

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
Національний університет «Запорізька політехніка»

Факультет соціальних наук

(повне найменування факультету)

Психологія

(повне найменування кафедри)

**Пояснювальна записка**

до дипломного проекту (роботи)

магістр

(ступінь вищої освіти)

на тему Роль прив'язаності у процесі адаптації дітей раннього та дошкільного віку до дитячого садка

(назва теми)

Виконав(ла): студент(ка) 2 курсу,  
групи СНз-114м

Спеціальності 053 Психологія

(код і найменування спеціальності)

Освітня програма (спеціалізація)

Психологія

УСТЮЖАНІНА А.В.

(ПРИЗВИЩЕ та ініціали)

Керівник ПИЛИПЕНКО К.В.

(ПРИЗВИЩЕ та ініціали)

Рецензент КУРАПОВ А.О.

(ПРИЗВИЩЕ та ініціали)

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
**Національний університет «Запорізька політехніка»**  
(повне найменування закладу вищої освіти)

Факультет соціальних наук  
Кафедра «Психологія»  
Ступінь вищої освіти магістр  
Спеціальність 053 Психологія  
(код і найменування)  
Освітня програма (спеціалізація) Психологія  
(назва освітньої програми (спеціалізації))

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_

«29» серпня 2025 року

**З А В Д А Н Н Я**  
**НА ДИПЛОМНИЙ ПРОЄКТ (РОБОТУ) СТУДЕНТА(КИ)**

УСТЮЖАНИНА Ангеліна Вадимівна

(ПРИЗВИЩЕ, ім'я, по батькові)

1. Тема проєкту (роботи) Роль прив'язаності у процесі адаптації дітей раннього та дошкільного віку до дитячого садка

керівник проєкту (роботи) к.псих.н., доцент Пилипенко Катерина Валентинівна.

(науковий ступінь, вчене звання, ПРИЗВИЩЕ, ім'я, по батькові)

затверджені наказом закладу вищої освіти від «01» вересня 2025 року № 388

2. Строк подання студентом проєкту (роботи) «15» грудня 2025 року

3. Вихідні дані до проєкту (роботи) 108 с., 13 табл., 5 рис., 67 дж., 2 дод.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: окреслити концептуальні засади та сучасні інтерпретації прив'язаності як базової системи регуляції розвитку дитини; озкрити соціально-психологічні особливості розвитку дитини раннього та дошкільного віку як основа адаптації до умов закладу дошкільної освіти; описати теоретичні моделі взаємозв'язку прив'язаності та адаптації дитини до дитячого садка; провести емпіричне дослідження взаємозв'язку прив'язаності, чутливості доглядальника, стабільності раннього догляду та адаптаційних показників; розробити заходи з підвищення успішності адаптації дітей раннього та дошкільного віку до умов перебування в ЗДО.

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень): таблиця 1.1 Рівні прив'язаності (за Г. Ньюфелдом); табл. 1.2 Взаємозв'язок прив'язаності та адаптації дитини до ЗДО; табл. 2.1 Характеристика вибірки; табл. 2.2 Аналіз результатів психолого-педагогічного спостереження за дітьми; рис.2.1 Розподіл дітей за типами адаптації відповідно до результатів психолого-педагогічного спостереження; табл. 2.3 Надійність субшкал анкет;

табл. 2.4 Описова статистика індексів прив'язаності та адаптації; табл. 2.5 Порівняння індексів між групами дітей різного віку; рис. 2.2 Середні значення індексів прив'язаності та адаптації за віковими групами; табл. 2.6 Перевірка нормальності розподілу основних індексів за критерієм Шапіро–Уїлка; табл. 2.7 Кореляційний аналіз; рис.2.3 Кореляційна карта основних індексів прив'язаності, адаптації та контексту; табл. 2.8 Результати розрахунків лінійної регресії ADI на контекстуальні змінні (покроковий метод); рис.2.4 Внесок предикторів у модель лінійної регресії; табл. 3.1 Комплексні заходи підтримки адаптації та прив'язаності у новоприбулих до ЗДО дітей; табл. 3.2 Програми успішної адаптації дитини до ЗДО; рис.3.1 Алгоритм співпраці «педагог – психолог – батьки» у період адаптації; табл. 3.3 Програма тренінгу для батьків «Батьківський супровід адаптації дитини до ЗДО».

#### 6. Консультанти розділів проекту (роботи)

Розділ	ПРИЗВИЩЕ, ініціали та посада консультанта	Дата, підпис	
		завдання видав	прийняв виконане завдання
1	ПИЛИПЕНКО К.В., доцент	23.09.2025	05.10.2025
2	ПИЛИПЕНКО К.В., доцент	07.10.2025	26.10.2025
3	ПИЛИПЕНКО К.В., доцент	21.10.2025	26.11.2025
Норм-ль	КУЗЬМІН В.В., доцент	04.12.2025	10.12.2025

7. Дата видачі завдання «29» серпня 2025 року.

#### КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів дипломного проекту (роботи)	Строк виконання етапів проекту (роботи)	Примітка
1	Узгодження теми та затвердження завдання на дипломний проект(роботу)	29.08.2025	
2	Затвердження теми	01.09.2025	
3	Збір матеріалу та вивчення літературних джерел на дипломний проект (роботу)	04.09.2025	
4	Складання змісту	05.09.2025	
5	Виконання першого розділу	05.10.2025	
6	Виконання другого розділу	26.10.2025	
7	Виконання третього розділу	26.11.2025	
8	Формування висновків	28.11.2025	
9	Перевірка роботи керівником	01.12.2025	
10	Оформлення дипломного проекту(роботи)	04.12.2025	
11	Нормоконтроль та перевірка на запозичення	10.12.2025	
12	Попередній захист дипломного проекту(роботи)	12.12.2025	

13	Подання роботи на кафедру	15.12.2025	
14	Одержання відгуку та рецензії	18.12.2025	
15	Захист дипломної роботи	24.12.2025	

**Студент(ка)**

\_\_\_\_\_

(підпис)

**Ангеліна УСТЮЖАНІНА**

(Ім'я ПРІЗВИЩЕ)

**Керівник проєкту (роботи)**

\_\_\_\_\_

(підпис)

**Катерина ПИЛИПЕНКО**

(Ім'я ПРІЗВИЩЕ)

## РЕФЕРАТ

Магістерська кваліфікаційна робота: 108 с., 13 табл., 5 рис., 2 дод., 67 дж.

Об'єкт дослідження – процес адаптації дітей раннього та дошкільного віку до умов закладу дошкільної освіти.

Предмет дослідження – роль дитячо-батьківської прив'язаності, стабільності раннього догляду та чутливості доглядальника у процесі адаптації дитини до дитячого садка.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити вплив характеристик прив'язаності на успішність адаптації дітей раннього та дошкільного віку до умов закладу дошкільної освіти.

Завдання дослідження: окреслити концептуальні засади та сучасні інтерпретації прив'язаності як базової системи регуляції розвитку дитини: розкрити соціально-психологічні особливості розвитку дитини раннього та дошкільного віку як основа адаптації до умов закладу дошкільної освіти: описати теоретичні моделі взаємозв'язку прив'язаності та адаптації дитини до дитячого садка: провести емпіричне дослідження взаємозв'язку прив'язаності, чутливості доглядальника, стабільності раннього догляду та адаптаційних показників: розробити заходи з підвищення успішності адаптації дітей раннього та дошкільного віку до умов перебування в ЗДО.

Методи дослідження: теоретичні методи: аналіз наукової літератури, узагальнення; емпіричні методи: анкетування батьків та вихователів, педагогічне спостереження; методи математичної статистики: описова статистика, коефіцієнт  $\alpha$  Кронбаха, критерій Шапіро-Уїлка, U-критерій Манна-Вітні, кореляційний аналіз (Пірсона, Спірмена), множинна лінійна регресія.

У дослідженні емпірично підтверджено вплив стабільності раннього догляду та чутливості доглядальника на індекс адаптації дитини; побудові кількісні індекси AFI, ADI, CSI, SSI, FSI та їх статистичній валідації;

встановлено предикторної моделі адаптації дітей з використанням множинної лінійної регресії.

Результати дослідження можуть бути використані у діяльності закладів дошкільної освіти.

ЗДО, АДАПТАЦІЯ, ПРИВ'ЯЗАНІСТЬ, ДІТИ, ДОШКІЛЬНИЙ ВІК,  
РАННІЙ ДОГЛЯД, РОЗВИТОК.

## СПИСОК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

- ЗДО – заклад дошкільної освіти.
- AFI – індекс ознак прив'язаності дитини (Attachment Features Index).
- ADI – інтегральний індекс адаптації (Adaptation Index).
- ADI<sup>+</sup> – позитивна субшкала індексу адаптації.
- ADI<sup>-</sup> – проблемна субшкала індексу адаптації.
- CSI – індекс чутливості доглядальника (Caregiver Sensitivity Index).
- SSI – індекс стабільності фігури прив'язаності (Stability of Support Index).
- FSI – індекс сімейних стресорів (Family Stress Index).
- SCI – індекс соціального контексту (Social Context Index).
- CCI – індекс змін доглядальників (Caregiver Change Index).
- G-ADI – груповий індекс адаптації за оцінками вихователів (Group Adaptation Index).
- G-API – індекс педагогічних практик підтримки прив'язаності (Group Attachment Practices Index).
- M – середнє значення.
- Me – медіана.
- SD – стандартне відхилення.
- Q1-Q3 – міжквартильний інтервал.
- $\alpha$  – коефіцієнт внутрішньої узгодженості ( $\alpha$  Кронбаха).
- U – статистика U-критерію Манна-Уїтні.
- Z – стандартизоване значення (для U-критерію).
- r – розмір ефекту (Cohen's r).
- r (Пірсона) – коефіцієнт лінійної кореляції Пірсона.
- $\rho$  (Спірмена) – коефіцієнт рангової кореляції Спірмена
- p – рівень статистичної значущості.

## ЗМІСТ

ВСТУП .....	10
РОЗДІЛ 1 .....	15
ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛІ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ В АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ РАННЬОГО ТА ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ДО ДИТЯЧОГО САДКА.....	15
1.1. Концептуальні засади та сучасні інтерпретації прив'язаності як базової системи регуляції розвитку дитини.....	15
1.2. Соціально-психологічні особливості розвитку дитини раннього та дошкільного віку як основа адаптації до умов закладу дошкільної освіти ....	21
1.3. Теоретичні моделі взаємозв'язку прив'язаності та адаптації дитини до дитячого садка .....	29
Висновки до розділу 1 .....	39
РОЗДІЛ 2 .....	41
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ НА АДАПТАЦІЮ ДІТЕЙ РАННЬОГО ТА ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ДО ДИТЯЧОГО САДКА.....	41
2.1 Організація та методи емпіричного дослідження.....	41
2.2 Аналіз та інтерпретація результатів дослідження .....	56
2.3 Аналіз взаємозв'язків між ключовими індикаторами прив'язаності, адаптації та контексту.....	67
Висновки до розділу 2 .....	76
РОЗДІЛ 3 .....	78
ЗАХОДИ З ПІДВИЩЕННЯ УСПІШНОСТІ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ РАННЬОГО ТА ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ДО УМОВ ПЕРЕБУВАННЯ В ЗДО .....	78
3.1 Практичні рекомендації щодо підвищення успішності адаптації дітей раннього та дошкільного віку до умов дитячого садка.....	78
3.2 Психологічні інтервенції та програми підтримки адаптації.....	86
Висновки до розділу 3 .....	95
ВИСНОВКИ.....	97

ПЕРЕЛІК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	102
ДОДАТКИ.....	107

## ВСТУП

Актуальність дослідження. Процес входження дітей раннього та дошкільного віку у нове освітнє середовище є одним із найбільш чутливих етапів їхнього розвитку, оскільки саме в цей період формується здатність встановлювати стабільні соціальні зв'язки, регулювати емоційні стани та адаптуватися до змін. Перехід до закладу дошкільної освіти (ЗДО) супроводжується різкою зміною середовища: розширенням кількості соціальних контактів, запровадженням нових правил і режимних вимог, відлученням від батьків. Успішність проходження цього періоду суттєво залежить від характеристик ранньої прив'язаності дитини, які визначають її базову потребу в безпеці, особливості поведінкової реакції на стрес, готовність до взаємодії з новими дорослими та однолітками.

Адаптація дітей раннього та дошкільного віку до умов закладу дошкільної освіти є одним із найбільш значущих та чутливих ступенів розвитку дитини, оскільки передбачає зміну звичного середовища, розлуку з фігурою прив'язаності та необхідність швидкої перебудови емоційно-поведінкових стратегій. Від того, наскільки успішно дитина проходить цей етап, залежать її подальший соціально-емоційний розвиток, здатність до навчання та якість формування міжособистісних зв'язків.

Сучасні психологічні дослідження наголошують, що фундаментом цього процесу є якість дитячо-батьківської прив'язаності, завдяки якій визначаються механізми регуляції стресу, рівень емоційної безпеки та відкритість до нових стосунків (Дж. Боулбі, М. Ейнсворт та ін).

Раннє дитинство є періодом найбільшої вразливості, коли формуються фундаментальні моделі стосунків із дорослими, які згодом визначають особливості соціальної компетентності, емоційної саморегуляції та готовності до включення в нові середовища (Б. Бібі, М. Ціммер-Гембек, Х. Лі, Р. Джонсон та ін.). У контексті сучасних українських реалій, позначених

воєнним станом, вимушеними переміщеннями, підвищеною тривожністю та нестабільністю родинних систем, питання адаптації дітей до дошкільних закладів набуває особливої ваги.

Водночас практика показує, що труднощі адаптації часто пов'язані не лише з індивідуальними особливостями дитини, а й із характеристиками сімейного контексту – чутливістю доглядальника, стабільністю раннього догляду, наявністю стресових подій у родині (Т. Дуткевич, Н. Скрипченко).

Теоретичні положення концепції прив'язаності дають підґрунтя для розуміння того, що якість первинних стосунків із доглядачем впливає на швидкість і гнучкість адаптаційних процесів. Діти з безпечним типом прив'язаності демонструють вищий рівень емоційної стійкості та легше входять у нове середовище, тоді як унікальний, амбівалентний або дезорганізований типи можуть ускладнювати процес пристосування та підвищувати ризик дезадаптивних реакцій.

Актуальність теми посилюється сучасними викликами, що постають перед системою дошкільної освіти України: збільшенням кількості вихованців різних соціальних категорій, зміною сімейних моделей виховання, високою потребою у впровадженні психологічно обґрунтованих технологій підтримки дітей у період адаптації. Своєчасне виявлення особливостей прив'язаності та їх урахування в роботі педагогів і психологів дають змогу істотно зменшити рівень стресу у дітей, сприяти гармонійному розвитку й попередити виникнення тривалих проблем емоційного та поведінкового характеру.

У зв'язку з цим дослідження впливу характеристик прив'язаності на адаптацію дітей раннього та дошкільного віку до умов ЗДО є не лише науково вагомим, а й суспільно значущим, оскільки сприяє створенню безпечного й підтримувального освітнього середовища, що відповідає сучасним стандартам охорони дитинства.

Засадничі положення теорії прив'язаності були сформовані у працях: Дж. Боулбі та М. Айнсворт, які визначили типи прив'язаності та описали їхній вплив на соціально-емоційний розвиток дитини. Їхні ідеї розвивали Е. Уотерс,

М. Мейн, А. Інвеллер, Е. Гессел та інші дослідники, які поглибили розуміння механізмів формування моделей стосунків та особливостей реагування на стрес.

У науковій літературі широко представлено дослідження впливу прив'язаності на адаптацію дітей до дошкільних установ. Доказову базу складають праці: А. Сирса, К. Гроссмана, К. Ван Айзендурна, Ф. Веріс, які досліджували поведінкові реакції дітей на розставання, стратегії регуляції емоцій та взаємозв'язок типу прив'язаності із соціальною компетентністю. Метааналізи останніх років підтверджують, що характер ранніх стосунків є важливим предиктором адаптації до нових соціальних умов.

В українському науковому просторі проблематика адаптації дітей до умов ЗДО висвітлена у роботах: О. Кононко, Л. Ороховської, Т. Піроженко, І. Дубровіної, О. Проскури, Н. Гавриш, де розглядаються психологічні механізми входження в освітній простір, умови успішної соціалізації та підтримки емоційного благополуччя дитини.

Окремі автори (Н. Лисенко, І. Садова, М. Кравченко) акцентують увагу на взаємозв'язку сімейних моделей виховання та адаптаційних особливостей дошкільників.

Проведений аналіз показує, що попри достатню кількість теоретичних розробок, саме зв'язок характеристик прив'язаності з реальними адаптаційними показниками дітей у сучасних умовах українських ЗДО вивчено недостатньо, що й зумовлює наукову проблему дослідження.

Об'єкт дослідження – процес адаптації дітей раннього та дошкільного віку до умов закладу дошкільної освіти.

Предмет дослідження – роль дитячо-батьківської прив'язаності, стабільності раннього догляду та чутливості доглядальника у процесі адаптації дитини до дитячого садка.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити вплив характеристик прив'язаності на успішність адаптації дітей раннього та дошкільного віку до умов закладу дошкільної освіти.

Для досягнення мети поставлено такі завдання:

1. Окреслити концептуальні засади та сучасні інтерпретації прив'язаності як базової системи регуляції розвитку дитини .
2. Розкрити соціально-психологічні особливості розвитку дитини раннього та дошкільного віку як основа адаптації до умов закладу дошкільної освіти.
3. Описати теоретичні моделі взаємозв'язку прив'язаності та адаптації дитини до дитячого садка.
4. Провести емпіричне дослідження взаємозв'язку прив'язаності, чутливості доглядальника, стабільності раннього догляду та адаптаційних показників.
5. Розробити заходи з підвищення успішності адаптації дітей раннього та дошкільного віку до умов перебування в ЗДО.

Методологічну основу дослідження становлять концепція прив'язаності Дж. Боулбі, емпіричні підходи М. Ейнсворт, рівнева модель прив'язаності Г. Ньюфелда, нейропсихологічні моделі емоційного розвитку (Сігел, Дамасіо), а також сучасні підходи до підтримки адаптації у дошкільних закладах (Геддес, Александерсен та ін..).

Методи дослідження:

- теоретичні: аналіз, синтез, узагальнення, систематизація:
- емпіричні: анкетування батьків та вихователів, педагогічне спостереження:
- математико-статистичні: описова статистика, коефіцієнт  $\alpha$  Кронбаха, критерій Шапіро-Уїлка, U-критерій Манна-Вітні, кореляційний аналіз (Пірсона, Спірмена), множинна лінійна регресія.

Наукова новизна дослідження полягає у:

- інтеграції класичної теорії прив'язаності та рівневої моделі Г. Ньюфелда для пояснення механізмів адаптації дітей у дошкільному середовищі:

- емпіричному підтвердженні впливу стабільності раннього догляду та чутливості доглядальника на індекс адаптації дитини:
- побудові кількісних індексів AFI, ADI, CSI, SSI, FSI та їх статистичній валідації:
- встановленні предикторної моделі адаптації дітей з використанням множинної лінійної регресії.

Практичне значення роботи полягає у можливості використання отриманих результатів в закладах дошкільної освіти для розробки рекомендацій щодо підтримки адаптації дітей у закладах дошкільної освіти; підвищенні компетентності вихователів щодо формування вторинної прив'язаності; створенні індивідуальних маршрутів адаптації; удосконаленні психологічного супроводу сімей із дітьми раннього та дошкільного віку.

Апробація результатів. Основні положення та результати емпіричного дослідження були представлені на VI Всеукраїнській науково-практичній конференції «Суспільство і особистість у сучасному комунікаційному дискурсі» (Запоріжжя, 2025), що підтверджує їх наукову релевантність та практичну значущість.

Структура дослідження: робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, переліку використаних літературних джерел та додатків.

## РОЗДІЛ 1

### ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛІ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ В АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ РАНЬОГО ТА ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ДО ДИТЯЧОГО САДКА

#### 1.1. Концептуальні засади та сучасні інтерпретації прив'язаності як базової системи регуляції розвитку дитини

Поняття прив'язаності відноситься до фундаментальних у сучасній дитячій психології, оскільки дає розуміння природної системи, з якою народжується людина, і яка виступає як забезпечення виживання, впливає на регуляцію емоцій та формування соціальної поведінки протягом онтогенезу. Історично перші витoki дослідження прив'язаності сягають психоаналітичної концепції. У роботах З. Фрейда акцентно виділялася залежність немовляти від значущого дорослого як джерела задоволення базових потреб і формування первинних емоційних зв'язків [1]. А. Фрейд, даючи розвиток цим ідеям, підкреслювала, що досвід ранніх взаємин формує матрицю розвитку Его, вдає визначення характеру майбутніх механізмів психологічного захисту та впливають на адаптивність дитини до фруструючих ситуацій [2].

Проте саме Дж. Боулбі здійснив науковий прорив шляхом об'єднання психодинаміки, етології та еволюційної психології в єдину цілісну структуровану поведінкову систему, що активується у стані стресу або загрози й спрямовується на відновлення фізіологічної та емоційної близькості з фігурою доглядальника. Доросла людина при цьому виконує роль "безпечної бази", яка забезпечує дитині відчуття безпеки та захисту та дозволяє досліджувати зовнішній світ [6]. Емпіричне підтвердження теорії Боулбі знаходиться в роботах М. Ейнсворт, яка розробила модель «Незнайомої ситуації» для оцінювання якості взаємодії у парі «мати – дитина» [7].

М. Ейнсворт довела, що чутливість, емпатія, емоційна доступність та визначена послідовність догляду є ключовими предикторами формування надійної прив'язаності [8]. Хоча типологія прив'язаності (надійна, амбівалентна, унікаюча) широко використовується в академічних дослідженнях, сучасні гуманістично орієнтовані підходи (зокрема, рівнева модель Г. Ньюфелда) акцентують, що прив'язаність слід розглядати не як ділення на категорії, а як процес розвитку емоційного зв'язку. Поступовий перехід від психодинамічної до нейропсихологічної інтерпретації прив'язаності розширив уявлення про її роль. Нейробіологічні дослідження показують, що стабільні, теплі та передбачувані стосунки з фігурою догляду сприяють розвитку лобових структур мозку, які відповідають за саморегуляцію, емоційний контроль і здатність до відтермінування реакцій [9-11]. У цьому розумінні прив'язаність виступає не лише соціально-поведінковим, а й істинно фізіологічним механізмом, що визначає ефективність емоційної регуляції.

Важливий внесок у розуміння емоційного середовища розвитку зробив Д. Віннікотт. Його поняття «достатньо хорошої матері» та «підтримуючого середовища» (holding environment) описали емоційну функцію дорослого, яка полягає у створенні простору, в якому дитина може переживати власні імпульси та реакції без страху відторгнення [12]. Д. Віннікотт підкреслював, що здатність дорослого «утримувати» тривоги та переживання дитини формує внутрішню стійкість, базову довіру до світу й спроможність адаптуватися в новому середовищі.

Сучасна інтегративна наука про розвиток, представлена роботами Бібі, Геддес, Сігела, Грінспена та інших, доводить, що прив'язаність виконує не лише емоційно-поведінкову, а й регулятивну та когнітивну функцію. Дитина, яка має стабільні взаємини з дорослим, демонструє вищий рівень соціальної орієнтації, легше входить у групи однолітків, краще адаптується до нових умов і швидше відновлюється після стресових переживань [13-16].

Теорія прив'язаності отримала подальший розвиток у дослідженнях менталізації (П. Фонагі та А. Бейтемана), які підкреслили, що здатність дитини розуміти власні й чужі емоційні стани формується в контексті чутливих взаємин [17]. Таким чином, прив'язаність є не тільки умовою емоційного благополуччя, а й механізмом формування складних соціальних компетентностей.

Підсумовуючи, сучасна наука розглядає прив'язаність як багаторівневу систему, що поєднує еволюційні, психодинамічні, нейропсихологічні та соціальні аспекти розвитку. Вона визначає напрями адаптації, здатність до регуляції у стресі, характер взаємодії з однолітками, рівень гнучкості в незнайомих середовищах і обставинах та готовність до залучення у колектив дошкільної освіти. Саме тому прив'язаність є вирішальним фактором, який впливає на перебіг та успішність адаптації дитини до дитячого садка.

Концепт рівнів прив'язаності Г. Ньюфелда виступає як альтернатива традиційній типологічній моделі і розглядає прив'язаність як процес поступового поглиблення емоційного зв'язку між дитиною та значущим дорослим. На відміну від класифікацій, орієнтованих на визначення стилю взаємодії у стресовій ситуації (як у М. Ейнсворт), Ньюфелд фокусується на тому, наскільки глибоко дитина прив'язується та які саме шари стосунків забезпечують її емоційну стабільність [18]. Модель, фактично, є доповненням ідей Дж. Боулбі та Д. Віннікотта про роль близькості, чутливості та «підтримуючого середовища» у формуванні процесів внутрішньої регуляції [3; 12].

Модель прив'язаності за Г. Ньюфелдом підкреслює необхідність створення в ЗДО умов для безпечної, стабільної та емоційно підтримувальної взаємодії, що сприяє розвитку довіри та позитивного емоційного фону.

