

**Міністерство освіти та науки України
Чернівецький національний університет
імені Юрія Федьковича**

Факультет педагогіки, психології та соціальної роботи
Кафедра психології

**Страхи й тривожність дітей старшого дошкільного та
молодшого шкільного віку**

Дипломна робота

Рівень вищої освіти - перший (бакалаврський)

Виконала:

студентка 4 курсу, 403 групи
спеціальності 053 Психологія
Венжинович Яна Олегівна

Керівник: к.псих.н., доц. Чуйко Г.В.

Рецензент:

До захисту допущено:

Протокол засідання кафедри № ____

від „____” _____ 20__ р.

зав. кафедри _____ доц. Андреева Я.Ф.

Чернівці – 2023

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ ПРОЯВІВ СТРАХІВ І ТРИВОЖНОСТІ У ДІТЕЙ	
1.1. Основні наукові підходи до розуміння страхів і тривожності.....	6
1.2. Страху та види тривожності дітей.....	15
1.3. Основні причини виникнення дитячих страхів і тривожності....	19
Висновки до розділу 1.....	24
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СТРАХІВ І ТРИВОЖНОСТІ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ТА МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ	
2.1. Методики психодіагностики.....	26
2.2. Аналіз емпіричних даних.....	30
Висновки до розділу 2.....	39
ВИСНОВКИ.....	40
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	42

ВСТУП

Актуальність дослідження. Проблема страхів і тривожності сьогодні набуває особливої актуальності. Це зумовлено тим, що багато дітей змінили місце проживання, оточення, спілкування, втратили рідних чи близьких через війну в Україні. Особливо сенситивними для страхів і тривожності є діти дошкільного та молодшого шкільного віку. Тривожність і страх негативно позначаються на особистості, її почуттєво-емоційній сфері, комунікативності, не дають змоги нормально навчатися.

До проблем вивчення страху у дитячому віці зверталися Аландаренко Ю., Атаманчук Н., Байда С., Борщова Т., Ісаєва Є., Карпенко Н., Семеняга А., Сергійчук А. та інші. Вивченням тривожності у дітей дошкільного та молодшого шкільного віку займалися Каряка І., Хорошак Ю., Кіріченко Д., Мельник І., Гловацька Л., Мікляєва А., Румянцева П. та інші. У розвідках згаданих вище науковців основна уваги приділяється дефінітивному аналізу психофеномена страху, тривожності, методам психодіагностування страхів і тривожності, профілактиці й корекції страхів і тривожності у дитячому віці.

Об'єкт дослідження – прояви страхів і тривожності у дітей.

Предмет дослідження – психологічні особливості прояву страхів і тривожності у дітей.

Метою дослідження є теоретичне та емпіричне вивчення й аналіз проблеми страхів і тривожності у дітей.

Завданнями дослідження є:

1. Розкрити розуміння поняття страху, тривожності у психолого-педагогічній літературі.
2. Вивчити основні види страхів, тривожності у дитячому віці, з'ясувати їх причини.

3. Провести емпіричне дослідження страхів і тривожності дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку й проаналізувати його результати.

4. Узагальнити отримані в дослідженні результати у висновках до роботи.

У дослідженні перевірялася **гіпотеза** про існування зв'язку між ступенем переживання дітьми страхів і їх тривожністю та їх самооцінкою та про існування відмінностей між страхами дітей дошкільного та шкільного віку.

Методи дослідження: теоретичні (аналіз, порівняння та узагальнення психолого-педагогічної літератури); емпіричні (методики психодіагностики страху і тривожності у дитячому віці, бесіда, тестування, збір та аналіз даних).

Теоретичне значення роботи полягає у розширенні теоретичних уявлень про страх і тривожність у дітей як психологічний феномен, про види, причини виникнення страхів і тривожності у дітей дошкільного та молодшого шкільного віку.

Практичне значення роботи полягає у можливості використання її результатів для побудови різних психокорекційних програм, написання наукових статей з проблеми діагностики й корекції страхів і тривожності у дітей дошкільного та молодшого шкільного віку.

Структура роботи. Наукова робота складається зі вступу, двох розділів, п'яти підрозділів, висновків до розділів, висновків та списку використаних джерел.

