. №1. С. 33–39.

4. Андрущенко В. П. Філософія освіти XXI століття. Київ: Знання, 2012. 398 с.
5. Бех І. Д. Виховання особистості: підручник. Київ: Либідь, 2013. 512 с.
6. Бех І. Д. Особистість у просторі духовного розвитку : навч. посіб. Київ : Академвидав, 2012. 256 с.
7. Бібік Н. М. Педагогіка співробітництва. Енциклопедія освіти / відпов. ред. В. Г. Кремень. Київ : Юрінком Інтер, 2008. С. 637–638.
8. Бібік Н. М., Топузов О. М., Савченко О. Я. Нова українська школа: концептуальні засади. Київ: МОН України, 2016
9. Блажко Н. Психологічні технології розвитку саморегуляції молодших школярів. Київ: Педагогічна думка, 2020. 152 с.
10. Бондаревська Т. І. Педагогіка особистісно орієнтованого розвитку. Ростов-на-Дону: Фенікс, 2005. 256 с.
11. Бочарова В. Г. Психологія саморегуляції школярів. Харків: Основа, 2019. 184 с.
12. Васильєва І. Психологічні механізми формування життестійкості школярів. *Психологія і особистість*. 2019. № 1. С. 45–52.
13. Ващенко О. Формування емоційної компетентності молодших школярів. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2020. 176 с.
14. Виготський Л. С. Психологія розвитку дитини. Київ: Вища школа, 1997. 368 с.
15. Винницька О. Лицем до дитини. Особистісно–орієнтоване навчання в початковій школі. Київ : Літопис, 2005. 272 с.
16. Виховання моральності підростаючого покоління : наук.–метод. посіб. / за ред. К.І. Чорної. Київ : Богдана, 2005. 288 с.
17. Виховні бесіди: 1–4 класи / упоряд. Л. Шелестова, Ю. Царенко. Київ : Ред загальнопед. газет, 2004. 112 с.
18. Виховні технології / упоряд. В. Варава, В. Зоц. Київ : Ред. загальнопед. газет, 2004. 120 с.

19. Вишневський О. Сучасне українське виховання : педагогічні нариси. Львів: ЛОНМІО; Львівське обласне педагогічне товариство ім. Григорія Ващенка, 1996. 238 с.
20. Вікова та педагогічна психологія: навч. посіб. / О.В. Скрипченко, Л.В. Волинська, З.В. Огороднійчук. Київ : Просвіта, 2001. 416 с.
21. Воронова Н. Особливості розвитку соціальної компетентності молодших школярів. *Початкова школа. 2021. №4. С. 21–25.*
22. Гайдамак О. Управління розвитком особистості в освітньому середовищі початкової школи. – Харків: Основа, 2018. – 207 с.
23. Глазунова О. Формування softskills в учнів: методичні рекомендації. Київ: УОВЦ «Оріон», 2021. 88 с.
24. Гнатюк М. Педагогічні основи емоційної підтримки дітей молодшого шкільного віку. Львів: ЛНУ ім. Франка, 2017. 240 с.
25. Години спілкування в початковій школі / упоряд. О. Кондратюк, В Кравчина. Київ : Шкільний світ, 2006. 120 с.
26. Гончаренко С. У. Педагогічні технології в сучасній школі. Київ: Освіта, 2018. 240 с.
27. Гоулман Д. Емоційний інтелект. Київ: Наш Формат, 2018. 512 с.
28. Грива О. А. Соціально–педагогічні основи формування толерантності у дітей і молоді в умовах полікультурного середовища : монографія. Київ : ПАРАПАН, 2005. 228 с.
29. Дем'янюк Т.Д. Організація виховного процесу в сучасному загальноосвітньому навчальному закладі : науково–методичний посібник. Суми : Антей, 2006. 384 с.
30. Державний стандарт початкової освіти. Затверджено постановою Кабінету Міністрів України від 21 лютого 2018 р. № 87. *Верховна Рада України*. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/87-2018-%D0%BF#Text>
31. Джонс Д., Бульман Р. Соціально-емоційне навчання у школі. – Львів: Свічадо, 2021. – 208 с.