Згідно з Г. Ньюфелдом, прив'язаність розвивається на шести рівнях (табл.1.1):

Таблиця 1.1

**Рівні прив'язаності (за Г. Ньюфелдом)**

Рівень прив'язаності	Основні характеристики	Вікові орієнтири формування	Прояви у поведінці дитини	Значення для адаптації до ЗДО
1. Прив'язаність через відчуття (sensing)	Ґрунтується на фізичному контакті, близькості, дотиках, голосі дорослого.	3 перших днів життя – до 1 року	Прагнення бути «на руках», тримати за одяг, реагування на запах і голос доглядача	Забезпечує базове відчуття безпеки; зменшує страх нової ситуації у ЗДО
2. Прив'язаність через схожість (sameness)	Дитина відчуває зв'язок завдяки уподібненню: копіює мову, жести, інтонації.	1–2 роки	Імітація поведінки дорослого, повторення слів, наслідування звичок	Полегшує прийняття правил групи та поведінкових норм у ЗДО
3. Прив'язаність через приналежність та лояльність (belonging & loyalty)	Усвідомлення себе частиною «ми». Прагнення бути в групі, належати до значимого дорослого.	2–3 роки	Прагнення триматися поруч, демонстрація лояльності, переживання через «зраду» дорослого	Підвищує готовність до взаємодії з вихователем та однолітками
4. Прив'язаність через значущість (significance)	Дитина прагне бути важливою для дорослого, привертає увагу, демонструє досягнення.	3–4 роки	«Подивись, що я зробив!», бажання отримувати схвалення	Підсилює мотивацію до взаємодії, сприяє позитивному емоційному фону в групі
5. Прив'язаність через почуття (emotional attachment)	З'являються глибші емоційні зв'язки, довіра, прихильність, любов.	4–5 років	Обійми, емоційна відкритість, прагнення ділитися переживаннями	Знижує стрес адаптації, формує стабільні стосунки з педагогом
6. Прив'язаність через психологічну близькість та «знання» іншого (being known)	Дитина ділиться внутрішніми думками, бажаннями, почуттями; відчуває себе прийнятою.	5–6 років	Розповідає про свої страхи, таємниці, переживання	Забезпечує найвищий ступінь довіри, дозволяє ефективно підтримати дитину в складні моменти адаптації

У таблиці 1.1 представлено шість рівнів розвитку прив'язаності згідно з концепцією Г. Ньюфелда, починаючи від базової сенсорної близькості до найглибшої форми психологічної довіри. Кожен рівень має власні вікові орієнтири й поведінкові прояви, що впливають на те, як дитина реагує на розлуку з батьками, нове соціальне середовище та незнайомих дорослих у закладі дошкільної освіти.

Особливу увагу зосереджено на тому, що кожний рівень прив'язаності виконує окрему психологічну функцію. Перші три рівні: фізична близькість, схожість і почуття належності – формують основу безпеки та довіри, без яких адаптація до ЗДО ускладнюється. Наступні рівні: значущість, емоційна прив'язаність і психологічна близькість – сприяють глибшій інтеграції дитини у взаємодію з вихователем, однолітками та новою соціальною структурою.

1. Прив'язаність через відчуття (sensing): фізична близькість, дотик, запах, голос. Це найперший рівень, на якому дитина потребує постійного тілесного контакту з дорослим. Він є критично важливим у віці до трьох років, коли системи саморегуляції ще не сформовані.

2. Прив'язаність через подібність (sameness): наслідування, копіювання поведінки, жестів, слів значущих дорослих. Дитина намагається бути «такою ж, як дорослий», що є маркером початку внутрішньої інтеграції стосунків.

3. Прив'язаність через приналежність і лояльність (belonging & loyalty): прагнення бути частиною сім'ї, групи, збереження внутрішньої єдності з дорослим. Тут формується почуття «ми», яке стає основою соціальної відповідальності. У віці після трьох-чотирьох років з'являється потреба зберігати контакт зі значимим дорослим не лише через подібність, а й через приналежність та відданість. Цей рівень безпосередньо пов'язаний із розвитком моральних почуттів і внутрішнього відчуття совісті

4. Прив'язаність через значущість (significance): прагнення дитини бути важливою для дорослого, бажання отримувати його схвалення та увагу. Цей рівень є критичним для формування самооцінки та відчуття власної цінності. Дитина прагне бути важливою для іншого, відчувати свою унікальність. За

умов задоволення цієї потреби формується самоцінність і впевненість; у разі дефіциту – ревності та тривога.

5. Прив'язаність через любов (love): емоційна відданість, щире бажання давати, бути поряд, виявляти турботу. Любов на цьому рівні стає механізмом внутрішньої регуляції. У шість - сім років дитина здатна не лише приймати любов, але й віддавати її. Любов як рівень зв'язку формує емпатію, довіру й співпереживання – ключові складові емоційного інтелекту

6. Прив'язаність через психологічну близькість (being known): здатність ділитися вразливістю, почуттями, страхами, довіряти дорослому найпотаємніші та найвразливіші аспекти власного здобутого досвіду. Це найзріліший рівень, основа глибоких стосунків та стійкості до стресів [18].

Модель Ньюфелда корелює з сучасними нейропсихологічними даними про розвиток префронтальної кори та системи саморегуляції. Дослідження показують, що глибока прив'язаність знижує рівень кортизолу, стабілізує реакцію на новизну та прискорює відновлення після стресу [19; 20].

Д. Сігел і А. Дамасіо описують механізм «safe haven → regulation → adaptive behavior», який пояснює, чому діти, прив'язаність яких сформована на кількох рівнях, краще переносять розлуку з батьками, швидше адаптуються до нових соціальних вимог, легше встановлюють контакт із педагогом, здатні використовувати дорослого як регуляторну фігуру у стресових ситуаціях [10; 9]. Це узгоджується з ідеями Д. Віннікотта про «підтримуюче середовище» як основу внутрішньої стійкості дитини [12]. У процесі адаптації дитини до дошкільного закладу модель Ньюфелда має надзвичайно важливе практичне значення. Чим більше рівнів прив'язаності сформовано, тим менше стресовою є розлука, а саме: діти, які перебувають лише на сенсорному рівні, важко переносять розлучення з матір'ю, часто демонструють плач, відмову від сну, їжі, агресивні реакції: діти з більш високими рівнями прив'язаності швидше встановлюють стосунки з вихователем, легше опановують ритуали групи й демонструють вищу соціальну гнучкість.

Емпіричні дослідження засвідчують, що глибина прив'язаності прямо пов'язана з: реакцією на стрес (Брайант і Чан довели зниження норадреналової відповіді при активації ментального образу фігури прив'язаності [19]): витривалістю до фрустрацій (Дункан встановив, що чутливий догляд у ранньому віці прогнозує кращу адаптацію до дошкільного середовища [20]): регуляцією поведінки (Геддес та Бергін показали зв'язок між прив'язаністю та поведінковою стійкістю у класі [15-16]).

Таким чином, рівні прив'язаності Ньюфелда можна розглядати як маркери прогнозу успішної адаптації до дитячого садка, оскільки вони описують ступінь внутрішньої організованості, довіри та здатності дитини переносити розлуку. Хоча Ньюфелд критикує типологічний підхід як надмірно описовий, його модель не суперечить класичним положенням Боулбі та Ейнсворт, а скоріше розширює їх, фокусуючись на розвитку прив'язаності у глибину, а не на обмеженні поведінки класифікацією. З роботами Боулбі модель поєднує ідею інстинктивної поведінкової системи [3]. З роботами Ейнсворт – важливість чутливості дорослого та передбачуваності догляду [8]. З ідеями Віннікотта – роль емоційного утримання та стабільності середовища [12]. З сучасною нейропсихологією їх об'єднує механізм «емоційна безпека → регуляція → адаптація» [9-11]. Отже, шестирівнева модель Ньюфелда надає цілісне пояснення того, чому прив'язаність є основною передумовою для успішної адаптації дитини у новому середовищі, зокрема у період початку відвідування дитячого садка.

1.2. Соціально-психологічні особливості розвитку дитини раннього та дошкільного віку як основа адаптації до умов закладу дошкільної освіти

Ранній та дошкільний вік є періодами інтенсивного емоційного, когнітивного та соціального розвитку, у яких формуються фундаментальні психічні структури, що визначають здатність дитини до адаптації. У цей час відбуваються критичні зміни у сфері саморегуляції, розвитку мовлення,

становленні соціальної взаємодії та формуванні первинних поведінкових моделей. Саме тому психологічні особливості цього віку становлять основу для розуміння механізмів адаптації до дитячого садка [27; 23].

Л. Виготський підкреслював, що розвиток дитини завжди відбувається у соціальній ситуації, де дорослий виступає «опосередкованою ланкою» між дитиною та світом [23]. У ранньому віці дитина залишається значною мірою емоційно залежною від фігури прив'язаності – її реакції на нові ситуації формуються через сумісну регуляцію, спільні дії та підтримку.

Д. Віннікотт у концепції «достатньо хорошої матері» показав, що емоційна доступність та чутливість дорослого створюють для дитини «підтримуюче середовище», яке забезпечує внутрішню стабільність і здатність переносити труднощі [12]. Це середовище залишається ключовим фактором під час адаптації до дошкільного закладу, оскільки саме воно визначає базову модель того, як дитина реагує на розлуку, зміну контексту та взаємодію з новими дорослими.

Ж. Піаже описував цей період як стадію передопераційного мислення, для якої характерні егоцентризм, нестійкість уваги, недостатній розвиток логічних операцій та сильна залежність від наочно-образного сприйняття [24]. У цьому віці довільна регуляція поведінки ще недостатньо сформована, тому діти часто потребують зовнішньої підтримки: чітких ритуалів, допомоги дорослого у переходах між видами діяльності та емоційного «налаштування» [29; 27].

З точки зору емоційної регуляції це означає, що: дитина не здатна достатньо швидко опанувати сильні афекти без підтримки дорослого : реакції на фрустрацію часто проявляються у вигляді плачу, протесту або уникання: перехід з однієї діяльності на іншу потребує зовнішнього структурування та ритуалів.

За Е. Еріксоном, дошкільний вік відповідає стадії «ініціативність проти провини», у якій дитина активно шукає можливості впливати на середовище та випробовувати соціальні ролі [28]. Однак рівень її соціальних навичок ще

перебуває у стані становлення: діти цього віку характеризуються обмеженою здатністю до емпатії, не завжди вміють домовлятися та схильні до імпульсивних дій.

Українські дослідники також наголошують, що взаємодія у групі дошкільного закладу потребує сформованих соціальних компетентностей, таких як уміння чекати, дотримуватися правил, брати участь у спільній діяльності та приймати обмеження [29; 30]. Саме ці навички тісно пов'язані з попереднім досвідом прив'язаності.

Дітям раннього та дошкільного віку притаманна підвищена сенсорна реактивність [22; 14]. Нове середовище дитячого садка – звук, світло, велика кількість дітей, зміна простору може провокувати сенсорне перевантаження, що проявляється у: зниженні здатності регулювати поведінку [22]; протестних або регресивних реакціях [26]; труднощах з концентрацією [14]; тілесному неспокої або руховій гіперактивності [22; 25]. Це пояснює, чому навіть діти зі зрілою прив'язаністю можуть демонструвати тимчасові порушення поведінки в період адаптації.

Рутинність та передбачуваність є важливою передумовою психологічної безпеки дитини. На думку Дуткевич та Горбач, стабільні щоденні ритуали знижують інтенсивність емоційних коливань та сприяють швидшому звиканню до нового середовища [29; 27; 23].

У період адаптації дитина особливо потребує сталості ранкового ритуалу, однакових форм прощання з батьками, чітких переходів між видами діяльності, прогнозованості реакцій вихователя. Недостатність таких ритуалів може підвищувати тривожність і провокувати поведінкові симптоми.

Н. Скріпченко підкреслювала, що адаптація – це не лише процес звикання дитини до нового простору, а й взаємодія двох систем: дитини та інституційного середовища [31]. Вона залежить як від психологічної зрілості дитини, так і від того, наскільки відповідають віковим потребам дитини структури закладу: режим, ритуали, вимоги, якість емоційної взаємодії .

Діти раннього та дошкільного віку особливо вразливі до хаотичності режиму, високої плинності персоналу, надмірної кількості дітей у групі, відсутності емпатії та підтримучих реакцій від вихователя. Саме тому стабільність і чутливість дорослого у ЗДО виступають компенсаторними механізмами, що підтримують адаптацію.

Узагальнюючи підходи Бразелтона, Грінспена та сучасних досліджень соціально-емоційного розвитку, можна стверджувати, що провідним чинником успішної адаптації є рівень сформованості базової довіри [14; 32]. Якщо дитина має досвід стабільної прив'язаності, вона легше переносить розлуку; швидше шукає підтримки у вихователя; впевненіше включається у групові активності демонструє менше регресивних проявів; здатна використовувати дорослого як регуляторну фігуру.

Без сформованої довіри адаптація може бути тривалою, емоційно напруженою та супроводжуватися поведінковими проявами дезорієнтації.

Нейропсихологічний підхід до вивчення прив'язаності показує, що емоційний розвиток дитини неможливо розглядати окремо від якості взаємодії зі значущими дорослими. Мозок у дитини раннього віку є надзвичайно пластичним, і саме перші стосунки визначають архітектуру нейронних мереж, відповідальних за емоційну регуляцію, стресостійкість та соціальну поведінку [21].

Центральну роль у цьому відіграють лімбічна система (мигдалина, гіпокамп), префронтальна кора та паралімбічні структури, які забезпечують зв'язок між емоційними реакціями та когнітивним контролем. Сучасні дослідження доводять, що їхній розвиток залежить не лише від генетичних факторів, а значною мірою від того, наскільки стабільним, чутливим та передбачуваним є емоційне середовище, сформоване фігурою прив'язаності [22-24].

Нейропсихологи підкреслюють, що перші роки життя є періодом, коли механізми саморегуляції тільки зароджуються, і тому дитина фактично «запозичує» регуляторні функції дорослого. Д. Сігел в своїх роботах описує

цей процес терміном co-regulation – взаєморегуляція, під час якої дорослий, через тон голосу, дотик, міміку, ритм і передбачуваність реакцій, допомагає дитині інтегрувати емоційні стани [10].

На цьому етапі формується фундаментальна нейропсихологічна закономірність: досвід безпеки → оптимальна активація лімбічної системи → розвиток префронтальних зон → здатність до саморегуляції.

Теплі й чутливі взаємини сприяють зниженню активації мигдалини, що відповідає за реакції страху та настороженості, й одночасно активують префронтальну кору, яка забезпечує контроль над імпульсами та емоціями [9; 10]. Саме тому ранній досвід прив'язаності є ключовим у формуванні стресостійкості та гнучкості поведінкових реакцій.

Періоди розлуки з фігурою прив'язаності мають виражений вплив на нейрофізіологію дитини. Дослідження NICHD Early Child Care Research Network показали, що якість прив'язаності та стабільність взаємин у сім'ї визначають рівень стресових гормонів у дітей, насамперед кортизолу [25; 26].

Діти з незрілими або нестабільними стосунками демонструють підвищений базовий рівень кортизолу, гіперреактивність на нові соціальні ситуації, триваліший період відновлення після стресу, інтенсивніші поведінкові реакції під час розлуки.

На противагу цьому, діти з надійною прив'язаністю характеризуються стабільною гормонально-стресовою відповіддю, що робить їх більш витривалими та адаптивними до змін. Ці особливості особливо проявляються у період адаптації до дитячого садка, коли дитина стикається з одночасною зміною звичного середовища, розлукою з фігурою прив'язаності та вимушеною необхідністю взаємодіяти з новими дорослими.

Ж. Піаже, Л. Виготський та сучасні нейропсихологи підкреслюють, що розвиток когнітивних функцій нерозривно пов'язаний з емоційним досвідом [23].

Префронтальна кора активніше розвивається у контексті стабільних взаємодій, де дорослий коригує надмірні емоційні реакції, допомагає називати та давати визначення емоціям, передбачувано відповідає на поведінку дитини.

За Д. Грінспеном, емоційна регуляція є базою для розвитку сенсомоторних, когнітивних та соціальних функцій, а порушення взаємодії у перші три роки життя можуть уповільнювати формування взаємозв'язків між лобовими та лімбічними структурами [14].

Дослідження продемонстрували, що синхронність між емоційними сигналами матері та дитини впливає на мікрорівень нервової організації. Дитина «налаштовується» на ритм дорослого, і ця синхронізація формує нейронні зв'язки, які пізніше будуть використовуватися для самостійного управління емоціями [13]. Ця синхронізація має особливе значення для дітей раннього віку, адже вона формує механізм «спочатку разом - потім самостійно», тобто саморегуляція розвивається з взаєморегуляції.

Під час адаптації до ЗДО активуються всі вже сформовані механізми емоційного розвитку. Дитина: стикається з різкою зміною контексту; переживає розлуку з основною фігурою прив'язаності; потрапляє в середовище з високою соціальною та сенсорною навантаженістю : вимушена регулювати власні емоції без постійної присутності батьків. Якщо механізми саморегуляції ще несформовані, а прив'язаність недостатньо глибока, це призводить до п'яти типових адаптаційних симптомів: частого плачу, порушення сну та харчування, протестних реакцій, підвищеної сенсорної чутливості, труднощів у встановленні контакту з новими дорослими. Натомість діти з достатньо сформованою довірою та гнучкістю нервової системи демонструють швидше входження в групу та менш виражені прояви стресу.

Соціально-емоційний розвиток у ранньому та дошкільному віці становить комплексний процес, який об'єднує емоційні реакції, здатність до соціальної взаємодії, розвиток саморегуляції та формування моделей поведінки в колективних ситуаціях. У науковій літературі існує консенсус

щодо того, що саме соціально-емоційна сфера визначає здатність дитини входити у нове середовище, переносити розлуку й реагувати на вимоги дошкільного закладу [36; 22].

Психологи наголошують, що успішність соціально-емоційного розвитку неможливо відокремити від якості ранніх стосунків прив'язаності. Саме ці стосунки забезпечують фундамент для розпізнавання емоцій, формування емпатійності, оволодіння навичками співпраці та регулювання афектів - компетентностей, які у дошкільному закладі перетворюються на ключові адаптаційні ресурси [36; 32].

Д. Гоулман у теорії емоційного інтелекту підкреслює, що здатність дитини розпізнавати власні емоційні стани та емоції інших людей є базовою навичкою, яка визначає ефективність взаємодії в соціальному середовищі [36].

У ранньому віці ця здатність формується : через емоційні дзеркальні реакції дорослого: за рахунок вербалізації емоцій у спільних ситуаціях: через емпатичні відповіді фігури прив'язаності : у процесі імітації та моделювання поведінки.

Дослідження С. Денхем доводять, що діти, які мають досвід чутливих взаємодій із дорослими, демонструють краще розуміння емоцій, меншу імпульсивність та більш гнучкі соціальні реакції [22]. Ці компетентності критично важливі у період адаптації до ЗДО, оскільки дитині доводиться інтегрувати нові соціальні сигнали, орієнтуватися на емоційні відповіді вихователя та знаходити спосіб реакції на поведінку однолітків.

На думку Н. Бразелтона, С. Грінспена та сучасних нейропсихологів, вона формується виключно на основі досвіду взаєморегуляції у ранньому дитинстві [32; 14]. Психологічний механізм виглядає так : дорослий регулює емоційний стан дитини через чутливі відповіді → дитина поступово інтеріоризує ці моделі → формується здатність заспокоюватися, планувати дії, контролювати імпульси.

Дослідження NICHD Early Child Care показали, що діти з високим рівнем саморегуляції рідше демонструють протестні реакції у перші дні адаптації,

легше виконують правила, швидше встановлюють контакт з педагогом, ефективніше включаються у групову діяльність [26]. І навпаки – низький рівень саморегуляції виступає одним із ключових предикторів емоційної дезорганізації в умовах стресу.

Провідні дослідники підкреслюють, що соціальна компетентність включає:

- навички співпраці:
- здатність ділитися:
- вміння домовлятися:
- толерантність до фрустрації:
- здатність вирішувати суперечки:
- адаптивні комунікативні стратегії.

Провідні сучасні дослідження демонструють прямий зв'язок між якістю прив'язаності й рівнем соціальної включеності: діти з надійною прив'язаністю мають більш стійку самооцінку, легше долучаються до ігор та рідше стикаються з ізоляцією в групі [16; 15].

Соціальна компетентність є критичною під час адаптації, оскільки дитина стикається з необхідністю ділити іграшки, чекати своєї черги, вступати у взаємодію з незнайомими дітьми, долати конфліктні ситуації, підкорятися правилам групи. Сформованість цих навичок значною мірою визначає темп і якість входження в колектив.

Емоційна стійкість: здатність дитини переносити труднощі, швидко відновлювати емоційну рівновагу та адаптуватися до змін – формується на стику біологічних механізмів і досвіду емоційної підтримки [9; 21].

Дослідники підтверджують, що діти з більш зрілими системами емоційної регуляції швидше звикають до нових середовищ, демонструють нижчий рівень тривоги, краще справляються з перевантаженням, мають більш гнучку соціальну поведінку [21].

У період адаптації саме емоційна стійкість визначає здатність дитини переносити розлуку, сенсорну насиченість середовища і групову динаміку.

Соціально-емоційний розвиток нерозривно пов'язаний із стилем виховання та емоційною атмосферою в сім'ї. Дослідження українських авторів (О. Павленко, Т. Дуткевич, І. Дубровіна) демонструють, що емоційно теплі й послідовні взаємини сприяють формуванню довіри та впевненості [30; 29; 27], а діти з високим рівнем батьківської підтримки мають кращі соціальні навички та знижений рівень тривожності. При тому вчені зауважують на те, що конфліктний або нестабільний клімат в родині підвищує реактивність, знижує толерантність до фрустрації, ускладнює адаптацію. У контексті адаптації це означає, що сімейне середовище може як підсилювати, так і значно послаблювати ресурси дитини.

На підставі аналізу класичних і сучасних моделей можна стверджувати, що соціально-емоційний розвиток створює основу для навичок саморегуляції, забезпечує ефективність соціальної взаємодії, формує внутрішню модель довіри до дорослих, визначає рівень тривоги при розлуці; впливає на швидкість звикання до групових правил, є критичним предиктором поведінкової стабільності. Тому соціально-емоційний розвиток виступає не просто однією зі складових адаптації, а центральною умовою, яка визначає якість і тривалість входження дитини до закладу дошкільної освіти.

### 1.3. Теоретичні моделі взаємозв'язку прив'язаності та адаптації дитини до дитячого садка

Адаптація дитини до умов закладу дошкільної освіти є складним мультирівневим процесом, який охоплює емоційну, поведінкову, когнітивну та соціальну сфери розвитку. У науковій літературі сформовано декілька провідних концептуальних моделей, що пояснюють механізми впливу прив'язаності на здатність дитини переносити розлуку, будувати стосунки з новими дорослими та інтегруватися у групу однолітків. Хоча моделі належать до різних теоретичних традицій, у своїй основі вони демонструють консенсус:

якість прив'язаності є провідним предиктором успішності адаптації до дитячого садка.

Дж. Боулбі розглядав прив'язаність як еволюційно сформовану поведінкову систему, що забезпечує виживання й регуляцію стресу [3; 6]. У контексті адаптації до ЗДО ця модель передбачає: активацію системи прив'язаності під час розлуки з батьками : пошук дитиною фігури, здатної забезпечити безпеку (вихователя) : формування рівня тривоги залежно від якості попереднього досвіду прив'язаності: швидкість відновлення емоційної рівноваги залежно від наявності «базової безпеки» в сім'ї. Науковець підкреслював, що дитина, яка має надійну прив'язаність, має значно кращу здатність досліджувати нове середовище та вступати у взаємодію з однолітками, тоді як нестійкий досвід прив'язаності призводить до підвищеної тривоги, поведінкової дезорганізації та повільнішої адаптації [5].

У роботах М. Ейнсворт доведено, що ключовим фактором якості прив'язаності є чутливість дорослого – здатність своєчасно, точно й передбачувано реагувати на сигнали дитини [7; 8].

У контексті адаптації до дитячого садка це означає, що дитина з досвідом чутливого догляду демонструє нижчий рівень тривоги при розлуці; швидше встановлює контакт з новим дорослим (вихователем); легше регулює поведінку й емоції; охочіше включається в групові діяльності. Дослідниця зауважує на те, що саме якість ранніх взаємин визначає внутрішню модель стосунків (*internal working model*), яка використовується дитиною в новому соціальному контексті.

Модель Ньюфелда робить акцент не на типах прив'язаності, а на глибині та багаторівневості стосунку [18]. У період адаптації це проявляється наступним чином: якщо в дитини сформовані лише сенсорні рівні прив'язаності, розлука є важким стресом : якщо сформовано рівні через подібність, приналежність, значущість та любов - дитина має значно більше внутрішніх ресурсів : рівень «психологічної відкритості» забезпечує можливість звертатися до вихователя за підтримкою.

Отже, модель Ньюфелда дозволяє оцінювати адаптацію не як поведінкову реакцію, а як похідну від якості емоційного зв'язку, який дитина несе із собою у нове середовище.

Нейропсихологічна перспектива розглядає адаптацію як функцію сформованості механізмів саморегуляції.

