

УДК 373.2:616.89-008.441

ХАРАКТЕРИСТИКА РІВНІВ СФОРМОВАНOSTI В ДІТЕЙ 5–7 РОКІВ УМІННЯ ДОЛАТИ СТРАХ

Бобро Л. В.

У статті автором піднімається важливе питання педагогічної теорії і практики – уміння долати страхи в дітей 5–7 років. Визначено сутність поняття "уміння дошкільника долати страх". Проаналізовано результати констатувального етапу експерименту. Представлено результати використаних методів дослідження: бесід, спостереження, проективної методики. Надано кількісну та якісну характеристику отриманих даних.

Ключові слова: страх, уміння дошкільника долати страх, рівень сформованості уміння долати страх: високий, оптимальний, середній, низький.

В статье автором поднимается важный вопрос педагогической теории и практики – умения преодолевать страхи у детей 5–7 лет. Определена сущность понятия "умение дошкольника преодолевать страх". Проанализированы результаты констатирующего этапа эксперимента. Представлены результаты использованных методов исследования: бесед, наблюдения, проективной методики. Предоставлена количественная и качественная характеристику полученных данных.

Ключевые слова: страх, умение дошкольника преодолевать страх, уровень сформированности умения преодолевать страх: высокий, оптимальный, средний, низкий.

The author addresses the issue of Pedagogical Theory and Practice – formation of the ability to overcome fear in 5–7-year-old children.

The environment that surrounds children is characterised by cruelty. Children's life is overfilled with modern cartoons and computer games that demonstrate evil, negative characters, and their adverse actions. As a result, fear is formed in preschool-age children. The problem is aggravated by financial stratification of society, emotional disequilibrium, adult aggression, exclusive standards in the system of education.

The notion "the ability of a preschool-age child to overcome fear" is defined in the article in the following way: realised in preschool-age child's behaviour and actions ability to analyse, more or less appropriate asses existing threats, their dangerous impact on well-being and effective activity, taking into account the circumstances under which one must act, apply force to relevant regulation, maintaining capacity and emotional well-being, making a right decision, competent dealing with existing problems.

The results of experimental techniques, such as conversation, observational study, projective test (picture "My strongest fear") are represented. The analysis of summative assessment results makes it possible to distinguish four levels of the ability to overcome fear: high, optimal, middle, low. Each of them has corresponding index. The author provides with quantitative and qualitative characteristic of the received data.

Key words: fear, ability to overcome fear, levels of ability to overcome fear: high, optimal, middle, low.

Постановка проблеми. Середовище, яке нині оточує дітей, характеризується жорстокістю. Життя дітей переповнене сучасними мультфільмами та комп'ютерними іграми, які демонструють зло, негативних героїв. Результатом цього є формування страхів у дошкільників. Підкріплюється проблема дитячих страхів і значним матеріальним розшаруванням населення, емоційною неврівноваженістю, агресивністю дорослих, підвищеними вимогами в освіті.

Оскільки діти дошкільного віку емоційно сприйнятливі, їм важко протистояти несприятливим впливам. Страхи виникають у результаті тривалих і нерозв'язаних переживань або гострих потрясінь, перенапруги нервової системи. Наслідки появи страху: дитина стає скутою, напруженою, її поведінка характеризується пасивністю.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблемою дитячих страхів у різних аспектах займалися вітчизняні вчені, зокрема В. Гарбузов, О. Кононко, О. Захаров, М. Лісіна, М. Денисова, О. Смірнова та ін.

Розкриття соціально-філософського аспекту проблематики страхів стало предметом дослідження В. Андрусенко, А. Прохорова, С. Сизова та ін. Вивченню проблеми страхів присвячено велику кількість досліджень зарубіжних психологів (Д. Бретт, О. Кондаш, Д. Лейн, Р. Мей, Е. Міллер, Б. Філліпс, Л. Херсов та ін.).

Переважна більшість дослідників вдаються до аналізу феномену страху, його класифікації, визначення причин та засобів корекції страхів на різних етапах онтогенезу. Водночас не виявлено досліджень, які вивчають дану проблему в контексті суб'єктних сил зростаючої особистості, її здатності мобілізуватися, протистояти та долати свій страх. Саме аспект формування у старших дошкільників умінь долати свій страх актуалізує проблему суб'єктності, привертає увагу до становлення та розвитку в дошкільному віці емоційно-вольової сфери як важливого компонента особистості. Недостатня теоретична й практична розробка даного аспекту проблеми обумовила актуальність і правомірність вибору нами даного напрямку дослідження.

