

Міністерство освіти та науки України
Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя
Факультет психології та соціальної роботи
Кафедра дошкільної освіти

01 освіта
012 дошкільна освіта

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття освітнього ступеня магістр

***“Дитячі страхи та їх профілактика в сім’ї та
дошкільному закладі”***

студентки Храпової (Охонько) Олесі
Олексіївни

Науковий керівник:

док.психол.н., проф. Папуча М. В.

Рецензенти:

канд. психол. н., доц. Пісоцький О. П.

канд. пед. наук, доцент Онищук І. А.

Допущено до захисту

Завідувач кафедри

м. Ніжин - 2019

ЗМІСТ

ВСТУП	
.4	
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ ПРОФІЛАКТИКИ ДИТЯЧИХ СТРАХІВ У ПЕРІОД ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	
.8	
1.1. Основні напрямки наукового дослідження феномену страху.	
.8	
1.2. Страхі: причини, види та форми у період дошкільного дитинства.	
14	
1.3. Основні напрямки профілактики страхів у дітей 5-6(7) років.	
20	
Висновки до розділу 1	
26	
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СХИЛЬНОСТІ ДО СТРАХІВ ДІТЕЙ 5 -6 (7) РОКІВ І ЇХ ПРОФІЛАКТИКА У ДОШКІЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ ОСВІТИ ТА СІМ'Ї	
28	
2.1. Методика та процедура дослідження схильності до страхів та її попередження в дошкільній установі.	
28	
2.2. Аналіз рівнів сформованості схильності до страхів дітей 5 -6(7) років . .	
.34	

2.3. Профілактика страхів у дітей 5 -6 року життя дорослими у дошкільному закладі та сім'ї
 .41

Висновки до розділу 2
 .49

РОЗДІЛ 3. СИСТЕМА РОБОТИ З ОПТИМІЗАЦІЇ ПРОФІЛАКТИКИ СТРАХІВ ДІТЕЙ 5 - 6 РОКУ ЖИТТЯ В УМОВАХ ДОШКІЛЬНОГО ЗАКЛАДУ
 .50

3.1. Педагогічні умови оптимізації профілактичної роботи з дитячими страхами у старшій групі ЗДО.
 .50

3.2. Система роботи з дітьми щодо профілактики страху та заняття емоційної напруженості. 55

3.3. Контрольний етап експерименту.
 63

Висновки до розділу 3
 70

ВИСНОВКИ
 .71

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ
 .75

ДОДАТКИ
 ..

ВСТУП

Актуальність теми. Питання дитячих страхів є складовою загальної наукової проблеми здоров'я особистості, яка є актуальною на сучасному етапі розвитку суспільства та держави. Найбільш гостро вона виявляється у дітей, оскільки останнім часом у соціумі виникло дуже багато факторів різних емоційних розладів: різке розшарування населення, екологічні негаразди, соціально-політичні непорозуміння, військові дії та ін. Підростаюча особистість є дуже чутливою до соціальних впливів і, водночас, у неї не сформовані відповідні механізми захисту, що потребує від дорослих (батьків та вихователів) здійснювати профілактику виникнення страхів та фобій у дітей. У дошкільній освіті попередження емоційних розладів має здійснюватися на рівні дошкільного закладу та сім'ї.

Значущість проблеми психологічного здоров'я та профілактики дитячих страхів та фобій у період дошкільного дитинства підкреслено у нормативних державних документах: законах України «Про дошкільну освіту», «Про охорону дитинства»; у «Базовому компоненті дошкільної освіти»; у «Конвенції про права дитини». За даними науковців найбільш частими проявами емоційних розладів є тривожність і страхи у дітей дошкільного віку, а система їх профілактики перебуває на стадії становлення.

У сучасній психологічній науці питання страхів та фобій розглядається у контексті проблеми емоційних явищ (В. Вілюнас, Б. Додонов, К. Ізард, Н. Кряжева, Л. Куліков та ін.); у руслі емоційних розладів особистості (І. Дубровіна, В. Гарбузов, О. Захаров, О. Ковальова, Ф. Березін та ін.); як певні психічні стани особистості: тривожність, страх, фобія, стрес, переживання (Г. Сельє, О. Новікова, О. Кочубей, І. Фурманов та ін.); як прояв індивідуальних відмінностей у поведінці (Л. Собчик, Є. Ільїн та ін.).

Дошкільна педагогіка у питаннях профілактики дитячих страхів і фобій ґрунтується на положеннях науковців, які їх розглядають: у контексті поведінки, яка має відхилення від загальноприйнятих норм (І. Кон, О. Захаров, О. Змановська, В. Лебедінський, О. Головка, В. Котирло та ін.);

як наслідок дії соціальних, генетичних та біосоціальних факторів у розвитку дитини (А. Валлон, З. Ніколаєва, М. Раттер, А. Співаковская та ін.); як вікове явище у розвитку дитини, яке необхідно своєчасно діагностувати та здійснювати відповідну психопрофілактику (О. Захаров, С. Тищенко, О. Бодальов, Р. Беяускайте та ін.); як результат прийняття-неприйняття вимог навколишньої дійсності у період дошкільного віку (Н. Татенко, О. Долинна, Н. Толстих та ін.). Зважаючи на особливу соціальну значущість проблеми та її недостатню наукову розробленість зумовили вибір теми магістерського дослідження: *«Дитячі страхи та їх профілактика в сім'ї та дошкільному закладі»*.

Мета дослідження полягає в обґрунтуванні й експериментальній перевірці педагогічних умов профілактики дитячих страхів в сім'ї та дошкільному закладі.

Завдання дослідження:

1. З'ясувати сучасний стан вивчення проблеми профілактики дитячих страхів в психолого-педагогічних дослідженнях, виявити основні видів дитячих страхів та причин їх виникнення у період старшого дошкільного віку.

2. Визначити основні напрямки профілактики негативних емоційних явищ у дітей 5 -6 років життя .

3. Уточнити критерія та показники, феномену, емпірично дослідити дитячі страхи у малюків 5 - 6 років, з'ясувати його рівні.

4. Створити й експериментально перевірити систему роботи щодо профілактики дитячих страхів у дошкільному закладі та сім'ї.

Об'єкт дослідження: процес виникнення та прояв у поведінці у дітей 5 - 6 року життя страхів та фобій.

Предмет дослідження: педагогічні умови здійснення профілактики страхів у дітей старшого дошкільного віку у дошкільному закладі та сім'ї.

Гіпотези дослідження: Ефективності профілактики страхів у дітей старшого дошкільного віку сприятиме:

- використання уміння дошкільників адекватно оцінювати вкладені у діяльність зусилля, їх результативність як важливий критерій успішності дій;
- врахування вікових особливостей та індивідуального досвіду вихованців;
- залучення дітей до різного роду ігор з корекційним змістом та взаємодія з психологом установи з питання профілактики у них страхів.

Методи дослідження: *теоретичні* (аналіз, синтез, класифікація, узагальнення, систематизація, конкретизація) *емпіричні* (педагогічний експеримент, тестові проєктивні методики «Малюнок сім'ї», «Мій страх», «Червоний і чорний будиночки», «Східці», опитувальник тривожності (Т. Титаренко), короткий тест Люшера, анкетування); методи *кількісної та якісної обробки результатів*.

Наукова новизна і теоретична значущість дослідження:

- з'ясовано причини виникнення та основні види страхів у дітей старшого дошкільного віку;
- уточнено сутність профілактики дитячих страхів у дошкільному закладі освіти;
- обґрунтовано теоретично та перевірено в процесі експериментальної роботи система роботи щодо здійснення профілактики страхів у дітей старшого дошкільного віку;
- визначено, теоретично обґрунтовано та досліджено педагогічні умови здійснення профілактики страхів у дітей старшого дошкільного віку

Практичне значення роботи полягає у *практичному вивченні та перевірці* педагогічних умов здійснення профілактики страхів у дітей старшого дошкільного віку; у *використанні вихователями* розробленої методики для діагностики та профілактики страхів у дітей старшого дошкільного віку.

Впровадження результатів проведеного дослідження здійснювалося через:

I. участь у:

- Всеукраїнській науково-практичній конференції: «Сучасне дошкілля: актуальні проблеми, досвід, перспективи розвитку» м. Ніжин 2019 рік.

II. друк статей:

Особливості профілактики страхів у дітей старшого дошкільного віку

Структура роботи: магістерська робота складається зі змісту, вступу, трьох розділів із підпунктами, висновків до кожного розділу, загального висновку, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг роботи ___ сторінок, основного тексту – __ сторінки.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ ПРОФІЛАКТИКИ ДИТЯЧИХ СТРАХІВ У ПЕРІОД ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

1.1 Основні напрямки наукового дослідження феномену страху.

Страх як психологічне явище відносять до емоційної сфери особистості. При цьому погляди на нього дослідників не можна назвати повною мірою ідентичними чи навпаки протилежними. Розглянемо їх. В першу чергу, цей феномен багатьма науковцями тлумачиться як складна емоція. Її виникнення пов'язують із особливою ситуацією, у якій простежується небезпека щодо життя людини. При цьому фактор загрози може бути як реальним так і надуманим. Водночас має місце у її перебігу певне занепокоєння, передбачення і моделювання майбутніх подій або наслідків [35,с. 386]. Така активність людини в залежності від інтенсивності переживання, може призвести до виникнення широкого спектру подібних станів: жах, переляк, очікування, невдачі, тремтіння. Як бачимо, насамперед, підкреслюється динамічність цього явища, що передбачає причини і наслідки.

Внаслідок дії певних чинників феномен може набувати ознак психічного стану. Його вплив на організм може мати як мобілізуючий так і астеничний ефекти. У першому випадку індивід має змогу активізувати захисні можливості потенції, волю й з честю подолати негативні фактори середовища. В іншому – втрачає контроль над собою й опиняється під владою переживання: ціпеніє, неадекватно реагує, невпевнено поводить. Всі ці можливі прояви залежать від певних особливостей: характеристик ситуації (міра небезпеки) та індивідуальних відмінностей суб'єкта, носія цих ознак. Також підкреслюється роль свідомості особистості у процесі його становлення. Коли індивід недостатньо орієнтується або не усвідомлює факторів небезпеки, втрачає контроль над собою – з'являється тривога. Отже,

інтенсивність переживання залежить від міри представленості у ньому свідомості. Це дозволяє поділяти його на позитивне чи негативне у поведінці [30, с. 346].

У випадку негативного переживання емоції страху виникає стан тривоги. Він характеризується, насамперед, несприятливим розгортанням подій, відсутністю об'єкта переживань. Натомість з'являється невпевненість у діях, відчуття відсутності сил, надання чи приписування зовнішнім факторам значної могутності. Зокрема Е. Фромм саме так позначає внутрішній стан людини перед невідомою дійсністю, силою природи. Вона не може з великою точністю їх дослідити й диференціювати. Відповідно, так виникає боязнь перед світом, страх залишитися наодинці з ним. Це ті причини, які, на думку автора, призводять до втрати свободи, відмови від неї [41,с.77]. Саме тому, коло цих явищ можна пояснити з точки зору обмеженості пізнання, браком інформації про середовище, або ж відсутністю продуктивних стратегій поведінки.

Зв'язок феномену з активністю, який легко виявляється, дозволяє окремим фахівцям у цій галузі розглядати його у якості мотиваційного стану вольової поведінки. Іншими словами – це спрямованість на задоволення різного роду людських потреб [2, с.200]. Тут чітко прослідковується свідомість і довільність, як характеристики суб'єкта діяльності. Іншими словами – це особлива готовність до виконання певних дій, здійснення вчинків. Другий момент – відсутність такого утворення чи бажання до активних поведінкових реакцій [7,с.54]; [8]. Отже, це особливе утворення емоційної сфери, призначення якого змусити вести себе так чи інакше. Його прояви можна розгледіти у вольових та мотиваційних процесах емоційної сфери індивіда.

С. Рубінштейн, аналізуючи афективну складову особистості, відмічає її особливу роль. Він наголошував, що у процесах, які для неї властиві, встановлюється зв'язок між кількома аспектами життєдіяльності: перебіг подій та відповідність запитам і потребам людини, з одного боку, а з іншого

– реакцію внутрішніх функцій організму які забезпечують життя і безпеку у середовищі. Встановлення відповідності між цими аспектами життя призводить до виникнення налаштованості до виконання активних дій чи проявам пасивності. Механізм, який дозволяє це зробити носить назву – передбачення (прогнозування) можливих подій. Як бачимо, це особлива форма відображення дійсності, особлива психічна реальність. Вона дозволяє більш ефективно адаптуватися до світу, взаємодіяти з ним.

Як нам зрозуміло, науковці зазначають позитивні та негативні функції страху. Проте цей феномен у джерелах представляється найбільш частіше як шкідливе динамічне утворення, оскільки є дуже небезпечною емоцією. Нерідко він може об'єднувати навколо себе декілька елементів афективної сфери, що призводить до непередбачуваних складних наслідків. Його появи передують декілька причин, які пов'язані або з пізнавальною сферою, або з афективними процесами та їх динамікою, або зі вподобаннями (схильностями), мотивами людини, або перебігом певних соціальних чи природних явищ. Також його детермінантами можуть очікування певних подій, фізичний біль, відчуття власної ізоляції, відсутність ефективних засобів пізнання [32, с.237]. Окремо у цьому переліку зазначено фобії.

Фобії розглядаються по відношенню до страхів, як первісна до функції. Їх розуміють як особливі динамічні афективні процеси наповнені конкретним змістом. Вони відрізняються відірваністю від конкретної ситуації і за своєю сутністю є нав'язливими станами [16, с.378]. Їх дослідження відбувається у контексті проблеми неврозів. Зокрема К. Леонгард наголошував на тому, що деякі акцентуації (наприклад, застрягаюча в особистості) ґрунтується на неймовірно великому страхі. Він повною мірою охоплює особистість, набуваючи форми невротичного плану, тобто неврозу [17, с.84]. Як бачимо, феномен емоційного контексту виявляє себе на особистому та організмічному рівнях: це деструктивне утворення, яке має місце і в вегетативній організації людини. В цьому випадку мова йде про психічне захворювання, яке балансує на межі норми і патології. Якщо з ним не працює

фахівець, не нейтралізує його вплив, то це явище захоплює людину в цілому, нівелює її свідомість.

Інший пласт, пов'язаний з негативним емоційним станом – тривога. Це суб'єктивне відчуття, основою якого є мало усвідомлене, недиференційоване сприймання страхів та їх причин. Одним із перших, хто вивчав зв'язок між цими явищами був З. Фрейд. Вона, на його думку, є вирішальним чинником під час взаємодії з навколишньою дійсністю і сприяє адаптації до її умов. Завдяки їй індивід має можливість підготуватися, виконати певні дії щодо небезпеки у певній ситуації. Автор вбачав її сутність у внутрішньому плані індивіда на ранніх етапах дитинства. Підґрунтям цього явища, його виникнення є відчуття хвилювання з приводу задоволення /незадоволення потреб. Підвищенню його інтенсивності зумовлює зростання інтенсивності переживання внутрішньої напруги, суб'єктивної безпомічності, похмурого настрою, поганих передчуття та самопочуття [29, с.127-128]. Також експериментальним шляхом автор з'ясував основні типи цього психологічного феномену: реалістичний, невротичний, моральний. Отже, в основі хвилювання, відповідно до поглядів науковця, закладено внутрішній механізм реагування на процес задоволення бажань, потягів. Відсутність адекватних можливостей у дитини подолати його дію викликає внутрішнє напруження, а зовнішні впливи середовища його підсилюють. Це й є основою виникнення, невротичних страхів в онтогенезі.

Схожі, однак суттєво відмінні погляди на психологічне явище висловлювала Карен Хорні [43, с.254-263]. Вона також акцентувала увагу на ранніх стадіях розвитку, де основою є для індивіда процес задоволення найбільш фундаментальних потреб. До них авторка відносила безпеку і задоволеність. Таке бачення дозволяло вбачати тривогу позитивним явищем у житті. Її виникнення відбувалося внаслідок зникнення відчуття безпеки у стосунках із близькими дорослими, насамперед, та порушенням взаємодії у референтній групі. Також це явище супроводжують на думку авторки такі відчуття як самотність, безпомічність. Навпаки, відчуття підтримки з боку

батьків, належність до значущої групи ровесників, позитивні стосунки з ними унеможливають її появу. Коли ж все таки вона з'являється на арені життя у малюка можуть виникати у вигляді захисних реакцій 10 потреб, які носять невротичний характер: у любові та визнанні, авторитетному товариші, у надто жорстких інструкціях, у підкоренні волі інших, у їх використанні, у визнанні себе, надмірному егоїзмі, незалежності, авторитетності. Їх задоволення набуває ознак стратегій поведінки, невротичного плану. Як бачимо, для авторки поява цього феномену у маленького індивіда є сегментом про певні негарзди і виконує захисну функцію. Зняття у процесі терапії причин виникнення гармонізує життя. Якщо ж цього не робити, то вони лише накопичуються, ускладнюють стосунки зі світом та людьми, що призводить до значних деформацій у афективній сфері та негативу у стосунках.

У гуманістичній концепції [42, с.246-254] тривога з'являється внаслідок суттєвих розбіжностей між свободою і почуттям безпеки. Їх дихотомія залежить від зовнішнього світу, який, на думку науковця, є по відношенню до особистості ворожим. Унеможливлення появи емоційного неблагополуччя ґрунтується на основі задоволення потреб окремої групи – екзистенцій. Їх декілька: налагодження зв'язку зі світом, подолання пасивності, почуття належності до світу, ототожнення себе з іншими, концептуальні погляди на світ та на своє місце у ньому. У процесі онтогенезу людини вони різною мірою досягаються, що може призводити до різних типів характеру, які, внаслідок певних обставин, називають соціальним. Розрізняють його за природою здоровий (продуктивний, незалежної орієнтації) і хворий (рецептивний, експлуатуючий, накопичувальний, ринковий). Феномен тривоги є характерним для нездорових орієнтацій. Вони формуються у продовж життя й набувають властивостей невротичного, деструктивного плану. Поступово вони посилюються й визначають поведінку індивіда. Як на наш погляд, наполягають на необхідності налагодження позитивних контактів між людиною та світом, які ґрунтуються

на взаємній підтримці з боку суспільства і окремої особистості. Емоційні негаразди є сигналом порушення цих орієнтацій. Крім того їх усунення, відповідно до поглядів науковців, є можливим за рахунок спеціальних психотерапевтичних впливів.