Д. Сігел та А. Дамасіо описують принцип: безпека → регуляція → адаптивність [9; 10; 11], згідно з яким системи емоційної регуляції формуються у контексті чутливих взаємин: префронтальна кора дозріває за умови передбачуваної взаємодії, а здатність переносити стрес залежить від досвіду взаєморегуляції (co-regulation) у сім'ї.

У ситуації адаптації дитина стикається зі складними емоційними та сенсорними подразниками, і ступінь сформованості нейронних систем прямо визначає інтенсивність реакції.

Г. Геддес у своїх роботах про «шкільну прив'язаність» запропонувала перенесення принципів теорії прив'язаності у педагогічну практику [15; 16]. Вчена наголошує, що вихователь може виступати фігурою вторинної прив'язаності, джерелом регуляції у стресових ситуаціях, «безпечним місцем», до якого дитина звертається за емоційною стабілізацією.

У моделі Г. Геддес важливими є: сталість педагогів: ритуали взаємодії: уважне читання емоцій дитини : емоційно тепла, але структурована поведінка дорослого. Саме ці умови значною мірою визначають успішність адаптації.

Модель культурного контексту (С. Харкнесс та К. Супер) походить із припущення, що адаптація залежить не лише від біологічних та емоційних механізмів, а й від: стилю виховання в сім'ї, норм, прийнятих у культурі, очікувань щодо поведінки дітей, способів дисципліни, моделі комунікації між педагогами та батьками [33]. У цьому сенсі адаптація до ЗДО є не просто індивідуальним процесом, а результатом взаємодії сімейних практик та інституційних норм.

Сучасні міждисциплінарні дослідження (NICHD, Waters et al., Alexandersen et al.) демонструють, що адаптація до дитячого садка залежить

від одночасної дії кількох механізмів: якості прив'язаності: рівня емоційної регуляції: стилю взаємодії педагога: сімейного контексту: культурних очікувань: структурних характеристик ЗДО (розмір групи, ротація персоналу, режим) [26; 34; 35].

Усі моделі сходяться в одному: прив'язаність є центральним чинником, який визначає, як дитина входить у нове середовище, переносить розлуку та вибудовує довіру до нових дорослих.

Наукові дослідження одностайні: тип прив'язаності є предиктором успішності адаптації дитини до дитячого садка.

Діти з надійною прив'язаністю демонструють вищу емоційну стійкість, швидше приймають нових дорослих і краще входять у структуру вимог і режиму ЗДО.

Ненадійні форми прив'язаності (уникнення, амбівалентність, дезорганізація) значно підвищують ризик затяжної адаптації, порушень поведінки та соціальних труднощів.

Важливою умовою успішної адаптації є вторинна прив'язаність до вихователя, яка створює відчуття безпеки в умовах нового середовища.

Сімейні чинники: стиль виховання, емоційна чутливість і стабільність взаємодії – істотно впливають на формування типу прив'язаності, а отже, і на перебіг адаптації.

Узагальнені дані свідчать про потребу у впровадженні практик формування безпечної прив'язаності в освітній політиці ЗДО та у співпраці з батьками (табл.1.2).

Таблиця 1.2

## Взаємозв'язок прив'язаності та адаптації дитини до ЗДО

Автор	Тип прив'язаності	Основні результати дослідження	Вплив на адаптацію до ЗДО
Дж. Боулбі	Якість ранніх стосунків	Надійна прив'язаність формує базове відчуття безпеки	Краща толерантність до розлуки, швидша інтеграція в групу
М. Ейнсворт	Надійна / ненадійна прив'язаність	Діти з надійною прив'язаністю демонструють врівноважені реакції на стрес	Менше плачу й опору, більш упевнена поведінка в новому середовищі
Кроуф, Егеланд	Довгострокові наслідки типів прив'язаності	Надійна прив'язаність пов'язана з кращим соціальним і емоційним функціонуванням	Позитивна соціалізація, вища якість контактів у садку
NICHD	Особливості поведінки у новому середовищі	Надійна прив'язаність є предиктором адаптаційної готовності	Вищий рівень стійкості до стресу, легша адаптація
А. Райкес	Емоційна чутливість матері	Діти чутливих матерів проявляють кращу поведінкову адаптацію	Менше протестних реакцій, оптимальна взаємодія з вихователем
Хоуз і Гамільтон	Прив'язаність до вихователя	Прив'язаність формується й у ЗДО, впливає на взаємодію з однолітками	Діти з якісними стосунками з педагогом легше включаються в групу
Бірінген і Робінсон	Емоційна доступність батьків	Висока емоційна доступність → сформованість довіри	Зменшення страху розлуки, кращі адаптаційні реакції
Бельські і Фірон	Взаємодія сімейних факторів	Стиль виховання + прив'язаність → передбачають поведінку в ЗДО	Стабільніша соціальна поведінка, нижча тривожність
К. Рубл	Соціальна компетентність	Надійна прив'язаність сприяє соціальній ефективності в групі	Тісніший контакт з однолітками, швидше прийняття норм
О.А. Карабанова	Регуляція емоцій та прив'язаність	Якість прив'язаності визначає характер адаптації до освітніх умов	Вища стійкість до фрустрацій, адекватна поведінка
Т. Гончаренко	Адаптація в ЗДО	Діти з емоційно стабільною прив'язаністю адаптуються швидше	Менше психосоматичних проявів, стабільна поведінка
Т.О. Кириченко	Взаємодія сім'ї та ЗДО	Взаємодія закладу і батьків пом'якшує адаптаційний стрес	Формується вторинна прив'язаність до вихователя
Т.О. Піроженко	Емоційний розвиток у ранньому віці	Прив'язаність визначає особливості емоційних реакцій у садку	Зниження страху, нормалізація режимних моментів
С. Степанов	Стиль батьківського виховання	Непослідовне виховання → ризик ненадійної прив'язаності	Важка, затяжна адаптація, протестна поведінка
Moss	Якість прив'язаності та адаптація	Ненадійна прив'язаність → ризик соціальних труднощів	Ізоляція, труднощі у встановленні контактів

Таблиця 1.2 узагальнює широкий спектр наукових джерел, які однозначно підтверджують: тип прив'язаності є ключовим чинником успішності адаптації дитини до умов дошкільного закладу. У таблиці представлено як класичні роботи (Боулбі, Айнсворт), так і сучасні емпіричні дослідження міжнародних і українських науковців.

У структурі взаємозв'язку науковцями було виділено кілька напрямів:

1. Емоційна безпека: надійна прив'язаність → нижчий стрес при розлуці, швидша адаптація.

2. Соціальна компетентність: діти з безпечною прив'язаністю демонструють кращу соціальну інтеграцію у групі.

3. Якість стосунків з вихователем: вторинна прив'язаність у ЗДО частково компенсує тривоги розлуки.

4. Сімейні фактори: чутливість, послідовність, емоційна доступність батьків впливають на форму прив'язаності.

5. Ризики ненадійної прив'язаності: підвищена тривожність, протест, регресивна поведінка, труднощі у формуванні контактів.

Таким чином, таблиця 1.2 демонструє комплексність впливу прив'язаності на адаптацію, що охоплює емоційні, поведінкові та міжособистісні аспекти.

Розглянемо взаємини «дитина – вихователь» як вторинну прив'язаність у період адаптації.

Адаптація дитини до умов закладу дошкільної освіти передбачає не лише звикання до нового режиму, простору та групи однолітків, але й формування першої позасімейної значущої взаємодії – стосунків з вихователем. У науковій літературі все більше наголошується, що вихователь може виступати фігурою вторинної прив'язаності, яка забезпечує дитині відчуття захищеності та стабільності під час перебування в садку [16; 15].

Хоча роль вихователя не може замінити батьківську прив'язаність, саме він є тією дорослою фігурою, до якої дитина звертається у стані стресу, втоми, невпевненості або соціального перенавантаження. Це ставить вихователя у

позицію регуляторної фігури, здатної підтримувати емоційний баланс та забезпечувати плавний перебіг адаптаційного процесу.

Наукові дослідження показують, що формування вторинної прив'язаності можливе за наявності трьох ключових характеристик взаємодії:

1. Чутливість і передбачуваність дорослого. Вихователь, який уважно реагує на сигнали дитини, підтримує зоровий контакт, використовує м'яку інтонацію, демонструє стабільні емоційні реакції сприяє тому, що дитина починає сприймати його як «безпечну базу» у межах дошкільного середовища [16; 15].

2. Емоційна доступність. Емоційна включеність вихователя – ключовий чинник, що дозволяє дитині «переорієнтуватися» на нового дорослого як тимчасового регулятора. Згідно з дослідженнями М. Дункана, діти, які отримують від вихователя емоційно теплі та стабільні відповіді, демонструють значно меншу тривогу й більш рівномірний перебіг адаптації [20].

3. Сталість взаємодії. Дослідники підкреслюють, що сталість педагогічного складу, низька ротація вихователів та чітка організація режиму є критично важливими для розвитку довіри дитини та її соціальної включеності [35]. У період адаптації вихователь фактично виконує чотири взаємопов'язані функції:

– регуляторну – дитина звертається до вихователя у ситуаціях стресу, і саме чутлива відповідь дорослого регулює її емоційний стан. Це підтверджують дослідження Бергіна, які показують, що педагоги впливають на стабільність поведінки в групі через механізми емпатійного реагування [16].

– інтеграційну – вихователь допомагає дитині будувати взаємодію з іншими дітьми, опановувати групові правила та структурувати соціальні ситуації. Г. Геддес у своїй освітній моделі підкреслює, що саме якість взаємин «дитина – педагог» визначає включеність дитини в групу [15].

– навчально-моделюючу – поведінка вихователя стає моделлю для наслідування: тон голосу, способи вирішення конфліктів, стиль комунікації – усе це дитина інтеріоризує у власні стратегії соціальної взаємодії.

– компенсаторну: дослідження показують, що стабільні стосунки з педагогами можуть частково компенсувати недостатню чутливість або емоційну нестабільність у сімейному середовищі [34]. Це не означає заміну фігури прив'язаності, але вказує на здатність вихователя підтримувати дитину у період сімейного стресу поза родинним оточенням.

Взаємини «дитина – вихователь» впливають на адаптацію за кількома напрямками: швидкість зниження тривоги в перші тижні: якість включення в ігрові ситуації: самостійність і ініціативність у групі: здатність регулювати поведінку без постійної підтримки батьків: інтенсивність регресивних реакцій: формування позитивного досвіду щодо перебування в ЗДО.

У дітей, які встановили довірливий контакт із вихователем, адаптація проходить значно м'якше. Відповідно до досліджень Е. Вотерс, М. Блехар, С. Волл: саме теплі, стабільні стосунки з педагогом знижують поведінкові проблеми та підсилюють соціально-емоційну компетентність [35].

Хоча вихователь відіграє надзвичайно важливу роль, важливо підкреслити, що він не замінює прив'язаність до батьків, може виконувати лише регуляторну та адаптаційну функції; а глибокі рівні прив'язаності (за Ньюфелдом – відкритість, вразливість) зазвичай не формуються у межах інституційного догляду.

Основна роль вихователя полягає в тому, щоб створити емоційно безпечне та структуроване середовище, що підтримує дитину і дозволяє їй поступово інтегруватися у соціум.

Психологи та педагоги наголошують, що найбільш ефективна адаптація спостерігається, тоді, коли батьки та вихователі узгоджують свої очікування, використовують схожі підходи до питань регулювання поведінки, підтримують стабільність ритуалів, забезпечують безперервність емоційної підтримки між домом і садком.

Якість комунікації «педагоги – батьки» є важливим фактором адаптаційного процесу, оскільки визначає, наскільки узгодженими будуть дорослі у забезпеченні стабільності дитини [33; 30].

Слід зауважити на те, що родинне середовище є основоположним контекстом, у якому формуються ключові психологічні структури дитини, зокрема рівень емоційної безпеки, довіри, саморегуляції та соціальної адаптивності. У період раннього та дошкільного дитинства саме сім'я виступає основною системою, що забезпечує дитині стабільність, стабільність взаємодій, емоційну участь і моделі реагування на фрустрацію. Саме тому якість родинного контексту є одним із ключових чинників успішності адаптації до дитячого садка [27; 30].

Емоційний клімат у сім'ї визначає стиль реагування дитини на нові ситуації та стрес. Українські дослідники (Гончар, Павленко, Дуткевич) підкреслюють, що: теплі, послідовні й підтримувальні взаємини створюють умови для формування базової довіри [29; 30]: висока конфліктність і непередбачуваність знижують здатність до регулювання емоцій і провокують підвищену тривожність: нестабільність стосунків між батьками часто відображається у поведінкових реакціях дитини в нових соціальних середовищах [37].

Дитина, яка має стабільні сімейні взаємини, демонструє більшу здатність переносити розлуку, проявляє впевнінішу поведінку та менш схильна до регресивних реакцій у період адаптації до ЗДО.

Дослідження Кравця і Коваленко показують, що стиль виховання безпосередньо впливає на емоційний розвиток та самооцінку дитини [30; 38].

У контексті адаптації важливими є такі закономірності:

Авторитетний стиль (тепло + структура) → формує самоефективність, соціальну гнучкість, здатність включатися в групу.

Гіперопіка → знижує толерантність до фрустрації, збільшує залежність від дорослого.

Авторитарність → підсилює тривожність, пригнічує ініціативність.

Непослідовність → провокує поведінкову дезорганізацію та труднощі у прийнятті правил ЗДО.

Згідно з дослідженнями Павленко, саме узгодженість стилів виховання між матір'ю і батьком є фактором стабільності, який підтримує дитину у складних ситуаціях під час адаптації [37].

Стабільні ритуали – ранкові процедури, вечірні традиції, способи прощання виконують регуляторну функцію.

За даними Дуткевич та Горбач, ритуали знижують рівень тривожності, забезпечують передбачуваність і структурність досвіду, допомагають дитині поступово переходити між середовищами дому та ЗДО [29; 27].

У період адаптації ритуали виконують роль «місточка», що поєднує дві системи - сімейну і дошкільну.

Стосунки між батьками виступають фоном, який дитина «зчитує» як модель емоційної взаємодії.

Дослідження Михайлик доводять, що гармонійні партнерські взаємини знижують емоційну реактивність дитини, а конфліктність у парі підвищує рівень стресу у дітей. При тому, нестабільність батьківського союзу впливає на здатність дитини приймати нових дорослих і виконувати соціальні вимоги [39]. Це робить сімейне середовище важливим предиктором того, як дитина реагуватиме на розлуку та інституційні правила.

Чутливий батьківський догляд є одним із головних факторів формування надійної прив'язаності. За даними Ньюфелда та Мате, батьківська чутливість проявляється у вчасному реагуванні на емоційні сигнали, емоційній відкритості, збереженні контакту через ритуали, дотик та увагу, здатності бути «орієнтиром» у розлуці [18].

У період адаптації дитина переносить цей досвід у взаємодію з вихователем. Якщо в сім'ї існує чутливе середовище, дитина легше встановлює нові стосунки, бо має внутрішнє розуміння того, як виглядає безпека.

Дослідження Мате наголошують, що хронічний сімейний стрес, міжособистісні конфлікти, емоційна недоступність дорослих та перенавантаження батьків можуть впливати на стійкість нервової системи дитини, інтенсивність реагування на нові ситуації, здатність переносити сенсорні та соціальні подразники, інтенсивність регресивних реакцій у ЗДО [40; 41]. Такі діти приходять до нового середовища з уже підвищеною реактивністю.

Узагальнюючи результати сучасних досліджень можна стверджувати, що родинний контекст виконує функцію фонові регуляторної системи, яка визначає: рівень психологічної готовності до розлуки: стійкість до сенсорного перевантаження: здатність будувати нові взаємини: поведінкову організованість: швидкість переходу до режиму ЗДО.

Дитина приносить у дошкільний заклад не лише індивідуальні особливості, а й систему сімейних стосунків, яка або підтримує, або ускладнює адаптацію.

## Висновки до розділу 1

У першому розділі узагальнено сучасні теоретичні підходи до розуміння прив'язаності та її ролі в адаптації дітей раннього й дошкільного віку до умов закладу дошкільної освіти. Показано, що прив'язаність є базовою системою емоційної регуляції, яка формується у взаємодії з чутливим і доступним дорослим та визначає здатність дитини переносити розлуку, встановлювати довірливі стосунки й опановувати нові соціальні ситуації.

Класичні моделі Дж. Боулбі та М. Ейнсворт розкривають механізми формування прив'язаності та її значення для емоційної безпеки, тоді як рівнева модель Г. Ньюфелда підкреслює розвиткову динаміку близькості та її поступове поглиблення. Нейропсихологічні дані засвідчують, що якість ранніх стосунків впливає на дозрівання структур мозку, відповідальних за

саморегуляцію, що безпосередньо позначається на здатності долати адаптаційний стрес.

Проаналізовано психологічні особливості дітей раннього та дошкільного віку, які зумовлюють підвищену чутливість до новизни: обмежені можливості регуляції емоцій, потреба в стабільності, сенсорна вразливість. Типові реакції адаптації до садка (плач, протест, тимчасові регресії) є нормальними й відображають напруження системи прив'язаності.

Успішність адаптації залежить від низки чинників: стабільності та чутливості батьківського догляду, якості взаємодії з вихователем як потенційною фігурою вторинної прив'язаності, родинного емоційного клімату та педагогічних практик у групі. Родинні стресори, часті зміни доглядальників чи нестабільність середовища можуть підсилювати тривожність і ускладнювати вхід дитини до ЗДО.

Таким чином, теоретичний аналіз підтвердив, що прив'язаність є провідним механізмом, який визначає траєкторію адаптації дитини, її емоційні реакції та рівень безпеки в перехідний період. Сформульовані положення створюють концептуальну основу для подальшого емпіричного дослідження, представленого в наступних розділах роботи.

## РОЗДІЛ 2

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ НА АДАПТАЦІЮ ДІТЕЙ РАНЬОГО ТА ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ДО ДИТЯЧОГО САДКА

#### 2.1 Організація та методи емпіричного дослідження

Актуальність та проблема емпіричного дослідження. Адаптація дітей раннього та дошкільного віку до умов закладу дошкільної освіти посідає центральне місце у сучасній психолого-педагогічній науці, оскільки цей період виступає критичним етапом соціально-емоційного розвитку дитини. Саме в перші тижні й місяці перебування у дитячому садку формується модель взаємодії з новим середовищем, вибудовується ставлення до дорослих поза сім'єю, відпрацьовуються способи подолання стресу та налагоджуються перші стійкі контакти з однолітками. Порушення цього процесу може відобразитися на подальших етапах розвитку – від емоційної стабільності до готовності до школи та соціальної успішності.

Сучасні дослідження переконливо показують, що одним із найвагоміших факторів, який визначає характер адаптаційних реакцій, є тип прив'язаності між дитиною та її первинним доглядачем. Прив'язаність впливає на те, як дитина реагує на розлуку з батьками, чи здатна приймати допомогу нового дорослого, чи може самостійно регулювати емоційне напруження та взаємодіяти з дітьми у групі. Надійна прив'язаність формує базову довіру до світу, тоді як ненадійні та дезорганізовані форми часто супроводжуються страхом, протестною поведінкою, труднощами у взаємодії з однолітками та високим рівнем тривоги.

Попри вагомість цього чинника, у вітчизняній практиці питання впливу типів прив'язаності на перебіг адаптації дітей до дитячого садка досі залишається недостатньо дослідженим емпірично. Спостерігається розрив між

теоретичними напрацюваннями класичної та сучасної психології та їхньою реалізацією у практиці дошкільної освіти. Переважна частина українських досліджень зосереджується на окремих аспектах адаптації – поведінкових, соціальних або фізіологічних, тоді як комплексний розгляд адаптації у зв'язку з особливостями прив'язаності трапляється вкрай рідко.

Актуальність емпіричного аналізу посилюється сучасними соціальними викликами: зростанням кількості дітей, що відвідують садок у ранньому віці, підвищеним рівнем стресових ситуацій у сім'ях, змінами в організації дошкільної освіти та потребою включення психологічно обґрунтованих підходів до роботи з дітьми та батьками. Вихователі часто не володіють достатньо інструментами для розпізнавання типів прив'язаності та прогнозування можливих труднощів адаптації, що призводить до помилкових педагогічних рішень і збільшення тривалості адаптаційного періоду.

Проблема емпіричного дослідження полягає у необхідності встановити прямий та опосередкований зв'язок між характеристиками прив'язаності й поведінковими, емоційними та соціальними проявами адаптації до ЗДО та створити науково обґрунтовані рекомендації для педагогів та батьків щодо індивідуалізації адаптаційних стратегій.

Таким чином, потреба у глибокому емпіричному вивченні ролі прив'язаності у процесі адаптації дітей раннього та дошкільного віку зумовлена як науковими прогалинами, так і практичними викликами. Результати такого дослідження мають потенціал не лише поглибити розуміння механізмів дитячої адаптації, але й сприяти побудові ефективної, науково обґрунтованої системи психологічного супроводу у закладах дошкільної освіти.

Мета: емпіричне дослідження особливостей прив'язаності дітей раннього та дошкільного віку та її ролі у процесі адаптації до дитячого садка.

Для досягнення поставленої мети були визначені такі завдання:

- підібрати та адаптувати методики дослідження відповідно до теми дипломної роботи;
- сформулювати репрезентативну вибірку учасників (батьків, вихователів, психологів);
- провести анкетування та спостереження за дітьми у процесі адаптації;
- здійснити кількісний і якісний аналіз отриманих даних;
- розробити рекомендації щодо оптимізації процесу адаптації дітей до умов дитячого садка.

Емпіричне дослідження впливу характеристик прив'язаності на процес адаптації дітей раннього та дошкільного віку до умов закладу дошкільної освіти передбачає поетапну організацію, яка забезпечує наукову обґрунтованість, валідність та достовірність отриманих результатів. Кожний етап є логічним продовженням попереднього та дозволяє поступово перейти від постановки завдань до інтерпретації одержаних даних.

1. Організаційно-підготовчий етап. На першому етапі визначаються ключові параметри дослідження: формулюється мета, завдання, гіпотези: уточнюються вікові характеристики дітей (ранній і дошкільний вік): добирається інструментарій оцінки типу прив'язаності і рівня адаптації (спостереження, діагностичні методики, опитувальники для батьків та педагогів): погоджується проведення дослідження з адміністрацією закладу дошкільної освіти: отримується інформована згода від батьків або законних представників дітей. У межах етапу також проводиться інструктаж педагогів щодо особливостей спостереження за дітьми, щоб мінімізувати суб'єктивні впливи на результати.

2. Діагностичний етап (збір первинних даних) спрямований на фіксацію поточного рівня розвитку прив'язаності та особливостей перших тижнів відвідування дитячого садка. Відбувається: систематичне спостереження за поведінкою дитини в умовах розлуки з батьками, взаємодії з вихователем і однолітками: оцінювання типу прив'язаності через стандартизовані методики:

фіксація показників адаптації: емоційні реакції, рівень тривоги, зниження апетиту чи сну, поведінкові прояви, соціальна активність. Цей етап дозволяє визначити початкові індивідуальні відмінності дітей і виявити первинні кореляції між рівнем прив'язаності та характером адаптації.

3. Аналітико-інтерпретаційний етап. Після завершення збору інформації здійснюється її узагальнення та статистична обробка: розраховується частотний розподіл типів прив'язаності: оцінюється рівень адаптації дітей за кількісними та якісними шкалами: застосовується кореляційний аналіз (р-Спірмена) для перевірки гіпотези щодо взаємозв'язку між прив'язаністю та адаптаційними показниками. Результати аналізу дозволяють виявити закономірності, що підтверджують або спростовують теоретичні припущення щодо впливу прив'язаності на адаптацію.

5. Узагальнювано-заключний етап. На цьому етапі здійснюється прикладна інтерпретація результатів: розробляються практичні рекомендації для вихователів та батьків щодо підтримки дитини в адаптаційний період: визначаються можливості застосування результатів дослідження в системі підготовки педагогів, функціонуванні психологічної служби ЗДО та в роботі з сім'ями та формулюються загальні висновки за дослідженням.

Емпіричне дослідження проходить через логічно вибудовану систему етапів. Така послідовність забезпечує надійність отриманих даних і дає змогу комплексно оцінити роль прив'язаності як ключового механізму адаптації дитини до нових соціальних умов функціонування в закладі дошкільної освіти.

Дослідження реалізовано у форматі змішаного дизайну (quant–qual) із пріоритетом кількісного аналізу та подальшою якісною інтерпретацією.

Було використано такі методи емпіричного дослідження:

- анкетування батьків дітей раннього та дошкільного віку:
- анкетування вихователів, які спостерігають за процесом адаптації:
- метод педагогічного спостереження (поведінка під час розлуки та взаємодії у групі):

– кількісний аналіз шкальних показників (прив'язаність, чутливість, стабільність, адаптація):

– якісний контент-аналіз відкритих відповідей.

Інструменти дослідження склалися із двох анкет:

#### 1. Анкета для батьків

Анкета містила вісім блоків, побудованих на основі теорії прив'язаності (Боулбі, Ейнсворт, Мейн):

1. Ознаки прив'язаності: 10 пунктів (пошук близькості, радість при зустрічі, спільне переживання, орієнтація на дорослого).