Мета статті: схарактеризувати рівні сформованості у дітей 5–7 років уміння долати страх.

Виклад основного матеріалу. Відомий науковець О. Захаров визначає "страх" як афективне, емоційно загострене відображення у свідомості людини конкретної загрози для її життя і благополуччя. Він також зазначає, що людина, яка боїться конкретних об'єктів і думок, відчуває страх. А якщо вона починає боятися самого факту виникнення страху, тобто відчувати страх страху, то в неї виникає високий, нерідко межовий рівень тривоги. Це пояснюється побоюванням всього, що може навіть опосередковано загрожувати її життю і благополуччю [4].

На думку О. Кононко, основою страху є невпевненість дитини у своїй здатності впоратися із життєвими труднощами, із тим, що для неї незрозуміле, викликає неприємні переживання [5, с. 26].

Вищезазначений науковець визначає "уміння дошкільника долати страх" як реалізовану у поведінці та діях дошкільника здатність аналізувати, більш-менш адекватно оцінювати існуючі загрози, їх небезпеку для свого самопочуття та ефективної активності, враховувати умови, в яких доводиться діяти, докладати вольових зусиль для доцільної регуляції та підтримки оптимальної дієздатності, збереження емоційної рівноваги, прийняття правильних рішень, компетентного розв'язання існуючої проблеми [6, с. 117].

К. Альбуханова-Славська зазначає, що подолання суб'єктивних і об'єктивних труднощів у діяльності відбувається через саморегуляцію як процес оптимізації особистістю своїх можливостей, компенсації індивідуальних недоліків. Саморегуляція дозволяє особистості розвивати особливу здатність співвідносити себе з динамікою подій. Цей рівень саморегуляції автор вважає особистісним [1].

У межах даної проблеми Ф. Василюк виділив поняття "стратегія подолання бар'єрів" і надав йому наступне визначення. Це безліч ієрархічно організованих та об'єднаних спільною метою прийомів, що є складовою способів реалізації будь-якої діяльності та забезпечує подолання бар'єрів [3].

Згідно з твердженням А. Баранова, продуктивне подолання труднощів залежить від міри внутрішньої мотивації діяльності (спонукання, пов'язане із цінністю самої діяльності – інтерес до неї, прагнення до творчості тощо). Зовнішня позитивна мотивація пов'язана із задоволенням у процесі діяльності зовнішніх потреб (соціального престижу, матеріальних благ тощо). Зовнішня негативна мотивація пов'язана з реалізацією потреб у самозахисті та з мотивами уникання [2].

Теоретичний аналіз проблеми виховання у старших дошкільників уміння долати страх дозволив виокремити компоненти сформованості досліджуваного явища: когнітивний, емоційно-ціннісний, поведінковий.

Відповідно до визначених методів констатувального експерименту, проаналізуємо емпіричні дані по кожному з них із урахуванням визначених компонентів.

Охарактеризуємо отримані дані щодо когнітивного компонента.

Відповіді засвідчують наявність глибоких, обґрунтованих знань про страх у 16 % дітей 5–7 років. Вони усвідомлюють його вплив на людину, диференціюють

особливості поведінки сміливих і боязких людей, називають по декілька якостей, які чітко характеризують, наводять приклади з життя.

14,5 % досліджуваних мають викривлене розуміння поняття "сміливий" та потребують допомоги дорослого щодо його визначення. Майже всі ці діти вважають, що можна подолати страх, але практично не пропонують варіантів, як це зробити. Отже, можна говорити про те, що ці діти мають загальні й нечіткі знання про страх, їм важко аналізувати, розмірковувати, пригадувати та користуватися раніше набутими знаннями.

З'ясовано, що 29 % з них не мають загальних знань про сміливість, страх, його вплив на людину. Ці діти часто не могли дати відповіді на запитання, навіть за умови уточнень дорослого. Це дає підстави говорити про їхню необізнаність щодо страху.

Проаналізуємо результати третьої бесіди.

Констатовано, що 17,2 % дошкільників характеризуються знаннями про уміння контролювати й регулювати власну поведінку, адекватно аналізувати власні дії щодо подолання страху, їх ефективність в даному процесі й наскільки в них виходить упоратись із собою в тривожному стані. Як засвідчують відповіді, діти 5–7 років докладають вольових зусиль для підтримки емоційної рівноваги, намагаються успішно впоратися із проблемою, що виникла. Це свідчить про те, що діти даної групи уміють долати страх.