У сучасній психології прийнято розрізняти феномени тривоги та тривожності. Якщо тривога у більшості концепцій розглядається у якості емоційно – психічного стану людини, то інше утворення належить до властивостей особистісного плану. Останні поділяють на реактивну та власне особистісну. Зокрема перша характеризує індивіда, його поведінку під час нестандартної, кризової ситуації чи окремих обставин. Інша ж є стійкою ознакою, суб'єктивним надбанням, розпочинаючи з раннього дитинства. Саме вона є основою появи неврозів, підґрунтям яких є страхи та їх особистісні емоційні переживання у вигляді фобій.

Таким чином, феномен страху пов'язаний з афективною сферою, а також мотиваційною: значною мірою визначає лінію поведінки. Погляди науковців на його природу дозволяють віднести його до складних емоцій, інтенсивність яких сприяє набуття форми психічного стану. Переживання дитиною цих феноменів відбувається у вигляді фобій, які вказують на предмет явища (безпека стосунків, боязнь тварин тощо). У механізмі його виникнення мають місце тривога та потреби. Останній у різних концепціях суттєво розрізняються. Проте у всіх теоріях автори вказують на точку відліку, яка припадає на дитинство.

1.2 Страхи: причини, види та форми у період дошкільного дитинства. Це психологічне явище є постійним супутником людського життя своєрідний лакмусовий папірець, у плані емоційного комфорту. Так, філософсько-психологічний аналіз феномену дозволяє дослідникам вказати на його динаміку, інтенсивність прояву та психологічної напруги. Його появу пов'язують з небезпечною ситуацією, яка є стресогенним чинником. В залежності від міри захопленості емоційного стану його поширення та впливу на свідомість особистості розрізняють декілька його форм. Точкою відліку є тривога, яка поступово зростає і перевтілюється в наступну форму, якою є переляк. Його пов'язують із раптовою появою будь-якої небезпеки. Коли напруження не зникає то він трансформується у боязнь. Цей етап пов'язаний із невиявленою поведінкою, проявами нерішучості під час оцінки обставин тощо. Також говорять про те, що це зародок страху, що власне і зумовлює його появу. Найбільш бурхливими реакціями, які слідують після нього є жах і паніка. Як бачимо, поява на психічній арені залежить від конкретних чинників, поєднання яких призводить до виникнення тієї чи іншої форми перебігу. Також повною мірою ця закономірність розповсюджується на дітей [22]. Окремо виділяють тип феномену - фобію.

У дослідження цієї проблеми окрему категорію складають його причини. Зокрема науковці насамперед вказують на дезорганізуючий чинник активності дитини. Відсутність відповідальності, нерішучість у кризовій ситуації, міжособистісні конфлікти, а також неадекватна самооцінка. Вказані фактори є взаємозалежними із емоційними переживаннями. Тому можуть сприяти появі, або, навпаки, виникають через страх [3]. Названі причини виникають вперше у дітей 3-6(7) років. Тому й прояви цього психологічного явища є і в дошкільників.

Зокрема науковці деталізують основні детермінанти феномену у дошкільному віці. Вони бувають суто особистісними чи зовнішніми. Крім того їх поділяють і за кількістю осіб так дослідники вказують, що найбільш частими причинами є негаразди сімейного плану, помилки родинного

виховання, порушення стосунків з батьками. Окремо розглядають як фактор появи боязні механічні й електронні іграшки, особливо зі специфічними не природніми ознаками. Також зумовлюють емоційні переживання індивідуальні відмінності характеру, емоційної сфери, незрілі форми психологічного захисту, втрата самовладання. Також до них належать ускладнення у спілкуванні, його відірваність від ситуації(абстрактність), порушення міжособистісних взаємин, пасивність в ігровій діяльності, психічна втома батьків(насамперед матері), деструктивні стосунки між ними, раннє відвідування ЗДО, гендерні особливості, неповні сім'ї, залякування дорослими дітей [38]. Також дослідники зазначають, що вік від 5-7 років є найбільш критичним у цьому плані: у цьому періоді виникає максимальна кількість негараздів.

Інший науковець акцентує увагу, насамперед, на особистісних властивостях та негативних емоційних станах. Саме це головні чинники появи страхів. Відсутність чи низька міра сформованості самостійності, адекватної самооцінки, самоповаги неминуче призводить до негараздів у дитини, особливо дошкільника. Саме тому, автор наголошує на необхідності виховання позитивних якостей, з метою запобігання небезпеці [15]. Отже, інші автори також виділяють найбільш сприятливий період життя у виникненні та прояві феномену – раннє дитинство і дошкільний вік.

Підтвердження цієї думки знаходило в інших дослідників. Вони на емпіричному рівні встановили взаємозв'язок між страхами у дітей 5-7 років та їх особистісними властивостями: самооцінкою і тривожністю.

Чим вищою є тривога, тим самооцінка більшою мірою – неадекватна, що зумовлює нерішучість, ненависність та інтенсивність афективних переживань. Такі особливості є характерними для більшості сучасних дошкільників, що потребує певної попереджувальної роботи з ними. На думку авторів, саме у цьому віковому періоді профілактика та корекція будуть найбільш успішними [21.] Як бачимо, у дітей 5- 7 років феномен

найбільш чутливий до коригувальних впливів, що зумовлює постановку питання профілактики та коригування негативних емоційних явищ.

Окремі автори також звертають увагу на зв'язок між досліджуваним явищем й іншим феноменом афективної сфери. Найбільш часто – тривога. Зокрема наголошують, що перехідним елементом між ними є хвилювання. Надміру воно локалізоване у ранньому і дошкільному дитинстві. При цьому дослідник наголошує якщо це з'являється у віці від 1 до 3 років, то у дошкільника воно менше зростає, надаючи поведінці деструктивного характеру. Крім того автор зазначає на проявах феномену на різних рівнях організації людини: фізіологічному, психологічному, індивідуальному, поведінковому. На мою думку, науковець вказує на необхідності комплексного вивчення у дітей цього емоційного явища, дуже корисно у плані його діагностування [24].

На думку іншого сучасного українського дослідника у період 5-7 років формується особлива здатність, яка спрямована на переборення страхів. Визначальними компонентами, на думку автора, є адекватна оцінка обставин та ситуації в цілому, можливості до аналізу та обмірковування необхідних дій, поведінки, вміння до самовладання (підтримка в себе емоційного гомеостазу), вольова витримка, доцільна самоорганізація та активність під час небезпеки, наявність у розпорядженні позитивних стратегій для виходу з обставин, що склалися [6]. Як бачимо, маючи у своєму розпорядженні таке утворення, дошкільники з успіхом долатимуть негативні афективні реакції, стани. Однак, такого роду можливості стихійного не виникають. Отже, вкотре постає проблема цілеспрямованої роботи на рівні батьків, вихователів ЗДО з дитячими страхами у старших групах.

Цілий ряд науковців вважають, що негативна динаміка емоційного явища залежить від певного типу поведінки. Власне ця активність є вже наслідком дії певних факторів. Зокрема, вивчаючи деструктивні аспекти афективної сфери у період дошкільного дитинства, відомий радянський фахівець у сфері театральної педагогіки вказує на два основних чинника: а)

стосунки з партнерами, дорослими, близькими; б) власний суб'єктивний світ, його особливості емоційний досвід. Так, основі першої причини можна отримати два вектори у спілкуванні: а) прояви негативних емоцій під час ускладненої взаємодії з ровесниками (конфлікти супроводжують неконтрольовані емоційні реакції – гнів, образа тощо); б) деструктивна налаштованість на процес комунікації (хоча діти є більш стриманими, але негативні афективні переживання запам'ятовують надовго, що є значною перемогою до позитивних стосунків). Найбільший патологічний вплив спостерігається за другою причиною, оскільки її дія сприяє виникненню стійких явищ афективної сфери – страхів. Хоча автор вказує і на їх позитивні функції про те негативний вплив переважає, а дорослим досить складно зрозуміти сутність явища, вид феномену й причину його появи на арені життєдіяльності малюків їх боязні окремих предметів, тварин, явищ, людей тощо. Такі реакції збільшуються, актуалізуються за рахунок стресогенів і супроводжуються тривогою [1]. Тут спостерігаємо поділ активності особистості, критерієм виступає негативне емоційне явище.

Варто відмітити, що порушення спілкування, стосунків у сім'ї досить часто вже є наслідком, наприклад, розлученням батьків. Зокрема відомий зарубіжний фахівець відмічає, що такий факт існуванні сім'ї призводить до суттєвих емоційних несприятливих реакцій. Так, діти звинувачують себе у тому, що сталося. Дещо згодом «вмикаються» механізми агресивної уяви, наостанок, з'являється страх.

Малюки його чітко розуміють: коли вони щось роблять не так, як потрібно – їх також залишать самого. Нерідко його починають і залякувати тим, що сталося. Внаслідок цього явище поступово трансформується у невроз[39, с 52-55;] Такий розвиток подій є нерідким явищем сучасного суспільства. Він зумовлює виникнення певної стратегії дій у дітей

Так, сучасна українська дослідниця, аналізуючи поведінкові реакції дітей, відмічає: страх властивий лише одній із груп. Їм властиві конфлікти з ровесниками, близькими людьми, не впевнені дії. Таки малюки части

розгублюються, обирають надто легкий шлях(завдання). Йому властиве (тривожність) тривога щодо свого положення у групі серед ровесників. Його супроводжують різноманітні фобії, любить перебувати на самоті [12]

При цьому вона відмічає наявність емоційних розладів та їх вплив на виникнення ускладнень у стосунках у дитячих колективах, можливість розвитку на їх основі неврозів у більш старших індивідів. Також акцентує увагу на суттєвому зростанні таких явищ у віці від 3 до 7 років та їх причинах: спадковості, виховні впливи у сім'ях вихованців(негативні наслідки помилок сімейного виховання, хибні положення родинної педагогіки), браком позитивного досвіду, нерішучості, невпевнених станів дорослих(особлива вразливість малюків, їх чутливість емоційного плану) [13, с.32]. У більш пізніх працях авторка розширює діапазони поведінки у кризових обставинах і вже говорить про чотири її типи. Основним критерієм цього поділу є самооцінка та її адекватність відносно особливості малюка. При цьому науковець відмічає, що досліджуване явище можна спостерігати у всіх, без винятку, вихованців. Проте у малечі з реалістично конструктивною стратегією вони відіграють позитивну роль, оскільки оцінювання обставин ситуацій є доволі ефективним. Настороженість властива дітям з обережно-скептичною спрямованістю, оскільки аналіз реального світу є нестійким, часто помилковим. Для таких малюків також характерною властивістю є хвилювання і боязнь невдачі. Наявність орієнтації не виправдано безстрашно ґрунтується на поверхневому акрилінгу подій, які відбуваються поряд, а також, на надмірних виявах зухвалості у вчинках, необережності в діях, оскільки характерним є деяка « відірваність», неможливість охопити ситуацію в цілому, а тому часто гіпертрофовано сприймають небезпеку, загрозу власному комфорту. Останні тенденції стосуються поєднання невпевненості та тривоги. У дошкільників, яким вони властиві відсутній позитивний досвід подолання загроз, перешкод. Вони не в змозі достовірно здійснити аналіз стану подій, обставин ситуації. Тому вони завжди хвилюються, знаходяться під тиском власних емоційних переживань,

негативних установок. Авторка зауважує, що стосовно позитивних шляхів виходу із цього має бути аформоване у старших дітей особистісне утворення, яке є орієнтованим на продуктивне розв'язання небезпечної ситуації та усуненням негарздів афективних розладів, порушень тощо. Його появі передують позитивний досвід та цілеспрямованості виховні впливи. Це здатність перебороти страхи, яка ґрунтується на розумових ситуаціях, морально-вольових якостях, емоційному збалансованому стані, наявності компетентності під час небезпеки [11, с. 27-29].

Таким чином, проблема дитячих страхів активно досліджується науковцями. Узагальнюючи їх здобутки, зазначаємо: у дітей 3-7 років наявна особлива чутливість до їх виникнення, що зумовлена внутрішнім світом малечі. Поява у афективній сфері негативних переживань спричинена цілою низкою чинників: спадковості, ускладненням стосунків з ровесниками, батьками, системного виховання у сім'ї, небезпечними чинниками навколишнього середовища, розлученням батьків, тощо. Значна частина їх позитивно розв'язується малюками, що надає вагомий досвід поведінки. Проте значна частина малечі не може самостійно їх усунути. Тоді вони набувають більшої інтенсивності, різних форм та вчинків та починають визначати поведінку дітей. Під впливом цілеспрямованих дій вихователів у дітей формується особливе особистісне утворення до подолання афективних станів, страхів. На нашу думку, це і визначатиме основну спрямованість їх профілактики.

1.3. Основні напрямки профілактики страхів у дітей 5-6(7) років.

У попередньому параграфі було з'ясовано, що виникнення негативного утворення в афективній сфері призводить до відхилень у поведінці вихованців. Така їх активність носить деструктивний характер по відношенню до них і нерідко до людей навколо них. У науковому знанні прийнято її позначати терміном «девіантна поведінка». За своєю ситуацією вона є асоціальною, а тому потребує цілеспрямованих дій з боку вихованців, психологів, соціальних педагогів щодо їх попередження або, коли явище вже є і чинить негативні наслідки коригування. У першому випадку говорять про профілактику, у другому – про корекцію.

Оскільки досліджуваний феномен, внаслідок оптимального поєднання різного плану чинників, найбільш часто виникає у період життя з 5 до 7 років, то необхідно розпочинати превентивне виховання. Більшість науковців також відмічають цей факт. Зокрема наголошують на нестійкості таких явищ які тільки-но з'явилися. При цьому відстоюють думку про системну роботу яку має організувати ЗДО [44, с.76]. Отже, попередження негативних явищ емоційної сфери має контролюватися з боку педагогів.

Окремі дослідники вказують що більшості випадків момент появи у малечі негативного емоційного утворення не прослідковується можливо лише помістити під час спостереження окремі дії вчинки що вказує на певні механізми захисту проте незрілої особистості вони є малоефективними. Саме тому більш доцільно, на їх думку говорити вже про корекцію[9, с.100]. водночас вони наголошують, що реалізація програми роботи робити феноменом має поєднувати у собі різні сектори взаємодії фахівця – дошкільник, батьки, вихователь. Лише у такому випадку згадаймо психологічне дійство буде ефективним.

Натомість у інших дослідженнях акцентується увага на необхідності здійснюватися профілактика появи афективного явища. Вона має носити також комплексний характер[37] [38]. Кординатором її має стати психолог закладу освіти. Він розробляє заходи дій власне для дітей, для представників

їх родини, а також для педагогічних працівників. Діяльність фахівця має бути урізноманітнено різними формами і методами, які несуть у собі психопрофілактичний потенціал, найбільш ефективний для певного контингенту учасників. Першочергові цілі, яких має бути досягнуто – зняття напруженості та озброєння малюків ефективними тактиками дій у нестандартних ситуаціях. На нашу думку, здійснювати попередження негативних емоційних явище має, насамперед, вихователь! Саме він знаходиться у найбільш тісних контактах із вихованцями та їх сім'ями. Проте не відкидаємо можливості професійної взаємодії з іншими фахівцями, зокрема практичним психологом.

У руслі висловленої думки доцільно буде розглянути позицію іншого науковця [18]. Він відстоює позицію, що така робота має розпочинатися 5-6(7) років. У той час коли ще малюк відвідує ЗДО. Так, основними векторами профілактичної діяльності мають бути а) надання дітям знань і уявлень про емоційні реакції та афективні стани, формування у них досвіду взаємодії з цими явищами, привнесення у спілкування психологічного комфорту задоволеності; б) озброєння батьків інформації про вивчення та фіксацію результатів спостережень за страхами поведінковими реакціями малечі; здійснення аналізу сімейних стосунків, форм комунікації; надання відомостей про шляхи та засоби по попередньої роботи з негативними феноменами афективної сфери дітей. Власне психолог має сприяти налагодженню взаємодії між педагогом і дітьми, а також із батьками дітей, що мають проблеми. Отже центральною фігурою у превентивному процесі має належати працівникові дошкільної установи.

У полі зору наступного науковця – проблеми адаптації старших дошкільників до навчання, до нових умов. Саме цей момент життя є найбільш небезпечним стресогеном. У поєднанні з внутрішніми суб'єктивними чинниками підростаючої особистості вони зумовлюють появу страхів, боязні навчальної діяльності. У цьому випадку – основна спрямованість допомоги це надання дітям позитивного досвіду у

міжособистісних стосунках, робота з коригування самооцінки, формування впевненості у собі, гармонізація стосунків у колективі ровесників, з вихователем, сім'ями вихованців [34, с.18-19]. Основна коригувальних дій – зростання саморегуляції та поведінки малечі, яка найбільш ефективна у родинях.

Отже, одним із основних напрямків діяльності вихователя має бути здійснення психопрофілактичної діяльності у родинях вихованців.