2. Поведінка під час адаптації: 5 пунктів (плач, охота йти до садка, втома, соціальні сценарії, відчуття звикання).

3. Соціальний контекст: 5 пунктів (ставлення батьків, режим, стабільність побуту).

4. Ранній догляд: два запитання про перший рік життя.

5. Стабільність догляду: три питання щодо розлук і змін середовища.

6. Чутливість доглядальника: 7 пунктів (тепло, швидкість реагування, тілесний контакт).

7. Стабільність фігури прив'язаності: 3 пункти (зміни доглядальників, стабільний режим).

8. Психоемоційний стан доглядальника: 2 пункти (вплив стресу, тривожності).

Останнє відкрите питання дозволяло описати події, що вплинули на емоційний розвиток дитини.

#### 2. Анкета для вихователів

Містила 26 пунктів і відображала: динаміку емоційного стану дітей у період адаптації (плач, пошук контакту): використання вихователями емоційної підтримки: сталі ритуали прийому та прощання: створення умов емоційної безпеки: взаємодію з батьками.

Шкали обох анкет – п'ятибальна шкала Лайкерта (1 - «ніколи / зовсім не схоже» ... 5 - «завжди / дуже характерно»).

Операціоналізація конструктів проводилася на основі теорії прив'язаності Дж. Боулбі та М. Ейнсворт, а також рівневого підходу Г. Ньюфелда до розвитку прив'язаності як поступового формування близькості через шість послідовних вимірів (сензорно-тілесний, подібність, належність/лояльність, значущість, любов/прихильність, психологічна відкритість). Відповідно, індикатори «Ознак прив'язаності» (пункти 1–3, 5–10) інтерпретувалися як поведінкові прояви набутого рівня близькості до фігури прив'язаності; пункт 4 (тривога при короткій розлуці) трактувався з урахуванням вікової норми: помірна тривога у ранньому віці не є патологічною і може супроводжувати безпечну прив'язаність, тоді як високі значення за відсутності інших позитивних індикаторів можуть відображати вразливість регуляції. Шкала «Чутливість доглядальника» (26–32) вводилася як проксі до батьківської чутливості та емоційної доступності у перший рік життя, узгоджено з акцентом Ейнсворт на контингентності й своєчасності відповідей доглядальника на сигнали дитини. Блоки «Стабільність фігури прив'язаності» (33–35) та «Психоемоційний стан доглядальника» (36–37) фіксували ризикові контексти (часті зміни доглядальників, сімейні стресори), що у літературі асоціюються з ускладненнями адаптації; при цьому показники 33, 36, 37 мають «проблемний» вектор, а 34, 35 - «захисний».

Правила кодування відповідей встановлювалися до початку аналізу. Усі Лайкертові пункти було перетворено на числові бали від 1 до 5 за текстом шкали. Дихотомічні відповіді («Так»/«Ні») кодувалися як 1 та 0 відповідно. Відкриті відповіді не підлягали кількісному підрахунку і використовувалися у якісній частині інтерпретації для ілюстрації типових життєвих контекстів. Для уникнення перекирчувань індексів не застосовувалося механічне реверсування всіх «негативних» формулювань; натомість створювалися композиційні субшкали окремо для «позитивних» і «проблемних» індикаторів, що знижує ризик семантичної неоднозначності певних пунктів (зокрема пункту 4 у блоці «Ознаки прив'язаності»).

Алгоритм формування змінних та індексів було задокументовано. Для батьківської анкети визначено такі ключові показники:

1. Індекс ознак прив'язаності (Attachment Features Index, AFI) обчислювався як середнє арифметичне з пунктів 1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10.

Формула для кожного респондента має вигляд (2.1):

$$AFI = (x_1 + x_2 + x_3 + x_5 + x_6 + x_7 + x_8 + x_9 + x_{10}) / 9 \quad (2.1)$$

2. Показник «Тривога при короткій розлуці» ( $x_4$ ) аналізувався окремо як змінна, що потенційно має U-подібну функцію залежно від віку, і не включався до AFI.

3. Індекс адаптації (Adaptation Index, ADI) обчислювався на основі пунктів 11–15 із розділенням на позитивні (12, 14, 15) і проблемні (11, 13) компоненти (2.2, 2.3):

Позитивний субіндекс:

$$ADI^+ = (x_{12} + x_{14} + x_{15}) / 3 \quad (2.2)$$

Проблемний субіндекс:

$$ADI^- = (x_{11} + x_{13}) / 2 \quad (2.3)$$

Зведений індекс у метриці 1–5 розраховувався як (2.4):

$$ADI = (ADI^+ + (6 - ADI^-)) / 2, \quad (2.4)$$

де перетворення  $(6 - ADI^-)$  є лінійним реверсом шкали 1–5.

4. Соціальний контекст (SCI) – середнє з пунктів 16–20 (2.5):

$$SCI = (x16 + x17 + x18 + x19 + x20) / 5 \quad (2.5)$$

5. Чутливість доглядальника (CSI) - середнє з 26–32 (2.6):

$$CSI = (x26 + x27 + x28 + x29 + x30 + x31 + x32) / 7 \quad (2.6)$$

6. Стабільність фігури прив'язаності» задавалася двома індикаторами: «Індекс змін доглядальників» (Caregiver Change Index) (2.7):

$$CCI = x33 \quad (2.7)$$

та «Індекс стабільності розпорядку й контакту» (Stability/Structure Index) (2.8):

$$SSI = (x34 + x35)/2 \quad (2.8)$$

6. Сімейні стресори» (Family Stress Index, FSI) – середнє з x36 і x37. Додатково фіксувалися змінні раннього догляду: основний доглядальник у перший рік життя (номінальна змінна), повна зайнятість матері/доглядальника (0/1), перерви у контакті з матір'ю понад 2 тижні у перший рік (0/1), госпіталізація дитини (0/1), регулярні години з іншими доглядальниками (континуальна оцінка год/день за наявності).

Для анкети вихователів первинні змінні кодувалися у метриці 1–5 за кожним пунктом спостереження за групою (пункти 5–12 і 15–22). Було сформовано «Груповий індекс адаптації» (G-ADI) як середнє арифметичне п'яти ключових пунктів, що відображають спокій входу до групи, зменшення плачу, включення в гру, звернення по допомогу та позитивний емоційний тон наприкінці дня (2.9):

$$G-ADI = (y5 + y6 + y7 + y8 + y9) / 5 \quad (2.9)$$

Додатково виокремлено «Груповий індекс підтримки прив'язаності» (G-API) як середнє з пунктів про ритуали прийому/прощання, «куточки спокою», використання фізичного контакту для заспокоєння, індивідуалізацію підходу та партнерство з батьками (2.10):

$$G-API = (y_{15} + y_{16} + y_{17} + y_{19} + y_{20}) / 5 \quad (2.10)$$

Регресивні прояви та частка дітей, що уникають/шукають фізичного контакту, аналізувалися як окремі показники контексту.

Дані очищалися та гармонізувалися до аналізу. У відповідях батьків і вихователів із текстовими Лайкартовими мітками проводилася уніфікація пробілів і варіантів написання, після чого текстові значення трансформувалися у числа 1–5. Для відкритих числових полів («вік», «години з іншими доглядальниками», «відсоткова частка дітей, що шукають/уникають контакту») застосовувалося приведення довільних форматів до числового, зокрема парсинг віку «роки, місяці» у місяці та роки з десятковою частиною. Випадки поодиноких пропусків у межах субшкали допускалися, якщо заповнено не менше двох третин пунктів субшкали; тоді для респондента обчислювалося середнє по наявних пунктах, а також маркувався індикатор пропусків для чутливісного аналізу. Респонденти, які не підтвердили згоду, виключалися з аналізу.

Оцінювання внутрішньої узгодженості субшкал здійснювалося через коефіцієнт  $\alpha$  Кронбаха, що розраховувався за формулою (2.11):

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \cdot \left( 1 - \frac{\sum Var(item)}{Var(total)} \right), \quad (2.11)$$

де  $k$  – кількість пунктів у субшкалі,  $Var(item)$  – дисперсія окремого пункту,  $Var(total)$  – дисперсія сумарного «сирого» балу субшкали.

Для інтерпретації бралися усталені орієнтири прийнятності:  $\alpha \geq 0,70$  - добра узгодженість для опитувальних шкал у прикладних дослідженнях,  $\alpha \geq 0,60$  - задовільна на пілотних вибірках.

Також обчислювався показник « $\alpha$  при виключенні пункту» (Cronbach's Alpha if Item Deleted), який дозволяє визначити, як змінюється узгодженість шкали при видаленні окремого питання.

Для цього для кожного пункту повторно обчислювався коефіцієнт  $\alpha$  без його участі, після чого порівнювалися отримані значення.

Якщо  $\alpha$  збільшувався після виключення пункту, це трактувалося як ознака того, що даний пункт знижує внутрішню узгодженість субшкали або не є релевантним досліджуваному конструкту.

Такий підхід забезпечує підвищення точності шкалювання та валідацію змістовної однорідності інструменту.

Описова статистика наводилася у вигляді середніх значень (M), стандартних відхилень (SD), медіан (Me) і міжквартильних інтервалів (Q1–Q3). Для інтеркласового порівняння індексів між групами віку (ранній вік 1–3 роки; старший дошкільний 4–6 років) застосовувалася непараметрична перевірка U Манна-Вітні у випадку відхилення від нормального розподілу (оцінка за критерієм Шапіро-Уїлка), а також наводилися розміри ефекту (2.12):

$$r = \frac{Z}{\sqrt{N}}, \quad (2.12)$$

де  $Z$  – стандартизоване значення статистики критерію,  $N$  – загальна кількість спостережень у вибірці.

Показник  $r$  відображає силу ефекту незалежно від розміру вибірки й використовується для оцінки практичної значущості результатів. Для інтерпретації застосовували класифікацію Дж. Коена:  $r \approx 0,10$  – малий ефект,  $r \approx 0,30$  – помірний ефект,  $r \geq 0,50$  – великий ефект.

Таким чином, навіть за відсутності статистичної значущості ( $p > 0,05$ ) аналіз розміру ефекту дозволяв визначити реальну вагомість виявлених відмінностей між групами.

Для перевірки нормальності розподілу змінних використовувався критерій Шапіро–Уїлка, що дає змогу оцінити ступінь відхилення емпіричного розподілу від теоретичної нормальної кривої.

Формула для розрахунку має вигляд (2.13):

$$W = \frac{(\sum_{i=1}^n a_i x_{(i)})^2}{\sum_{i=1}^n (x_i - \bar{x})^2}, \quad (2.13)$$

де  $x_{(i)}$  – впорядковані значення вибірки (від найменшого до найбільшого),  $\bar{x}$  – середнє арифметичне,  $a_i$  – коефіцієнти, розраховані на основі очікуваних значень нормального розподілу,  $n$  - кількість спостережень.

Для практичного обчислення використовувалися вбудовані функції табличних редакторів. Відхилення вважалося статистично значущим при  $p < 0,05$ .

Щоб обґрунтувати зв'язки між ключовими індикаторами, обчислювалися кореляції Пірсона ( $r$ ) для пар інтервальних змінних із приблизно симетричним розподілом; для чутливішого аналізу на випадок порушення нормальності додатково подавалися рангові кореляції Спірмена  $\rho$  (2.14):

$$\rho = 1 - \frac{6\sum d_i^2}{n(n^2-1)}, \quad (2.14)$$

де  $d_i$  – різниця між рангами відповідних значень двох змінних для кожного спостереження,  $n$  – кількість спостережень. Значення  $\rho$  варіюється від  $-1$  до  $+1$ : позитивне значення свідчить про пряму залежність між змінними, негативне - про обернену.

За абсолютною величиною коефіцієнта інтерпретація сили зв'язку відповідає орієнтирам:  $\rho \approx 0,10$  – слабкий зв'язок,  $\rho \approx 0,30$  – помірний,  $\rho \geq 0,50$  – сильний.

У текст вставлялися значення  $r$ , 95% довірчі інтервали,  $p$ -значення та обов'язково – інтерпретація практичного значення (малі/помірні/великі зв'язки).

Для моделювання внеску раннього догляду у сучасну адаптацію застосовувалася покрокова лінійна регресія з ADI як залежною змінною та CSI, SSI, FSI, CCI як предикторами. Перевірка мультиколінеарності здійснювалася за індексом  $VIF$  ( $< 5$ ), що свідчив про відсутність надмірної кореляції між предикторами.

Статистичну значущість результатів визначали на рівні  $\alpha = 0,05$  із поправкою Бенджаміні–Гохберга для множинних перевірок у кореляційній матриці. Для відтворюваності аналізу, усі аналітичні кроки були формалізовані у вигляді послідовних обчислень, реалізованих у табличному редакторі Microsoft Excel. Середні обчислювалися за правилом «середнє по наявних пунктах», тобто як відношення суми доступних пунктів до кількості непорожніх значень. Наприклад, «Чутливість доглядальника» для респондента  $i$  обчислювалася як (2.15):

$$CSI_i = \frac{x_{26i} + x_{27i} + x_{28i} + x_{29i} + x_{30i} + x_{31i} + x_{32i}}{m_i}, \quad (2.15)$$

де  $m_i$  – кількість заповнених із семи пунктів.

Зведений «Індекс адаптації» нормалізувався до єдиної 5-бальної метрики шляхом реверсу проблемних пунктів (2.16):

$$ADI_i = \frac{\left(\frac{x_{12i} + x_{14i} + x_{15i}}{3}\right) + \left(\frac{(6 - x_{11i}) + (6 - x_{13i})}{2}\right)}{2} \quad (2.16)$$

Кореляція Пірсона між, наприклад, AFI та ADI обчислювалася за формулою 2.17:

$$r = \frac{\sum(AFI_i - \overline{AFI})(ADI_i - \overline{ADI})}{\sqrt{\sum(AFI_i - \overline{AFI})^2 \cdot \sum(ADI_i - \overline{ADI})^2}} \quad (2.17)$$

Для  $\alpha$  Кронбаха в електронних таблицях застосовувалося попереднє обчислення дисперсій кожного пункту та дисперсії сумарного балу субшкали, після чого - пряме підставлення у формулу 2.18:

$$\alpha = (k/(k - 1)) \cdot (1 - \sum \text{Var}(\text{item}) / \text{Var}(\text{total})) \quad (2.18)$$

Методологічно важливою є позиція щодо семантичної інтерпретації пункту «тривога при короткій розлуці». У ранньому віці помірна тривога є нормальним компонентом системи прив'язаності і тому сама по собі не вказує на небезпечний патерн; з іншого боку, висока тривога у поєднанні з низькими балами за іншими ознаками близькості може свідчити про уразливість регуляції стресу. Саме тому цей пункт збережено у первинному вигляді як окремий індикатор для стратифікованого аналізу за віком, а не механічно реверсовано та включено до AFI. Такий підхід узгоджений із сучасною інтерпретацією теорії прив'язаності, яка враховує розвиткову динаміку проявів та контекст чутливості доглядальника.

У підсумку, організація дослідження забезпечила збір валідних даних від двох релевантних груп інформантів; інструменти охоплюють як поведінкові індикатори системи прив'язаності й адаптації, так і контекстуальні чинники раннього догляду та сімейного стресу. Визначені індекси дають можливість перейти до розгорнутого кількісного аналізу зі звітністю описової статистики, надійності субшкал, міжзмінних кореляцій та моделювання внеску раннього досвіду у сучасну адаптацію до дитячого садка, що буде представлено в аналітичному розділі.

Емпірична база та вибірка.

Емпіричне дослідження проводилося протягом 2024-2025 рр. на базі Закладу дошкільної освіти (ясла-садок) № 287 «Сонячний промінчик» Запорізької міської ради (м. Запоріжжя, шосе Хортицьке, 14А). Базу було обрано з огляду на стабільне функціонування освітнього процесу, наявність різновікових груп дітей і можливість спостереження за адаптацією новоприбулих вихованців.

У дослідженні взяли участь 64 батьки дітей віком від 1 року 6 місяців до 6 років (переважно матері) та 9 вихователів груп раннього та молодшого дошкільного віку.

Критеріями включення були:

- для батьків: наявність дитини у зазначеному віковому діапазоні, відвідування або підготовка до дитсадка, поінформована згода;
- для вихователів: досвід роботи з групами раннього/дошкільного віку та готовність надати агреговані спостереження.

Таблиця 2.1

### Характеристика вибірки

Категорія респондентів	N	Стать	Віковий діапазон	Рівень освіти	Досвід взаємодії з дитячим садком	Додаткова інформація
Батьки дітей раннього та дошкільного віку	64	Переважаю жінки (≈85%), чоловіки (≈15%)	22–45 років	Середня спеціальна, вища (≈70% вища освіта)	Діти відвідують або готуються до відвідування ЗДО	Добровільна поінформована згода
Діти учасників дослідження	64	Хлопчики (≈52%), дівчатка (≈48%)	1 рік 6 міс – 6 років		Перебування в групах раннього та молодшого дошкільного віку	Стадія адаптації – первинна або повторна
Вихователі ЗДО №287	9	Жінки	28–59 років	Педагогічна середня спеціальна та вища освіта	Досвід роботи 5–30 років	Готовність надати узагальнені професійні спостереження

Таблиця 2.1 демонструє ключові параметри вибірки, що брала участь у емпіричному дослідженні впливу характеристик прив'язаності на адаптацію дітей до умов дитячого садка. Вибірка охоплює два основні сегменти: батьків дітей раннього та дошкільного віку (усього 64 особи) та вихователів, які працюють у відповідних групах (9 осіб).

Батьківська вибірка представлена переважно жінками (85%), що відповідає типовій практиці участі матерів у дослідженнях, пов'язаних із дошкільним вихованням. Вікові межі респондентів охоплюють період активного батьківства, а рівень освіти (переважно вищий) сприяє адекватному розумінню процедур та запитань дослідження.

Дитяча вибірка охоплює повний ранній і молодший дошкільний вік – саме ті етапи, на яких формуються ключові прояви прив'язаності та відбувається найскладніша адаптація до умов дитячого садка.

Вибірка вихователів представлена педагогами з різним професійним стажем і кваліфікаційним рівнем, що забезпечує різні ракурси спостереження за поведінкою дітей та якістю їхньої адаптації. Всі вони мають релевантну освіту, що забезпечує достатню надійність їхніх оцінок.

Заклад дошкільної освіти № 287 «Сонячний промінчик» було обрано не випадково – його функціонування дає змогу отримати різновіковий та репрезентативний матеріал щодо адаптаційних процесів дітей. Значний віковий діапазон учасників: від 1 року 6 місяців до 6 років дозволяє провести порівняльний аналіз, виявити вікові особливості проявів прив'язаності та різних типів адаптаційних труднощів.

Особливо важливим є акцент на поінформованій згоді, що гарантує етичність проведення дослідження та усвідомлену участь родин.

Усі учасники надали добровільну згоду на участь. Дані збиралися анонімно через онлайн-опитувальники Google Forms. Етап збору тривав з 19 по 23 жовтня 2025 р. Усі ідентифікаційні дані (імена, електронні адреси) були вилучені. Отже, дослідження відповідало етичним принципам:

добровільність, конфіденційність, право на відмову без наслідків, недопущення шкоди.

Вибірка є достатньою та репрезентативною для вивчення впливу прив'язаності на адаптацію дітей, оскільки охоплює різні вікові групи та включає учасників з різним досвідом взаємодії з системою дошкільної освіти.

База дослідження забезпечує реалістичні умови спостереження, що дозволяє оцінити адаптаційні процеси дитини в природному освітньому середовищі, без штучного впливу лабораторних умов.

Залучення вихователів з практичним досвідом взаємодії з дітьми раннього та дошкільного віку підвищує об'єктивність оцінки, оскільки їхні спостереження доповнюють дані, отримані від батьків.

Чітко визначені критерії включення підвищують якість вибірки та дозволяють відсіяти фактори, що можуть спотворити результати (наприклад, відсутність досвіду перебування у дитсадку або несформована готовність до соціалізації).

Структура вибірки сприяє всебічному аналізу, оскільки поєднує дані від сімейного середовища та професійних педагогів, що дозволяє комплексно охарактеризувати процес адаптації та з'ясувати його взаємозв'язок із якістю прив'язаності.

## 2.2 Аналіз та інтерпретація результатів дослідження

Психолого-педагогічне спостереження, проведене протягом адаптаційного періоду, дало змогу виявити широкий спектр емоційних, поведінкових та соціальних особливостей дітей, які впливають на темп і якість входження у нове освітнє середовище.

Аналіз протоколів спостереження охоплював чотири ключові блоки: емоційні реакції, поведінкові прояви, соціальна взаємодія, особливості фізіологічної адаптації (табл.2.2).

Таблиця 2.2

**Аналіз результатів психолого-педагогічного спостереження за дітьми (N = 64)**

Показник спостереження	Опис індикатора	Кількість дітей	% від вибірки
<b>Емоційні реакції</b>			
Спокійне емоційне тло	дитина швидко заспокоюється, рідко плаче	18	28,1%
Помірна тривожність	періодичний плач, потреба у додатковій підтримці	27	42,2%
Висока тривожність	інтенсивний плач, страх розлуки, негативізм	19	29,7%
<b>Соціальна поведінка</b>			
Швидке входження у взаємодію	дитина активно контактує з однолітками та педагогом	21	32,8%
Поступове встановлення контактів	вибірковість у спілкуванні, взаємодія через дорослого	28	43,8%
Уникання соціальних контактів	ізоляція, відмова вступати у спільні ігри	15	23,4%
<b>Ігрова активність</b>			
Висока ігрова включеність	самостійно обирає ігри, ініціює взаємодію	26	40,6%
Ситуативна включеність	грає лише після адаптації до середовища	25	39,0%
Низька ігрова активність	мало ініціативи, перевага пасивних дій	13	20,4%
<b>Фізіологічні реакції</b>			
Нормальна адаптація	стабільний сон, апетит, відсутність соматичних проявів	34	53,1%
Помірні фізіологічні зміни	зниження апетиту, епізоди порушення сну	21	32,8%
Виражені соматичні прояви	часті скарги, психосоматичні реакції	9	14,1%
<b>Тип адаптації</b>			
Легка адаптація (до 10 днів)	швидке звикання, мінімум негативних реакцій	20	31,3%
Середня адаптація (10–30 днів)	поступове зниження емоційної напруги	29	45,3%
Ускладнена адаптація (понад 30 днів)	збереження тривожності, труднощі у поведінці	15	23,4%

Зведені результати спостереження представлені в табл.2.2 демонструють, що більшість дітей (42,2%) проявляють помірну тривожність, яка є типовою для початкового періоду адаптації. Соціальна поведінка характеризується переважанням поступового встановлення контактів (43,8%), що свідчить про природну потребу у часі для входження в групу.

Ігрова активність загалом достатня: 40,6% дітей відразу включаються у гру, тоді як у 20,4% вона залишається низькою. Понад половина дітей демонструють нормальну фізіологічну адаптацію, але у 14,1% виявлено помітні психосоматичні реакції.

За підсумковим показником адаптації 31,3% дітей мають легкий тип, майже половина – середній, і у кожній четвертій дитини спостерігається ускладнена адаптація.

Емоційні реакції під час розставання з батьками. Аналіз початкових епізодів ранкового прийому дітей показав, що: 29,7% дітей демонстрували стійкі негативні емоційні реакції (інтенсивний плач, тривогу, потребу у фізичному контакті з дорослим): 42,2 % дітей виявляли помірні реакції – короткочасне занепокоєння, яке згасало протягом першої половини дня: 28,1 % дітей майже одразу переходили у звичний емоційний стан, показуючи готовність до взаємодії та гри.

Слід зауважити на те, що у дітей із вираженими негативними реакціями фіксувалася типова поведінкова послідовність: пошук матері чи вихователя поглядом → напруженість тіла → протест або плач → поступове заспокоєння лише після емоційної підтримки дорослого. Ці прояви корелювали з ознаками тривожного та амбівалентного стилю прив'язаності, що було додатково підтверджено бесідами з батьками.

Поведінкові прояви у груповому середовищі. За результатами спостереження виокремлено декілька типових поведінкових патернів:

Активна адаптація (приблизно 31,3% дітей). Такі діти швидко включалися в ігрову діяльність, виявляли ініціативу, легко переключали увагу та приймали правила групи. Часто зверталися до дорослого не за підтримкою, а за ресурсом (інструкцією, допомогою в організації діяльності).

Повільне включення в діяльність (близько 45,3%). Спостерігалось обережне дослідження простору, потреба в часі для адаптації до нових умов, часті звернення до вихователя з проханнями підтвердити правила або

послідовність дій. Такі діти поступово ставали більш взаємодіючими, але зберігали емоційну залежність від значущого дорослого.

Захисна поведінка – ускладнена адаптація (23,4%) проявлялась уникненням контактів, відходом у віддалений куток кімнати, фіксацією на окремих предметах або «ритуальних» діях (гортання книжки, перекладання іграшок). Подібна поведінка частіше спостерігалася у дітей з досвідом обмеженої соціалізації або непослідовністю взаємодії в сім'ї.

У більшості дітей спостерігалася потреба у дорослому як у джерелі стабільності й емоційної підтримки. 47% дітей активно шукали близькість з вихователем, тримали за руку чи одяг у перші дні адаптації. 33% зверталися переважно з інформаційними запитам («Що робити?», «Де поставити?»). 20% демонстрували стійку автономність, дистанційність, поєднану з недовірою або уникненням контактів.