28,5 % дошкільників здатні реалістично оцінити загрозову ситуацію, але часто добирають неадекватні способи дій у них. Дієздатність у стресовій ситуації та емоційна рівновага проявляється лише за підтримки дорослого. Не усвідомлюють та не визнають власних помилок, самостійно не досягають кінцевої мети.

29,5 % дошкільників виявляють високу тривожність і низьку дієздатність у ситуації, коли страшно. Їхні способи дій непродуктивні, неефективні в процесі подолання страху. Відповіді дітей свідчать про те, що самостійно вони не здатні впоратися зі страхом, тільки за присутності дорослого можуть взяти себе в руки.

Дані щодо сформованості емоційно-ціннісного компонента

Проаналізувавши дитячі малюнки "Мій найбільший страх", було отримано наступні результати.

Малюнки 16,2 % дітей характеризуються переважно яскравими кольорами: жовтим, блакитним, рожевим. Предмети страху – це переважно об'єкти та явища природи, які зображені невеликими. Діти наділяють їх позитивними якостями, розфарбовуючи у приємні кольори, зображують посмішки на їхньому обличчі. Зміст малюнків цієї групи дітей свідчить про те, що вони усвідомлюють власні страхи, високо цінують здатність їх долати, виявляють впевненість у своїх можливостях їх подолати.

Малюнки 23,8 % дітей характеризуються чіткістю зображення предмета страху, що засвідчує наявність його образу у свідомості та уяві. Зображення великі за розміром, кольорові, переважали коричневий, синій, темно-фіолетовий, зелений, червоний та чорний кольори, агресивні за своїм змістом, що відображають сильні переживання досліджуваних, усвідомлення ними негативного впливу страху на їхню життєдіяльність. Характерно, що поряд із своїм страхом дошкільники зазначеної категорії зображували себе, що об'єктивує розуміння ними зв'язку негативних переживань зі своєю можливістю певним чином діяти, а саме: тікати, ховатись, замикати страх у будиночку задля подолання страху.

Малюнки 60 % дошкільників перенасичені темними кольорами. На малюнках переважають вигадані герої: монстри, зомбі, баба Яга, з образами яких пов'язані негативні переживання, стан напруги. Діти перебільшують значення вигаданих образів у їхньому житті, їм важко пояснити, чим вони небезпечні, порівняти реальні й нереальні загрози.

Поглибив та розширив інформацію щодо сформованості у досліджуваних 5–7 років емоційно-ціннісного компонента аналіз відповідей на запитання бесіди № 2.

З'ясовано, що 36,6 % дошкільників виявилися здатними назвати загрози. Дошкільники пояснювали причини своїх страхів, коментували, чому саме той чи інший об'єкт викликає в них дане почуття.

13,9 % дошкільників цінують себе як активних суб'єктів долаття страху. Вони наділяють себе якостями сміливої людини, відчувають задоволення собою, коли їм вдається подолати страх, і незадоволення, коли цього не змогли досягти.

10,9 % дошкільників виявили індивідуальне ставлення до страху. Вони характеризувалися емоційною несприйнятливістю до ситуацій, коли спромоглися подолати або не впоралися із своїм страхом. Вони не надавали значення і не прагнули проаналізувати власні дії у дискомфортних ситуаціях, визначити їхню ефективність, не намагалися позбутися своїх страхів, хоч і визнавали, що вони в них є і їм не вдається їх подолати.

Проаналізуємо дані щодо сформованості поведінкового компонента. За допомогою методу спостереження було отримано наступні результати.

Прояви уміння долати страх дошкільниками спостерігалися під час ігрової, навчальної, трудової, самостійної діяльності. Базуючись на визначених критеріях: реалістична оцінка безпечності / небезпечності ситуації, підтримка дієздатності та емоційної рівноваги, самоконтроль та саморегуляція поведінки, компетентний вихід із ситуації, що лякає, та з врахуванням стабільності, модальності, повноти прояву показників кожного у різних видах діяльності було виділено 4 групи дітей ЕГ.

Діти, поведінка яких відповідала визначеним критеріям та показникам, входили в першу групу.

Дошкільники, що склали другу групу, виявилися здатними визначити реальну загрозу, прогнозувати можливі небезпеки, пояснювали свої думки й почуття, коли їм страшно. Але їм було важко аналізувати ситуацію, пригадати й використати свій досвід. Вони були не здатні обґрунтувати обрані дії, проаналізувати, наскільки вони виявилися ефективними.