32. Ельконін Д. Б. Психологія навчання молодшого школяра. Київ: Вища школа, 1974. 208 с.
33. Єрмаков І.Г. Виховання життєтворчості : моделі виховних систем. Київ : Основи, 2006. 224 с.
34. Зелекман Л. Психологія стресостійкості дітей молодшого віку. Київ: Логос, 2020. 144 с.
35. Івашковська В. О. Стратегія, методика і концептуальні засади громадянського виховання молодших школярів. *Початкове навчання і виховання. 2012. № 11. С. 26–30.*
36. Казанжи О. Розвиток комунікативної компетентності в учнів початкової школи. Чернівці: Рута, 2020. 164 с.
37. Канішевська Л. В. Формування толерантності в молодших школярів у позаурочній діяльності : теорія і практика : монографія. Київ: Компрінт, 2017. 403 с.
38. Карамушка Л. М. Психологія управління в освіті. Київ: Логос, 2015. 410 с.
39. Киричок В. Виховання гуманістичних цінностей учнів 1–2-х класів: для проведення виховних занять у позаурочній діяльності. *Класний керівник. 2009. № 3 (39). С. 2–41.*
40. Коваленко С. Колективні творчі справи в початковій школі. Київ : Шкільний світ, 2006. 128 с.
41. Ковальчук З. Психолого-педагогічні аспекти емоційної стійкості молодших школярів. *Освітологічний дискурс. 2021. № 3. С. 112–120.*
42. Ковальчук О. Г. Життєстійкість особистості: теоретичні підходи та практичні аспекти. *Психологія і суспільство. 2018. №3. С. 45–52.*
43. Коломінський Н. Л. Психологія педагогічної взаємодії. Київ: Вища школа, 2007. – 270 с.
44. Коменський Я. А. Велика дидактика. Київ: Радянська школа, 1982. 430 с.

45. Коновалова В. Розвиток життєстійкості: інноваційні практики підтримки учнів у школі. Харків: Основа, 2019. 128 с.
46. Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. Київ: Радянська школа, 1989. 304 с.
47. Кремень В. Г. Філософія людиноцентризму в освіті. Київ: Грамота, 2011. 520 с.
48. Крутий К. Л. Освітні стратегії розвитку життєвої компетентності дітей. Запоріжжя: Ліра, 2020. 200 с.
49. Лернер І. Я. Дидактичні принципи і технології навчання. Київ: Академія, 2017. 276 с.
50. Ліхтей Л. Управління розвитком освітнього середовища в умовах НУШ. Тернопіль: Астон, 2021. 164 с.
51. Максименко С. Д. Генезис здійснення особистості. Київ: Вища школа, 2006. 512 с.
52. Малихін О. Управлінська діяльність керівника закладу освіти. Київ: Освіта України, 2019. 180 с.
53. Мармаза О. І. Основи педагогічного менеджменту. Харків: Основа, 2012. 224 с.
54. Маслій О. Педагогічний менеджмент: сучасні підходи. Київ: Освіта України, 2020. 196 с.
55. Матвієнко О. В. Управління освітнім середовищем початкової школи: теорія і практика. Харків: Основа, 2018. 240 с.
56. Міллер П. Саморегуляція у дітей. Науково-практичний посібник. Київ: Наш формат, 2021. 288 с.
57. Мовчун А.І. Абетка моральності: що в характері твоїм? Київ : Навчальна книга, 2004. 271 с.
58. Мойсеюк Н.Є. Педагогіка. Київ : Либідь, 2003. 615 с.
59. Організація діяльності клубів інтелектуальних ігор у загальноосвітніх та позашкільних навчальних закладах : навчально-

методичний посібник / за ред. Н. В. Яременко. Біла Церква : КОІПОПК, 2004. 176 с.

60. Оржеховська В. Виховання культури поведінки і спілкування школярів. Київ: Либідь, 2001. 176 с.

61. Осовська Г. Емоційна стійкість молодших школярів в умовах трансформаційних процесів освіти. *Наукові записки НУ «Острозька академія»*. 2020. № 25. С. 102–108.

62. Падалка О. Сучасні технології педагогічної дії. Київ: Академвидав, 2018. 288 с.

63. Пархоменко І. Соціально-емоційне навчання: інтеграція в освітній процес НУШ. Київ: Ранок, 2023. 140 с.

64. Пискун О. Розвиток життєстійкості школярів в умовах освітніх змін. *Наукові записки НПУ ім. М. Драгоманова*. 2021. № 7. С. 54–60.