Подібні погляди на досліджувані аспекти можна побачити у інших фахівців. Основна спрямованість психотерапевтичних впливів – оволодіння дошкільниками прийомами, вміннями саморегуляції. Проте, на думку науковця попередньою має бути проведено роботу зі зняття емоційного напруження, тривожності. Цьому сприятиме проведення таких міроприємств: прогулянки, співи, танці, програвання стресових ситуацій. За рахунок цих засобів діти набувати досвід впевненої поведінки, різнобічного аналізу ситуації, позитивної взаємодії з ровесниками з дорослими [31, с.166]. Як бачимо, основний акцент зроблено на розвиткові психологічних механізмів саморегуляції, вольової поведінки, морально-вольових якостей, позитивного досвіду стосунків та комунікації у спілкуванні.

На нашу думку, психопрофілактика як соціально-психологічне явище педагогічне також має бути реалізована в умовах, які є максимально наближеними до комфортних. Насамперед, малюки мають відчувати всебічну емоційну підтримку зі сторони дорослих, спочатку від батьків а потім від педагогів. Не менш важливим є співчуттям та толерантне ставлення ровесників. Тому основний акцент – психологічна атмосфера. Це питання повною мірою залежить від педагогічної діяльності вихователя [20]. Так, досягненню цієї мети сприятимуть демократичні, гуманні стосунки між членами колективу, повага до особистісних якостей індивідуальних відмінностей, збагачення та розвиток механізмів самосвідомості, рефлексії, спиратися значущу діяльність для пояснення міжособистісних контактів, робити акцент на індивідуальних формах взаємодії, вдосконалювати

профільну діяльність, наситити доброзичливістю стосунки між учасниками освітнього процесу, формувати вольову поведінку та моральні риси. Отже, створення та підтримка морально-психологічного клімату у спільноті дітей дошкільного віку певною мірою залежить у компетенції працівника установи.

Одним зі складових цього напрямку профілактичної роботи з турбота, іншими словами створення умов підтримки психологічного здоров'я підростаючої особистості. Цій меті відповідає супровід (підтримка) дітей, які мають проблему емоційного характеру. На сьогодні така ціль реалізується за допомогою цілої науки відповідних технологій [27, с.59-64]. Їх основу становлять різні прийоми, які дозволяють організувати ефективну та доцільну діяльність, розвивати необхідні здібності малюків, позитивні шляхи спілкування, комунікації. На нашу, працівник ЗДО має бути гарно обізнаний у цьому питанні та володіти декількома з відповідних процедур. Така професійна діяльність і буде спрямована на позитив у груповій взаємодії, триматиме його з у відповідному руслі, а діти почуватимуть себе комфортно і у безпеці.

Досягнення почуття захищеності, комфорту неможливо без зняття емоційного напруження, без зниження рівня тривожності дошкільника. Тому це ще один із напрямків роботи педагога дошкільного закладу з профілактики страхів та фобій. Зважаючи на той факт, що прояви афективних явищ увійти 5-7 років не є стійкими, варто спрямувати зусилля на розвиток позитивної самооцінки, на формування самоповаги, виховання впевненої поведінки, забезпечувати успіх у значущій і цікавій діяльності, сприяти встановленню рівня до змагань малюка через усвідомлення власних здатностей, а також розуміння раціонального ризику у будь-якій справі [36].

Науковці відмічають, що проблема поведінки, яка відхиляється від норм суспільства і моралі, вперше постає перед фахівцями у ранньому та дошкільному дитинстві [46]. Водночас вони наголошують, що з віком така активність постійно зростає, оскільки її підґрунтям є внутрішні суперечності,

які постають перед малюками. Прояви такої поведінки є досить різними. Проте на першому місці постають фобії, страхи, тривожність. Підходи до профілактики, на думку дослідників, потрібно з врахуванням всіх її напрямків: психодіагностичного, психопрофілактичного, психокорекційного. Основний акцент при цьому приділяється налагодженню конструктивних стосунків з ровесниками, близькими і соціальними дорослими. Простий і, водночас, необхідний шлях усунення причин. До них відносять біогенетичні, психосоціальні, особистісні (внутрішні властивості, протиріччя, риси характеру, темпераменту). Отже, емоційні явища деструктивного характеру є властивими для асоціальної, девіантної поведінки дітей на ранніх етапах онтогенезу.

Саме тому у цей період життя найбільш ефективним шляхом для працівників ЗДО буде профілактична досліджуваного явища. Вона містить систему певних заходів і процедур, які спрямовані на досягнення найбільш сприятливих умов, які унеможливають виникнення негативних феноменів та їх проявів. Саме цей напрям, на сьогодні, домінує у системі освіти та виховання [28, с.382]. Попередження емоційного явища можна здійснювати на кількох рівнях: педагогічному, психологічному, соціальному, медичному та ін. У такому випадку говорять про комплексний характер дій та очікують високу міру ефективності. За таких умов кожна предметна галузь спрямовуватиме власні зусилля на окремий аспект проблеми, а в цілому досягатимуть значного прогресу.

Відтак вихователі ЗДО мають зосередитися на особистісних якостях своїх відвідувачів, зокрема тих, які перебувають у віковому діапазоні 5-7 років. Саме він, на думку багатьох фахівців є критичним у плані прояву страхів. Все ж особливий акцент має бути на тих властивостях, які допомагають уникнути негативних явищ або ж їх перебороти. На нашу думку, це мають бути, перш за все, вольові риси характеру. Підтвердження такої ідеї знаходимо в О.Кононко. Вона орієнтує на формування у дітей особливого особистісного ресурсу, призначення якого полягає у реалізації на

рівні практичної діяльності (поведінки) ефективних тактик і стратегії у плані боротьби зі емоційними негараздами. Ці можливості малюків містять у собі: пізнавальні аспекти, дозволяючи диференціювати потенційну та реальну небезпеку стосовно себе, чітко розрізняти обставини ситуації, розуміти їх, прогнозувати розгортання; морально-вольові процеси та властивості, уможливує високу міру довільної регуляції, оптимальну працездатність, прийняття ефективних рішень, підтримання афективної сфери у балансі, найбільш доцільному [11, с.28;]; [14]. Формування означених здатностей, на думку авторки, стає за рахунок проведення профілактичної дій щодо створення особливих умов у дошкільній установі. Передбачувані заходи мають активізувати та удосконалити механізми самосвідомості підростаючої особистості й оптимізувати на рівні практичних дій активність малюка, емоційно надаючи йому підтримку.

Таким чином, проблема профілактики страхів та фобій у період дошкільного дитинства є досить актуальною. Емоційні прояви у плані поведінки, звичайно негативні, відносять до категорії девіацій. Малюк 5-7 років дуже рідко самотійно може їх подолати. Тому він потребує допомоги з боку дорослих. Саме вони мають ряд виховних впливів, об'єднаних у систему цілеспрямованого плану щодо створення сприятливих умов у ЗДО з метою виховання у дітей 5-7 років можливостей пізнавальної та афективно-вольової сфер до подолання страхів. Профілактика має включати в себе різні аспекти: діагностичні, психокорекційні, педагогічні. Реалізувати ці напрямки на практиці має працівник ЗДО у тісній співпраці з батьками та психологом установи.

Висновки до розділу 1

У психолого-педагогічній науці страхи розглядаються як постійні і невід'ємні супутники людського існування. Це явище відносять до емоційної сфери особистості. У своїй сутності це досить інтенсивне переживання, визначальним моментом якого є усвідомлення небезпеки індивідом. Відтак їх розрізняють як реальні чи уявні. Проте більшість дослідників вбачають у них не лише негативну функцію. Ця афективна реакція сприяє актуалізації захисних можливостей суб'єкта. Однак всі науковці, без винятку, говорять про дезорганізуючий вплив на підростаючу особистість. За рахунок зростаючої інтенсивності цього феномену розрізняють його рівні: хвилювання, боязнь, тривога, страх, фобія, паніка, жах тощо. Це далеко не повний перелік деструктивних емоційних феноменів. У психології особливо наголошується на тісному зв'язку страху з тривогою.

У період 3-7 років негативні прояви досліджуваного явища починають зростати. Пік їх припадає на 5-6 років життя. Найбільш поширеними є такі: залишитися на самоті, бути покинути батьками, боязнь темряви, певної тварини, темноти, уявної істоти, страх розлучення батьків, пустої кімнати, закритого приміщення. Серед причин, які призводять до їх виникнення вказують на особливості перебігу та наявність великої кількості протиріч у період дошкільного дитинства, індивідуально-психологічні властивості дітей, незрілість афективно-вольової сфери малюків, відсутність позитивного досвіду переборення деструктивних афективних феноменів, грубі помилки сімейного виховання, значна кількість заборон, «табу» з боку дорослих, розлучення батьків, втрата близьких, суто ділові стосунки з рідними, самотність.

Серед дослідників побутує думка про необхідність проведення профілактичної роботи з метою попередження страхів, а також спеціальних заходів щодо їх усунення. У останньому випадку потрібно здійснювати психокорекції негативних емоційних станів, нівелювати їх вплив на поведінку. У ЗДО мають бути створені відповідні умови, які сприятимуть

профілактиці дитячих деструктивних емоцій і будуть спрямовані на формування у вихованців особистісних можливостей подолання такого ряду феноменів. Організуючою ланкою таких дій має бути вихователь, який у єдності з психологом співпрацюватиме з батьками та дітьми. Має бути забезпечений комплексний вплив на систему стосунків між дітьми і батьками, між малюками і педагогом, між дорослими. Все це сприятиме успішності та ефективності у профілактичній роботі.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СХИЛЬНОСТІ ДО СТРАХІВ ДІТЕЙ 5 -6(7) РОКІВ І ЇХ ПРОФІЛАКТИКА У ДОШКІЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ ОСВІТИ ТА СІМ'Ї

2.1. Методика та процедура дослідження схильності до страхів та її попередження в дошкільній установі. На цьому етапі наші зусилля у науковому плані були зосереджені на декількох видах діяльності. Так, потрібно було а) уточнити основні критерії й показники феномену у малюків 5 -6(7) років; б) здійснити підбір методів вивчення означеного психологічного утворення та провести емпіричне його вивчення; в) проаналізувати існуючий стан профілактичної роботи у цьому напрямі з боку вихователів і батьків. Досягнення поставлених перспектив наукового аналізу уможливило для нас проведення констатувального експерименту. Його завданнями слугували наступні судження:

1. Уточнити структуру (критерії та показники) феномену схильності до страхів дітей старшого дошкільного віку.
2. Підібрати діагностичні методи збору емпіричних відомостей про означене явище та утворити на їх основі методику дослідження.
3. Проаналізувати отримані показники особистісного утворення 5 -6(7)-річних дітей та здійснити їх розподіл за рівнями сформованості.
4. Здійснити аналіз проведення заходів профілактики схильності до страхів малюків у старшій групі ЗДО.
5. Зробити висновок щодо успішності роботи дорослих у цьому напрямку.

Окреслений план роботи потребував дотримуватися логіки проведення діагностичних процедур та відповідних етапів дослідження. Так, на *першому етапі*; уточнювали критерії та показники психологічного явища дітей названого вікового діапазону; здійснювали пошук і комплектування методів у цілісну методику вивчення негативних емоційних негараздів та

особливостей їх попередження з боку дорослих. Розглянемо структуру схильності до виникнення емоційних негативних явищ особистості у цьому віковому періоді.

Таблиця 2.1.

Показники та критерії схильності до страхів у дітей 5 - 6(7) років

КРИТЕРІЇ	ПОКАЗНИКИ
<i>Когнітивний</i>	розуміння небезпеки, кризової ситуації, імпульсивних дій; диференціація страхів на види, знання сутності кожного з них; усвідомлення уявних чи реальних емоційних явищ; розуміння їх можливого впливу на самого себе; адекватна самооцінка емоційних явищ
<i>Емоційний</i>	розрізнення дії на організм емоційних почуттів і станів різної модальності; об'єктивність в оцінюванні рівня емоційної напруженості; можливості здійснення саморегуляції афективної сфери
<i>Поведінковий</i>	на рівні поведінки диференціює страхи на види; визначає найбільш небезпечні стосовно себе; здійснює дії щодо їх подолання й виходу з стресової ситуації

У даній таблиці можна побачити: найбільш важливим є перший компонент досліджуваної здатності – пізнавальний. Саме він сприяє тому ототожненню малюком певного негативного емоційного фону, усвідомлення його впливу стосовно себе й об'єктивної оцінки протидії йому. Емоційний компонент спрямований на опанування афективними станами й тривожністю, здійсненням саморегуляції. Завдяки останньому елементові можна спостерігати активність вихованців старших груп у ситуаціях наближених до стресових, невизначеності у плані опанування власною поведінкою тощо.

Скомпонуємо тепер методику дослідження за визначеними ознаками. Власне вона включала в себе два аспекти: засоби діагностики здатності до

переборення страхів дітей 5 - 6 років; шляхи вивчення їх профілактики в дошкільній установі й сім'ях вихованців. Зокрема до складу діагностичних процедур оцінювання рівня сформованості вказаного явища було взято спосіб диференціації дошкільниками уявних та реальних фобій щодо себе «Червоний – чорний будиночки» (модифікація М. Панфілової), проєктивний екскурс (рисунок) визначення страхів у дітей за О. Захаровим «Дитячі страхи», опитувальник рівня тривожності (автори Т. Титаренко, Г. Лаврентьєва), тест проєктивного плану «Кінестетичний малюнок сім'ї», короткий варіант тесту Люшера, діагностична процедура визначення самооцінки (за модифікацією В. Г. Щур, С.Г. Якобсон), спостереження за поведінкою дітей у ситуаціях невизначеності, анкетування батьків, бесіда з вихователями ЗДО.

Здійснимо опис обраних методів дослідження. Так, 5 -6(7) річна дитина має зрозуміти й усвідомити вплив на себе реальних і уявних страхів. З цією метою експериментатор зачитує їх перелік, а дитина графічно їх розрізняє, відносячи їх чи до різних будиночків (при цьому у чорному знаходяться найбільш загрозливі – реальні, а у червоному - уявні). Потрібно заготовити дві картки із зображенням – на одному червона схематична будівля, а на іншому чорна. Операція диференціації може мати продовження й носити також і терапевтичний ефект, оскільки можна «закрити» фобії і не випустити їх з приміщення. Перед початком роботи дитині надається алгоритм роботи «Зараз я зачитую те, чого ти можеш боятися. Ти подумаєш, якщо тобі дуже лячно, помісти його у чорний будинок. Коли ж не дуже або зовсім ні – червоний. Спробуємо, так?». Всього у переліку 29 емоційних явищ. Коли не розуміє під час назви про що йде мова, потрібно пояснити. Потім беруться до уваги кількість наявних феноменів у кожному приміщенні, їх співвідношення між собою, робиться їх змістовий аналіз конкретної вибірки.

Наступний у переліку – опитувальник тривожності містить двадцять запитань, які стосуються поведінки вихованця у групі. Респондентом є дорослий, який добре його знає. Перед проведенням експерту надається

коротенька інструкція: «Зараз я поставлю декілька запитань, що стосуються проявів у поведінці певної дитини (вказується ім'я, прізвище). На запитання потрібно відповідати так або ні. Над ними довго не думайте, намагайтеся дати відповідь відразу». Після проведення необхідних обрахунків, отримуємо відомості про рівень тривожності окремої дитини 5 - 6(7) років, а потім всієї вибірки.

Потім доцільним буде проведення проєктивного рисунку О. Захарова «Дитячі страхи», оскільки перед цим було здійснено детальний аналіз цих явищ афективної сфери особистості. Старшому дошкільнику пропонують набір кольорових олівців і просять зобразити свою найбільш погану фобію. Проведення подальшого аналізу стосується кольорової гами (чорний, фіолетовий кольори – потенційно небезпечні, більш світлі дозволяють трактувати результат уявного плану – слабке напруження). Дозволяє на поведінковому рівні побачити проєкцію страху та ідентифікувати його. Перед проведенням пояснюють малюкові, що від нього вимагається. В окремій бесіді уточнюють зміст зображення, його назву.

Малюнок сім'ї дозволяє спрямувати увагу дослідника на найбільш поширені негативні емоційні переживання – сімейні стосунки між батьками й їх вихованцем. Основними критеріями й показниками для аналізу стають психологічна дистанція, рівень емоційної підтримки та наявність тривожності до певних аспектів взаємодії. 5-6(7)-річній дитині пропонують нерозкреслений аркуш паперу (як правило $\frac{1}{2}$ формату А4) і просять намалювати власну родину за звичною справою, на прогулянці, вдома тощо. Потім спільно обговорюють предмет ситуацію зображення, використаний колорит, просять пояснити чому саме так нарисовано. Спочатку здійснюється аналіз індивідуальний, а вже далі – в цілому по вибірці.

У графічному тесті «Сходінки» досліджуваний має презентувати власну особистість шляхом оцінювання самої себе. Для успішного виконання завдання мають бути систематизовані знання про власне Я, в узагальненому плані відомі погляди й судження дорослих про дитину 5 -6 річної дитини про

неї (батьків, педагогів). Після знаходження паритету між цими категоріями оцінок передбачало виявлення загальної самооцінки. Вона може варіювати у межах неадекватна (завищена, занижена) – адекватна. Для проведення процедури тестування мають бути наперед заготовлені графічно зображений п'єдестал-піраміда. Саме на ньому малюк буде розміщати свій образ Я (невеличка людина на картці), оцінюючи власну персону від себе й від дорослих, ровесників, знайомих. В індивідуальній бесіді визначалися ймовірне місце розташування на сходинках. Перед початком роботи пропонувався алгоритм дій: «На якій сходинці опинишся сам(-а), коли на верхніх трьох розмістилися найкращі діти, а на трьох нижніх – погані. Середні ж сходинки займають і не хороші й не погані. Де б тебе розмістили мама, тато, сам». Самооцінка визначається на основі місця, яке визначив дошкільник сам для себе. Потім уточнюють чи він такий насправді, чи хотів би таким стати. Спочатку розглядаються особистісні дані, а вже потім аналізувалися в цілому по всій групі досліджуваних.