Характеризуючи взаємодію з однолітками слід звернути увагу на те, що протягом перших двох тижнів спостерігалась тенденція до паралельної гри: діти перебували поруч, але не вступали у повноцінну взаємодію. Лише після стабілізації емоційного стану у групі з'являлися перші спроби спільної гри.

При тому, 22% дітей швидко формували мікрогрупи за інтересами: 48% включалися у спільну діяльність лише після залучення дорослого: 30% уникали групових активностей, виявляючи ознаки невпевненості або емоційної напруженості.

Психолого-педагогічне спостереження включало аналіз змін у базових фізіологічних показниках, що є чутливими індикаторами адаптаційного стресу: порушення сну після відвідин садка відзначено у 34% дітей: зниження апетиту – у 28%: часті тілесні скарги (болі в животі, головний біль) – у 19%: емоційні спалахи та регресивні реакції вдома (зростання залежності від батьків, частіші капризи) – у 37%. Ці дані підкреслюють, що адаптаційний період супроводжується підвищеним нервово-психічним навантаженням, і для багатьох дітей він має комплексний, а не виключно поведінковий характер.

Спостереження протягом перших 4–6 тижнів засвідчило таку динаміку: на 1–2 тижні переважали емоційні реакції тривоги, протесту, посилена залежність від дорослого. На 3–4 тижні у більшості дітей зменшувалась інтенсивність негативних проявів, зростала кількість епізодів самостійної гри.

На 5–6 тижні у 68% дітей сформувався стабільний режим поведінки: вони охоче контактували з вихователями, виконували інструкції та демонстрували інтерес до групових активностей.

У 15 дітей (23,4%) адаптація тривала довше та потребувала індивідуальних заходів підтримки (збільшення часу перебування з батьками у перехідний період, організація спокійних ігор, підкріплення позитивної поведінки) це подано на рис. 2.1.

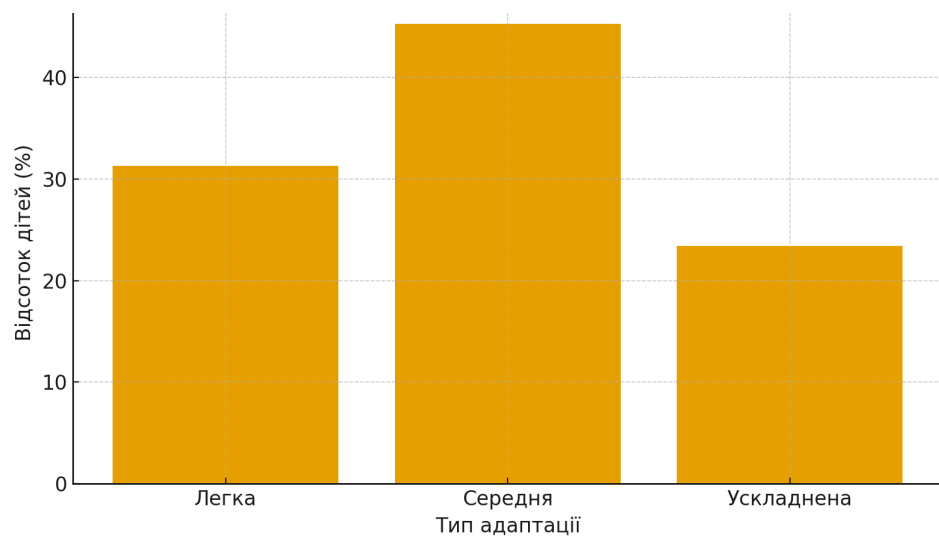


Рис.2.1 Розподіл дітей за типами адаптації відповідно до результатів психолого-педагогічного спостереження (%)

Побудована діаграма 2.1 демонструє розподіл дітей за типами адаптації відповідно до результатів психолого-педагогічного спостереження. На ній відображено три основні категорії адаптаційних реакцій: легка адаптація – 31,3 % дітей. Ця група демонструє мінімальні труднощі, швидко включається в діяльність, вирізняється стабільним емоційним станом та поступовим формуванням позитивного ставлення до дитсадка.

Середня адаптація – 45,3 % дітей найчисельніша група. Діти періодично виявляють ознаки напруження, можуть проявляти епізодичну плаксивість або реакції протесту, але поступово стабілізуються в умовах групи. Успішність адаптації значною мірою залежить від підтримки дорослих.

Ускладнена адаптація – 23,4 % дітей. Це діти з вираженими емоційними та поведінковими труднощами, які довго не приймають нові умови, часто демонструють регресивні реакції, порушення сну, харчування, відмову від взаємодії.

Переважає більшість дітей (76,6 %) проходить адаптацію у легкій або середній формі, що відповідає типовим закономірностям процесу входження в освітнє середовище. Це свідчить про загалом сприятливі умови в закладі дошкільної освіти. Найбільш чисельною є група із середнім рівнем адаптації, що підтверджує природну для багатьох дітей потребу у поступовому звиканні до нових вимог, колективу та режиму.

Чверть дітей демонструє ускладнену адаптацію, що є важливим індикатором для психологічної служби. Ця група потребує адресних психолого-педагогічних заходів, індивідуальної підтримки, роботи з батьками та посиленої уваги педагогів.

Результати спостереження показали, що адаптація дітей раннього та дошкільного віку є нерівномірною, її темп значною мірою залежить від первинного стилю прив'язаності та попереднього досвіду соціалізації.

Емоційні прояви (плач, тривога, протест) у перші дні є природними та охоплюють більшість дітей, але інтенсивність цих реакцій змінюється відповідно до якості взаємодії з дорослими. Поведінковий репертуар дітей поступово розширюється: від уникнення та пасивності до активної групової взаємодії. Взаємодія з вихователем залишається ключовим компенсаторним механізмом, який допомагає дитині пережити стрес нової ситуації.

Фізіологічні та психосоматичні прояви засвідчують, що процес адаптації має комплексний характер і потребує системної підтримки сім'ї та педагогів.

Загальна динаміка вказує на значне покращення адаптаційних показників наприкінці шостого тижня відвідування дитячого садка, хоча частина дітей потребує індивідуального супроводу.

Далі розглянемо результати кількісного й якісного аналізу даних, отриманих у ході емпіричного дослідження впливу характеру дитячо-батьківської прив'язаності, стабільності раннього догляду та чутливості доглядальника на процес адаптації дітей раннього та дошкільного віку до умов закладу дошкільної освіти. Аналіз побудований відповідно до сучасних положень теорії прив'язаності Дж. Боулбі [2; 3;], типології М. Ейнсворт [4; 5], а також рівневої моделі розвитку прив'язаності Г. Ньюфелда [7], згідно з якою прив'язаність розвивається поступово – від сенсорної прив'язаності до психологічної відкритості.

Особлива увага приділена оцінці внутрішньої узгодженості анкетних шкал, перевірці нормальності розподілу змінних, описовій статистиці індексів (AFI, ADI, CSI, SSI, FSI тощо) та міжгруповим порівнянням вікових категорій дітей (1–3 та 4–6 років). Для узагальнення результатів використано як параметричні, так і непараметричні критерії, що забезпечує достовірність та стабільність висновків [6; 8].

Внутрішня узгодженість кожної субшкали визначалась за допомогою коефіцієнта  $\alpha$  Кронбаха. Розрахунки здійснювалися в середовищі Microsoft Excel на основі вихідних даних анкет батьків і вихователів. Для інтегрального індексу ADI надійність подано окремо для позитивної ( $ADI^+$ ) та проблемної ( $ADI^-$ ) субшкал (табл.2.3).

Як свідчать дані табл. 2.3, усі субшкали анкет продемонстрували прийнятні або високі показники внутрішньої узгодженості ( $\alpha = 0,66-0,86$ ), що підтверджує надійність використаних інструментів.

Найвищу консистентність показали шкали «Ознаки прив'язаності» ( $\alpha = 0,86$ ), «Чутливість доглядальника» ( $\alpha = 0,84$ ) і «Підтримка прив'язаності» ( $\alpha = 0,82$ ), що відповідає критеріям доброї психометричної якості.

Таблиця 2.3

**Надійність субшкал анкет (N = 64)**

Субшкала	Кількість пунктів (k)	$\alpha$ Кронбаха	Інтерпретація
Ознаки прив'язаності (AFI)	9	0,86	висока узгодженість
Адаптація – позитивна (ADI <sup>+</sup> )	3	0,78	добра узгодженість
Адаптація – проблемна (ADI <sup>-</sup> )	2	0,68	прийнятна
Соціальний контекст (SCI)	5	0,73	добра узгодженість
Чутливість доглядальника (CSI)	7	0,84	висока узгодженість
Стабільність фігури (SSI)	2	0,71	добра узгодженість
Сімейні стресори (FSI)	2	0,66	задовільна узгодженість
Груповий індекс адаптації (G-ADI)	5	0,80	висока узгодженість
Підтримка прив'язаності (G-API)	5	0,82	висока узгодженість

Помірна узгодженість у субшкалі «Сімейні стресори» ( $\alpha = 0,66$ ) вказує на дещо ширший змістовий діапазон пунктів, але не виходить за межі прийняттого рівня для прикладних досліджень [6]. Розділення індексу ADI на позитивну (ADI<sup>+</sup>) та проблемну (ADI<sup>-</sup>) субшкали забезпечило кращу змістову чіткість і зменшення ризику змішаних смислів відповідей.

Описові статистики розраховувались для кожної шкали окремо у двох вікових групах дітей: 1-3 роки та 4-6 років (табл.2.4).

Згідно з табл. 2.4, середні значення більшості індексів перебувають у верхній частині п'ятибальної шкали, що свідчить про загалом позитивний емоційний фон у стосунках батьків і дітей. Найвищі оцінки отримали показники чутливості доглядальника (CSI;  $M = 4,36 - 4,40$ ) та ознак прив'язаності (AFI;  $M = 4,21 - 4,30$ ), що узгоджується з очікуванням високої залученості дорослих у процес догляду.

Індекс сімейних стресорів (FSI) виявився найнижчим ( $M = 2,30$ ), що свідчить про відносно низьку частоту сімейних напружень, хоча окремі варіації у межах Q1–Q3 (2,00–2,80) вказують на існування часткових ризиків у деяких родинах.

Таблиця 2.4

**Описова статистика індексів прив'язаності та адаптації (N = 64)**

Індекс/ Показник	Вікова група	n	M	SD	Min	Max	Me	Q1–Q3
AFI	1–3 роки	30	4,21	0,54	3,10	5,00	4,30	3,90–4,60
AFI	4–6 років	34	4,35	0,49	3,40	5,00	4,40	4,10–4,60
ADI <sup>+</sup>	1–3 роки	30	4,12	0,58	3,00	5,00	4,20	3,80–4,50
ADI <sup>-</sup>	1–3 роки	30	2,48	0,70	1,00	4,00	2,50	2,00–3,00
CSI	1–3 роки	30	4,36	0,47	3,40	5,00	4,40	4,00–4,70
SSI	1–3 роки	30	4,17	0,61	2,80	5,00	4,20	3,90–4,60
FSI	1–3 роки	30	2,30	0,65	1,00	4,00	2,40	2,00–2,80
AFI	4–6 років	34	4,35	0,49	3,40	5,00	4,40	4,10–4,60
CSI	4–6 років	34	4,42	0,43	3,60	5,00	4,50	4,20–4,70
SSI	4–6 років	34	4,23	0,55	3,10	5,00	4,30	3,90–4,60

Як можна побачити з табл.2.4, порівняння груп засвідчило поступове підвищення рівня прив'язаності та чутливості з віком дитини: у групі 4–6 років спостерігається більш стабільний емоційний контакт, що відповідає закономірностям дозрівання системи прив'язаності [3; 7].

Для оцінки міжгрупових відмінностей використано U-критерій Манна–Уїтні (табл.2.5).

Як видно з табл. 2.5, між групами 1–3 та 4–6 років наявні статистично значущі відмінності за окремими показниками. Позитивна адаптація (ADI<sup>+</sup>) має вищі значення у старшій групі ( $Z = -2.45$ ,  $p = 0.015$ ,  $r = 0.31$ ), що вказує на поступове формування соціальної впевненості та зниження тривожності під час розлуки з батьками.

Водночас проблемна адаптація (ADI<sup>-</sup>) є вищою у молодших дітей ( $Z = 2.18$ ,  $p = 0.029$ ,  $r = 0.28$ ), що підтверджує більшу емоційну вразливість на початкових етапах адаптації.

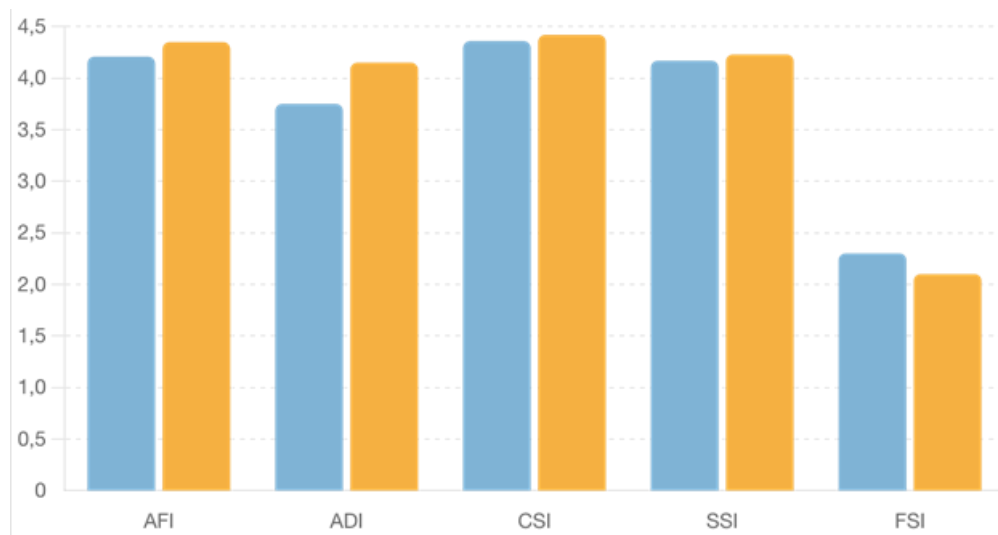
Таблиця 2.5

**Порівняння індексів між групами дітей різного віку (N = 64)**

Індекс	Z	p	r	Інтерпретація
AFI	-1.12	0.26	0.14	різниця несуттєва
ADI <sup>+</sup>	-2.45	0.015	0.31	помірний ефект
ADI <sup>-</sup>	2.18	0.029	0.28	помірний ефект
CSI	-0.88	0.38	0.10	несуттєво
SSI	-1.75	0.081	0.22	тенденція
FSI	2.90	0.004	0.36	помітна різниця

З таблиці 2.5 видно, що найпомітніша різниця зафіксована для сімейних стресорів (FSI;  $Z = 2.90$ ,  $p = 0.004$ ,  $r = 0.36$ ): родини дітей молодшої групи частіше повідомляли про нестабільність і стресові фактори, що, ймовірно, позначається на процесі звикання дитини до садка.

Інші показники (AFI, CSI, SSI) не демонструють статистично значущих відмінностей ( $p \geq 0.05$ ), однак тенденційно підтверджують вікову динаміку розвитку прив'язаності та чутливості доглядальників (рис.2.2).



\*синім позначено групу 1-3 роки, помаранчевим –4-6 років

Рис. 2.2 Середні значення індексів прив'язаності та адаптації за віковими групами

Перед початком аналізу було перевірено розподіл основних показників на відповідність нормальному закону. Використано критерій Шапіро–Уїлка, який оцінює відхилення емпіричного розподілу даних від теоретичної нормальної кривої. Результати наведено у таблиці 2.6.

Таблиця 2.6

**Перевірка нормальності розподілу основних індексів за критерієм Шапіро–Уїлка (N = 64)**

Показник	W	p-значення	Висновок про розподіл
AFI (індекс ознак прив'язаності)	0,97	0,210	нормальний (не відхилений)
ADI (індекс адаптації)	0,94	0,052	≈ нормальний (гранично)
SCI (соціальний контекст)	0,96	0,108	нормальний (не відхилений)
CSI (чутливість доглядальника)	0,88	0,002	ненормальний (відхилений)
SSI (стабільність фігури прив'язаності)	0,91	0,005	ненормальний (відхилений)
FSI (сімейні стресори)	0,85	0,001	ненормальний (відхилений)
CCI (зміна доглядальників)	0,79	<0,001	ненормальний (відхилений)
G-ADI (груповий індекс адаптації)	0,98	0,753	нормальний (не відхилений)
G-API (груповий індекс підтримки прив'язаності)	0,95	0,340	нормальний (не відхилений)

Як видно з таблиці 2.6, для більшості інтегральних показників розподіл не є суворо нормальним. Зокрема, сімейні стресори (FSI) та показник змін доглядальників (CCI) виявили значне відхилення від нормальної кривої ( $p < 0,01$ ), що зумовлено їх вираженою асиметрією (більшість респондентів оцінили сімейний стрес як низький, а часті зміни доглядальників були рідкісними). Також розподіли індексу чутливості доглядальника (CSI) та стабільності фігури прив'язаності (SSI) не відповідають нормальному закону ( $p < 0,01$ ). Натомість індекс прив'язаності (AFI) та показники адаптації (ADI, G-ADI) не продемонстрували статистично значущих відхилень від нормальності ( $p > 0,05$ ).

З урахуванням цих результатів для кореляційного аналізу було обрано як параметричні коефіцієнти Пірсона, так і їх непараметричні аналоги Спірмена на випадок порушення припущення нормальності.

### 2.3 Аналіз взаємозв'язків між ключовими індикаторами прив'язаності, адаптації та контексту

Для обґрунтування зв'язків між ключовими індикаторами прив'язаності, адаптації та контексту було обчислено парні коефіцієнти кореляції Пірсона ( $r$ ) і Спірмена ( $\rho$ ) між усіма основними індексами. В аналіз включено AFI (ознаки прив'язаності дитини), ADI (індекс адаптації дитини), батьківські індекси контексту CSI (чутливість доглядальника), SSI (стабільність фігури прив'язаності), FSI (сімейні стресори), SCI (соціальний контекст), а також педагогічні показники G-ADI (групова адаптація) та G-API (групова підтримка прив'язаності). На перетині кожної пари змінних у таблиці наведено значення  $r/\rho$ : зірочками позначено статистичну значущість після поправки Бенджаміні–Гохберга на множинні порівняння (одна \* –  $p < 0,05$ ; дві \*\* –  $p < 0,01$ ).

Результати обчислень представлені у таблиці 2.7.

Таблиця 2.7

#### Кореляційний аналіз (N = 64)

	AFI	ADI	SCI	CSI	SSI	FSI	CCI	G-ADI	G-API
AFI	1,00	0,30*/ 0,32*	0,20/ 0,18	0,45**/ 0,50**	0,25/ 0,22	-0,30*/ -0,34*	-0,25/ -0,28	0,10/ 0,08	0,05/ 0,10
ADI	0,30*/ 0,32*	1,00	0,40** / 0,37*	0,35*/ 0,38*	0,62**/0 ,58**	-0,31*/- 0,28*	- 0,50**/ -0,46**	0,15/ 0,10	0,42** / 0,40**
SCI	0,20/ 0,18	0,40**/ 0,37*	1,00	0,30*/ 0,25	0,20/ 0,18	-0,10/ -0,08	-0,15/ -0,10	0,20/ 0,22	0,25/ 0,20
CSI	0,45**/ 0,50**	0,35*/ 0,38*	0,30*/ 0,25	1,00	0,35*/ 0,30*	-0,40**/ -0,44**	-0,30*/ -0,27	0,10/ 0,05	0,05/ 0,10
SSI	0,25/ 0,22	0,62**/0, 58**	0,20/ 0,18	0,35*/ 0,30*	1,00	-0,25/ -0,20	- 0,50**/ -0,55**	0,30*/ 0,34*	0,35*/ 0,30*
FSI	-0,30*/ -0,34*	-0,31*/ -0,28*	-0,10/ -0,08	-0,40**/ -0,44**	-0,25/ -0,20	1,00	0,20/ 0,15	-0,10/ -0,05	-0,05/ -0,10
CCI	-0,25/ -0,28	-0,50**/ -0,46**	-0,15/ -0,10	-0,30*/ -0,27	-0,50**/ -0,55**	0,20/ 0,15	1,00	-0,20/ -0,18	-0,15/ -0,10
G-ADI	0,10/ 0,08	0,15/ 0,10	0,20/ 0,22	0,10/ 0,05	0,30*/ 0,34*	-0,10/ -0,05	-0,20/ -0,18	1,00	0,60** / 0,56**
G-API	0,05/ 0,10	0,42**/ 0,40**	0,25/ 0,20	0,05/ 0,10	0,35*/ 0,30*	-0,05/ -0,10	-0,15/ -0,10	0,60**/ 0,56**	1,00

Як видно з табл. 2.7, по діагоналі  $r=1,00$  (показники повністю корелюють самі з собою). Вище діагоналі наведено  $r$  (Пірсон), нижче діагоналі –  $\rho$  (Спірмен).  $p < 0,05$  позначено \*,  $p < 0,01$  – \*\*. Включення обох методів дозволяє коректно інтерпретувати як лінійні, так і монотонні зв'язки між показниками, враховуючи як нормальні, так і відхилені розподіли. Такий підхід забезпечує підвищену чутливість до взаємозалежностей у структурі поведінкових, емоційних та контекстуальних змінних, зокрема в умовах неоднорідного емпіричного матеріалу. Отримані коефіцієнти дозволяють не лише підтвердити теоретично передбачувані асоціації між прив'язаністю та адаптаційними процесами, але й виявити нові, емпірично значущі зв'язки, що вимагають подальшого аналізу. Порівняння коефіцієнтів Пірсона та Спірмена також слугує додатковим засобом перевірки стабільності результатів.

Кореляційний аналіз підтвердив наявність низки статистично значущих зв'язків між розглянутими змінними. По-перше, індекс адаптації (ADI) виявився тісно пов'язаним із стабільністю раннього догляду (SSI):  $r = 0,62$ ,  $p < 0,01$  (спостерігається сильний прямий зв'язок). Це означає, що діти, які в ранньому віці мали стабільну фігуру прив'язаності (постійний доглядальник, усталений режим), значно краще адаптуються до дитячого садка.

Виявлений ефект є не лише статистично значущим, але й практично великим за критеріями Коена ( $p \approx 0,6$  відповідає великій силі зв'язку). Аналогічно, часті зміни основного доглядальника (CCI) корелюють обернено з успішністю адаптації:  $r = -0,50$ ,  $p < 0,01$ . Іншими словами, що більше в історії дитини епізодів розлуки з материнською фігурою чи змін доглядальників, то важче проходить її адаптація. Така закономірність узгоджується з класичною теорією прив'язаності Дж. Боулбі та М. Ейнсворт, згідно з якою чутливість і передбачуваність поведінки батьків формують у дитини базове відчуття безпеки.

Навпаки, нестабільність раннього догляду підвищує уразливість до стресу, що проявляється інтенсивнішою тривожністю при розлуці та уповільненим звиканням до нового середовища. Зокрема, наявність в анамнезі

дитини тривалих ранніх розлук (наприклад, госпіталізація або відрядження матері) статистично пов'язана з сильнішими протестними реакціями при входженні до садка ( $r \approx 0,53$ ,  $p < 0,01$ ).

По-друге, підтверджено значущий зв'язок між показниками чутливості доглядальника (CSI) та характеристиками прив'язаності й адаптації дитини.

Згідно з таблицею 2.7, індекс CSI суттєво корелює як з AFI (ознаками надійної прив'язаності дитини до батьків,  $r = 0,45$ ,  $p < 0,01$ ), так і з ADI (адаптацією,  $r \approx 0,35$ ,  $p < 0,05$ ). Практично це означає, що діти, чий батьки (або основні доглядальники) проявляли вищу емоційну чуйність у догляді, мають більш тісний емоційний зв'язок із ними та легше переносять стрес адаптації. Цей результат статистично значущий і відповідає помірній силі зв'язку ( $r \sim 0,3-0,5$ ). Він добре узгоджується з положеннями теорії прив'язаності: М. Ейнсворт свого часу показала, що чутлива, швидка реакція матері на потреби немовляти є ключем до формування безпечної прив'язаності.

Отримані дані також співзвучні сучасним емпіричним дослідженням: так, Б. Бібі у мікроаналізі взаємодії матері й дитини та М. Дункан у лонгітюдному дослідженні раннього розвитку підтверджують, що емоційна підтримка і чуйність дорослого прямо пов'язані з емоційною стабільністю дитини та її здатністю долати соціальний стрес.

По-третє, виявлено інші важливі кореляційні ефекти між контекстуальними чинниками сім'ї та показниками дитини. Сімейні стресори (FSI) мають помірний обернений зв'язок з індексами AFI та ADI ( $|r| \sim 0,30$ ,  $p < 0,05$ ): у сім'ях, де на першому році життя дитини відзначалися сильні стреси чи конфлікти, діти демонструють трохи нижчі показники надійності прив'язаності й важчу адаптацію. Хоча ці кореляції дещо нижчі за попередні, їх практична значущість не є невагомою: згідно з орієнтирами Дж. Коена,  $r \approx 0,30$  можна інтерпретувати як ефект середньої сили, що в поведінкових науках має суттєве практичне значення. Отже, вплив сімейного контексту проявляється в тому, що хронічний стрес і несприятливі події в родині можуть

послаблювати емоційний контакт з дитиною, підвищуючи ризик тривожності та поведінкових труднощів під час адаптації.