65. Рибалка В. Вікова психологія: теорія і практика розвитку особистості. Київ: Педагогічна думка, 2020. 388 с.

66. Роджерс К. Становлення особистості: погляд на психотерапію. — Київ: АСТ, 2019. 416 с.

67. Романовська Л. В. Психологія життєстійкості особистості: розвиток, чинники, педагогічна підтримка. Київ: Педагогічна думка, 2021. 196 с.

68. Савченко О. Я. Дидактика початкової школи. Київ: А.П.Н., 2019. 366 с.

69. Савчин М. Духовний потенціал людини : монографія. Івано–Франківськ : Місто НВ, 2010. 508 с.

70. Селігман М. Оптимізм як шлях до процвітання. Львів: Свічадо, 2015. 256 с.

71. Сердюк О. Трансформація управлінських підходів у початковій школі в умовах освітніх змін. *Педагогічний дискурс*. 2024. №3. С. 57–63.

72. Сорочан Т. М. Педагогічний менеджмент: навчальний посібник. Луганськ: Альма-матер, 2008. 368 с.

73. Сохань Л. Життєва компетентність особистості: соціально-психологічний аспект. Київ: Знання, 2010. 212 с.
74. Степаненко Т. Методика розвитку життєстійкості дітей молодшого віку. *Початкова освіта*. 2020. № 4. С. 33–38.
75. Сухорукова Л. В. Психологічні основи розвитку життєвої компетентності молодших школярів. Київ: Педагогічна думка, 2015. 192 с.
76. Тарасенко Г. Менеджмент в освіті: навчальний посібник. Київ: ЦУЛ, 2020. 372 с.
77. Труліч С. Я., Сеньовська Н. Л. Керівництво процесом формування життєстійкості педагогів та здобувачів у закладі початкової освіти. *Використання технологій менеджменту якості в управлінні закладами освіти: збірник матеріалів IV Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Тернопіль, Україна, 07 листопада 2025 року)*/ Редколегія: О. М. Петровський, І. М. Вітенко, Н. Р. Бабовал, Р. С. Брик, О. В. Городецька, Т. Г. Дідух. Тернопіль, 2025. 242 с. С. 212–214. URL: <https://drive.google.com/file/d/1XwJddHPuLiF49kBdWsjCdmUhd6UTbGnw/view>
78. Хаверман Б. Розвиток саморегуляції учнів у початковій школі. Львів: Плай, 2021. 140 с.
79. Чумак Л. Педагогіка партнерства в початковій школі. Київ: Освіта, 2020. 112 с.
80. Шевчук Л. Формування навичок емоційної грамотності в молодших школярів. Івано-Франківськ: Лілея-НВ, 2021. 148 с.

Додатки

Додаток А

Паспорт програми «Школа життєстійкості»

1. *Автор програми:* Труліч Світлана
2. *База реалізації:* ТОВ «Школа вільних та небайдужих»
3. *Нормативне підґрунтя:* Закон «Про освіту», Концепція НУШ, Державний стандарт початкової освіти, інструктивно-методичні листи МОН.
4. *Цільова група:* учні 4 класу.
5. *Термін реалізації:* 1 навчальний рік.

6. *Мета програми*: розвиток життєстійкості молодших школярів шляхом формування навичок емоційної саморегуляції, стресостійкості, соціальної взаємодії та конструктивного подолання труднощів.

7. *Завдання*:

- розвивати навички емоційного інтелекту;
- формувати здатність до саморегуляції та контролю поведінки;
- підтримувати позитивну самооцінку й мотиваційну сферу;
- удосконалювати навички взаємодії, співпраці, емпатії;
- створювати безпечне та підтримувальне шкільне середовище.

8. *Учасники реалізації*: адміністрація, вчителі, психолог, батьки, учні.

9. *Основні форми роботи*: щотижневі заняття, класні години, ігрові вправи, бесіди, тренінги, проєкти, рефлексивні практики, арт-терапевтичні техніки.

10. *Очікувані результати*:

- підвищення рівня емоційної стабільності;
- розвиток самоконтролю й навичок подолання труднощів;
- покращення соціальних взаємин у класі;
- зниження рівня тривожності та стресових реакцій;
- підвищення навчальної мотивації.

Додаток Б

Анкета емоційного самопочуття

Діти обирають один зі смайликів навпроти кожного твердження.