Наступний компонент – короткий тест Люшера. Він являє собою набір вирізаних самостійно овалів. До цього складу входять чотири основних (синій, зелений, жовтий, червоний) і чотири другорядних (коричневий, чорний, фіолетовий, сірий) кольорів. Малюка в індивідуальній бесіді просять скласти з них будь-яку композицію: «Потрібно розмістити дані кольорові картки так, як тобі буде найбільше до вподоби. Спробуємо?» Потім звертається увага на сам порядок розміщення кольорів. Якщо основні знаходяться на перших п'яти позиціях, то основні потреби даного вікового періоду задовольняються. Можна вирахувати, яка з них не реалізується достатнім чином. Для нашого дослідження найбільшу цінність являють синій колір (потреба у емоційній рівновазі) й червоний (потяг до активних дій, вчинків).

Наступний метод спрямований на вивчення поведінки дитини 5 - 6(7) років у ситуації невизначеності, стресового характеру. Основний критерій – впевненість у собі під час морального вибору, у ситуації очікування (чекає

поки його заберуть з дитсадка). Подібних суб'єктивних чинників було п'ять на кожного малюка.

Друга частина методики – анкетування батьків і педагогів щодо їх обізнаності у сфері емоційних явищ негативного характеру та здійснюваної роботи у плані профілактики чи корекції. Зокрема анкета для батьків містить 8 запитань і спрямована на з'ясування актуальних проблем попередження страхів дітей дошкільного віку: сутність, причини, взаємодія з ЗДО у цьому аспекті, популярні й вивірені способи подолання означених феноменів. Анкета проводилася колективно. Роботі передувала інструкція «Шановні батьки! Перед Вами запитання, які стосуються проблем поведінки дошкільників. Надайте правдиву відповідь з метою організації ефективної взаємодії із педагогом дошкільного закладу».

Анкета для вихователів складалася з 14 запитань відкритого типу. Мета яких передбачала отримання достовірних даних про сутність та причини виникнення фобій, перевірені способи їх подолання, засоби. Особлива увага при цьому приділялася контактам з батьками й вузькоспеціалізованими людьми (психолог та ін.). Також були питання, які стосувалися методів профілактики, її засобів й особливостей проведення в установі й сім'ях вихованців. В цілому сукупність підібраних й створених самостійно операційних діагностичних процедур дозволила нам дослідити дитячі фобії й їх профілактику у дошкільному дитинстві.

Другий етап – емпіричне дослідження. Воно проводилося в ЗДО Чернігівської області у м. Ніжин в ДНЗ № 23 «Розвивайко». Вибірка становила: 31 особу – діти старшого дошкільного віку, які відвідують старшу групу дошкільного закладу; 7 вихователів, які опікуються проблемами дітей 5 - 6(7) років і працюють з ними декілька років. Батьки вихованців у кількості 31 людина. Чисельність вибірки складає 69 осіб.

Третій етап – обробка та аналіз результатів дослідження. Отримані результати вивчення психологічних особливостей міжособистісних

стосунків старших дошкільників будуть проаналізовані у наступному параграфі.

Таким чином, сукупність підібраних методів дозволила з'ясувати особливості прояву досліджуваного явища у дітей 5 - 6 (7) років, виявити рівні сформованості схильності до страхів старших дошкільників. Крім того уможливила отримання необхідних відомостей щодо здійснюваних заходів профілактики означених афективних явищ дорослими.

2.2. Аналіз рівнів сформованості схильності до страхів дітей 5 -6(7) років. Розглянемо отримані результати за методом «червона –чорна будівля» та проективної методики «Намалюй свій страх». Робота здійснювалася за ними обома одночасно, оскільки лише у єдності вони надають правдиву інформацію про ті чи інші емоційні явища, властиві дітям. З їх опрацюванням можливо встановити зміст конкретних страхів, які турбують дитину на даний момент. У процесі спостереження за поведінкою дітей 5 - 6 року життя було відмічене прагнення дітей скрупульозне обдумування відповідей до прийняття рішення: куди саме поселити те чи інше негативне явище. У деяких випадках малюки, навіть, уточнювали сутність названого експериментатором. В цілому діти впоралися із поставленим завданням.

Коли говорити про групу в цілому то їй властиві більше реальні, ніж уявні стани лячно. Зокрема наявна перевага у наповненні чорного приміщення над червоним. Так, у відсотках значення показника у будинку чорного кольору 58 % страхів, а в червоному 42 %. Відповідно різниця становить 16 %. Отже, у темній кімнаті значно більше оселилося негативних переживань. Якщо ж говорити про їх якісне наповнення, можна побачити цілковиту диференціацію дітьми емоційних явищ, однак спільну картину можна все ж з'ясувати.

Так, для 14 % малюків дуже боязно за рідних людей (їх родина), бояться когось втратити з них. Іншим 14 % стає не по собі від страшних

казкових персонажів, тому вони їх відразу ж хотіли «зачинити». Ще 14 % дуже переживають, щоб не сталася пожежа. Натомість 9,5 % завжди очікують нападу бандитів. Деяким сняться нічні кошмари, вони довго не можуть заснути й не хочуть залишатися самі в темряві. Таких досліджуваних також 9,5 %. Аналогічній кількості старших дошкільників дуже складно переносити згадки про плазунів, тварин, зміїв (нічних тварин). Однаковим частинам дітей (по 4,3 %) властива боязнь висоти, замкнутого (тісного) приміщення, людей у білих халатах (лікарів).

В цілому означені феномени афективної сфери дітей можна пояснити неконтрольованими впливами соціуму. За деяким виключенням, більшість їх малюки «отримали від перегляду страшилок по телевізору», оскільки саме це з'ясувалося у бесіді після проведення діагностичної процедури. Водночас, можна спрогнозувати, що більшість дітей здатні диференціювати свої емоційні негативні стани.

Аналізуючи індивідуальні відповіді дітей було з'ясовано у кожного співвідношення між реальною загрозою й уявною. Зокрема у значної частини досліджуваних помітна суттєва перевага реальних страхів над нереальними (3 і більше). Числове значення показника становить 42 %. Для 19 % характерним є незначне переважаєння (2-3 феномени) більш небезпечних станів. Гранична перевага становить одне найбільш тривожне явище над уявним властива для 14 % респондентів. Для 9 % дітей 5 -6 років життя наявні лише надумані тривожні стани. У решти дітей біля 14 % переважають уявні страхи. Для зручності їх аналіз представлений у графічній формі.

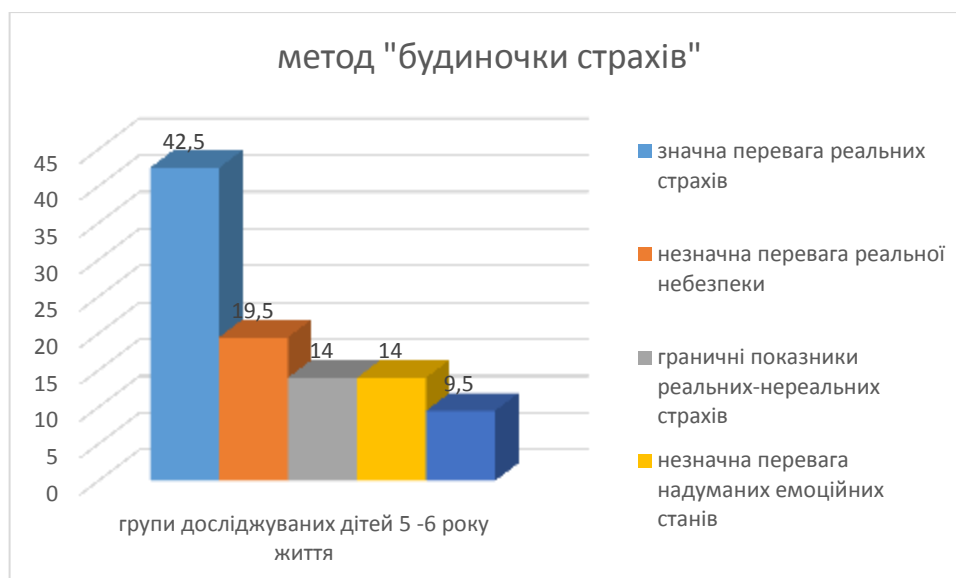


Рис.1 співвідношення між реальними та надуманими емоційними станами дітей 5 - 6 років

Отже, можемо зробити висновок про вміння дітей розрізняти негативні афективні стани, розуміти їх. Власне відмічене переважання реально існуючих небезпек над надуманими, що свідчить на нашу думку, про неефективну роботу дорослих у плані профілактики означених емоційних явищ серед дітей 5 -6 року життя.

Розглянемо отримані результати за наступним компонентом методики – «Малюнок сім'ї». Основне завдання з'ясувати рівень тривожності 5 -6 річних дітей. Основними показниками у даному випадку були кольори, використані на рисунку малюком у процесі зображувальної діяльності, і відстань між членами родини (особливо зверталася увага на розміщення дошкільника стосовно мами чи тата). У сукупності задані параметри вказують на наявність чи відсутність хвилювання у досліджуваних.

Під час аналізу було виявлено наявність різного спектру кольорів, класифікованих на холодні, яскраві та тривожні. З'ясовано: найбільш часто використовувані відтінки – холодні. Вони властиві для 47 % дітей. Менш вживаними виявилися чорний і фіолетовий. З їх допомогою було зображено 29% дитячих робіт. Найменш улюбленими у даному випадку були теплі малюнки, виконані у яскравих тонах. Їх обрали 24 % респондентів. Під час

бесіди було уточнено причини такого обрання. Окрім того з'ясовано хто зображений на малюнках, а також взята до уваги відстань між основними особами. Після уточнення додаткових параметрів аналізу виявилось, що для дітей 5 -6 року життя яскраві відтінки властиві для 29 %. У тривожних тонах (це підтвердилося) у співбесіді виконано 29 % рисунків. Решті робіт характерні холодні кольори. Відповідно, найвищий рівень тривожності є властивий 29 % малюків, взагалі відсутнє хвилювання з будь-якого приводу також у 29 % респондентів. Водночас для 42 % вибірки характерне холодне ставлення до родини. На нашу думку, вони не отримують належної емоційної підтримки з боку батьків і становлять у деякому плані «групу ризику» щодо виникнення у них негативних емоційних станів.

Проаналізуємо тривожність за іншим методом – опитувальником. Після здійснення необхідних процедур виявилось, що найбільша кількість малюків характеризується середнім рівнем тривожності. Таких досліджуваних 47 %. Менша група дітей, біля 19 % мають низьку схильність до хвилювань різного роду. Решта частина вибірки 34 % - це діти 5 - 6 років у яких виявлений високий рівень тривожності. Як бачимо результати обох методів дали приблизно схожу інформацію. При цьому відмічена така особливість: малюки з середнім і високим рівнем емоційної напруженості у чотири рази перевищують досліджуваних із низькою. Такий емоційний стан дуже впливатиме на виникнення страхів і фобій, які з уявних перейдуть у план найбільших небезпек. Рівень тривожності у більшості досліджуваних потрібно знижувати.

Ще один метод, який надавав відомості про особливості емоційної напруженості малюків – короткий тест Люшера. За допомогою нього нам вдалося здійснити якісний аналіз за представленістю відтінків. Можна було з'ясувати п'ять основних позицій щодо емоційних станів: позитивний стан, стабільно спокійний стан, негативно-астенічний стан, тривожний стан, стан нестабільних проявів настрою. На основі запропонованих (викладеними) дітьми комбінацій виявлено такі тенденції досліджуваних: позитивні

емоційні переживання властиві для 19 %, спокійні – 35 %, негативні – 23, 5 %, надмірне хвилювання – 23,5 %. Нестабільних настроїв у дітей не спостерігалось. Як бачимо діагностична процедура також є інформативною у плані рівня емоційної напруженості. В цілому за даними цих трьох методів нами було встановлено середні показники афективних негативних переживань.

Самооцінка дитини 5 -6 року життя мала надати інформацію про адекватність оцінки нею емоційних станів. В ході проведення методики «Сходінки», яка проводилась з метою виявити систему уявлень дитини про те, як вона оцінює свої властивості, можливості, як на її думку оцінюють інші і, як ці уявлення співвідносяться між собою ми визначили, що 21 % досліджуваних здатні адекватно усвідомлювати самих себе, свої риси, емоційні стани та можливості, здатні співвідносити ці уявлення з оцінюванням інших дорослих(батьки), що характерно для достатнього рівня адекватної самооцінки. Діти розуміли завдання без додаткових пояснень, активно взаємодіяли та без довгих вагань, роздумів визначались та пояснювали свій вибір спираючись на реальні події та ситуації, від яких залежить їхня поведінка. У всіх досліджуваних співпадає оцінювання самих себе з можливою оцінкою їх дорослими. Це свідчить про те, що такі діти можуть відповідно до ситуації, адекватно оцінити свої вміння, можливості, діапазон ідеалів в таких дітей оптимальний. Зокрема, у 10% досліджуваних не співпадає оцінювання самих себе з можливою оцінкою їх дорослими.

Досліджувані 60 % не здатні достатньо оцінювати свої можливості при виконанні певної діяльності, що проявляється критичністю, або переоцінкою стосовно себе. Тобто, для таких дітей характерне адекватне оцінювання себе як особистості, проте можливе завищене, або занижене уявлення про себе, якщо дитина враховуватиме оцінку дорослого, або залежно від ігрової ситуації. Варто зазначити, що діти з переоцінкою своїх можливостей, без вагань поставили себе на вищу сходинку, не спираючись в поясненні вибору на реальні ситуації, події. Вважають, що оцінка дорослого могла б бути на

нижчій сходинці. Проте, під час вибору сходинки думка дорослого була не врахована. Це свідчить про неадекватність системи ціннісних орієнтирів, у дитини ідеалізоване уявлення про свою особистість; вона ігнорує свої невдачі заради привичної самооцінки, своїх справ і вчинків. Для досліджуваних, яким характерне критичне усвідомлення своїх якостей та можливостей було характерне вагання у відповіді, маніпулювання чоловічками переміщаючи їх від п'ятої сходинки «хороший», середньої та третьої сходинки «погані». У відповіді вважають, що батьки зробили б такий самий вибір в їх оцінюванні, спираючись на реальні події (погані вчинки тощо).

19 % не здатні до усвідомлення своїх можливостей при виконанні певної діяльності, що виявляється в надмірній критичності або переоцінці своїх вмінь та можливостей в життєдіяльності, не проявляють самостійно ініціативу.

Як бачимо, значна частина досліджуваних не є здатними адекватно оцінити власні негативні стани й риси характеру, власні можливості. Цей компонент вказує, що можливі негативні афективні стани не можуть бути правильно оцінені, а тому буде відсутня можливість їх подолати.

Під час спостереження за дитиною у ситуаціях, де потрібно було проявити власні сильні сторони було з'ясовано особливості поведінки й її супроводження тривожністю. Так, були відмічені наступні тенденції: діти спокійно себе поводити у нестандартних ситуаціях (таких досліджуваних було біля 30%); біля 47 % досліджуваних виявляли незначні ознаки хвилювання (інколи сумно втягували, повітря, озиралися, проте потім переключали свою увагу на щось інше); решта малюків дуже сильно виявляли тривожність у поведінці (постійно щось запитували, інколи починали плакати, заспокоювалися лише тоді, коли ситуація стабілізувалася) – біля 23 %.

Здійснимо тепер розподіл дітей на рівні в залежності від прояву міри емоційного напруження на основі узагальненої характеристики означеної схильності. Інформація про це представлена у таблиці 2.2.

Розподіл дітей 5 - 6 року життя за мірою схильності до негативних емоційних переживань (страхів) у відсотках

Рівні	Характеристики поведінки дітей	Відсотки
Високий	правильно й самостійно диференціює афективні стани та розуміє їх вплив на власну поведінку; адекватно оцінює власні можливості й реальні дії; під час виконання будь-якої діяльності впевнений, може самостійно подолати хвилювання; має гарний підвищений настрій, впевнений у підтримці близьких дорослих і вихователя; у ситуації невизначеності почуває себе спокійно, здатний до вольових зусиль щодо спокійного поводження	29
Середній	у більшості випадків правильно розрізняє емоційні переживання, розуміє їх вплив на свою поведінку, інколи звертається за допомогою; у більшості ситуацій адекватно оцінює власні дії, здійснює їх прогноз, інколи просить допомоги; у більшості випадків адекватно себе оцінює без сторонньої допомоги; відчуває впевненість при виконанні діяльності, схильний до хвилювання; інколи не може подолати хвилювання; настрої у переважній більшості випадків спокійний, за підтримки швидко переростає у радісний; інколи потребує допомоги у ситуації невизначеності, може виявляти вольові зусилля	42
низький	відчуває ускладнення у поведінці, самостійно не може їх диференціювати й постійно звертається за допомогою; не зовсім адекватно оцінює себе, просить допомогти дорослого; невпевнений у своїх діях, у підтримці з боку дорослих; у ситуації невизначеності має поганий настрій, який постійно підсилюється; постійно звертається до дорослого; схильний до негативних емоційних станів (страхів)	29

Як бачимо, кількість досліджуваних розподілена так, що значна їх частина є схильними до виникнення і прояву у їх поведінці страхів. Відмітимо, що лише третя частина вибірки здатна самотійно подолати хвилювання, впевнено почуватися у нестандартних, стресових ситуація. 2/3 дітей не здатні до таких проявів у поведінці й характеризуються як особи, схильні до виникнення страхів. В цілому результати констатувального експерименту вказують на необхідність здійснення формувального.

У нашому дослідженні на цьому етапі брали участь діти експериментальної й контрольної груп загальної вибірки. Здійснимо їх поділ за результатами діагностичних методів і у таблиці 2.3 наведемо дані їхнього розподілу.