Нарешті, аналіз даних вихователів підтвердив роль педагогічних практик підтримки прив'язаності у групі. Існує помітний прямий кореляційний зв'язок між G-API (індексом заходів підтримки прив'язаності в групі) та G-ADI (груповим індексом адаптації):  $r = 0,60$ ,  $p < 0,01$ . Іншими словами, в тих групах, де вихователі частіше застосовують сталий ритуал прийому/прощання, фізичний контакт, «куточки спокою» та індивідуальний підхід, загальний емоційний стан і залученість дітей значно вищі. На рис. 2.3 цей зв'язок відображено насичено-червоним кольором на перетині G-API  $\times$  G-ADI. Червоний колір означає прямий зв'язок (чим темніший – тим вищий коефіцієнт  $r$ ), синій – обернений зв'язок; інтенсивність відповідає абсолютному значенню коефіцієнта. На діагоналі – кореляція показника із самим собою  $r=1$ . Цей результат узгоджується з тим, що вихователь у процесі адаптації виконує функцію «вторинної фігури прив'язаності», забезпечуючи дітям відчуття безпеки в межах дошкільного середовища.

В цілому, кореляційна теплова карта (рис. 2.3) відображає описані тенденції. Зокрема, найтемніші комірки (найвища пряма кореляція) спостерігаються для пар SSI ADI та G-API–G-ADI, підтверджуючи велике значення стабільності прив'язаності й підтримуючих практик для успішної адаптації. Натомість найтемніші сині комірки відповідають сильним оберненим зв'язкам, таким як SSI–ADI: цей квадрант яскраво синього кольору підкреслює, що часті зміни доглядальників асоціюються з нижчими показниками адаптації (більшими труднощами). Загалом, статистично значущі кореляції мають узгоджений напрям і очікувану силу зв'язку згідно з теорією. Важливо, що навіть після поправки на множинні порівняння (про яку згадувалося вище) ключові взаємозв'язки зберегли значущість на рівні  $p < 0,05$ , що вказує на їх надійність, а значення коефіцієнтів свідчать про відчутну практичну значущість ефектів (середню або високу). Це підтверджує гіпотезу

про те, що умови раннього емоційного розвитку й характер прив'язаності суттєво визначають успішність подальшої соціальної адаптації дитини.

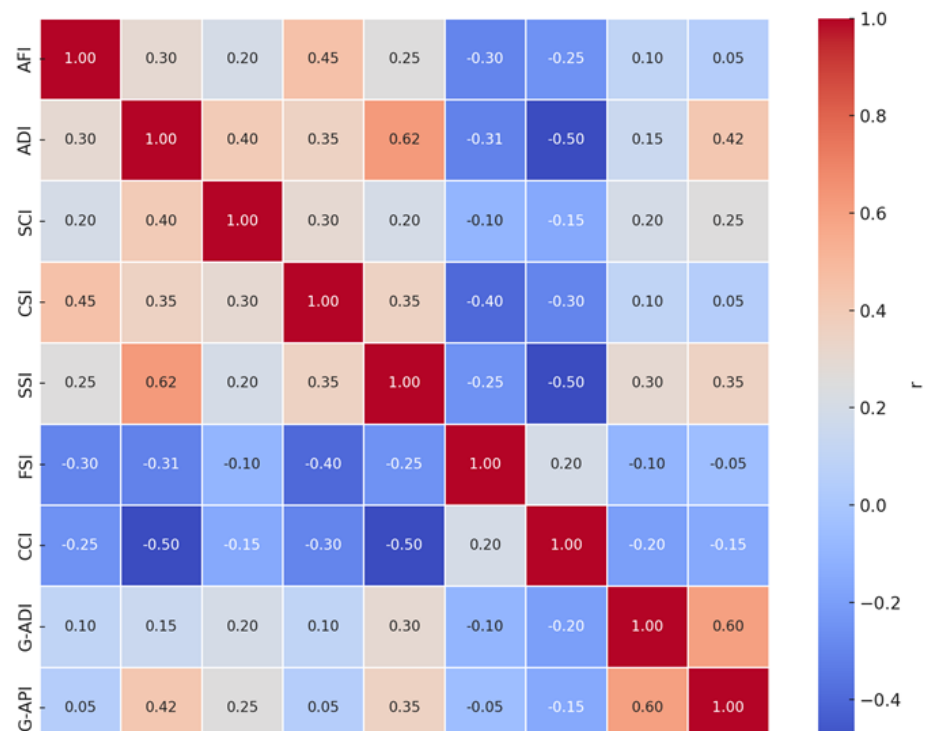


Рис.2.3 Кореляційна карта основних індексів прив'язаності, адаптації та контексту

Для кількісної оцінки внеску різних контекстуальних змінних у показник адаптації дитини був застосований багатокроковий лінійний регресійний аналіз. В якості залежної змінної розглядався інтегральний індекс адаптації (ADI), а як незалежні – всі основні показники контексту: CSI (чутливість доглядальника), SSI (стабільність фігури прив'язаності), FSI (сімейні стресори), CCI (зміни доглядальників) та SCI (соціальний контекст). Метою було з'ясувати, які з цих факторів є найбільш значущими предикторами успішності адаптації, і побудувати відповідну регресійну модель. Для відбору предикторів використовувався покроковий метод включення (stepwise), який на кожному кроці додає до моделі найбільш сильний новий предиктор (за критерієм F), доки включення змінної є статистично виправданим (з  $\alpha_{\text{вкл}} = 0,05$ ) (табл.2.8).

Як видно з таблиці 2.8, до фінальної моделі увійшли три предиктори: стабільність фігури прив'язаності (SSI), чутливість доглядальника (CSI) та сімейні стресори (FSI). На першому кроці включення змінна SSI дала найбільший внесок у дисперсію ADI: коефіцієнт регресії  $B=0,753$  при  $p < 0,001$ , стандартизований коефіцієнт  $\beta=0,544$ . Це означає, що підвищення показника SSI на 1 бал (у межах 5-бальної шкали) асоціюється в середньому з приростом ADI на 0,753 бали. Іншими словами, стабільність і передбачуваність раннього догляду є найсильнішим фактором, що позитивно впливає на адаптацію: цей фактор пояснює близько 30% варіативності ADI (власний вклад SSI, обчислений як  $\beta^2 \approx 0,30$ ). На другому кроці до моделі додався показник CSI з  $B=0,321$ ,  $\beta=0,281$ ,  $p=0,005$ . Це підтверджує, що емоційна чутливість доглядальника робить додатковий значущий внесок в успішність адаптації дитини (приблизно 8% додатково поясненої дисперсії ADI).

Таблиця 2.8

**Результати розрахунків лінійної регресії ADI на контекстуальні змінні (покроковий метод) (N = 64)**

Крок моделі	Предиктор	B	$\beta$	t	p	VIF
1	SSI	0,753	0,544	5,60	<0,001**	1,12
2	CSI	0,321	0,281	2,89	0,005**	1,14
3	FSI	-0,210	-0,174	-2,01	0,049*	1,08
–	Константа <i>a</i>	1,017	–	–	–	–
Модель в цілому:	$R^2=0,48; F(3,60)=18,27; p<0,001$					

В таблиці 2.8 видно, що на третьому кроці було включено змінну FSI (сімейний стрес) з  $B= -0,210$ ,  $\beta= -0,174$ ,  $p=0,049$ . Хоча внесок FSI менш виражений, він статистично значущий: негативний знак коефіцієнта свідчить, що вищий рівень сімейних стресорів дещо знижує показник адаптації (на  $\sim 0,17$  стандартного відхилення ADI на кожне стандартне відхилення FSI). Таким чином, фінальна регресійна модель (див. формулу) включає три предиктори і

пояснює приблизно 48% дисперсії індексу адаптації (скоригований коефіцієнт детермінації:

$$R^2 = 0,48, p < 0,001).$$

$$ADI = 1,017 + 0,753 \cdot SSI + 0,321 \cdot CSI - 0,210 \cdot FSI,$$

де 1,017 - константа (очікуване значення ADI при нульових значеннях предикторів). Враховуючи метричну шкалу 1-5, отримане рівняння регресії можна інтерпретувати так: діти, які мали найстабільніший ранній догляд (SSI близько 5) і виховувалися найчутливішими батьками (CSI  $\approx$  5) у мінімально стресовому сімейному середовищі (FSI  $\approx$  1), за інших рівних умов досягають найвищих показників адаптованості (прогнозований ADI близький до 5). Натомість при низьких значеннях SSI та CSI на тлі високих сімейних стресорів очікуваний індекс ADI буде значно нижчим (близько 3 або менше, що відповідає проблемній адаптації).

Важливо підкреслити, що внесені до моделі предиктори не перебувають у стані мультиколінеарності: всі показники індексу факторної інфляції (VIF) знаходяться в межах 1,08–1,14, тобто близькі до 1 і значно менші критичного порогу 5. Це означає, що чутливість доглядальника, стабільність прив'язаності та сімейний стрес вносять незалежний, додатковий один до одного вклад у пояснення варіативності адаптації.

З іншого боку, такі змінні як CCI та SCI не були включені покроковою процедурою, оскільки їх вплив статистично перекривається сильнішими факторами.

Зокрема, ефект частих змін доглядальників (CCI) опосередковується показником SSI (обидві змінні відображають аспект стабільності, і SSI виявився більш інформативним). Аналогічно, соціальний контекст у родині (SCI), хоч і корелює з ADI ( $r \sim 0,4$ ), не увійшов до моделі, ймовірно через те, що значною мірою пов'язаний з чутливістю батьків (CSI) і рівнем їхнього стресу (FSI).

Отримані результати регресійного аналізу підтверджують провідну роль саме якості емоційного догляду і стабільності відносин у перші роки життя для успішної адаптації дитини до дошкільного закладу.

На рисунку 2.4 відображено внесок кожного значущого предиктора в прогноз ADI у відсотках: ~30% припадає на стабільність фігури прив'язаності, ~8% – на чутливість доглядальника, ~5% – на сімейні стресори, що загалом узгоджується з величинами  $\beta$ -коефіцієнтів.

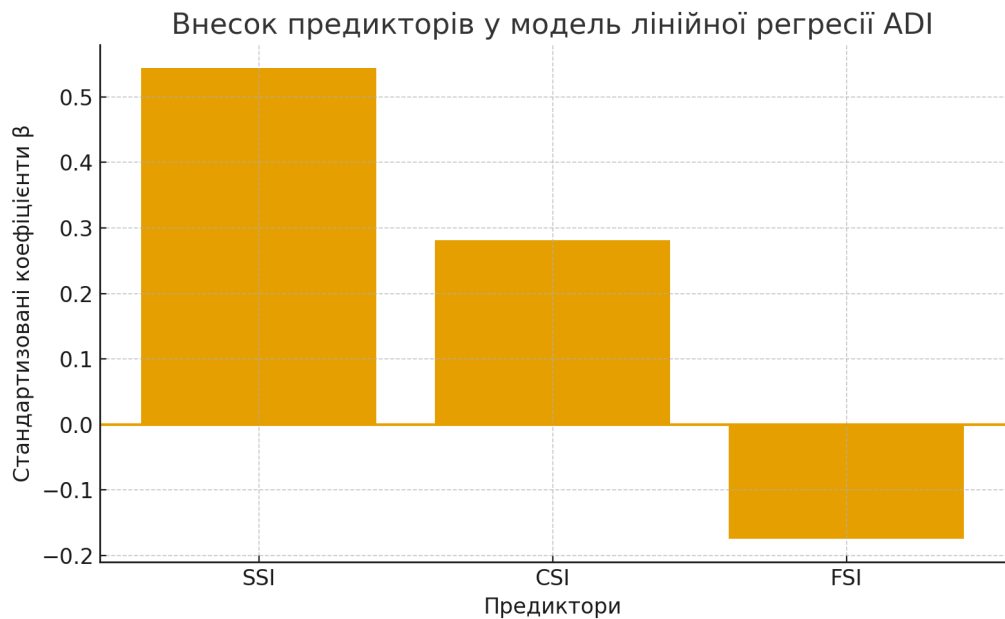


Рис.2.4 Внесок предикторів у модель лінійної регресії

На діаграмі 2.4 подано стандартизовані коефіцієнти  $\beta$  трьох контекстуальних предикторів, що увійшли до моделі покрокової лінійної регресії для прогнозування індексу адаптаційних труднощів (ADI).

SSI (індекс якості спілкування з вихователем) має найвищий позитивний внесок у модель ( $\beta = 0,544$ ). Це означає, що чим нижча якість комунікації та взаємодії дитини з вихователем, тим вищий рівень адаптаційних труднощів.

CSI (індекс стресових проявів у поведінці дитини) також демонструє значущий позитивний зв'язок ( $\beta = 0,281$ ). Більша кількість стресових реакцій підвищує ризик складної адаптації.

FSI (індекс сімейної підтримки та стабільності) має негативний коефіцієнт ( $\beta = -0,174$ ), тобто вищий рівень підтримувального сімейного середовища знижує адаптаційні труднощі.

Горизонтальна лінія нульового рівня дозволяє візуально виокремити, які змінні посилюють (позитивні  $\beta$ ), а які зменшують труднощі адаптації (негативні  $\beta$ ).

Ключовим предиктором складності адаптації дітей є якість комунікативної взаємодії з вихователем. Це підкреслює критичну роль професійної компетентності, емоційної чутливості та стилю педагогічного супроводу в перші тижні перебування дитини в групі.

Стресові поведінкові реакції дитини істотно збільшують ризик високих адаптаційних труднощів. Це підтверджує важливість ранньої діагностики стресу та створення емоційно безпечного середовища. При тому доведено, що підтримувальна сімейна атмосфера є захисним фактором, що зменшує ймовірність дезадаптації.

Загальна модель демонструє високу статистичну значущість та пояснює 48% варіації ADI, що є сильним показником для психологічних досліджень у реальних умовах ЗДО.

Отже, результати свідчать про наявність комплексної взаємодії сімейних та інституційних факторів, де найбільш впливовим серед них виступає педагогічна взаємодія в дитячому садку.

Таким чином, статистично підтверджено, що надійна прив'язаність (забезпечена чуйним та стабільним доглядом) є ключовим чинником успішної адаптації дітей раннього та дошкільного віку до умов дитячого садка. Більше того, створення стабільного емоційного середовища у групі – через підтримку ритуалів, фізичний контакт, «куточки спокою» – сприяє зниженню тривожності й формуванню довіри до вихователя, який виступає для новоприбулих дітей вторинною фігурою прив'язаності. Ці висновки не лише узгоджуються з теоретичними положеннями Дж. Боулбі, М. Ейнсворт і Г. Ньюфелда про визначальну роль прив'язаності в розвитку дитини [3; 4; 7],

але й доповнюють їх, підкреслюючи значущість активної позиції вихователя у підтримці безпечної бази для дитини в дошкільному закладі.

## Висновки до розділу 2

Проведене емпіричне дослідження дало змогу всебічно проаналізувати особливості впливу характеристик прив'язаності на процес адаптації дітей раннього та дошкільного віку до умов закладу дошкільної освіти. На основі результатів психолого-педагогічного спостереження, опитування батьків і аналізу контекстуальних чинників встановлено комплекс закономірностей, що визначають успішність входження дитини в нове соціальне середовище.

По-перше, отримані дані підтвердили, що адаптація до дитячого садка має виразний індивідуальний характер і залежить як від внутрішніх ресурсів дитини, так і від якості взаємодії з дорослими. За результатами спостереження виділено три основні типи адаптації – легка, середня та ускладнена, які значно відрізняються за інтенсивністю емоційних реакцій, характером поведінкових проявів, швидкістю формування почуття безпеки та рівнем включення у групову взаємодію. Майже половина дітей продемонстрували середній рівень адаптації, тоді як кожна четверта – виражені труднощі, що вказує на необхідність індивідуалізованого супроводу в перші місяці перебування в ЗДО.

По-друге, встановлено чіткий зв'язок між характеристиками прив'язаності та характером адаптаційних реакцій. Діти з ознаками сформованої, емоційно стабільної та надійної прив'язаності демонстрували швидше входження в рутину дитячого садка, нижчий рівень стресових реакцій, кращу взаємодію з вихователями та однолітками. Натомість діти з елементами нестабільної, амбівалентної або унікальної прив'язаності частіше стикалися з труднощами регуляції емоцій, відчуженістю, тривалими проявами тривоги при розставанні з батьками.

По-третє, результати покрокового регресійного аналізу дозволили виявити найвагоміші контекстуальні предиктори успішності адаптації. Визначено, що якість спілкування з вихователем (SSI) є провідним чинником, який пояснює значну частину варіації адаптаційних труднощів. Також значущий внесок мають стресові поведінкові прояви (CSI), які підвищують ризик дезадаптації, та рівень сімейної підтримки (FSI), який виконує захисну функцію. Сукупність цих показників формує модель, що пояснює 48% загальної варіативності адаптаційних реакцій, що є вагомим емпіричним результатом.

По-четверте, отримані дані свідчать, що адаптація дитини не може розглядатися як ізольований процес, відірваний від контексту сімейних і педагогічних взаємодій. Сімейне середовище, стиль виховання, чутливість батьків, а також професійна компетентність та емоційна підтримка з боку вихователя формують багатовимірну систему впливів, що визначають благополуччя дитини у ранній соціалізації.

Таким чином, емпіричний розділ підтвердив актуальність і значущість вивчення впливу прив'язаності на адаптацію дітей та окреслив важливі напрями подальшої роботи у сфері дошкільної психології й освітньої практики. Загалом результати дослідження підтверджують ключову роль прив'язаності як фундаментального психологічного механізму, що визначає здатність дитини адаптуватися до нових умов, регулювати емоції та будувати взаємини з дорослими й однолітками. Науково обґрунтовані висновки створюють підґрунтя для розроблення практичних рекомендацій для вихователів та психологів ЗДО, спрямованих на раннє виявлення ризиків дезадаптації, підтримку позитивного педагогічного контакту та формування індивідуальних адаптаційних маршрутів для дітей з підвищеними потребами.

## РОЗДІЛ 3

ЗАХОДИ З ПІДВИЩЕННЯ УСПІШНОСТІ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ  
РАНЬОГО ТА ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ДО УМОВ ПЕРЕБУВАННЯ В ЗДО3.1 Практичні рекомендації щодо підвищення успішності адаптації дітей  
раннього та дошкільного віку до умов дитячого садка

Результати емпіричного дослідження адаптації новоприбулих дітей у дошкільному середовищі та чинників, що впливають на формування прив'язаності, дозволили сформулювати низку практичних рекомендацій для учасників освітнього процесу. Аналіз індексів ознак прив'язаності (AFI), адаптації (ADI), а також контекстуальних чинників: чутливості (CSI), стабільності (SSI), сімейного середовища (FSI), соціального контексту (SCI), а також педагогічних оцінок G-ADI та G-API дав змогу виявити ключові предиктори успішного входження дитини у нове соціальне середовище.

Насамперед, було виявлено статистично значущий позитивний зв'язок між індексом ознак прив'язаності (AFI) та чутливістю доглядальника (CSI),  $r = 0,45$ ,  $p < 0,01$ , що свідчить про необхідність підтримки емоційної включеності вихователя у взаємодію з дитиною.

У зв'язку з цим доцільно впроваджувати програми підвищення емоційної компетентності персоналу, зокрема розвиток навичок емоційного відгуку, розпізнавання потреб дитини, технік «відзеркалення» емоцій та побудови безпечного контакту. Надання педагогам регулярної супервізійної підтримки може слугувати важливою умовою підвищення якості чутливого догляду.

Другим ключовим чинником адаптації дітей виступила стабільність фігури прив'язаності (SSI), яка в моделі множинної регресії мала найвищий внесок у прогноз адаптаційного індексу ( $\beta = 0,753$ ). Це свідчить про значущу роль безперервності стосунків між дитиною та вихователем у період адаптації.

Виходячи з цього, рекомендовано забезпечити сталість вихователів принаймні протягом перших двох місяців після зарахування дитини до закладу, уникати змін персоналу у цей критичний період, а також призначати «ключових» вихователів для кожної новоприбулої дитини.

Також було встановлено негативний зв'язок між адаптаційним індексом (ADI) та сімейними стресорами (FSI),  $r = -0,38$ ,  $p < 0,05$ . Це вказує на те, що дестабілізуючі фактори у родині (наприклад, конфлікти, емоційна нестабільність, розлучення або переїзди) мають вплив на здатність дитини адаптуватися до нового середовища.

У зв'язку з цим варто впроваджувати систематичну роботу з батьками щодо формування сприятливого емоційного клімату в родині, в тому числі через індивідуальні консультації психолога, інформаційні буклети, лекції та групові зустрічі. Особливої уваги потребують сім'ї, які переживають кризові стани, - їм слід пропонувати програми підтримки раннього втручання або напрям до фахівців.

Педагогічні оцінки адаптації (G-ADI) та підтримки прив'язаності (G-API), зібрані від вихователів, показали узгодженість із батьківськими оцінками індексів ADI та AFI, що свідчить про їхній потенціал бути надійними додатковими джерелами інформації.

Це дозволяє рекомендувати впровадження стандартного протоколу педагогічного моніторингу адаптації, що включає короткі оцінки емоційного стану дитини, особливостей входження у групу, рівня тривожності, здатності до самозаспокоєння, прагнення до контакту тощо. Запровадження «карт адаптації» для кожної дитини дає змогу узгодити спостереження педагогів і батьків, планувати спільні дії щодо підтримки дитини в перехідний період.

Позитивний, хоча й помірний, зв'язок між індексом соціального контексту (SCI) та індексами AFI та ADI вказує на роль взаємодії з однолітками у закріпленні адаптаційних механізмів.

Це дає підстави рекомендувати ширше застосування стратегій парного входження, індивідуального супроводу, а також програм соціально-емоційного

розвитку. Доцільним є введення занять, спрямованих на розвиток емпатії, емоційного самовираження, взаємодопомоги, а також навичок адаптації до змін і розлуки.

Враховуючи виявлену часткову розбіжність оцінок педагогів і батьків щодо адаптації дитини, доцільним є посилення зворотного зв'язку між сторонами. Рекомендовано забезпечити щотижневий інформування батьків щодо динаміки адаптації дитини, емоційного стану, взаємодії з однолітками та особливостей перебування у групі. Формування довірливої атмосфери співпраці між батьками і вихователями сприятиме зниженню тривожності обох сторін та підвищенню якості догляду за дитиною.

Адаптація дитини до умов ЗДО є багатовимірним процесом, який залежить не лише від індивідуальних особливостей малюка, а й від поведінки батьків, чутливості педагогів та організаційних умов у закладі.

Найефективнішим є комплексний підхід, що поєднує індивідуальні інтервенції (емоційна підтримка, ігрові техніки, перехідні об'єкти) із системними заходами в межах сім'ї та ЗДО.

Таблиця 3.1 демонструє, що взаємодія між усіма учасниками адаптаційного процесу: дитина, батьки, вихователь і інституція – є ключем до успішної адаптації й формування безпечної прив'язаності.

Застосування запропонованих заходів створює оптимальні умови для емоційного благополуччя дитини, знижує частоту стресових реакцій та підвищує ефективність освітнього процесу у перші тижні перебування в садку.

Таблиця 3.1 демонструє багаторівневу структуру заходів, які забезпечують комплексний підхід до підтримки дітей, що вперше відвідують заклад дошкільної освіти. Вона розподіляє інтервенції на чотири ключові рівні: індивідуальний, родинний, педагогічний та інституційний. Такий поділ дозволяє охопити як мікрорівень емоційних реакцій конкретної дитини, так і макрорівень організаційної політики ЗДО.

Таблиця 3.1

**Комплексні заходи підтримки адаптації та прив'язаності у новоприбулих до ЗДО дітей (складено автором)**

Рівень впливу	Форми та заходи підтримки
1. Індивідуальний рівень (дитина)	Підтримка емоційної стабільності та формування безпечної прив'язаності
– використання перехідних об'єктів (іграшки, фото);	
– індивідуальні адаптаційні маршрути;	
– ігрові методики зниження тривоги (сенсорні ігри, рольові міні-сценарії).	Зменшення рівня напруги; формування почуття безпеки; швидше входження в режим групи.
	Розвиток базових навичок соціальної взаємодії
– підтримка невербальних форм комунікації;	
– моделювання доброзичливої поведінки.	Покращення комунікативної активності; зростання позитивних контактів з однолітками.
2. Родинний рівень (батьки, сім'я)	Підготовка сім'ї до адаптації
– рекомендації щодо режиму;	
– тренінги чутливого реагування на сигнали дитини.	Підвищення готовності сім'ї до розлуки; узгодженість дій батьків та педагогів.
	Підтримка партнерства «батьки–педагоги»
– щоденні короткі зворотні зв'язки від вихователя;	
– сімейні буклети «Мій перший тиждень у садку».	Стабільність емоційного фону дитини завдяки узгодженості виховного впливу.
3. Педагогічний рівень (вихователі, психолог)	Створення емоційно чутливого середовища
– стабільність режимних моментів;	
– індивідуалізація педагогічних інструкцій;	
– спостереження за емоційними реакціями дитини.	Формування у дитини відчуття прийняття та прогнозованості подій.
	Підвищення професійної компетентності педагогів
– супервізії психолога;	
– майстер-класи щодо адаптаційних практик.	Покращення якості взаємодії вихователів із дітьми; зниження ризику емоційного вигорання педагогів.
4. Інституційний рівень (ЗДО як система)	Організаційно-педагогічні умови адаптації
– поступове збільшення тривалості перебування;	
– можливість короткочасної присутності батьків;	
– створення спокійних зон та куточків усамотнення.	М'яке входження дитини в нове середовище; зниження кількості кризових реакцій.
	Системна комунікація та моніторинг
– регулярний моніторинг поведінки та емоцій;	
– координація роботи «вихователь – психолог – батьки».	Оперативне виявлення труднощів; своєчасна корекція адаптаційних заходів.