😊 – так / часто

😐 – інколи

☹️ – ні / рідко

№	Твердження	😊	😐	☹️
1	Мені легко знайомитися з новими			

№	Твердження	😊	😐	☹️
	дітьми.			
2	Я можу заспокоїти себе, коли засмучуюся.			
3	Я не боюся пробувати нове.			
4	Я можу попросити про допомогу, коли мені важко.			
5	Я вмію говорити про свої почуття.			
6	Я добре почуваюся в класі.			
7	Коли щось не виходить, я пробую ще раз.			
8	Я можу зупинитися і заспокоїтися, коли злюся.			
9	Я люблю працювати разом з іншими дітьми.			
10	Мені подобається йти до школи.			

Додаток В

Анкета для педагогів щодо оцінки життєстійкості учнів

Інструкція для педагогів:

Будь ласка, оцініть прояви життєстійкості учнів вашого класу. Поставте позначку навпроти того варіанта відповіді, який найточніше відображає поведінку більшості дітей у звичайних навчальних ситуаціях та під час труднощів.

Шкала відповідей (Лайкерта):

1 – Ніколи / зовсім не проявляється

2 – Рідко

3 – Іноколи

4 – Часто

5 – Майже завжди / виражено

Твердження:

1. Учні зберігають спокій у складних або нових ситуаціях.
2. Діти намагаються знайти вихід із труднощів, а не уникають їх.
3. Учні здатні контролювати свої емоції під час конфліктів.
4. Школярі виявляють наполегливість у виконанні завдань, навіть якщо вони складні.
5. Діти проявляють віру у власні сили й можливості.
6. Учні вміють звернутися за допомогою, коли відчують утруднення.
7. Діти використовують попередній досвід для подолання нових труднощів.
8. Учні швидко відновлюються після невдач чи помилок.
9. Школярі проявляють вміння працювати в команді та підтримувати однокласників.
10. Діти здатні знаходити позитивні сторони навіть у складних ситуаціях.
11. Учні виявляють відповідальність у виконанні навчальних завдань.
12. Діти демонструють вміння планувати свої дії у складних обставинах.
13. Учні проявляють здатність до саморегуляції, коли виникають конфлікти або непорозуміння.
14. Діти намагаються завершувати розпочаті справи, незважаючи на перешкоди.

15. Учні охоче включаються в нові види діяльності, навіть якщо це викликає певну невпевненість.

Обробка результатів:

Підраховується загальна сума балів за всі твердження.

Мінімум: 15 балів

Максимум: 75 балів

Отриманий результат інтерпретується за рівнями життєстійкості:

15-34 бали – низький рівень життєстійкості

Учні часто уникають труднощів, мають низьку саморегуляцію, потребують додаткової підтримки педагога.

35-54 бали – середній рівень життєстійкості

Основні елементи життєстійкості сформовані частково, учні демонструють стійкість у вибіркових ситуаціях.

55-75 балів – високий рівень життєстійкості

Діти здатні ефективно долати труднощі, емоційно стабільні, мають розвинену саморегуляцію та віру у власні сили.

Додаток Д

Інформаційний буклет для батьків

«Як допомогти дитині бути життєстійкою?»

Життєстійкість — це здатність дитини адаптуватися до змін, долати труднощі та зберігати внутрішній баланс. Цей буклет містить поради, які допоможуть батькам підтримувати розвиток життєстійкості у своїх дітей.

1. Підтримуйте емоційний зв'язок

Слухайте дитину, приймайте її почуття. Емоційна підтримка — основа життєстійкості.

2. Допмагайте помічати успіхи

Запитуйте: «Що тобі сьогодні вдалося?» Це формує віру у власні сили.

3. Вчіть долати труднощі

Пояснюйте, що помилки — частина навчання. Підтримуйте наполегливість.

4. Формуйте позитивне мислення

Показуйте приклад конструктивного реагування на складності.

5. Розвивайте самостійність

Давайте можливість робити вибір і відповідати за нього.

6. Навчайте технік саморегуляції

Дихальні вправи, паузи, малювання емоцій — чудові інструменти заспокоєння.

7. Створюйте атмосферу підтримки

Дитина розквітає там, де її приймають без критики та порівнянь.

8. Співпрацюйте зі школою

Спілкуйтеся з учителями та психологом, цікавтеся емоційним станом дитини.