Таблиця 2.5

Кількісний розподіл досліджуваних 5 -6 року життя експериментальної та контрольної груп за мірою сформованості схильності до страху

Рівні сформованості	ЕГ (у %)	КГ (у %)
Високий	29	26
Середній	42	45
Низький	29	29

Як бачимо, результати досліджуваних обох груп мають невеликі відмінності, якими можна знехтувати. З огляду на представлені у табл. 2.3 відомості, більшість дітей (відповідно 71 % - 71 %) мають досить суттєві ознаки схильності до виникнення негативних емоційних явищ, зокрема страхів, що негативно вплине на процес становлення особистості.

Отже, нами було уточнено основні критерії й показники схильності дітей 5 -6 років до негативних емоційних явищ (страхів). На основі скомпонованої методики було здійснено аналіз емоційної, когнітивної та поведінкової сфер особистості. На основі узагальненні показників було надано характеристику дітям, які належать до різних рівнів схильності до

страхів. У відповідності до отриманих показників найбільше досліджуваних належить до середнього рівня схильності до небезпечних афективних станів (42 %), третина вибірки має високу міру прояву страхів у поведінці й біля 29 % мають низький рівень і характеризуються спокійною і впевненою поведінкою.

2.3. Профілактика страхів у дітей 5 -6 року життя дорослими у дошкільному закладі та сім'ї. У цій частині роботи на етапі констатувального експерименту вивчали особливості виховних впливів вихователів батьків на малюків з метою з'ясування профілактичної роботи з їх боку. З цією метою було проведено анкетування з обома названими категоріями досліджуваних. Проаналізуємо отримані за цим методом результати спочатку у батьків вихованців. На запитання про сутність страху вони виявили наступне бачення: 30 % вказали дуже не визначено «коли когось або щось лячно», «фобії»; інша група 30% наголошувала, що це «власне стан небезпеки»; ще 40 % наполягали на «емоції під час загрози», «відповідь на подразники», «захисна функція організму». Отже, вони зазначали лише окремий аспект феномену, не розуміючи його сутність, про що свідчить інформація на друге запитання.

Так, роздумуючи про негативні чи позитивні сторони страхів, старші члени сімей висловили наступні думки: не можуть надати цілісного розуміння явища 20 % респондентів, пояснюючи так «і так, і ні», «хто його знає», «не задумувався»; більша частина вибірки 50 % вважає його негативом, оскільки «це завжди стрес», «хвилювання», «небезпека», «може перерости у нав'язливий стан»; решта 30 % зазначають позитив цього явища «думаю, що більше позитив, ніж негатив», «дуже потрібний у житті», «сприяє адаптації». Як бачимо, дорослі вказують лише на окремий бік явища, не розуміючи його сутності та функцій у житті.

На запитання про різницю між страхами дитячим й людей дорослих також помітні розбіжності й відсутність розуміння. Зокрема 40 % вважають

негативні емоційні явища дітей більш простими, адже «у дорослих вони більш реалістичні», «у малюків вони є віковими, минуть», «вони можуть про це розповісти, а ми мусимо терпіти». Вважаємо такі судження хибними. Ще 40 % висловили діаметрально протилежні думки. Вони переконані у малюків такі явища більш складні, «вони багато чого не знають і бояться», «у маленьких більш гостріший перебіг», «вони до кінця не розуміють чого їм страшно». На нашу думку такі відповіді означають адекватне розуміння цього феномену. Решта досліджуваних не змогли надати зрозумілих пояснень: «не знаю», «не думав». Відмітили, що біля 60 % опитаних ігнорують це питання і це є зовсім не правильно.

Наступні відомості відображають знання батьками причин виникнення цього явища й є логічним продовженням попереднього. Вони зовсім по різному їх трактували. Об'єднавши відповіді респондентів у групи виявили: 40 % вважають їх зумовленими зовнішніми чинниками, зокрема «поведінкою батьків у спілкуванні», «заборони у родині», «невдалий досвід спілкування зі старшими»; інші 20 % навпаки вказують на суб'єктивні фактори – спадковість, надзвичайна уява, хвороблива уява, були хворі раніше дорослі та ін.; останні 40 % відповідають надто завуальовано «дуже багато чинників», «життя сприяє», «зміни у житті». Зазначали: більшість респондентів не розуміють основних причин виникнення й перебігу цього явища у дитинстві.

На запитання самотійного подолання дітьми їх власних афективних станів, емоцій негативного плану батьки також висловлювали інколи досить суперечливі погляди. Так, 20 % опитаних зазначають необхідність звернення до фахівців у цьому питанні: «потрібна допомога психолога», «самому не можна щось вдіяти», «самотійно не можна цього зробити», «ні, страхи прогресують, а ми з дитиною нічого не вдіємо». З одного боку така позиція є правильною, з іншого – применшують значення себе у цій ситуації. 40 % респондентів наголошують навпаки на важливій ролі дорослих у таких ситуаціях: «потрібно поговорити з сином спокійним тоном і все мине». Ще

40% відповідають завуальовано: «в залежності від причин». Отже в цьому питанні думки розділилися, проте більшість погоджується, що 5 -6 річна дитина самостійно не впорається.

З'ясувавши надані відповіді дорослих на запитання про співпрацю у цій сфері знань з вихователями ЗДО, зробили висновок: більшість опитаних 90 % з цієї проблеми з педагогами не взаємодіяли, оскільки вони твердили «навіщо, не розумію», «немає й не буде таких потреб», а решта 10 % зазначили, вони «постійно взаємодіють з ними у цьому руслі», «так, бо вони більш компетентні у цьому питанні». Попередньо планували запитання анкети, з нашого боку було припущення про звернення батьків до когось іншого, а не працівника ЗДО. Тому наступне запитання стосувалося саме врахування сторонньої допомоги: старшого покоління родини, мас-медіа. Виявилось, що 50 % членів сімей все ж таки ігнорують дану проблему дитинства: вони ні з ким не радяться з цього питання й очевидно з боку вихователів не пропонувалося якихось заходів. Водночас ,10 % дорослих контактують з цього питання із власними батьками, а ще 40 % опитаних шукають інформацію в режимі онлайн, на інтернет форумах, відвідуючи сторінки психологів, психіатрів досвідчених лікарів-педіатрів. Отже, проблема ця існує, проте не налагоджена взаємодія з приводу неї між сім'єю і дошкільним закладом освіти.

Останнє запитання стосувалося визнання чи не визнання проблеми дитячих страхів з боку дорослих, чи вважають вони це сьогоdnішньою реальністю. Узагальнюючи надану інформацію, зробили висновок про відношення опитаних до питання. Біля 50 % дорослих вважають це реальністю сьогодення, пояснюючи так: «причини уявні, а страхи реальні», «реальні, бо це реакція малюка на нові обставини», «так, намагаюся у цьому допомагати». Решта ж 50 % вибірки плутаються у здогадках «50 на 50», «хто його знає чи це просто вигадка, чи серйозно», «не знаю чи реальність чи дія уяви». Отже, як бачимо думки в цьому запитанні розділилися порівну.

В цілому було з'ясовано обірваність інформації у батьків вихованців про проблему негативних афективних явищ на ранніх етапах життя. У них неповні відомості про причини, необхідність профілактики цього феномену. Також неоднозначні погляди на функції страхів та засоби, шляхи їх подолання, допомоги дитині. Крім того негативні наслідки у цьому руслі визначає відсутність взаємодії між вихователями й сім'ями, ігнорується проведення заходів попередження явищ. Можливими причинами цього є пасивність батьків, ігнорування об'єктивних причин означеного явища.

Розглянемо тепер вислови педагогів ЗДО на проблему страхів і їх профілактику у дитячому віці. Проаналізувавши їхні відповіді на запитання про об'єктивність існування цього явища у цьому періоді життя. Всі були одностайними й визнали присутність цього явища у малюків. Цікавими були їх обґрунтування попереднього висловлювання: 33 % цікавилися ним на форумах, інтернет- конференціях, вони знали про нього з досвіду роботи, чи знань, отриманих від більш досвідчених колег; 50 % твердо переконані – «у кожного дорослого чи дитини наявний певний страх, фобія», «це визнано всіма науковцями, педагогами, психологами»; 17 % пояснюють даний феномен браком знань і необхідного досвіду у дітей. Як бачимо, працівники дошкільної установи цікавляться цією сферою, відшуковують потрібну інформацію, намагаються зрозуміти сутність, функції означеного явища.

Саме на з'ясування природи цього феномену й було спрямоване наступне запитання анкети. 33 % респондентів вважають основною причиною його виникнення зовнішні та внутрішні чинники життя та життєдіяльності малюків. Вони наголошують: «дитяча уява», «телебачення», «страшні герої сучасних мультиків». Ще 33 % винними вважають поведінку батьків вдома: різкі обмеження, категоричні заборони, стиль спілкування, відсутність цікавості до дитячих проблем. Решта вибірки 33 % першопричиною визнають спадковість, схильність дітей до нав'язливих емоційних станів, афективних переживань. Отже, у баченні цього ракурсу проблеми існують розбіжності. Вони є наслідком інформації, яка перебуває у

розпорядженні вихователів. На даний момент її не можна назвати систематизованою.

Також можна вважати зорієнтованість педагогів в основних видах дитячих негативних емоційних явищ. Зокрема 50 % опитаних зазначили існування набутих, особистісних і вроджених страхів і фобій. 17 % виявили у себе знання лише про набуті негативні феномени. Ще 33 % називають такі види: невротичні, вроджені й набуті. Тут спостерігається також обірваність відомостей про феномен, оскільки невротичні страхи, у більшості випадків є наслідком ігнорування проблеми на початкових її етапах, звичайно за деякими виключеннями. Тут же респонденти зазначали й причини: всі вони визнають існування об'єктивних чинників у виникненні цього явища.

Наступний елемент методу передбачав з'ясування досвіду вихователів у контексті роботи з дітьми, для яких є властивим страх чи фобія. Так, 17 % респондентів зазначили наявність досвіду у роботі зі всіма їх видами. Інші ж 17 % у своїй роботі зіткнулися лише з такими феноменами як страх окремих тварин (плазунів, собак, змій) і батьківських заборон і погроз. Ще 33 % педагогів просто зазначили про наявність у них певних знань роботи й профілактики з набутими афективними явищами, не зазначаючи їх конкретно. Останні дві категорії опитаних дуже між собою схожі, однак перші з них вказали на предметність емоційних негараздів, на відміну від наступних. Решта 33 % зазначили про існування у них досвіду з дітьми й їх батьками щодо хвилювання, тривожності. Водночас вони підкреслювали свій невеликий стаж роботи. Відповіді респондентів вказують на те, що працівники ЗДО у своїй діяльності «зустрічаються» з окресленими явищами афективної сфери. Проте їх професіоналізм у цьому відношенні є обмеженим.

Саме на з'ясування останнього вислову й було спрямоване наступне запитання. Відповіді на нього були дуже різношерстими, оскільки вони залежали на всі сто відсотків від обізнаності теоретичної й практичної респондентів. Так, 17 % працівників дошкільного закладу вважають дуже

небезпечними вроджені феномени, оскільки «не знають як з ними боротися», наступні 17 % фахівців дошкілля такими вважають набуті, адже «їх так багато й що з ними робити» губляться. Ще 17 % педагогів вважають найбільш страшними невротичні, «оскільки дитина чи дорослий повністю знаходяться під їх контролем». Водночас біля 50 % вибірки дорослих вважає кожне таке явище у дітей суб'єктивно небезпечним, не зважаючи чи це «боязнь залишитися у садочку», чи «уявна, надумана фобія», «для малюків всі вони надзвичайно небезпечні, адже не знають як бути». Як бачимо, значна частина досліджуваних визнає суб'єктивну значущість негативних емоційних явищ у кожного малюка, зазначаючи обмеженість можливостей маленької особистості.

На запитання як себе вести, щоб уникнути, попередити фобії у дитячому віці більшість педагогів говорили про наступне: 17 % вказували на першочерговість з'ясування причини, а «вже потім потрібно думати»; інші 65 % вбачали власну діяльність основним фактором попередження – «грати в ігри», «читати художню літературу», «спілкуватися з дітьми на рівних», «виконувати спеціальні вправи». Решта 17 % відразу ж намагалися співпрацювати з психологом установи. Всі ці відповіді за своєю сутністю є правильними, але, з нашого погляду, недостатніми. Про співпрацю в даному питанні говорили лише 17 % респондентів і лише з психологом. Про взаємодію з батьками у цьому контексті ніхто не обмовився.

Про проведення заходів попередження вказувала більшість респондентів. Однак одні звертали увагу на власну активність дітей (таких було 33 %), пропонуючи проводити загартування, спілкуватися на певні теми, читати художню літературу. 33 % пропонують спрямовувати зусилля на просвіту сімей (33 %), читаючи їм коротенькі лекції, організовуючи круглі столи, індивідуальні бесіди, залишаючись самим осторонь від маленьких персон. 33 % взагалі нічого не зазначили, іншими словами зайняли пасивну позицію. Наступний пункт мав з'ясувати в цілому на зорієнтованість у

взаємодії обох соціальних інститутів виховання, об'єднаність у цьому питанні.

17 % працівників ЗДО стверджують таку пропозицію. Натомість 25 % категорично заперечують пропоновану можливість. Вагаються й не надають чіткого судження даного питання 58 %. Водночас, аналізуючи десятий пункт анкети знаходимо підтвердження ідей раніше. Зокрема 17 % актуалізують увагу на взаємодії з практичним психологом установи, деталізуючи заходи: психологічні вправи, арт-терапію, психотерапевтичні й психогімнастичні вправи з вихованцями. Решта дошкільних фахівців пропонують демонструвати зразки поведінки, власний приклад переборення негараздів, співи, зображувальну діяльність, театралізовані ігри, інсценівки, драматизації художніх творів та їх читання.

Уточнення передбачало 11 судження анкети й стосувалося співпраці взагалі зі всіма працівниками ЗДО, спеціалістами різних галузей знань. 33 % підтвердили взаємодію з психологом та колегами у руслі названої проблеми. 67 % наголосили на співпраці з колегами, «інших фахівців у них немає можливостей знайти». Так, більшість вихователів ігнорують взаємодію з вузькопрофільними спеціалістами у сфері дитячих страхів і фобій.

У своїй діяльності планують заходи профілактики негативних явищ всі вихователі. 33 % запланували консультації, коротенькі лекторії й круглі столи «Як боротися з дитячими страхами» для батьків. Третина пропонуватиме дітям читання художніх творів та їх інсценування. Решта досліджуваних використовуватиме практичний аналіз ситуацій стресового характеру. Знову нами констатовано відсутність спільних заходів, присутніми на яких були б батьки, діти, психолог, вузько дипломовані спеціалісти. Дана проблема може бути розв'язана лише спільними зусиллями, узгодженням дій.

Останній пункт методу визначав першочергові завдання роботи з даною проблемою. 50 % намагатимуться оптимізувати, зробити кращим спілкування батьків, дітей між собою. Інші 50 % будуть прагнути створити

емоційно сприятливу атмосферу у групі для встановлення довірливого спілкування з вихованцями.

Отже, проаналізувавши відповіді батьків на окреслені проблемні аспекти у анкеті, з'ясували деяку обмеженість та їх незрілість для здійснення профілактики дитячих фобій. Не всі вихователі виявили необхідний мінімум знань, досвіду у цьому напрямку роботи. Так, плануються окремі заходи з батьками, дітьми, обговорюються проблеми на методичних об'єднаннях, однак низька міра їх усвідомлення відсуває на другий план.

Таким чином, батьки й вихователі у певній мірі обізнані у проблемі й намагаються її розв'язувати на основі власних зусиль, досвіду, однак у багатьох відсутній необхідний багаж можливих заходів, прийомів. Дехто не хоче розбиратися у причинах, функціях феномену й прагне перекласти все це на психолога чи іншого спеціаліста. Не помітили необхідної взаємодії між всіма членами освітнього процесу, присутні лише окремі ознаки її. Відчувається деяка пасивність батьків у цьому питанні й відсутність бажання контактувати з працівниками ЗДО.

Висновки до розділу 2

На етапі констатувального експерименту було здійснено уточнення критеріїв та їх показників схильності дітей 5 - 6 року життя до переживання негативних емоційних станів. Основними їх характеристиками стали прояви у життєдіяльності дітей тривожності, настрою, психічні стани.

Згідно систематизованих показників і критеріїв було скомпоновано методику констатувального етапу. До її складу увійшли наступні методи: розрізнення негативних емоційних станів і страхів «Червоний – чорний будиночки» (модифікація М. Панфілової), проєктивна діагностична процедура О. Захарова «Дитячі страхи», опитувальник дитячої тривожності (Т. Титаренко, Г. Лаврентьєва), тести «Кінестетичний малюнок сім'ї» і Люшера, діагностична процедура «Сходінки» на самооцінку (С.Якобсон, В.Щур), спостереження за поведінкою дітей у невизначених, наближених до стресових ситуаціях.

За результатами дослідження було з'ясовано, що схильність до виникнення страхів у дітей 5 -6 років має такі особливості прояву: найбільше досліджуваних належить до середнього рівня схильності до небезпечних афективних станів (42 %), третина вибірки має високу міру прояву страхів у поведінці й біля 29 % мають низький рівень і характеризуються спокійною і впевненою поведінкою.

На основі анкетування з'ясовано ставлення батьків, вихователів до дитячих страхів. Виявлено їх розуміння феномену, його причин, функцій, ознак. Більшість батьків ігнорують існуючий стан речей, перекладаючи всі відповідальність на педагогів. Дорослі не можуть, можливо не бажають, знайти спільні вузлові точки для ефективної взаємодії. Натомість вихователі у більшій мірі прагнуть власною активністю вирішувати нагальні завдання, звертаючись до психолога (коли це можливо). З сім'ями у цьому контексті зв'язки обмежені, не знаходять підтримки, хоча відповідні заходи плануються. Все вказує на необхідність проведення формувального експерименту.