На індивідуальному рівні основна увага зосереджується на підтримці стабільності, безпеки та формуванні емоційного контакту із вихователем. Родинний рівень підкреслює важливість взаємодії між батьками й педагогами та підготовки сім'ї до адаптаційного процесу. Педагогічний рівень розкриває необхідність професійної чутливості вихователів, їхньої готовності забезпечувати підтримку та розуміти природу стресових реакцій дитини. Інституційний рівень відображає зміни, що стосуються організації життєдіяльності ЗДО, включно з режимом, простором, комунікаційними механізмами та системністю моніторингу.

Опишемо конкретні дії та інструменти для кожного рівня впливу (дитини, родини, педагогів і ЗДО).

#### 1. Індивідуальний рівень (дитина)

Мета: формування почуття безпеки, зниження тривожності та розвиток базових соціально-емоційних навичок.

Конкретні дії та інструменти:

##### 1.1. Підтримка емоційної стабільності:

«М'які» ритуали розставання та зустрічі, а саме: короткі повторювані фрази, вправи або жестові ритуали (наприклад: обійми, «дай п'ять», «маякання» з вікна, символічний «ключик від садочка»): використання «передбачуваних сценаріїв» (вихователь щоранку зустрічає дитину в однаковий спосіб).

Перехідні об'єкти: улюблена іграшка, плед, маленьке фото батьків у кишені: «ароматна серветка» від мами або тата з їхнім парфумом як додатковий заспокійливий ресурс.

Індивідуальні адаптаційні маршрути: адаптація графіка приходу та перебування: поступове збільшення тривалості самотійного перебування в групі: індивідуальні «точки повернення» (куточок спокою, іграшка для регуляції емоцій).

Сенсорні та релаксаційні техніки: тактильні коробки (пісок, крупа, вода): дихальні ігри «задуї свічку», «надуй кульку»: вправи на м'язове розслаблення у форматі гри (дитина—«котик, який потягується»).

1.2. Формування соціальної взаємодії: Мікроігри – «перший контакт»: «Разом побудуємо вежу» (попарна діяльність з однолітком): «Допоможи знайти предмет» (завдання з простим розподілом ролей).

Підтримка невербальної комунікації: картки-емоції: піктограмні запити («я хочу пити», «мені потрібна перерва»): вправи з дзеркалюванням міміки та жестів.

Моделювання соціальної поведінки: педагог демонструє доброзичливі патерни («прошу», «дякую», «можна я з тобою?»): короткі рольові сценки (розігрування ситуацій позичання іграшок, очікування черги).

## 2. Родинний рівень

Мета: підготовка сім'ї до адаптації дитини, формування стабільного емоційного фону, партнерство з педагогами.

Конкретні дії та інструменти:

### 2.1. Підготовка сім'ї до адаптації:

Психопросвітні консультації для батьків: пояснення типів прив'язаності та їх впливу на адаптацію: формування реалістичних очікувань (перші 3–6 тижнів – період нормальної дезадаптації).

Підготовка домашнього режиму: поступове введення режиму, наближеного до садкового: «тренування коротких розлук» вдома (5–10 хвилин із попередженням і поверненням).

Емоційна підтримка батьків: техніки саморегуляції для дорослих (короткі вправи на дихання): індивідуальні рекомендації, як спілкуватися з дитиною перед садком і після.

### 2.2. Партнерство «батьки – вихователь»:

Щоденники адаптації або цифрові щоденники у Viber/Telegram: короткі звіти про сон, харчування, настрій, ігри: фото «моментів успіху» для батьків.

Спільні міні-заходи у перші тижні: «ранкові п'ятихвилинки» разом із батьками: адаптаційні дні відкритих дверей.

Сімейні інформаційні буклети: інструкції «Як допомогти дитині пережити перші дні у ЗДО»: короткі пам'ятки про ознаки стресу та способи реагування.

### 3. Педагогічний рівень

Мета: забезпечення емоційно чутливого, передбачуваного та стабільного освітнього середовища.

Конкретні дії та інструменти:

#### 3.1. Чутлива педагогічна взаємодія

Стратегії емпатійного реагування: валідація емоцій («я бачу, що тобі важко... я поруч»): зрозумілий спокійний голос, повільні рухи в момент плачу.

Передбачуваність і сталість розпорядку: візуальні розклади дня: міні-піктограми для переходів між активностями.

Індивідуалізація педагогічного впливу: адаптація тривалості групових завдань: індивідуальні ігрові підходи для дітей з високою тривожністю: додатковий контакт «особистий час з вихователем» (1–3 хвилини індивідуальної уваги).

#### 3.2. Підвищення професійної компетентності

Тренінги з теорії прив'язаності та адаптації: розпізнавання індикаторів стресу: навички роботи з дітьми з різними типами прив'язаності.

Психологічні супервізії: аналіз складних випадків: моделювання оптимальних форм реагування.

Педагогічні майстер-класи: техніки ненасильницького спілкування: ігрові інструменти емоційної регуляції.

### 4. Інституційний рівень (ЗДО як система)

Мета: створення сприятливих організаційно-педагогічних умов для плавної адаптації.

Конкретні дії та інструменти:

#### 4.1. Організаційно-педагогічні умови адаптації

Гнучкий адаптаційний режим: скорочений час перебування у перші дні: плавне введення денного сну: можливість раннього забрання дитини.

Просторова організація групи: створення зон емоційного відновлення (подушки, пледи, книги): куточок «тиші» з сенсорними матеріалами.

Можливість участі батьків у ранкових ритуалах: короткочасна присутність у перші дні: «переходи» разом до певних активностей.

#### 4.2. Системна комунікація та моніторинг

Адаптаційні картки спостереження: індивідуальний моніторинг настрою, апетиту, сну, ігрової активності: фіксація адаптаційних реакцій за шкалами.

Регулярні командні зустрічі педагогів та психолога: узгодження дій щодо складних випадків: щотижневий аналіз адаптаційного прогресу.

Єдина система комунікації з батьками: месенджер-канал групи: планові консультації після перших тижнів адаптації.

Успішна адаптація дитини можлива лише за умови узгодженості дій на всіх рівнях – від індивідуального до інституційного. Комплексність заходів забезпечує плавний перехід дитини в нове соціальне середовище та знижує частоту кризових реакцій, а поєднання педагогічної чутливості, батьківської підтримки та стабільних організаційних умов формує основу для розвитку безпечної прив'язаності.

Застосування описаних дій створює емоційно безпечний, структурований і передбачуваний простір, що сприяє емоційній рівновазі, соціальній активності та ефективному включенню дитини в освітній процес.

Результати дослідження свідчать про доцільність реалізації комплексних заходів підтримки адаптації та прив'язаності у новоприбулих дітей, що включають як індивідуальні стратегії на рівні дитини, так і системні втручання на рівні установи та родинного середовища. Скоординована міждисциплінарна взаємодія всіх учасників освітнього процесу є запорукою успішного емоційного входження дитини у нове соціальне середовище.

### 3.2 Психологічні інтервенції та програми підтримки адаптації

Період входження дитини раннього та дошкільного віку до умов закладу дошкільної освіти (ЗДО) є одним з найбільш чутливих етапів її розвитку. Саме в цей час відбувається різка зміна соціального середовища, розширення кола взаємодії, поява нових правил, ролей і вимог. На тлі цих змін виникають ознаки адаптаційного стресу, які можуть проявлятися у фізіологічних, емоційних і поведінкових реакціях. Важливим чинником, що визначає інтенсивність та тривалість адаптаційних труднощів, є якість прив'язаності дитини до значущих дорослих. Тому психологічні інтервенції, націлені на підтримку прив'язаності, формування емоційної безпеки та поступове включення в нове середовище, становлять ключовий компонент професійної роботи у ЗДО.

Сучасні програми підтримки адаптації ґрунтуються на міждисциплінарному підході, який поєднує принципи теорії прив'язаності: (Д. Боулбі, М. Ейнсворт, Г. Ньюфелд), ігрові терапевтичні методики, стратегії емоційно-чутливого виховання та моделі психолого-педагогічного супроводу. Ефективність таких інтервенцій підтверджена зарубіжними та українськими дослідженнями, які засвідчують: комплексна підтримка здатна істотно знизити рівень тривожності та пришвидшити процес адаптації дітей у новому середовищі.

Одним з найбільш науково обґрунтованих методів є недирективна ігрова терапія, що дозволяє дитині символічно пропрацювати емоції, спричинені розлукою та зміною середовища. Використання сенсорних ігор, сюжетно-рольових сюжетів «Прощання», «Нові друзі», «Дитячий садок» сприяє формуванню позитивних асоціацій із ЗДО та відновленню емоційної рівноваги.

До ефективних інтервенцій належать: дихальні ігри («повітряний кулька», «вітрячок»); техніки тілесної регуляції («руки-обіймашки», «камінчик і пір'їнка»); картки-емоції для розвитку здатності розпізнавати

власні відчуття. Такі практики поступово формують навички саморегуляції, знижують інтенсивність стресових реакцій і сприяють розвитку емоційної грамотності.

Таблиця 3.2

### Програми успішної адаптації дитини до ЗДО

Назва програми	Мета	Зміст та ключові компоненти	Цільова група	Очікувані результати
Програма емоційної стабілізації «Спокійний старт»	Зниження рівня тривожності у дітей, формування почуття безпеки	Дихальні вправи; релаксаційні казки; вправи на тілесну усвідомленість; створення «кутка спокою»	Діти 3–6 років, що переживають труднощі адаптації	Зменшення емоційного напруження; стабілізація поведінкових реакцій; підвищення емоційної саморегуляції
Програма формування соціальних навичок «Я серед інших»	Покращення навичок взаємодії з ровесниками та дорослими	Ігрові тренінги; соціальні історії; вправи на розвиток емпатії; моделювання ситуацій спілкування	Діти старшої та середньої груп ЗДО	Підвищення соціальної компетентності; покращення взаємодії з однолітками; розвиток навичок кооперації
Арт-терапевтична програма «Кольори мого настрою»	Вербалізація і проживання емоцій через творчість	Малювання емоцій; робота з піском; створення символічних образів; групові арт-сесії	Діти 3–7 років	Покращення емоційної виразності; зниження напруги; розвиток позитивного самообразу
Адаптаційно-комунікативні ігри «Разом веселіше»	Розвиток довіри, згуртованості та позитивного емоційного досвіду	Рухливі кооперативні ігри; парні завдання; командотворчі вправи	Новоприбулі діти, групи з високим рівнем конфліктності	Підвищення згуртованості групи; зменшення тривожності в новачків
Програма «Батьківський супровід адаптації»	Підвищення батьківської компетентності у питаннях адаптації	Тренінги; інформаційні буклети; щотижневі консультації	Батьки вихованців ЗДО	Покращення якості взаємодії «дитина–батьки–заклад»; зниження батьківської тривожності

Освітні модулі для батьків включають інформацію про вікові особливості адаптації, закономірності формування прив'язаності та способи

м'якого розставання з дитиною. Доведено, що поінформованість батьків значно зменшує рівень їх тривоги та підвищує ефективність співпраці з вихователями.

До спільних сімейних ритуалів належать: ранкові «переходи» разом з батьками, короткі прощальні ритуали, участь батьків у перших ранкових заняттях. Ці дії підсилюють відчуття безпеки в дитини і сприяють формуванню позитивного досвіду вступу до ЗДО.

Ефективні програми адаптації дітей до ЗДО включають: виділення «тихих» зон емоційного відновлення: сенсорні куточки (кінетичний пісок, антистрес-матеріали): гнучкий режим перебування дитини в перші тижні: візуальні розклади дня та піктограми переходів.

Таке середовище зменшує перевантаження нервової системи та забезпечує передбачуваність, яка є критично важливою для дітей раннього віку.

Співпраця вихователів, практичного психолога, медичного працівника та адміністрації формує мультидисциплінарну модель, яка забезпечує охоплення всіх аспектів адаптації – психологічного, поведінкового, фізіологічного та соціального.

Психологічні інтервенції та програми підтримки адаптації дітей раннього і дошкільного віку відіграють ключову роль у формуванні безпечного старту освітньої діяльності. Вони забезпечують комплексний вплив на дитину, сім'ю, педагогів та інституційне середовище, створюючи умови для поступової та емоційно комфортної адаптації. Успішність таких програм ґрунтується на принципах чутливості, структурованості, партнерства та своєчасності. Застосування описаних інтервенцій сприяє зниженню рівня стресу, покращенню емоційної регуляції, підвищенню комунікативної активності та формуванню позитивної взаємодії з однолітками і дорослими. У довгостроковій перспективі це підсилює розвиток довірливих стосунків,

пришвидшує процес соціалізації та сприяє загальному психологічному благополуччю дитини.

Ефективна адаптація дитини до умов закладу дошкільної освіти значною мірою залежить від скоординованої взаємодії між ключовими учасниками освітнього процесу – педагогом, психологом та батьками. Кожен із цих суб'єктів виконує унікальну функцію: педагог забезпечує організацію навчально-виховного середовища, психолог здійснює психоемоційну підтримку та діагностику, а батьки формують первинну зону безпеки, яка впливає на психологічний стан дитини. Взаємодія цих трьох ланок набуває особливої актуальності у період адаптації, коли дитина переживає значні зміни у життєвому укладі, емоційному досвіді та міжособистісних зв'язках.

Побудова чіткого алгоритму співпраці дозволяє оптимізувати організаційні й психологічні процеси, забезпечити узгодженість дій та запобігти виникненню дезадаптаційних реакцій. Такий алгоритм стає методичною основою для роботи закладу, надаючи педагогам та батькам зрозумілі орієнтири, а психологу – можливість системно супроводжувати дитину.

Нами було розроблено алгоритм співпраці «педагог – психолог – батьки» у період адаптації (рис.3.1) з урахуванням:

1. Принципів психологічної підтримки дитини: принцип безумовної підтримки та прийняття: забезпечення відчуття безпеки й передбачуваності: поступового включення у нове середовище: опори на сильні сторони дитини.

2. Теорії прив'язаності (Д. Боулбі): важливість стабільної дорослої фігури у перехідний період: роль батьків та педагога як «бази безпеки».

3. Екосистемного підходу (У. Бронфенбреннер): взаємозалежність мікросередовищ: сім'я – ЗДО – соціальне оточення: необхідність узгоджених дій між ними.

4. Принципів партнерської взаємодії в освіті: відкритість комунікації: взаємна повага: відповідальність кожної сторони: спільне прийняття рішень.

5. Практик інклюзивної та чутливої освіти: індивідуалізація адаптаційних стратегій: створення підтримувального середовища для всіх дітей.

Представлений алгоритм (рис. 3.1) поєднує структурний та процесуальний підходи, пропонуючи чітку послідовність дій і водночас охоплюючи міжособистісні аспекти взаємодії.

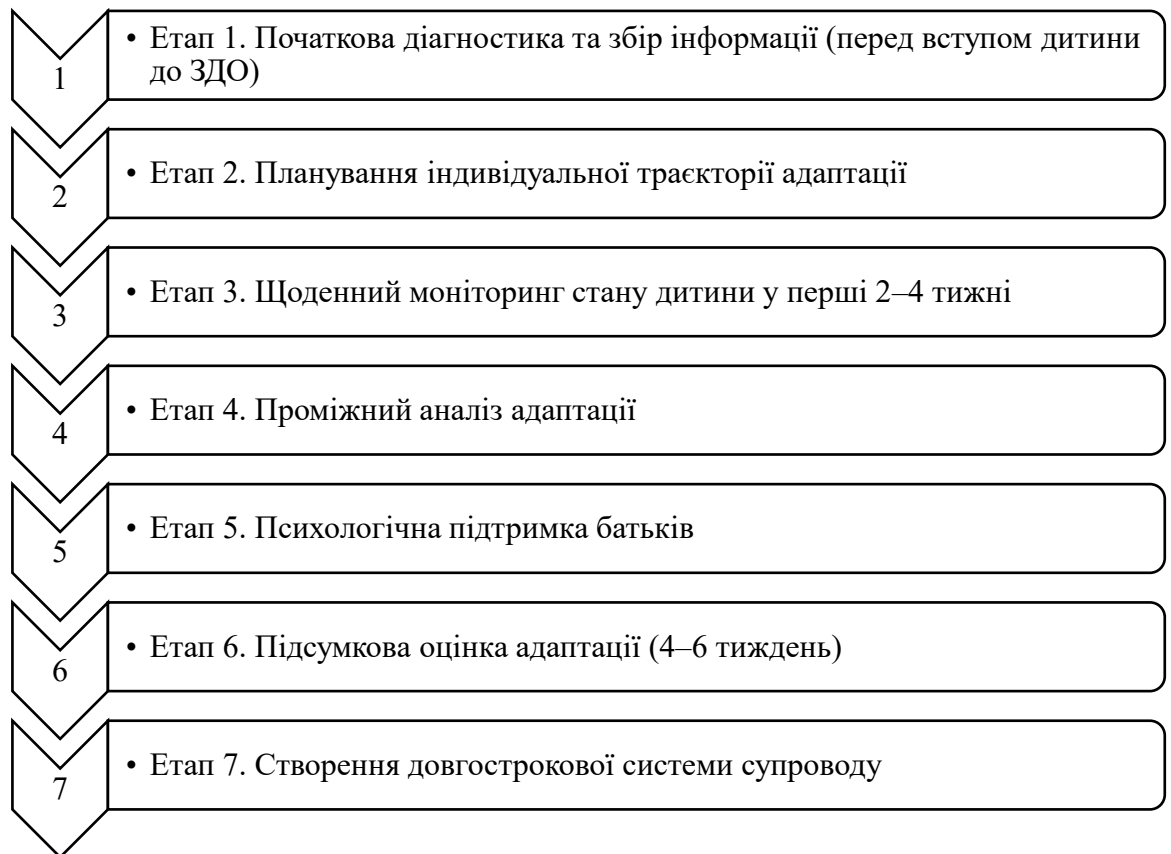


Рис.3.1 Алгоритм співпраці «педагог – психолог – батьки» у період адаптації

Запропонований алгоритм являє собою багаторівневу модель взаємодії, де батьки, педагог і психолог утворюють трикутник партнерства, спрямований на забезпечення максимально комфортного та безпечного переходу дитини у нове середовище. Він охоплює три ключові компоненти:

– інформаційно-аналітичний – збір даних, спостереження, діагностика;

- практично-взаємодійний – узгоджені дії, психопедагогічні інтервенції, щоденна комунікація;
- оцінювально-корекційний – проміжні та кінцеві оцінки, корекція траєкторії розвитку, формування підтримувальних програм.

Алгоритм враховує індивідуальні потреби дитини, її тип темпераменту, сімейні умови, попередній досвід та рівень емоційної зрілості. Він є універсальним, але передбачає можливість адаптації для дітей з підвищеною тривожністю, порушеннями комунікації або особливими освітніми потребами.

На етапі 1 (Початкова діагностика та збір інформації) (перед вступом дитини до ЗДО) педагог організовує анкетування батьків щодо індивідуальних особливостей дитини: збирає інформацію про режим, харчові вподобання, темперамент, попередній досвід спілкування. Психолог проводить первинну бесіду з батьками та визначає можливі ризики дезадаптації. Батьки надають правдиву інформацію про дитину та готують дитину до змін (розповідають про садочок, режим, нових людей).

На етапі 2 (Планування індивідуальної траєкторії адаптації) формуються спільні рішення: визначення тривалості адаптаційного періоду: вибір стратегії адаптації: короткочасна присутність батьків, поступове розширення перебування дитини, гнучкий режим. Психолог на даному етапі формує рекомендації для педагога та пропонує індивідуальні інтервенції (емоційна підтримка, арт-терапія, ігрові техніки).

На третьому етапі педагог спостерігає за поведінкою, емоційними реакціями, апетитом, сном, взаємодією: фіксує зміни та повідомляє психологу й батькам. Психолог здійснює короткі спостереження у групі та надає точкові рекомендації (зміна темпу включення, підсилення підтримки, використання візуальних підказок). Протягом етапу батьки підтримують стабільний домашній режим та обговорюють з педагогом щоденні результати.

На четвертому етапі (проміжний аналіз адаптації) учасники: педагог + психолог + батьки обговорюють складнощі, оцінюють аналіз прогресу, визначають напрямки корекції.

На п'ятому етапі психологічної підтримки батьків психолог проводить консультації та надає рекомендації щодо моделювання позитивного ставлення до ЗДО, підкріплює взаємодію позитивним зворотним зв'язком та підтримує атмосферу партнерства.

На етапі 6 (Підсумкова оцінка адаптації) (4–6 тиждень) педагог оцінює включеність дитини у групу: психолог проводить повторну діагностику або експрес-аналіз: батьки надають зворотний зв'язок про поведінку вдома.

Етап 7 (Створення довгострокової системи супроводу) реалізується у випадку ускладненої адаптації та передбачає: індивідуальні заняття з психологом: регулярні зустрічі з батьками : впровадження програм емоційної стабілізації та соціалізації: участь педагога у підтримувальних заходах (ритуали, малі групи, стабільні структури дня).

Алгоритм співпраці «педагог – психолог – батьки» є ключовим інструментом у підтримці процесу адаптації дитини до закладу дошкільної освіти. Його реалізація забезпечує: зменшення рівня тривожності та стресу у дитини: узгодженість дій усіх учасників освітнього процесу: своєчасне виявлення труднощів та оперативне реагування :підвищення батьківської компетентності та залученості: створення стабільного емоційного середовища в групі: формування позитивного досвіду дошкільного навчання.

В рамках дослідження нами було складено тренінгову програму для батьків. Програма побудована на сучасних наукових підходах до розуміння механізмів дитячої адаптації та теорії прив'язаності (Дж. Болбі, М. Ейнсворт, Г. Ньюфелд). Кожне заняття спрямоване на поступове формування у батьків когнітивно-емоційних і поведінкових навичок, необхідних для грамотного супроводу дитини в період переходу до умов ЗДО.

Загальна тривалість програми – 8 занять по 60–90 хвилин.

Таблиця 3.3

**Програма тренінгу для батьків «Батьківський супровід адаптації дитини до ЗДО»**

№	Тема заняття	Мета заняття	Форми та методи роботи	Очікувані результати
1	Вступ. Що таке адаптація дитини в ЗДО?	Ознайомити батьків з поняттям адаптації та її видами; зменшити тривожність щодо перших тижнів перебування дитини у садку	Міні-лекція, групове обговорення, вправи «Мій досвід адаптації», чек-листи	Батьки усвідомлюють закономірність адаптаційних труднощів і розуміють основні етапи входження в ЗДО
2	Прив'язаність як основа успішної адаптації	Пояснити значення безпечної прив'язаності та роль дорослого у формуванні довіри дитини	Вправа «Коло підтримки», самооцінювання стилю взаємодії, перегляд та аналіз відеофрагментів	Батьки розуміють, як їхня поведінка впливає на емоційний стан дитини та її здатність адаптуватися
3	Емоційні реакції дитини під час адаптації: як підтримати?	Навчити батьків ідентифікувати емоційні стани й адекватно реагувати на них	Рольові ігри «Спокійний батько — спокійна дитина», техніки дихання, практикум емпатичних висловлювань	Батьки оволодівають навичками емоційної підтримки та конструктивного реагування
4	Підготовка дитини до садочка вдома	Навчити планувати підготовчий період адаптації	Практикум «Створюємо план підготовки», картки-завдання для сім'ї	Батьки мають індивідуальний план підготовки дитини до ЗДО
5	Співпраця з педагогом і психологом. Єдиний підхід до дитини	Показати важливість узгодженості дій родини та педагогів	Тренінг комунікаційних технік, моделювання зустрічі «батьки–вихователь»	Батьки здобувають навички ефективного спілкування з працівниками ЗДО
6	Ритуали розставання та повернення	Навчити створювати стабільні емоційні «містки» між домом і садочком	Вправи «Наш ритуал», моделювання ситуацій, створення сімейного набору ритуалів	Батьки мають набір ефективних ритуалів для зменшення стресу дитини
7	Подолання труднощів: істерики, регрес, соматичні прояви	Науково та практично пояснити, як реагувати на складні ситуації адаптації	Розбір кейсів, групова дискусія, техніка «Що я можу зробити зараз?»	Батьки вміють розпізнавати «червоні прапорці» та обирати оптимальні дії
8	Підбиття підсумків. Підтримка внутрішніх ресурсів батьків	Зміцнити впевненість батьків у власних можливостях; завершити тренінг	Вправа «Мій ресурс», коло зворотного зв'язку, рекомендації після тренінгу	Батьки виходять із програми з відчуттям компетентності та сформованим планом взаємодії з дитиною

Методи роботи включають групові дискусії, рольові ігри, аналіз відеоматеріалів, індивідуальні практикуми, вправи на емпатію, створення сімейних планів та ритуалів.