До третьої групи віднесено дошкільників, яким було важко пояснити свій стан, передати свої відчуття. Вони рідко ініціювали впевнені дії, їм було легше відповісти на запитання вихователів або батьків. Їх характеризувало невміння самостійно долати страх; у ситуаціях, коли їм було страшно, вони ставили багато запитань, в яких відображалася нереалістична оцінка небезпеки.

До четвертої групи увійшли досліджувані, які проявляли бурхливі невинуваті емоції, втрачали контроль над ними. В ігровій, навчальній та самостійній діяльності вони неспроможні виявити загрозу, об'єктивно її оцінити.

Кількісний розподіл дітей старшого дошкільного віку за групами уміння долати страх у процесі різних видів діяльності подано у таблиці 1.

Таблиця 1

Кількісний розподіл досліджуваних експериментальної групи за групами уміння долати страх у різних видах діяльності

Групи	Кількість дітей (у %) за видами діяльності			
	Ігрова	Навчальна	Трудова	Самостійна
Перша	15,3	15,1	10,9	10,5
Друга	26,3	29,8	29,8	24,9
Третя	29,2	25,5	34,5	34,9
Четверта	29,2	29,6	24,8	29,7

Таким чином, метод спостереження надав можливість зафіксувати, що здатність до самоконтролю та саморегуляції дітям найчастіше вдається проявити під час гри, оскільки в ній діти вже мають певний досвід і знання, які легко застосовують при долатті страху. Значно відрізняється характер емоцій у стресових ситуаціях.

Відповідно до визначених рівнів сформованості уміння долати страх здійснено порівняння досліджуваних експериментальної та контрольної груп за компонентами та рівнями. Результати подано у таблиці 2.

Таблиця 2

Розподіл досліджуваних 5–7 років ЕК та КГ груп за компонентами та рівнями сформованості уміння долати страх

Рівні	Структурні компоненти						Усього %	
	Когнітивний		Ціннісний		Поведінковий			
	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ
Високий	15,2	15,5	15,4	15,6	15,4	15,5	15,3	15,6
Оптимальний	26,9	27,8	27,3	28,1	25,5	26,3	26,6	27,4
Середній	29,1	28,1	29,2	28,2	29,5	29,3	29,3	28,5
Низький	28,8	28,6	28,1	28,1	29,6	28,9	28,8	28,5

Дані таблиці засвідчують, що значна кількість (28,8 % ЕГ та 28,5 % КГ) досліджуваних характеризуються низьким рівнем сформованості уміння долати страх. Близько третини (28,1 % ЕГ – 28,1 % КГ) дошкільників виявили низькі показники поведінкового компонента. Це означає, що діти не спроможні долати страхи, не здатні до вибору доцільних дій задля досягнення мети, до аналізу власної поведінки, до прийняття адекватних рішень. І лише 15,3 % дітей ЕГ та 15,6 % КГ мають високий рівень сформованості уміння долати страх. Основна кількість досліджуваних (55,9 % ЕГ та 55,9 % КГ) має достатній та середній рівень досліджуваного уміння. Це актуалізує необхідність спеціально організованої диференційованої роботи з даними категоріями досліджуваних старшого дошкільного віку.

Аналіз результатів застосованих методів дозволив отримати значний обсяг емпіричного матеріалу. Орієнтуючись на визначені вище критерії, показники та компоненти, враховуючи інтенсивність, модальність, стабільність їх прояву, збалансованість знань, ставлення та поведінки, було визначено чотири рівні сформованості у досліджуваних 5–7 років уміння долати страх. Якісно-кількісну характеристику щодо досліджуваних ЕГ подано у таблиці 3.

Таблиця 3

Якісно-кількісна характеристика досліджуваних за рівнями сформованості уміння долати страх

Рівень	Характеристика особливостей	Кількість дошкільників (у %)	
		ЕГ	КГ
Високий рівень	Дошкільник має загальні знання про страх та його вплив на людину, здатний аналізувати та об'єктивно оцінювати реальні загрози, їх вплив на себе та діяльність; цінує власні можливості, знання, використовує раніше набутий досвід; здатний доцільно регулювати свою поведінку, підтримувати дієздатність та емоційну рівновагу в ситуації, що викликала страх, приймати адекватні рішення в стресових обставинах	15,3	15,6
Оптимальний рівень	Дошкільник має знання про уміння долати страх, але не компетентний в тому, як страх впливає на поведінку та діяльність; не завжди реалістично оцінює ситуацію; цінність сміливості проявляється в окремих ситуаціях, знання та досвід використовує залежно від умов, в які потрапив; здатний до самоконтролю і саморегуляції та приймання адекватних рішень тільки з допомогою дорослого	26,6	27,4