РОЗДІЛ 3. СИСТЕМА РОБОТИ З ОПТИМІЗАЦІЇ ПРОФІЛАКТИКИ СТРАХІВ ДІТЕЙ 5 - 6 РОКУ ЖИТТЯ В УМОВАХ ДОШКІЛЬНОГО ЗАКЛАДУ

3.1. Педагогічні умови оптимізації профілактичної роботи з дитячими страхами у старшій групі ЗДО. На етапі констатувального експерименту було виявлено схильність 5 -6-річних малюків до тривожності й переживання негативних емоційних явищ. Особливості афективної сфери сприяють появі феноменів, руйнуючих спокійну поведінку та самопочуття. З метою створення ефективної методики виховної роботи з дітьми важливим моментом є пошук і обґрунтування педагогічних умов, виконуючих профілактично-стимулюючу функцію у плані переборення учасниками експерименту емоційних станів і переживань деструктивного плану.

Мета проведення формувальних впливів передбачала зниження схильності дітей 5 – 6 років до виникнення страхів та формування можливостей, знань і способів їх подолання. Проведення формувального експерименту передбачало послідовну реалізацію завдань:

1. Виділити й обґрунтувати педагогічні умови, дотримання яких уможливить ефективність виховних впливів у профілактиці дитячих страхів.
2. Розроблення системи роботи на основі виділених положень для всіх учасників освітньо-виховного процесу.
3. Реалізація змісту програми з учасниками експериментальної групи.
4. Проведення контрольного етапу експерименту з дітьми контрольної й експериментальних груп.

Основними педагогічними умовами у нашому дослідженні виділено: *використання умінь дошкільників адекватно оцінювати вкладені у діяльність зусилля, їх результативність як важливий критерій успішності*

дій; врахування вікових особливостей та індивідуального досвіду вихованців; залучення дітей до різного роду ігор з корекційним змістом та взаємодія з психологом установи з питання профілактики у них страхів.

Розглядаючи першу умову, ми виходили з того, що потрібно спрямовувати зусилля на виховання здатності дітей планувати свої дії, прогнозувати їх ефективність. Це сприяє розвиткові саморегуляції, формуванню її вольових якостей, вміння здійснювати контроль за власною поведінкою. На основі досягнення поставленої мети, малюк вчиться порівнювати власний досвід і використання старання з відповідними навичками ровесників. Дорослі є зразком для наслідування у цьому плані для дітей. У подальшому аналогічні дії дитина виконує самостійно, без його втручання. Р. Павелків, підкреслює необхідність побудови конструктивних взаємин дорослого й дитини, оскільки саме вони є підґрунтям у прояві ділових стосунків і товариськості. Такий підхід дозволяє демонструвати малюкам зразки оцінки, аргументуючи її критерії й педагогічно правильно її використовуючи відповідно до можливостей дитини, ознак її індивідуальності, позиції у спільноті ровесників [25, с. 197 - 205].

Необхідність досягти гарного результату привчає дитину планувати свої дії, управляти ними, і таким чином, це веде до розвитку волі, уміння керувати своєю поведінкою. Окрім того, результат діяльності є підґрунтям для порівняння успіхів, досягнутих різними дітьми. Якщо першочергово таке порівняння виконують дорослі, для того, щоб звернути увагу дитячої групи, то врешті-решт це починає робити і дитина, оволодіваючи при цьому навиками самооцінки, усвідомлення своїх власних якостей та досягнень [23, с. 169].

Вивчаючи наступну умову, щодо дотримання та *врахування вікових особливостей та індивідуального досвіду вихованців* виходили з необхідності розуміти вплив означених властивостей на поведінку. Формування у малюків дошкільного віку ціннісного ставлення до себе має бути реалізовано через впровадження ідеї цілісного підходу в організації

їхньої життєдіяльності в дитячому садочку, оновлення змісту, форм та методів навчально-виховної діяльності, створенню розвивального середовища [33, с. 3].

Л. Бегас зазначає, що педагогам потрібно вибирати способи взаємодії з дітьми, які сприяють позитивному і адекватному становленню їх індивідуальності, тобто розвитку властивостей, якостей, особливостей поведінки, адекватних очікуванням, закріпленим в суспільстві. Відповідно сам процес соціалізації повинен проходити не стихійно, а будуватися на компетентному виховному впливі, що враховує вікові, психологічні, індивідуальні та гендерні особливості дітей [5, с. 202 - 205].

Педагог має враховувати ставлення сім'ї до проблеми виховання малюків. Він повинен взаємодіяти з батьками щодо подолання байдужого ставлення до взаємодії з дітьми у плані вивчення індивідуальних ознак власної дитини, врахування їх під час спілкування з нею. Оскільки, роль батьківського авторитету у формуванні особистості дитини 5 – 6 років є важливою. За умови правильного підходу до організації взаємодії з вихованцями визначається ефективність процесів ідентифікації, усвідомлення позитивних установок, розуміння й позитивне відношення до індивідуальних ознак дітей. Домінуючу роль відіграє сім'я і близькі люди, які знаходяться поряд, ровесники. Саме ці зазначені категорії сприяють формуванню адекватних стереотипів у поведінці [25, с. 195].

Орієнтація дитини на цінності своєї особистості відбувається в сім'ї, а також і в дошкільному закладі. Кожен з батьків несе ціннісні орієнтації у своїй родині чутливість, емоційність, сміливість, самоконтроль [23, с. 163].

Обґрунтовуючи третю умову, передбачали активну участь дітей у іграх, що несе у собі задоволення основних потреб дитини: у спілкуванні, взаємодії з навколишнім світом, пізнанні. На думку К. М. Карасьової, гра забезпечує повноцінний психічний розвиток дитини. Характеризуючи різні сфери психічного розвитку, особливу значимість вона відводила особистісній сфері, адже дитина визначає себе, як окрему особистість, усвідомлює себе активним

суб'єктом, висловлює своє ставлення до ролей та пізнає свої можливості. Автор наголошує й на тому, що процесі такої гри у дітей формується вміння оцінювати власні дії, зусилля, визнавати свої помилки та невдачі [10,с.15].

Велике значення гри у життєдіяльності дитини надавала І. Патрбой, яка розуміла її як природну потребу дитини. Тут діти отримують можливість застосовувати набуті знання, вміння й навички на практиці, в ситуаціях, наближених до реального життя. На її думку в процесі ігор дитина опановує нормами поведінки, діє активно та самостійно, в процесі чого розвивається емоційна і волюва сфера, саморегуляція, формуються почуття, моральні принципи та набувається позитивний досвід оцінювання [26, с. 15].

За твердженням Е. Михеєвої, у грі створюються сприятливі умови для узгодження своїх дій з іншими, що в свою чергу стимулює процес усвідомлення і позитивне чи негативне оцінювання своїх вмінь, можливостей. Оскільки гра дозволяє дітям самостійно використовувати різні форми спілкування, наявні у дітей симпатії поступово заглиблюються, переростаючи у взаємну прихильність, що сприяє розвитку процесів оцінювання обставин ситуації. У міжособистісних відносинах відбувається процес розвитку навичок самопізнання. Малюк починає глибше розуміти себе, свою особистість і відбувається це, саме через ставлення до інших дітей [99,с.38].

Рушійною силою формування афективної сфери, на думку Н. Бабійчук, є природна потреба дитини до спілкування. Вона стикається з невмінням контактувати і погоджувати свої дії. Як наслідок виникає внутрішня боротьба, конфліктність протиріч, дитина намагається адекватно себе вести серед однолітків, щоб залишитися впевненим, рівноправним членом колективу, вчиться поступатися [4,с.89].

Важливе значення мають ігри психокорекційного спрямування. Вони дозволяють у невимушеній формі долати негативні явища афективної сфери дітей. Проте методи корекції особистісних властивостей і навичок поведінки дошкільників передбачають наявність спеціальних знань і загальних правил

роботи з такими дітьми певних категорій. Відповідно їх проведення передбачає взаємодію з практичним психологом установи. Можна зробити висновок, що корекційна робота вихователя ЗДО і психолога повинна здійснюватися в залежності від причини того чи іншого негативного прояву у поведінці. Спільне визначення доцільних і ефективних методів сприятиме успішній корекції дитячій страхів. У такій діяльності варто взяти до уваги загальні правила роботи з дітьми, основними з яких є знання вікових та індивідуальних особливостей дітей, здійснення індивідуального підходу, створення позитивного емоційного фону, доброзичливої, дружнелюбної атмосфери у групі.

Як бачимо, визначені нами педагогічні умови є взаємопов'язаними між собою, що, на нашу думку, забезпечить ефективність виховних впливів у профілактиці дитячих страхів. Отже, визначальними положеннями, закладеними в основу програми попередження фобій у дітей 5 -6 років стали: використання уміння дошкільників адекватно оцінювати вкладені у діяльність зусилля, їх результативність як важливий критерій успішності дій; врахування вікових особливостей та індивідуального досвіду вихованців; залучення дітей до різного роду ігор з корекційним змістом та взаємодія з психологом установи з питання профілактики у них страхів.

3.2 Система роботи з дітьми щодо профілактики страху та заняття емоційної напруженості. Робота щодо зняття тривожності та профілактики дитячих страхів має відбуватися у контексті взаємодії з дітьми старшого дошкільного віку, батьками вихованців, вихователями ЗДО. Лише комплексна, спільна взаємодія між учасниками освітнього процесу зумовить, на нашу думку, позитивний результат. Робота з 5-7 річними малюками включала в себе роботу з вихователем та взаємодію з практичним психологом установи. Розглянемо її основні напрямки скурпульозно.

Робота з дітьми. Вона включала в себе декілька напрямів роботи, зокрема *цикл бесід з дітьми 5-7 років про страх та шляхи його переборення*. Розмова мала розпочинатися у ситуації емоційного комфорту, довіри до педагога. Її варто здійснювати або під час прогулянки, або ж у другій в половині дня. Основне призначення психологічна (емоційна) підтримка вихованців. Бесіда № 1 “Що таке страх: переживання і боязнь”. У контексті неї пояснюється дитині сутність емоційного переживання (іншими словами хвилювання), боязні за щось (залишатися вдома самому; боятися що не заберуть із дитячого садочку). Дитині (малюкові) поступово пояснюють як потрібно поводитися. Крім того, що страх може бути уявним, тобто таким вигаданим явищем, а може бути реальним. Підводять до думки, що коли виникає хвилювання з приводу будь-якого явища, потрібно проговорити це з дорослими (батьками, працівниками дошкільної установи); не потрібно залишати в собі, мовчати, уникати розмови з дорослими.

Бесіда № 2 спрямована на уточнення плану дій при виникненні емоційного феномену “Що робити коли страшно” 5-7 річному малюкові мають пояснити як вести ти себе у такій ситуації. Потрібно наголосити такі речі: а) по-перше заспокоїтися; б) мобілізуватися (подумати що зробити) як перебороти труднощі; які якості у цьому допоможуть, вміння, які стануть у нагоді; в) проговорити дитині про можливу допомогу з боку дорослих, коли загроза є реальною (Наприклад, покликати на допомогу). Бажано, щоб вихованець уяснив для себе, що найбільш цінними рисами для нього будуть

сміливість та впевненість у собі та як саме практично діяти. Страх допомагає мобілізуватися, зосередитися.

Бесіда № 3 зорієнтована на розкриття змісту таких якостей людини як рішучість та самостійність. Роль означених властивостей доцільно обговорити з 5-7 річними дітьми на конкретних ситуаціях “коли заблукав до кого звернутися”, “як наважитися підійти до до поліцейського і попросити допомоги”. Варто наголосити, що прийнявши правильним рішення не потрібно зволікати, адже хвилювання лише буде посилюватися. Потрібно реалізувати на практичному рівні і вести себе впевнено. Потрібно бути самостійним, звертатися за допомогою у випадку коли сам не зможеш впоратися.

Бесіда № 4 передбачає складання з дітьми пам'ятки “Як, діяти коли тобі страшно”. Варто донести дітям такі вислови: не тобі одному може бути страшно, це звичайне явище; заспокойся і думай про позитивне вирішення ситуації; почувуюся сміливим і впевненим; будь рішучим і вимогливим до себе; коли лячно дуже (на самоті де інде) спробуй думати про щось інше; намагайся діяти відповідно до поставленої мети, не вагайся думай про позитив, не пригадує невдачі; виховуй у себе гарні риси – сміливість, впевненість, рішучість, витривалість, самостійність; поважай себе, будь гордим за своїм досягнення, намагання.

Ігри з дітьми на предмет усвідомлення й переборення боязні, тривожності, страху. Вони мали розіграватися у вільний час і потребували невимушеної обстановки. Доцільно їх проводити невеликими групами дітей (3-4 чол) разом з вихователем. Вони мають бути у міру прості, щоб малюки могли їх швидко запам'ятати. Їх мета полягає у налаштуванні себе до витримки, рішучості, спокою у ситуації боязні чи тривоги. Водночас вони мають зацікавлювати дітей своїм змістом. Вихованці їх мають легко відтворити, що допоможе їм у ситуації емоційного напруження.

Театралізована гра “Лисиця і заєць”. Перед нею варто провести пальчикову гімнастику, оскільки образи будуть суттєво нівелюватися за

допомогою них. Для початку вихователь демонструє образи дійових осіб, щоб малюки їх зрозуміли, де лисиця, а де заєць. Проговорює як саме поведуться ці персонажі у мультиках. Після цього демонструє рухи персонажів за допомогою пальців. Діти імітують дії вихователя. Після цього він пропонує поставити виставу “Як заєць, ставши сміливим і розумним, перемагає лисицю”.

Гра № 2. За своєю сутністю вона є режисерською: Перед її проведення дітям читають казку “Заєць і ведмідь”. Після короткого її обговорення пропонує малюкам програти цю казку за допомогою ляльок (площинних фігурок). У ній має приймати участь 3-5 дошкільників. Фігурки мають бути заготовлені заздалегідь педагогом. Потрібно, щоб діти самостійно розподілили між собою ролі, визначили сюжет і ситуацію, яку будуть програвати. Дати час на гру. Після реалізації задуму обговорюються такі моменти спільно з наставником: чи позитивний момент гри на кінець; що цьому сприяло; які риси характеру продемонстрував заєць; чи був він рішучий; які риси потрібно виховувати у себе. Дітей потрібно під час бесіди підвести до таких властивостей як сміливість, впевненість, самостійність, організованість.

Гра № 3 “Сліпий мандрівник” має на меті допомогти малюкам набути вміння орієнтуватися у просторі. Цьому сприятиме приміщення групової кімнати, а також частини тканини, щоб її учасники були з зав'язаними очима. У ній приймають участь четверо гравців, один із них “досвідчений мандрівник” – інструктор. Він спрямовує маршрут групи туристів. Завдання полягає у тому, щоб вони не зіткнулися з перешкодою на своєму шляху. Програвання таких сюжетів має на меті “входження” у життєвий емоційний стан, стан дискомфорту, хвилювання, напруження. Гравець має усвідомити, що тримаючись один за одного (чи уважність) під час подорожі можна подолати перешкоди. що приносить у досвід впевненість, насолоду, успіх. Саме ця нестандартна ситуація діяти як у випадку зі страхом, це своєрідна проекція одних обставин на інші.

Гра № 4. “Відпусти свій страх, емоційне напруження, хвилювання”. Основа її полягає у своєрідній інтеграції з негативними станами. Так, наставник пропонує 5-7 річним дітям пригадати і візуалізувати свою найбільш велику фобію. Проговорити чому вона є небезпечною. Після цього втілити її у малюнку. Проте малюнок потрібно нанести на заповнену гелієм кулю. Після цього вся спільнота малюнків одягається і йде на прогулянку. На подвір'ї педагог пропонує “поспілкуватися” зі своїм страхом “вибачити” його за принесені хвилювання. Після цього від нього звільняються. Далі вихователь наголошує дітям, що їх тривога це лише, стан його потрібно пережити, впоратися за допомогою самовладання і залишити його. В основі таких дій закладено психотерапевтичний засіб, який на психоемоційному рівні дозволяє звільнитися від небезпеки, відчуття полегшення, впевненість у тому, що будь-які негаразди не є постійними з ними можна впоратися. Вправи з практичним психологом.

З метою попередження страхів та заняття стану тривожності доцільно дітям мати розмову зі спеціалістом фахівцем який добре володіє різного роду технологіями, які сприяють психологічному розвантаженню, емоційному врівноваженню, набуттю самоповаги та позитивного досвіду спілкування у колі однолітків. Особливо важливим у цьому плані є контекст страхів. З цією ціллю нам було обрано *співпрацю з фахівцем психологом*, який розробив серію вправ для вихованців, що мали певні схильності до емоційних переживань. Розглянемо їх більш детально.

Такі вправи проводилися з досліджуваними невеликими підгрупами – 3-5 чоловік. Місцем їх проведення був спеціально обладнаний для цього невеликий зал. Основними персонажами з якими взаємодіяли вихованці – мультяшні герої “Бараш”, “Нюша”, “Копатич” та інші. Їх змінювали для кожної підгрупи, щоб не повторювалися. Герої мультику (виготовлені макети) пропонувалися малюкам разом з ними розважитися, виконуючи різноманітні вправи. Для створення атмосфери комфорту і спокою було здійснено музичний супровід: тихе звучання релаксаційної мелодії.

Вправа № 1. Експериментатор повідомляє групі діток, що до них завітав: Бараш. Він скаржиться, що сьогодні зранку відчув самотність (не було нікого поряд) і злякався. Він, мабуть подумав, що його покинули. Він вважає, що лише в нього є такий негативний сюрприз. Потрібно йому допомогти. Малюки разом із вихователем і психологом починають по черзі проговорювати хто чого лякається. В кінці має бути узагальнення; всі чогось лякаються переживають, хвилюються, однак цей стан можна на стримувати, не піддаватися його впливові.