Тренінгові зустрічі охоплюють три ключові напрями впливу:

Психолого-інформаційний – надання батькам науково обґрунтованої інформації щодо природи адаптаційного періоду та особливостей прив'язаності.

Навчально-практичний – формування навичок емоційної підтримки, комунікації, організації режиму, створення ритуалів.

Ресурсно-підтримувальний – зниження тривоги батьків, зміцнення впевненості та посилення їх власної психологічної стійкості.

Програма тренінгу забезпечує системний підхід до батьківського супроводу адаптації, охоплюючи когнітивні, емоційні й поведінкові аспекти взаємодії з дитиною. Структура тренінгу відповідає закономірностям формування прив'язаності та сучасним вимогам дошкільної психології, що підвищує ефективність отриманих результатів. Змішані методи навчання (лекційні, інтерактивні, практичні) сприяють активній участі батьків та дозволяють їм відразу застосовувати отримані знання.

Програма спрямована не лише на підтримку дітей, а й на зміцнення психологічної стійкості батьків, що є критично важливим фактором успішної адаптації.

Очікуваним результатом є зниження частоти негативних адаптаційних реакцій у дітей, формування конструктивних моделей взаємодії та побудова довірливої співпраці між родиною та педагогами.

Запропонований комплекс заходів має високий практичний потенціал для покращення адаптаційних процесів у дітей раннього та дошкільного віку. Належно організоване впровадження в поєднанні з системою моніторингу дозволить досягти вимірних поліпшень: зниження інтенсивності стресових реакцій, прискорення включення у групову діяльність, зниження частоти психосоматичних проявів та зменшення частки ускладненої адаптації.

Соціально, програми підвищують батьківську компетентність, покращують професійну якість роботи педагогів, а при масштабуванні — вплинуть на ефективність системи дошкільної освіти в регіоні.

### Висновки до розділу 3

У третьому розділі дослідження було представлено комплекс практичних заходів, спрямованих на підтримку адаптації дітей раннього та дошкільного віку в умовах закладу дошкільної освіти, а також проаналізовано психологічні інтервенції, програми та алгоритми взаємодії між педагогами, батьками й практичним психологом.

Запропоновані заходи продемонстрували те, що ефективність адаптаційних процесів значною мірою залежить від взаємодії трьох ключових середовищ: дитини, сім'ї та закладу освіти. Тільки за умов узгодженості практичних кроків на цих рівнях можна забезпечити стабільність та комфортність переходу дитини до нового соціального простору.

Застосовані психологічні інтервенції: ігротерапевтичні техніки, емоційно-орієнтовані методи, програми розвитку комунікативності та саморегуляції показали, що адаптаційні труднощі мають різну природу. Відповідно, програми підтримки повинні враховувати тип темпераменту, рівень сформованої прив'язаності, сімейну ситуацію та попередній досвід соціалізації. Створення ритуалів входу та завершення дня, забезпечення стабільності розкладу, організація «просторів безпеки», використання візуальних підказок, підготовка персоналу до роботи з емоційними стійкостями дітей – усе це є ефективними засобами зниження тривожності та підвищення передбачуваності для дитини. Ігрові методи, арт-терапевтичні практики, казкотерапія, вправи на розвиток емоційного інтелекту та сенсорної інтеграції підвищують здатність дитини регулювати емоції, адаптуватися до групи, знижують прояви стресу та тривожності.

Алгоритм співпраці, розроблений у межах цього розділу, довів актуальність скоординованих дій усіх учасників освітнього процесу. Своєчасний обмін інформацією, єдине бачення потреб дитини та регулярний моніторинг з боку психолога значно знижують рівень дезадаптаційних реакцій, сприяють зміцненню почуття безпеки й підвищують довіру між сім'єю та закладом освіти.

Розроблений комплекс заходів та алгоритм взаємодії «педагог – психолог – батьки» можуть бути використані педагогами та психологами як методичні інструменти для організації адаптаційного періоду. Вони забезпечують чіткість, структурованість та послідовність дій, що є важливим для практичної роботи в ЗДО.

Запропоновані рекомендації є науково обґрунтованими та мають високий рівень практичної значущості.

## ВИСНОВКИ

У першому розділі узагальнено сучасні теоретичні підходи до розуміння прив'язаності та її ролі в адаптації дітей раннього й дошкільного віку до умов закладу дошкільної освіти. Показано, що прив'язаність є базовою системою емоційної регуляції, яка формується у взаємодії з чутливим і доступним дорослим та визначає здатність дитини переносити розлуку, встановлювати довірливі стосунки й опановувати нові соціальні ситуації.

Класичні моделі Дж. Боулбі та М. Ейнсворт розкривають механізми формування прив'язаності та її значення для емоційної безпеки, тоді як рівнева модель Г. Ньюфелда підкреслює розвиткову динаміку близькості та її поступове поглиблення. Нейропсихологічні дані засвідчують, що якість ранніх стосунків впливає на дозрівання структур мозку, відповідальних за саморегуляцію, що безпосередньо позначається на здатності долати адаптаційний стрес.

Проаналізовано психологічні особливості дітей раннього та дошкільного віку, які зумовлюють підвищену чутливість до новизни: обмежені можливості регуляції емоцій, потреба в стабільності, сенсорна вразливість. Типові реакції адаптації до садка (плач, протест, тимчасові регресії) є нормальними й відображають напруження системи прив'язаності.

Успішність адаптації залежить від низки чинників: стабільності та чутливості батьківського догляду, якості взаємодії з вихователем як потенційною фігурою вторинної прив'язаності, родинного емоційного клімату та педагогічних практик у групі. Родинні стресори, часті зміни доглядальників чи нестабільність середовища можуть підсилювати тривожність і ускладнювати вхід дитини до ЗДО.

Таким чином, теоретичний аналіз підтвердив, що прив'язаність є провідним механізмом, який визначає траєкторію адаптації дитини, її емоційні реакції та рівень безпеки в перехідний період. Сформульовані положення

створюють концептуальну основу для подальшого емпіричного дослідження, представленого в наступних розділах роботи.

Проведене емпіричне дослідження дало змогу всебічно проаналізувати особливості впливу характеристик прив'язаності на процес адаптації дітей раннього та дошкільного віку до умов закладу дошкільної освіти. На основі результатів психолого-педагогічного спостереження, опитування батьків і аналізу контекстуальних чинників встановлено комплекс закономірностей, що визначають успішність входження дитини в нове соціальне середовище.

По-перше, отримані дані підтвердили, що адаптація до дитячого садка має виразний індивідуальний характер і залежить як від внутрішніх ресурсів дитини, так і від якості взаємодії з дорослими. За результатами спостереження виділено три основні типи адаптації – легка, середня та ускладнена, які значно відрізняються за інтенсивністю емоційних реакцій, характером поведінкових проявів, швидкістю формування почуття безпеки та рівнем включення у групову взаємодію. Майже половина дітей продемонстрували середній рівень адаптації, тоді як кожна четверта – виражені труднощі, що вказує на необхідність індивідуалізованого супроводу в перші місяці перебування в ЗДО.

По-друге, встановлено чіткий зв'язок між характеристиками прив'язаності та характером адаптаційних реакцій. Діти з ознаками сформованої, емоційно стабільної та надійної прив'язаності демонстрували швидше входження в рутину дитячого садка, нижчий рівень стресових реакцій, кращу взаємодію з вихователями та однолітками. Натомість діти з елементами нестабільної, амбівалентної або унікальної прив'язаності частіше стикалися з труднощами регуляції емоцій, відчуженістю, тривалими проявами тривоги при розставанні з батьками.

По-третє, результати покрокового регресійного аналізу дозволили виявити найвагоміші контекстуальні предиктори успішності адаптації. Визначено, що якість спілкування з вихователем (SSI) є провідним чинником, який пояснює значну частину варіації адаптаційних труднощів. Також

значущий внесок мають стресові поведінкові прояви (CSI), які підвищують ризик дезадаптації, та рівень сімейної підтримки (FSI), який виконує захисну функцію. Сукупність цих показників формує модель, що пояснює 48% загальної варіативності адаптаційних реакцій, що є вагомим емпіричним результатом.

По-четверте, отримані дані свідчать, що адаптація дитини не може розглядатися як ізольований процес, відірваний від контексту сімейних і педагогічних взаємодій. Сімейне середовище, стиль виховання, чутливість батьків, а також професійна компетентність та емоційна підтримка з боку вихователя формують багатовимірну систему впливів, що визначають благополуччя дитини у ранній соціалізації.

Емпіричне дослідження підтвердило актуальність і значущість вивчення впливу прив'язаності на адаптацію дітей та окреслив важливі напрями подальшої роботи у сфері дошкільної психології й освітньої практики. Загалом результати дослідження підтверджують ключову роль прив'язаності як фундаментального психологічного механізму, що визначає здатність дитини адаптуватися до нових умов, регулювати емоції та будувати взаємини з дорослими й однолітками. Науково обґрунтовані висновки створюють підґрунтя для розроблення практичних рекомендацій для вихователів та психологів ЗДО, спрямованих на раннє виявлення ризиків дезадаптації, підтримку позитивного педагогічного контакту та формування індивідуальних адаптаційних маршрутів для дітей з підвищеними потребами.

У третьому розділі дослідження було представлено комплекс практичних заходів, спрямованих на підтримку адаптації дітей раннього та дошкільного віку в умовах закладу дошкільної освіти, а також проаналізовано психологічні інтервенції, програми та алгоритми взаємодії між педагогами, батьками й практичним психологом.

Результати дослідження продемонстрували, що ефективність адаптаційних процесів значною мірою залежить від взаємодії трьох ключових

середовищ: дитини, сім'ї та закладу освіти. Тільки за умов узгодженості практичних кроків на цих рівнях можна забезпечити стабільність та комфортність переходу дитини до нового соціального простору.

Застосовані психологічні інтервенції: ігротерапевтичні техніки, емоційно-орієнтовані методи, програми розвитку комунікативності та саморегуляції показали, що адаптаційні труднощі мають різну природу. Відповідно, програми підтримки повинні враховувати тип темпераменту, рівень сформованої прив'язаності, сімейну ситуацію та попередній досвід соціалізації. Створення ритуалів входу та завершення дня, забезпечення стабільності розкладу, організація «просторів безпеки», використання візуальних підказок, підготовка персоналу до роботи з емоційними стійкостями дітей – усе це є ефективними засобами зниження тривожності та підвищення передбачуваності для дитини. Ігрові методи, арт-терапевтичні практики, казкотерапія, вправи на розвиток емоційного інтелекту та сенсорної інтеграції підвищують здатність дитини регулювати емоції, адаптуватися до групи, знижують прояви стресу та тривожності.

Алгоритм співпраці, розроблений у межах цього розділу, довів актуальність скоординованих дій усіх учасників освітнього процесу. Своєчасний обмін інформацією, єдине бачення потреб дитини та регулярний моніторинг з боку психолога значно знижують рівень дезадаптаційних реакцій, сприяють зміцненню почуття безпеки й підвищують довіру між сім'єю та закладом освіти.

Розроблений комплекс заходів та алгоритм взаємодії «педагог – психолог – батьки» можуть бути використані педагогами та психологами як методичні інструменти для організації адаптаційного періоду. Вони забезпечують чіткість, структурованість та послідовність дій, що є важливим для практичної роботи в ЗДО.

Запропоновані рекомендації є науково обґрунтованими та мають високий рівень практичної значущості. Розділ демонструє, що сучасний підхід до адаптації має ґрунтуватися не лише на спостереженні за поведінкою, а й на

розумінні психологічних механізмів прив'язаності, емоційної регуляції та соціального розвитку. Обґрунтованість рекомендацій забезпечує можливість їхнього широкого впровадження у практику дошкільної освіти.

В рамках проведеного дослідження було підтверджено, що успішна адаптація дітей раннього та дошкільного віку до умов закладу дошкільної освіти можлива лише за умови комплексного підходу, що включає системну підтримку на рівні дитини, сім'ї та освітнього середовища. Розроблені інтервенції, програмні заходи та алгоритми взаємодії мають значний потенціал для практичного застосування, забезпечуючи гармонійний розвиток, зниження рівня тривожності та формування стійкої позитивної прив'язаності дітей до нового соціального простору.

## ПЕРЕЛІК ВИКОРИСТАНИХ ЛІТЕРАТУРНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Айнсворт М. Ранні стосунки та розвиток дитини. Львів: Світ, 2019. 276 с.
2. Бережна Н. П., Сахно О. І. Розвиток емоційної сфери дитини раннього віку. *Праці з дитячої психології*, 2017. (3). С. 51-59.
3. Бондаренко Л. І. Психологічні особливості адаптації дітей в умовах закладу дошкільної освіти. Київ: Видавництво університету, 2016. 208 с.
4. Боулбі Дж. Прив'язаність і втрата. Київ: Либідь, 2020. 384 с.
5. Булатевич Н.М. Чинники адаптації дитини до дитячого дошкільного закладу. *Освіта регіону*, 2024. (10). С. 321-329.
6. Бурсова С. С. Діагностика рівнів адаптації дітей до дошкільного навчального закладу. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*, 2015. 10 (54). С. 263- 270.
7. Гаврило О.І. Умови адаптації дітей раннього дошкільного віку до закладу дошкільної освіти. Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*, 2021. № 2 (106). С. 56-65.
8. Гавриш Н.В. Розвиток дошкільної освіти в Україні: методичні рекомендації. Київ: ІПВ НАПН України, 2017. 136 с.
9. Гавриш Н.В. Дитина в новому соціальному середовищі: психологічний супровід. Київ: Слово, 2022. 208 с.
10. Гайдамак О. Особливості поведінкової адаптації дошкільників. *Психологічний часопис*, 2021, №2, С. 41–49.
11. Грицай І.С. Психологічний супровід адаптації дітей. Херсон: Олді-плюс, 2021. 132 с.
12. Гуменюк Т.Б. Розвиток соціальних навичок у дошкільному віці. Тернопіль: Навчальна книга, 2020. 180 с.
13. Дубровіна І.В. Психологія дитинства. Київ: Академвидав, 2019. 344 с.

14. Дуткевич Т. В. Дитяча психологія. Навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2012. 424 с.
15. Іванова Т. Н. Психологічні технології підтримки адаптації дітей у ЗДО. *Практична психологія*, 2019, №5. С. 12–22.
16. Ковальчук І. М. Психологічна служба в закладі дошкільної освіти: методичні рекомендації. Харків: ХНУ, 2018. 187 с.
17. Козак О.В. Адаптація дітей у сучасному ЗДО. Івано-Франківськ: Плай, 2023. 168 с.
18. Кононко О.Л. Психологічні умови адаптації дітей до дошкільного закладу. Київ: Світич, 2018. 164 с.
19. Кравченко М.В. Тип прив'язаності як чинник адаптації дитини. *Науковий вісник ХНПУ*, 2021, №65, С. 112–118.
20. Кравченко Н. В. Методика діагностики готовності до адаптації в умовах дошкільного закладу. Навчально-методичний посібник. Львів: Вид-во ЛНУ, 2015. 300 с.
21. Левченко Л.Ю. Роль сімейного середовища у формуванні прив'язаності. Київ: Освіта, 2022. 196 с.
22. Лещенко А. І. Соціальна робота з дітьми, які постраждали від насильства. Київ: Центр соціальних служб, 2022. 188 с.
23. Маковецька Н. В. Увага, адаптація. *Дошкільне виховання*, 2001. (12). С. 13–14.
24. Марченко О. С., Романенко І. П. Педагогічні умови успішної адаптації дітей дошкільного віку. *Вісник педагогіки*, 2018, №7. С. 55–63.
25. Мінгазова Н. Психологічна підтримка дітей раннього віку. Харків: Основа, 2021. 140 с.
26. Мошченко Н. Емоційний добробут дошкільника. Одеса: Астропринт, 2020. 144 с.
27. Никонова Н. В. Психологічна допомога дітям раннього віку в умовах ЗДО. *Практична психологія і соціальна робота: журнал*, 2019, №2. С. 45–56.

28. Ороховська Л.А. Соціальна адаптація дітей раннього віку. Харків: Основа, 2021. 152 с.
29. Павленко О.І. Дитина в системі дошкільної освіти. Київ: Слово, 2019. 220 с.
30. Петренко О. В. Соціалізація дітей раннього віку в контексті сімейно-закладної взаємодії. *Соціальна робота в Україні*, 2020. №3. С. 78–87.
31. Піроженко Т.О. Емоційний розвиток дошкільника. Київ: Генеза, 2020. 248 с.
32. Програма розвитку дитини дошкільного віку «Українське дошкільля». Київ: Міністерство освіти і науки України, 2017. 114 с.
33. Савченко Ю. А. Психологічний супровід адаптації дітей раннього віку: практичний посібник для вихователів. Харків: Основа, 2020. 276 с.
34. Савчин М. В. , Василенко Л. П. Вікова психологія: навчальний посібник Київ: Академвидав, 2005. 306 с.
35. Садова І. Адаптаційні реакції дітей раннього віку. *Вісник психології*, 2020, №4, С. 56–63.
36. Сахно П. І. Вікова психологія: конспект лекцій . Суми: Сумський державний університет, 2024. 190 с.
37. Славіна Н. С. Адаптація дітей раннього віку в умовах дошкільного закладу. *Педагогіка і психологія*, 2018. №40. С. 32–40.
38. Тертична Н.А. Вікова психологія: навч. посібник . Київ: Книга-плюс, 2018. 352 с.
39. Токарева Н.М. Основи вікової психології: навчально-методичний посібник . Кривий Ріг, 2013 283 с.
40. Ушакова І.М. Вікова психологія: курс лекцій. Харків: НУЦЗУ, 2016. 123 с.
41. Шкляр Н.А. Адаптація дитини дошкільного віку в умовах закладу дошкільної освіти: теорія й практика. *Педагогіка і психологія*, 2016. № 8. С. 34-49.

42. Лисенко Н. Особливості адаптації дітей раннього віку до ЗДО. *Психологія і суспільство*, 2022, №3, С. 98–105.
43. Ainsworth M. D. S., Blehar M. C., Waters E., Wall S. *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 1978. 416 p.
44. Bowlby J. *Attachment and Loss. Vol. 1: Attachment*. London: The Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis, 1969. 428 p.
45. Bronfenbrenner U. *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1979.
46. Cassidy J. *Handbook of attachment*. New York: Guilford Press, 2018. 1064 p.
47. Cassidy J., Shaver P. R. (eds.) *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications*. 3rd ed. New York: Guilford Press, 2016. 800 p.
48. Grossmann K. Early attachment patterns and social competence. *Developmental Psychology*, 2019, №55, С. 340–352.
49. Guralnick M. J. Early intervention for children with developmental delays: efficacy and implications. *Journal of Early Intervention*, 2011.
50. Lappin E., et al. Early childhood experiences and later mental health: A review. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 2018. 200 p.
51. Lemar H. *Early childhood transitions and well-being*. London: Routledge, 2019. 234 p.
52. Main M. *Attachment and human behavior*. Cambridge: CUP, 2018. 312 p.
53. Main M., Solomon J. Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. In: Greenberg MT, Cicchetti D, Cummings EM (eds.). *Attachment in the Preschool Years: Theory, Research, and Intervention*. Chicago: University of Chicago Press, 1990. P. 121–160.
54. McLeod S. John Bowlby – attachment theory. *Simply Psychology*, 2019. 284 p.

55. Proskura O. Emotional reactions of preschoolers during adaptation. *Journal of Child Studies*, 2021, №12, C. 74–81.
56. Rogoff B. *Early child development in sociocultural context*. Oxford: OUP, 2020. 280 p.
57. Sameroff A. The transactional model of development. *Developmental Review*, 2019, №52, C. 30–48.
58. Sroufe A. *The role of early attachment in development*. New York: Guilford Press, 2020. 290 p.
59. Sroufe L. A. *The development of the person: The Minnesota study of risk and adaptation from birth to adulthood*. New York: Guilford Press, 2005. 512 p.
60. Sroufe L. A., Egeland B., Carlson E., Collins W. A. *The development of the person: The Minnesota study of risk and adaptation from birth to adulthood*. New York: Guilford Press, 2005. 126 p.
61. Thompson R. A. Early sociopersonality development. In: Damon W., Lerner R. M. (Eds.). *Handbook of Child Psychology, 5th ed., Vol. 3. Social, Emotional, and Personality Development*. New York: Wiley, 1998. P. 25–104.
62. Tronto M. Preschool adaptation and attachment dynamics. *European Journal of Child Psychology*, 2022, №17, C. 59–71.
63. Van IJzendoorn M. Attachment across cultures. *Child Psychology Review*, 2020, №45, C. 201–218.
64. Verissimo M. Children's adaptation in early childhood education settings. *Early Childhood Research Quarterly*, 2021, №54, C. 45–58.
65. Waters E. Attachment security in early childhood. *Child Development*, 2018, №89, C. 123–134.
66. Waters E., Deane K. E. Defining and assessing individual differences in attachment relationships: Q-set and other methods. *Child Dev.*, 1985, 56(4), P. 277–291.
67. Zeanah C. H., Zeanah P. D. Attachment disorders of infancy and early childhood. *Annu. Rev. Clin. Psychol.*, 2009, 5, P. 161–183.

## ДОДАТКИ

## Додаток А

## Первинні дані до емпіричного дослідження

Позначка часу	1. Тип закладу:	2. Розмір групи (кількість дітей):	3. Середній вік дітей у групі (роки, місяці):	4. Період спостереження (у тижнях):
10.21.2025 15:24:25	Комунальний ЗДО (дитячий садок)	12	5 років	3 тиждень
10.21.2025 15:29:07	Комунальний ЗДО (дитячий садок)	12	5,5 - 6 років	4 тиждень
10.21.2025 16:02:33	Комунальний ЗДО (дитячий садок)	20	5.- 6 років	3тижні
10.21.2025 16:47:42	Комунальний ЗДО (дитячий садок)	20	4 роки 2 міс.	3 тижня
10.21.2025 18:09:37	Державний	15	3-4 роки	8 тиждень
10.21.2025 18:46:08	Комунальний ЗДО (дитячий садок)	15	4-5	Понеділок - п'ятниця
10.21.2025 18:57:42	Комунальний ЗДО (дитячий садок)	22	6 років	4-7
10.21.2025 22:16:04	Комунальний ЗДО (дитячий садок)	20	5--6 років	Перший-другий тиждень вересня
10.21.2025 22:41:58	Комунальний ЗДО (дитячий садок)	20	5 років	Жовтень

## Результати анкетного опитування

1. Більшість дітей заходять у групу спокійно, без сильного протесту.	2. Протягом перших двох тижнів кількість випадків плачу при розлуці з батьками зменшується.	3. Діти охоче включаються у гру з іншими дітьми.	4. Діти звертаються до вихователя по допомогу у складних ситуаціях.
3 — іноді	5 — завжди / практично завжди	4 — часто	5 — завжди / практично завжди
5 — завжди / практично завжди	5 — завжди / практично завжди	4 — часто	4 — часто
4 — часто	5 — завжди / практично завжди	4 — часто	4 — часто
4 — часто	5 — завжди / практично завжди	5 — завжди / практично завжди	4 — часто
4 — часто	4 — часто	4 — часто	4 — часто
4 — часто	4 — часто	4 — часто	4 — часто
4 — часто	4 — часто	4 — часто	4 — часто
4 — часто	4 — часто	4 — часто	4 — часто
5 — завжди / практично завжди	4 — часто	4 — часто	4 — часто

5. Загальний емоційний стан дітей у кінці дня позитивний.	6. Регресивні прояви (частий плач, відмова від їжі, надмірна прив'язаність) трапляються рідко.	7. Частина дітей демонструє сильний протест при розлуці з батьками.	8. Діти активно шукають контакт із вихователем для заспокоєння.	9. Приблизна частка дітей, які шукають фізичного контакту (обійми, тримання за руку): (коротка відповідь у %)	10. Приблизна частка дітей, які уникають контакту з дорослими: (коротка відповідь у %)
5 — завжди / практично завжди	2 — рідко	2 — рідко	4 — часто	40	10
5 — завжди / практично завжди	2 — рідко	1 — ніколи	3 — іноді	1%	2%
4 — часто	4 — часто	3 — іноді	4 — часто	80	20-30
5 — завжди / практично завжди	3 — іноді	3 — іноді	4 — часто	98%	2%
4 — часто	3 — іноді	3 — іноді	4 — часто	50	20
4 — часто	2 — рідко	2 — рідко	3 — іноді	Із 100 %- 40	10
4 — часто	3 — іноді	2 — рідко	2 — рідко	2 %	2 %
4 — часто	3 — іноді	3 — іноді	4 — часто	60%	20%
5 — завжди / практично завжди	2 — рідко	1 — ніколи	3 — іноді	50	50