Продовження таблиці

Середній рівень	Дошкільник має поверхові знання щодо страху та його впливу на людину, не цінує їх, рідко використовує; неадекватно оцінює безпечність / небезпечність ситуації; дієздатність та підтримка емоційної рівноваги, здатність до самоконтролю та саморегуляції проявляється ситуативно; прийняття адекватних рішень залежить від умов та обставин, що склалися	29,3	28,5
Низький рівень	Дошкільники, віднесені до даного рівня, не мають ґрунтовних знань про уміння долати страх, не використовують їх; не цінують своїх можливостей, сміливість для них є не значущою якістю людини, вони комфортно себе відчують боязкими, не прагнуть до змін; не здатні до самоконтролю та саморегуляції, не дієздатні у стресових ситуаціях та до підтримки емоційної рівноваги у несприятливих обставинах, не спроможні приймати адекватні рішення	28,8	28,5

Так, 15,3 % ЕГ та 15,6 % КГ дошкільників повною мірою показали сформованість когнітивного, емоційно-ціннісного й поведінкового компонента. Серед досліджуваних виокремились діти (26,6 % ЕГ та 27,4 % КГ), в яких сформований когнітивний компонент, частково емоційно-ціннісний та поведінковий. 29,3 % ЕГ та 28,5 % КГ дітей мають поверхові знання щодо проблеми страху, але в складних ситуаціях використовують їх невдало або не використовують взагалі, а отже, не цінують. Дітей, в яких низька представленість показників, недостатність сформованості компонентів, – 28,5 % ЕГ та 28,5 % КГ.

Висновки. Лише у шостій частині (15,3 %) досліджуваних виявився високий рівень сформованості уміння долати страх. 84,7 % дошкільників проявили нездатність до самостійного додання труднощів, перешкод, страху. У дітей, віднесених до оптимального рівня, більше сформована здатність до реалістичної оцінки безпечної / небезпечної ситуації і менше – здатність до самоконтролю та саморегуляції, підтримка дієздатності у стресовій ситуації і компетентний вихід із ситуації. Представники середнього рівня характеризуються частковою здатністю оцінювати ситуацію і лише з допомогою дорослого здатні до прояву вищезазначених умінь. Досліджувані, що знаходяться на низькому рівні, без допомоги дорослого практично не здатні до прояву зазначених критеріїв та показників. Це засвідчує нагальну потребу у формуванні уміння долати страх у дітей старшого дошкільного віку.

Перспективи подальших досліджень. Перспективними залишаються такі аспекти проблеми, як вивчення особливостей уміння долати страх на більш ранніх етапах розвитку (молодший, середній вік); зв'язку проблеми уміння долати страх з іншими проблемами розвитку дитини.

Література

1. Абульханова-Славская К. А. Типология активности личности / К. А. Абульханова-Славская // Психологический журнал. – 1985. – Т. 6, № 5. – С. 3–18.
2. Баранов А. А. Стрессоустойчивость в структуре личности и деятельности учителей высокого и низкого профессионального мастерства : дисс. ... канд. психол. наук / Баранов А. А. – СПб., 1995. – 359 с.
3. Василюк Ф. Е. Психология переживания (Анализ преодоления критических ситуаций) / Ф. Е. Василюк. – М. : Издательство Московского университета, 1984. – 200 с.
4. Захаров А. І. Денні та нічні страхи у дітей / А. І. Захаров. – СПб., 2005. – 320 с.
5. Кононко О. Л. Навчаємо старших дошкільників відрізняти реальні страхи від уявних / О. Л. Кононко // Вихователь-методист дошкільного закладу : щомісячний спеціалізований журнал – 2016. – № 7. – С. 25–35.
6. Кононко О. Л. Уміння долати страх: сутність, психологічні умови формування в ранньому онтогенезі / О. Л. Кононко // Сучасні досягнення вітчизняних вчених у галузі педагогічних та психологічних наук : матеріали міжнародної науково-практичної конференції (м. Київ, 4–5 березня 2016 року). – К. : ГО "Київська наукова організація педагогіки та психології", 2016. – 132 с.