Під час наступної зустрічі діти зустрічаються із Каричем. Ведучий, як правило психолог, зазначає про найбільш цінні його якості: розум, сміливість, кмітливість. Цей мультяшний герой пропонує малюкам вигнати ці негаразди зі свого будинку (проекція свідомості на будинок). Карич просить дітей пригадати як вони чогось просять від дорослих, які слова вони при цьому промовляють. Потім просить дітей пригадати як вони чогось просять від дорослих які слова вони при цьому промовляють. Потім звертається до учасників дійства нагадати йому обставини коли вони женуть від себе не гарних, злих людей. Після цього пропонує об'єднати ці дві форми звертання і спробувати разом відігнати, погнати якомога далі власні страхи. Перед цим він промовляє, налаштовує дітей: потрібно бути впевненим, сміливим, розумним. Іншими словами потрібно дізнатися який саме страх оселився в дитячій оселі, а потім сміливо і впевнено прохати його піти від себе і вслід йому посваритися кулаками. А ще гість запевнив учасників дійства: все це потрібно промовляти з посмішкою. Всі діти почергово виконують настанови мультяшного героя, а він схвалює, підбадьорює їх. Вправа носить назву “Йди геть від мене, страху!”.

Наступного разу до дітей завітав Крош. Він дуже швидко “влетів” до приміщення вигукуючи “треба гасити, а то вибухне”. Відповідно вправу, яку почали виконувати вихованці названо “Випустити Джина з пляшкики”. Її основне призначення полягає у необхідності звільнення негативної енергії – тривоги, напруження. Для цього вводиться образ “Джина”, що перебуває у

пляшці. Гість повідомляє, що це поганий персонаж і він от-от звільниться: пляшка зайдеться полум'ям і вибухне. Натомість психолог пропонує відкупорити пляшку і випустити цього розбишаку, а наслідком таких дій – енергія розчиниться у повітрі і небезпечної пожежі не буде. Джин втратив свою силу. Вихователь пропонує уявити свій страх у вигляді цього “Джина” із пляшки: коли його довго тримати у собі його сила зростає і він може раптово вибухнути. Такий спалах призведе до пожежі. Коли ж його не тримати, звільнити, відпустити його могутність втрачається і він гине. А людина, яка зробила це відчуває значне полегшення. Психолог у діалозі з Крошем приходять до висновку: не потрібно тримати у собі негативні хвилювання переживати у собі страхи. Необхідно випускати їх, “відкоркувати пляшку” і полум'я не здійметься. Для того, щоб їх відчинити потрібні сміливість, самовладання, впевненість у своїх діях, рішучість. Гість дякує за допомогу учасникам заняття і зникає.

Наперед останнє заняття до дітей завітала Ньюша. Вправа носила творчий характер і називалася “Митець-письменник”. Вона повідомляла дітям, що хоче стати письменницею. Але не знає з чого почати. Дізнавшись, що до дитячого садочку чомусь забігали Крош, Карич, Бараш, вирішила сама пройти до діток. І почала прохати дітей стати письменниками і художниками, можливо скульпторами: розповісти, склавши короткі оповідання про згаданих персонажів. Вона ж у свою чергу обіцяла скласти літопис цих зустрічей і сформувати колаж із малюнків. Діти розповідають, а психолог уточнює чому ж навчили їх Бараш, Карич і Крош. Узагальнюють тим самим все про страхи, шляхи боротьби з ними, необхідні риси. Після цього діти малюють свої зустрічі. Ньюша все збирає і говорить, що наступного разу до них прийде Їжачок з літописом і колажом.

Нарешті до малюків завітав Їжак захопивши, з собою літопис і колаж. Вправа носила назву “Смішарики”: “оповідання про страхи”. Всі разом пригадують свої зустрічі зі Смішариками, що вони дізналися, чого навчилися. Тим самим узагальнюють знання і уявлення про страх й шляхи

боротьби з ним зазначаючи при цьому риси характеру: рішучість, кмітливість, впевненість, самостійність. Це заняття було замикаючим циклом психологічного характеру психокорекційної допомоги 5-7 річним дітям.

Ще один напрям, який був реалізований з дітьми полягав у читанні художніх творів (оповідань, казок) відповідного змісту, переглядів мультиків зокрема “Ахи-страхи” та ін. Після кожного твору проводилася бесіда. У ній обговорювалися персонажі, їх поведінка, вчинки, риси та встановлювалися взаємозв'язки з емоційними негативними “станами”. Пропонувалися шляхи боротьби з ними у діалозі дорослих і дітей.

Робота з дорослими мала органічно доповнювати профілактику страхів у дітей. Зокрема, для вихователів було підготовлено дві лекції, які реалізовано перед проведенням формульовального експерименту. Лекція 1 “Страх, його сутність і особливості прояву у дошкільників”. Тут містилася інформація про страхи та їх види у дітей; поведінка малюків, які мають негативні емоційні явища критерії і показники за якими аналізують поведінкові реакції дітей зі страхами. Лекція 2 “Методи боротьби зі страхом 5-7 річних дітей” включала в себе матеріал про необхідність профілактики страхів, основні напрямки страхів та роботи з ними; авторські методики, корекційні вправи.

Робота з батьками носила просвітницький характер. Основна форма її здійснення, включала повідомлення на батьківських зборах “Обережно! Дитячий страх!” та консультування щодо виховної роботи з вихованцями вдома. Вона (робота) носила характер первинної профілактики. Так у повідомленні було закладено відомості про дошкільний вік та його чутливість до виникнення страхів, а також представлено увазі їх причини та появи у малюків 5-7 років. У консультуванні дорослих членів сімей просили вдома обговорювати казки, оповідання, мультики де зустрічалася тема емоційних переживань, боязні, хвилювання. Було подано відомості про види дитячих негативних феноменів, особливості поведінки дітей з різними видами цих явищ, спільні та відмінні ознаки.

Підсумковою формою роботи з дорослими стало проведення круглого столу “Виховуємо дітей без страхів”. Тут безпосередньо уточнювалася інформація про цей феномен емоційної сфери та складалася пам'ятка виховних дій з означеними явищами у поведінці вихованців. Основний їх зміст полягав у розширенні таких положень: завжди емоційно підтримуй малюка; не залякуй його; пояснюй все що він запитує; завжди наголошуй на позитивних рисах особистості; відмічай кожне досягнення дитини; формуй у неї впевненість, самоповагу, адекватну самооцінку; роби так, щоб діти не замикалися у собі; читаючи страшні художні твори пояснюй, обговорюй, не залишай дитину без нагляду перед телевізором і чогось не знаєш сам – звертайся до вихователя, психолога; не залишай дитину без допомоги; довіряй, підтримуй самостійність. Ці пам'ятки були складені та записані до карток, які потім роздали всім учасникам експерименту.

Таким чином, система роботи щодо профілактики страхів та їх подолання негативного впливу на поведінку дітей 5-7 років включала взаємодію та виховні впливи у з дошкільниками, вихователям дошкільного закладу, представниками від сімей. Напрямки передбачали взаємодію всіх учасників освітньо-виховного процесу й органічно доповнювали один одного. Зміст взаємодії з дітьми передбачав такі вектори: бесіди про страхи та способи його переборення, ігри різного контексту, що розширюють дитячі уявлення про страх, корекційні вправи. У взаємодії з психологом установи, перегляд мультфільмів про страх та читання оповідань, художніх творів з послідувачим їх обговоренням. Взаємодія з дорослими реалізувалася у читанні лекцій (вихователем) повідомлення про емоційні стани з послідувачим консультуванням батьків, взаємодією педагогів з членами сімей через участь у круглому столі та з складанням пам'яток, щодо виховання малюків та профілактики їх страхів. Наступним етапом дослідження стала реалізація описаної системи роботи у експериментальному ЗДО.

3.3. Контрольний етап експерименту. Останній момент виконання магістерського дослідження полягає у необхідності проведення зрізу заданих показників, надаючи можливість порівняти отримані результати контрольної й експериментальної груп вибірки. З цією метою використані аналогічні шляхи діагностики до констатувального зрізу. Проте вони були деякою мірою модифіковані, оскільки нас цікавили саме ключові аспекти поведінки дітей 5 - 6 року життя у ситуаціях, умовно названих нестійкими, екстремальними, або стресового характеру.

Одним із перших аспектів, на які було звернено увагу – комплектація вибірки досліджуваних. Вона складалася з декількох груп. Зокрема експериментальної та контрольної дітей старшої групи базового закладу й окремих підгруп дорослих. В цілому кількість задіяних на цьому етапі респондентів було 69: 31 особа – діти старшого дошкільного віку; сім вихователів, які працюють з ними кілька років; батьки вихованців у кількості 31 людина.

У процесі спостереження за дітьми 5 - 6 років стало помітно їх більш урівноважену, спокійну поведінку. Вони досить впевнено стали поводити себе на території дитячого садочку. Під час ускладнених умов намагалися спокійно міркували, витримуючи паузу робили вже певні дії. Водночас стабілізувався психологічний клімат у колективі ровесників. Малюки відчували доброзичливе ставлення до них, відповідаючи товариськими взаєминами. Під час прогулянок намагалися триматися один одного. У деяких випадках могли звертатися за допомогою до вихователя.

За свідченням батьків, вдома їх вихованці також додали у вмінні долати хвилювання. Значно менше стало випадків, коли малеча чогось лякалася. Утім за реальної загрози вони намагалися не панікувати, натомість просили надати їм потрібну допомоги. Водночас, зросла кількість поведінкових ситуацій, коли малюки самостійно вирішували проблему. Було зрозуміло, судячи з їх реакцій, значно більше стали себе поважати. Іншими словами зросла самоповага. Її покращення вказувало на отримання дітьми 5 -

6 року життя необхідного досвіду безпечної поведінки, аналізу негативних явищ.

Також дорослі відмітили суттєве покращення взаємодії між членами сім'ї. Вихованці стали частіше звертатися до них, просили пояснити незрозумілі їм феномени, дії, вчинки. Не менш важливим фактом, уможливлуючи спокій дітей, став спільний перегляд мультиків, дитячих телепередач. Під час них малюки перепитували, уточнювали, з'ясовували для себе складні слова, висловлювання. Це допомагало їм усвідомлювати їх образний, незвичний характер. Отже, накопичуючи багаж знань, діти стали більш впевнено себе почувати під час зіткнення з загрозливими обставинами власної життєдіяльності.

Розглянемо отримані відомості у послідовності, що відповідає логіці виконання наукового аналізу. Спершу подивімося на кількість розміщених у темному й яскравому приміщеннях дитячих фобій. Інформація представлена у таблиці 3.1.

Таблиця 3.1.

Кількість реальних та уявних страхів дітей 5 - 6 року життя у відсотках

Показники досліджуваних груп 5 -6 р.	Експериментальна група		Дина-міка	Контрольна група		Дина-міка
	на початок	на кінець		на початок	на кінець	
Реальні страхи	58	34	-14	55	51	-4
Уявні страхи	42	66	+24	45	49	+4

На перший погляд помітно певні зрушення у числових параметрів показників. У ЕГ у відсотках знизилися у чисельному еквіваленті реальні негативні афективні явища з 58 % до 34 %. Це вказує на вдосконалення здатностей малюків до аналізу й розпізнавання означених феноменів. Відповідно, у чорному будинку «стало менше жити» небезпек. Водночас, зросла наповненість червоної будівлі на 24 %. Отже, 5 - 6 річні малюки на

основі наявних ознак з'ясували: можна їх подолати, оскільки їм вже не лячно. У КГ групі подібної динаміки не помітно, хоча вона також тут є. Але досить незначна – 4 %. Констатували позитивні зрушення в ЕГ.

Проаналізуємо показники рівня тривожності вихованців старшої групи. Результати їх обрахунку представлені у таблиці 3.2.

Таблиця 3.2.

Тривожність дітей 5 - 6 року життя у відсотках

Показники досліджуваних груп 5 -6 р.	Експериментальна група		Динаміка	Контрольна група		Динаміка
	на початок	на кінець		на початок	на кінець	
Висока тривожність	34	18	-16	36	30	-6
Середня тривожність	47	27	-20	49	50	-3
Помірна тривожність	19	55	+36	15	20	+9

У таблиці неозброєним оком помітні зміни у показниках хвилювання малюків. Так, у ЕГ значно зменшилася кількість досліджуваних з високим його рівнем з 34 % до 18 % (різниця становить 16 %). Також поменшало малечі з середньою тривожністю. Тут більш яскрава динаміка: з 47 % до 27 % (цілих 20 %). Водночас збільшилася кількість дітей 5 - 6 року життя з помірною тривожністю. В цілому позитивна динаміка складає 36 %. У процесі спостереження за цією частиною вибірки виявлено більш спокійне ставлення до проблем у стосунках, впевненість в успішній діяльності, покращення атмосфери доброзичливості між собою. Все це в цілому вказує на ефективну систему виховних впливів.

Подібними зрушеннями не відрізняються діти КГ. Значна їх кількість не впевнені у позитивному досягненні результатів, поставленої мети. Наявні у них неспокій, хвилювання у стосунках, певна роздратованість. Показники на контрольному зрізі зменшилися, але не суттєво. Залишилася велика

кількість опитаних з високою і середньою тривожністю 2/3 вибірки. Тому зрушення у позитивній динаміці можна визнати незначними.

Крім того яскравою ознакою зниження хвилювання можна вважати настрої, який переважає у колективі вихованців старшої групи ЗДО. Саме інформація про нього розміщено у таблиці 3.3.

Таблиця 3.3.

Особливості настрою дітей 5 - 6 року життя у відсотках

Показники досліджуваних груп 5 -6 р.	Експериментальна група		Динаміка	Контрольна група		Динаміка
	на початок	на кінець		на початок	на кінець	
Піднесений настрої	35	55	+20	32	36	+4
Спокійний настрої	19	26	+7	21	25	+4
Холодний настрої	23	10	-13	26	22	-4
Тривожний настрої	23	9	-14	21	17	-4

Дані у таблиці 3.3. вказують на емоційний комфорт дітей, їх захопленість спілкуванням між собою відсутністю небезпек, розумінням їх умовності, впевненістю їх переборення, очікуванням успіху в діяльності. Також це бажання дитини й радіти життю. Аналізуючи результати проєктивного тесту помітно зростання піднесеного емоційного стану з 35 % до 55 %, збільшення кількості малюків зі спокійним, виваженим ставленням до світу з 19 % до 27 %. В цілому динаміка за цими параметрами настрою складає + 27 %. Це помітно й у бажанні дітей відвідувати дитячий садочок, спілкуватися як з батьками, так і з вихователями.

У КГ групі також є помітне зростання показників аналогічних параметрів афективної сфери. Однак, на відміну від ЕГ, у ній значний відсоток холодного, байдужого й тривожного настрою зберігся і становить 39 %. Натомість у експериментальній спільноті цей показник знаходиться у

межах 19 %, майже вдвічі менший. Тому, можна вважати виховні впливи вдалими, а методику ефективною для зниження схильності до страхів, фобій.

Проаналізуємо показники самооцінки дітей 5 -6 року життя, адже це цінний компонент особистісної сфери з точки зору оцінки можливих небезпек та вмінь їх подолання. Показники названої властивості малюків знаходяться у таблиці 3.4.

Таблиця 3.4.

Показники самооцінки дітей 5 - 6 року життя у відсотках

Показники досліджуваних груп 5 -6 р.	Експериментальна група		Динаміка	Контрольна група		Динаміка
	на початок	на кінець		на початок	на кінець	
Позитивна адекватна самооцінка	21	60	+39	23	33	+10
Неправдива негативна оцінка	60	25	-35	57	50	-7
Нездатні оцінити себе	19	15	-4	20	17	-3

Як бачимо, у малюків ЕГ суттєво збільшилися можливості адекватно оцінювати себе й навколишні обставини. Їх самосвідомість більш об'єктивна, виважена. Це додає впевненості у їх поведінці. Вони правильно аналізують ситуацію, розглядають небезпеку, приймають адекватні рішення. Дорослі відмічають зниження рівня неправильно оцінених ситуацій, можливостей, художніх образів. Дошкільники більш краще стали розуміти твори художньої літератури, особливо прислів'я, приказки, які стосуються проблеми фобій.

Так, у ЕГ групи позитивна динаміка становить 39 % у плані зростання адекватної самооцінки. Тоді як у КГ лише 10 % і дуже велика кількість досліджуваних з неправдивою негативною оцінкою себе й нездатних до оцінювання взагалі. Разом ці дві групи становлять 67%. Тому потрібно працювати з дітьми у плані підвищення їх самоповаги й розвитку здатності до об'єктивного оцінювання. В цілому зрушення більш значущі у членів ЕГ.

Розглянемо поведінковий компонент схильності до виникнення фобій. Його аналіз здійснимо на основі відповідних показників поведінки у ситуаціях наближених до екстремальних. Вони розміщені у таблиці 3.5.

Таблиця 3.1.

Показники поведінки дітей 5 - 6 року життя у екстремальних ситуаціях у відсотках

Показники досліджуваних груп 5 -6 р.	Експериментальна група		Динаміка	Контрольна група		Динаміка
	на початок	на кінець		на початок	на кінець	
Спокійна виважена поведінка	30	65	+35	32	39	+7
Незначне хвилювання у поведінці	47	25	-27	43	40	-3
Надмірне виявлення у діях тривоги	23	10	-13	25	21	-4

Взагалі з таблиці 3.5. видно, що значущими є зрушення у ЕГ, ніж у КГ. Переваги у динаміці становить +35 % проти 7 %, фактично у 5 разів. Діти 5 - 6 років демонструють більш виважену спокійну і впевнену поведінку під час дії реальних і уявних небезпек. Такі результати підтверджують позитивний вплив та ефективність розробленою системи роботи з профілактики виникнення страхів та подолання схильності до них у вихованців старшої групи базового експериментального ЗДО.

Таблиця 3.6. є підсумковою, оскільки у ній розміщені показники дітей, схильних до виникнення у них негативних емоційних феноменів. У ній зазначена динаміка розподілу груп старших дошкільників за проявами фобій у їх поведінці та властивостях особистості. Проаналізуємо вказані показники з точки зору вдалості формувального експерименту, ефективності змісту його програми.

Таблиця 3.6.

Розподіл дітей 5 - 6 року життя за рівнем сформованості у них схильності до проявів страхів і фобій у відсотках

Показники досліджуваних груп 5 -6 р.	Експериментальна група		Динаміка	Контрольна група		Динаміка
	на початок	на кінець		на початок	на кінець	
Високий рівень схильності	29	15	14	31	25	-6
Середній рівень схильності	42	32	-10	44	50	+6
Низький рівень схильності	29	53	+24	25	25	0

Як бачимо, у ЕГ групі схильність у значної кількості дітей 5 -6 року життя до виникнення у них страхів і фобій значно зменшилася, майже на чверть. В той же час, у КГ ці показники практично не змінилися. Отже, у старшого дошкільника означені феномени існують і тому потребують певної роботи (профілактики) з ними як удома так і в закладі дошкільної освіти.

Таким чином, провівши контрольний етап формувального експерименту виявлені суттєві зміни у показниках схильності до виникнення емоційних явищ тривожності, страхів, негативних переживань (схильності до виникнення страхів) у 5 - 6 річних дітей ЕГ групи. Вони стали більш диференційовано ставитися до означених феноменів, адекватно оцінювати обставини, які уможливають їх виникнення, ситуації в цілому, а також власні можливості у їх подоланні, у разі об'єктивних небезпек, звертаючись за допомогою до дорослих. На 24 % збільшилася кількість малюків з такими характеристиками. У КГ подібних змін не виявлено. Тому, відмічаємо ефективність створеної програми та її реалізацію під час взаємодії з експериментальною групою.

Висновки до розділу 3

Метою проведення педагогічного експерименту було здійснення попередження виникнення тривожності й фобій старших дошкільників і формування можливостей, шляхів їх подолання. Розв'язуючи завдання організації формувального експерименту було виділено педагогічні умови, які становили підґрунтя програми профілактики страхів у дітей 5 -6 років стали. Вони передбачали зорієнтованість у виховній роботі на: використання уміння дошкільників адекватно оцінювати вкладені у діяльність зусилля, їх результативність як важливий критерій успішності дій; врахування вікових особливостей та індивідуального досвіду вихованців; залучення дітей до різного роду ігор з корекційним змістом та взаємодія з психологом установи з питання профілактики у них страхів.

Система роботи з профілактики дитячих страхів передбачала взаємодію всіх учасників освітньо-виховного процесу. Її зміст з дітьми 5 -6 року життя передбачав бесіди про страхи та способи їх переборення, ігри різного контексту, що розширюють дитячі уявлення про страх, корекційні вправи. Разом з психологом установи відбувався перегляд мультфільмів про страх та читання художніх творів з послідуочим їх обговоренням. Для батьків були розроблені лекції, коротенькі повідомлення про емоційні стани, консультації. Спільно з педагогами проводився круглий стіл зі складанням пам'яток, щодо профілактики страхів.

На контрольному етапі було підтверджено ефективність розробленої програми профілактики дитячих страхів. Зафіксовано зростання позитивних можливостей дітей, уможлиблюючи подолання явищ афективної сфери у власній поведінці та життєдіяльності в цілому. Відмічено зниження кількості дітей 5 – 6 року життя до названих емоційних феноменів. Позитивна динаміка у формувальному експерименті становила + 24 %. У КГ подібних зрушень у показниках не спостерігалось. Відповідно, розроблена система роботи з подолання дитячих страхів виявилася ефективною

ВИСНОВКИ

Внаслідок проведення дослідження проблеми профілактики страхів у дітей 5 - 6 року життя на теоретичному й емпіричному рівнях, дійшли таких висновків:

За першим завданням було проаналізовано проблему дитячих страхів, з'ясовано основні напрямки її наукового аналізу та особливості її розв'язання у період дошкільного дитинства. Страх, фобія розглядаються у руслі проблеми особистості, її емоційно-вольової сфери. Вони є невід'ємною ознакою людського існування, оскільки відображають реакцію на процеси адаптації з боку організму індивіда. Це достатньо інтенсивні переживання, пов'язані з відчуттям небезпеки, як реальної так і надуманої. В залежності від особливостей їх переживання, тривожності вони можуть мати як дезорганізуючий вплив, так і актуалізувати захисні можливості суб'єкта. В залежності від міри інтенсивності феномену розрізняють рівні: хвилювання, боязнь, тривога, страх, фобія, паніка, жах тощо. У психологічній науці підкреслюється тісний зв'язок страху з тривогою.

Період життя від 3-х до 7-ми років характеризується зростанням негативних проявів досліджуваного явища. Їх пік припадає на старший дошкільний вік. Однозначно поширеними є такі страхи: залишитися на самоті, бути покинути батьками, боязнь темряви, певної тварини, темноти, уявної істоти, страх розлучення батьків, пустої кімнати, закритого приміщення. Серед детермінантів їх виникнення знаходяться особливості перебігу та наявність великої кількості протиріч у цей період дитинства, індивідуально-психологічні властивості дітей, незрілість афективно-вольової сфери малюків, відсутність позитивного досвіду переборення деструктивних афективних феноменів, грубі помилки сімейного виховання, значна кількість заборон, «табу» з боку дорослих, розлучення батьків, втрата близьких, суто ділові стосунки з рідними, самотність.

За другим завданням розглянуті основні напрямки профілактики означених емоційних явищ у дітей 5 - 6 року життя. Попередження

виникнення фобій здійснюється у двох основних напрямках: первинна профілактика щодо упередженості їх виникнення; корегування негативних ознак емоційної сфери особистості, здійснення спеціальних заходів щодо їх усунення. Проведення відповідної роботи передбачає взаємодію, спільні зусилля педагогів, батьків, практичного психолога установи, інших вузькопрофільних спеціалістів. Основна мета їх діяльності полягає у нівелюванні дії негативних емоційних станів на особистість малюка і його поведінку. У ЗДО мають бути створені відповідні умови, які сприятимуть профілактиці деструктивних емоцій і будуть спрямовані на формування у вихованців особистісних можливостей подолання такого ряду феноменів. Саме на такому аспекті наголошують сучасні дослідники страхів дітей 5 - 6 років. Ініціатором, відповідно, має стати вихователь, який за підтримки практичного психолога співпрацюватиме з батьками та дітьми. Успішність профілактичної роботи визначатиметься за рахунок комплексного впливу на систему стосунків між дітьми і батьками, між малюками і педагогом, взагалі між дорослими.

За третім завданням уточнено критерії і показники феномену дитячого страху дитини 5 - 6 (7) років, емпірично досліджені особливості схильності до виникнення у дітей ознак цього явища, здійснено розподіл малюків на рівні в залежності від міри її сформованості. Основними параметрами *когнітивного критерію* визнано: розуміння небезпеки, кризової ситуації, імпульсивних дій; диференціація страхів на види, знання сутності кожного з них; усвідомлення уявних чи реальних емоційних явищ; розуміння їх можливого впливу на самого себе; адекватна самооцінка емоційних явищ; розрізнення дії на організм емоційних почуттів і станів різної модальності; об'єктивність в оцінюванні рівня емоційної напруженості; можливості здійснення саморегуляції афективної сфери. Ознаками *емоційного* слугували: розрізнення дії на організм емоційних почуттів і станів різної модальності; об'єктивність в оцінка рівня емоційної напруженості; можливості здійснення саморегуляції афективної сфери. Показниками поведінкового були: на рівні

поведінки диференціює страхи на види; визначає найбільш небезпечні стосовно себе; здійснює дії щодо їх подолання й виходу з стресової ситуації.

Схильність до виникнення страхів у дітей 5 -6 років має такі особливості прояву: найбільше досліджуваних середнім рівнем тривожності та можливостями до прояву небезпечних афективних станів (42 %), третина вибірки має високу міру прояву тривожності та страхів у поведінці. Приблизно 29 % малюків мають низький рівень прояву тривоги та фобій та характеризуються спокійною і впевненою поведінкою.

Значна частина батьків ігнорують існуючий стан речей, перекладаючи всі відповідальність на педагогів. Натомість вихователі прагнуть власною активністю вирішувати нагальні завдання профілактики, звертаючись до психолога. З сім'ями у цьому питанні вони не знаходять підтримки, хоча відповідні заходи плануються.

За четвертим завданням визначені й обґрунтовані педагогічні умови, що стали підґрунтям розробленої програми профілактики виникненню тривоги та страхів. Використання уміння дошкільників адекватно оцінювати вкладені у діяльність зусилля, їх результативність як важливий критерій успішності дій; врахування вікових особливостей та індивідуального досвіду вихованців; залучення дітей до різного роду ігор з корекційним змістом та взаємодія з психологом установи з питання профілактики у них страхів – умови зорієнтовані на реалізацію програми попередження дитячих страхів. Її зміст з дітьми 5 -6 року життя передбачав проведення бесід про страхи та способи їх переборення, ігор різного контексту, розширюючи дитячі уявлення про страх, корекційні вправи. Спільно з психологом установи відбувалася корекція негативних проявів у поведінці. У роботі з батьками велику роль відіграли лекції, повідомлення про емоційні стани, консультації. Передбачено було проведення круглого столу зі складанням пам'яток профілактики страхів.

На контрольному етапі було підтверджено ефективність розробленої програми профілактики дитячих страхів. Зафіксовано зростання позитивних

можливостей дітей, уможливаючи подолання явищ афективної сфери у власній поведінці та життєдіяльності в цілому. Виявлено зниження кількості дітей 5 - 6 року життя схильних до проявів тривоги та страху. Позитивна динаміка у формувальному експерименті становила + 24 %. У КГ подібних зрушень у показниках не спостерігалось.

Не претендуємо на повне розв'язання досліджуваної проблеми. *Перспективами подальшого* наукового пошуку стануть шляхи встановлення наступності профілактики тривожності та страхів у дітей між дошкільним закладом і загальноосвітньою школою.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абрамян Л.А. Роль игры в воспитании детей с трудностями в эмоциональном развитии. Эмоциональное развитие дошкольника: пособие для воспит. / Под А.Д.Кошелевой. Москва: Просвящение, 1985. С.144-146.
2. Айсмонтас Б. Б. Общая психология: Схемы. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2004. – 288 с.
3. Бабенко О.О. Таран М.І. Теоретичний аналіз вивчення страху як психологічної проблеми у формуванні самооцінки підлітка. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2016. Вип. 2. Т.2. с.12-15.
4. Бабійчук В. Н. Передовий педагогічний досвід. Формування соціальної компетентності дошкільників засобами сюжетно-рольової гри/ В.Н. Бабійчук. – К., 2011- 115с.
5. Бегас Л. соціалізація дітей дошкільного і молодшого шкільного віку в умовах паралельно-роздільного виховання і навчання. *Психолого-педагогічні проблеми сільської школи*. – 2013. - №47. С.11 - 16.
6. Бобро Л.В. Виховання уміння долати страхи у дітей 5 -7 років в умовах дошкільного навчального закладу. Автореф. дис. канд. пед. наук. 13.00.07. Східноукраїнський національний університет ім. В. Даля. 22 с.
7. Ильин Е. П. Психология воли. - СПб.: Питер, 2000. - 288 с.
8. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2000. – 512с.
9. Камінська О.В., Громик Н.В. Проблема дитячих страхів у дослідженнях вітчизняних та зарубіжних науковців. *Психологічний журнал*. 2018. №4. Київ. Інститут психології ім. Г.С.Костюка АПН України. с.86-104.
10. Карасьова К. А. Як навчити дітей грати. *Дошкільне виховання*. 2014. №12. С.14.-18.

11. Кононко О.Л. Навчаємо старших дошкільників відрізняти реальні страхи від уявних. *Вихователь-методист дошкільного закладу*. 2016. №7. С. 25-31.
12. Кононко О.Л. Виховуємо соціально компетентного дошкільника: навч.-метод. посібн. Київ: Світич, 2009. 208 с.
13. Кононко О.Л. Навчаємо старших дошкільників відрізняти реальні страхи від уявних. *Вихователь-методист дошкільного закладу*. 2016. №7. С. 25-31.
14. Кононко О.Л. Соціально-емоційний розвиток особистості в дошкільному дитинстві: навч. посібн. Київ: Освіта, 1998. 255 с.
15. Корміло О.М. Психічні стани та їх зв'язок зі страхом у дитячому віці. *Збірник наукових праць К-ПНУ ім. Івана Огієнка, Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 23. с.286-297.
16. Краткий психологический словарь / Под ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. М.: Политиздат, 1985. 431 с.
17. Леонгард К. Акцентуированные личности. Монография. К, 1989. 375 с.
18. Макух О.І. Особливості межових психічних етапів молодших школярів у процесі навчальної діяльності. Автореф. дис. канд. психол. наук 19.00.07. Інститут психології ім. Костюка АПН України. Київ, 2009. 20 с.)
19. Михеева Е. В. Формирование самооценки в детей дошкольного возраста / Е. В. Михеева. - С.-Пб.: Речь, 2002. – 80 с.
20. Мікель М.Ю. Як створити комфортну психологічну атмосферу в групі дітей: рекомендації для педагогів. Агресія. Анексія. Конфлікт. Соціально-педагогічна та психологічна відповідь на виклики для дітей: методичні рекомендації для педагогів дошкільних навчальних закладів. Київ, 2014. с.56-59.
21. Міщенко М.П., Хавіна І.В. Психологічні особливості страхів і тривожності у дітей дошкільного віку. Формування сучасного лідера : виклики сьогодення: Харків. с.18-31.

22. Мовчан М.М. Рівні страху і фобія// Філософські обрії. 2015. №33. с.118-125.
23. Мухина В. С. Детская психология / Под ред. Л. А. Венгера. 2-е изд. – М.: Просвещение, 1985. 272с.
24. Ольховецький С.М. Феноменологія тривоги та страху. *Збірник наукових праць К- ПНУ імені Івана Огієнка. Інститут психології імені Г.С Костюка АПН України. Проблеми сучасної психології.* 2010. Вип. 9. С.174-183.
25. Павелків Р. В., Цигипало О. П. Дитяча психологія.. К., 2008. 432 с.
26. Патробой І. В. Батькам про цінність сюжетно-рольової гри/ І. В. Патробой//Дошкільне виховання. – 2014. - №1. – С. 15-16.
27. Пауль В.С. Психолого-педагогічна підтримка дітей, які пережили психотравматичні події: рекомендації для педагогів.
28. Педагогічний словник/ За ред. Ярмаченка М.Д. Київ, 2001. 514 с.)
29. Психодинамическое направление в исследовании личности: Фрейд З. / Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. 3 - изд. СПб: Питер, 2006. С. 105 - 160.
30. Психологічна енциклопедія. Автор-упор. О. М. Степанов. К. Академвидав, 2006. 424 с.
31. Ратинська О.М. Соціально-педагогічна профілактика емоційних перевантажень у підлітків. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Педагогіка соціальна робота. Вип.27. Ужгород, 2005. С.164-167.
32. Рубінштейн С. Л. Основы общей психологии. СПб: Питер, 2007. 713 с.
33. Сидельникова О. Особистість дитина: роз'яснення до освітньої лінії/ *Дошкільне виховання.* – 2010. - №12. С.7.
34. Склярєнко О.М. Психологічні детермінанти та психокорекція шкільних страхів у молодших школярів Автореф. дис. канд. психол. наук 19.00.07. Нац. пед. у-т ім. М.П. Драгоманова. Київ, 2005. 22 с.

- 35.Словарь практического психолога /Сост.С.Ю. Головин. – Минск: Харвест, 1998. 800 с.
36. Титаренко Т.М., Лепіхова Л.А. Психологічна профілактика стресових перевантажень серед шкільної молоді: наук.-метод. посібн. Київ, 2006. 204 с
37. Томчук С.М. Генеза негативних психічних етапів молодших школярів та їх корекція: автореф. дис. канд. психол. наук 19.00.07. Нац. пед.у-т ім. М.П.Драгоманова. Київ, 2006. 20 с.
- 38.Томчук С.М., Томчук М.І. Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі: монографія. Вінниця: КВНС «ВАНУ», 2018. 200 с.
- 39.Фигдор Т. Дети разведенных родителей: между травмой и надеждой: психологическое исследование. Москва: Наука, 1995. 376 с.
- 40.Фридман Л. М. Психологический справочник учителя Л. М. Фридман, И. Ю. Кулагина. М.: Просвещение, 1991. 288 с.
- 41.Фромм Э. Бегство от свободы. М.: Прогресс, 1989. 272 с.
- 42.Фромм Э. Гуманистическая теория личности. / Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. 3 - изд. СПб: Питер, 2006. С. 246 - 253.
- 43.Хорни К. Социокультурная теория личности. / Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. 3 - изд. СПб: Питер, 2006. С. 254 - 269.
44. Ющенко К.О. Відхилення у поведінці дітей як психолого-педагогічна та соціальна проблема. Наукові записки НДУ ім. М.Гоголя. Психолого-педагогічні науки, 2018. №3.Ніжин. с.71-76
45. Эмоциональное развитие дошкольника: пособие для воспит. / Под А.Д.Кошелевой. Москва: Просвящение, 1985. 176 с.
46. Татенко В.А., Титаренко Т.М. Психология отклоняющегося поведения в дошкольном детстве. Воспитание детей дошкольного возраста/ Под ред. Л.Н.Проколиенко.Киев,1990. С. 83-128