У вступі обґрунтовано актуальність, об'єкт, предмет, мету, завдання дослідження, методи, теоретичне й практичне значення роботи. У першому розділі проаналізовано основні наукові підходи до розуміння феноменів «страх», «тривожність», здійснено опис проявів страху й тривожності у дітей дошкільного та молодшого шкільного віку, звернено увагу на причини

виникнення страху і тривожності у дитячому віці. У другому розділі обґрунтовано вибір методик психодіагностування страху і тривожності у дітей дошкільного та молодшого шкільного віку, описано процедуру емпіричного дослідження страхів і тривожності у дітей, проаналізовано дані емпіричного дослідження. У висновках проведено узагальнення результатів наукового пошуку. Загальний обсяг роботи - 51 сторінка.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ ПРОЯВІВ СТРАХІВ І ТРИВОЖНОСТІ У ДІТЕЙ

1.1. Основні наукові підходи до розуміння страхів і тривожності

Страх є потужною емоцією, характерною для будь-якого віку. Але найбільш сприйнятливим для страху є ранній вік. Адже діти дошкільного віку погано справляються з емоціями, тому й у них підвищене сприйняття страху. Зарубіжні й вітчизняні вчені розглядають страх як умовно-рефлекторне явище, зумовлене відношенням до больових реакцій [13, с. 121-125], як складову інстинкту [25, с. 142-147].

У психолого-педагогічних розвідках існують різні підходи до дефініції страху. Страх можна описати як психологічний стан, що виникає з інстинкту самозбереження та виявляється як реакція на реальну або уявну небезпеку, афективний стан очікування будь-якої небезпеки, який проявляється боязню, фобією та є результатом незадоволених бажань і потреб, «вираз тривоги в конкретній формі» (Т. Чеботок, Р. Шанава) [48, с.140], реакція організму на виразну загрозу (З. Фрейд) [45, с. 114], «суб'єктивний стан, який часто називається афектом» (Н. Хотенчан) [47], стан афекту – поєднання конкретних відчуттів ряду задоволення-незадоволення (З. Фрейд) [45], позитивна реакція людського організму, необхідна для активізації рефлексивних процесів для вирішення проблемних ситуацій [45, с. 60], «афективне віддзеркалення в свідомості конкретної загрози для життя і для благополуччя людини» (І. Мельник, Л. Гловацька) [27, с.80].

Поряд із різноманіттям підходів до дефініції суттєво різняться також способи класифікації страхів. Виділяють реальний (нормальна реакція на небезпеку), невротичний (безцільний страх) і страх вільний (невизначений, безпредметний); віковий (відображає особливості психічного й

особистісного розвитку), невротичний страх (виникає внаслідок несприятливих впливів на особистість), за характером - природний, соціальний, ситуативний, особистісний; за ступенем реальності – реальний, уявний; за ступенем інтенсивності – гострий, хронічний, ситуаційний (виникає в незвичних ситуаціях) і особистісно-обумовлений (зумовлюваний характером людини, тривожністю, вразливістю) (М. Міщенко, І. Хавіна) [31, с.22], за фабулою страху - боязнь простору (клаустрофобія, агорафобія), соціофобія (ереїтофобія, нозофобія, танатофобія), «контрастні» страхи, об'єктивний (реальний страх - реакція на небезпеку), невротичний (невідомо небезпека), моральний – «тривожність совісті» (З. Фрейд) [45, с. 114], природний / біологічний, соціальний, внутрішній (З. Фрейд) [44, с. 77-78].

Більшість науковців одностайні щодо прояву страху у будь-якому віці. Вони узагальнюють страхи за віковими періодами, відмітивши, що для дітей віком 1-3 роки характерними є нічні страхи, страх несподіваних звуків, страх самотності, страх болю; 3-5 років – страх самотності, темряви і замкнутого простору; 5-7 років – страх смерті, 7-11 років – страх невідповідності уявленням оточення.

Страх людини є насамперед певною захисною реакцією. Страх виникає у кожної людини, але якщо його вчасно не виявити він змінює характер дитини та негативно впливає на її розвиток. У сучасній психології проблема страхів розглядається у розділі афективних процесів, або психології емоцій.

Відомо, що у соціумі навіть за умов спокійного буття важливе місце посідають соціальні страхи індивіда. Причини їх виникнення є різноманітними, і часто індивідуальними. Страхи можуть перетворюватися у фобії, неврози чи інші тривожні розлади. Насамперед біологічні страхи займають важливе місце у житті людини. Подекуди навіть у щоденному побуті при певній загрозі ми відчуваємо біологічний страх. Так, страх може виникати без вагомих причин, але якщо його вчасно не виявити він може

впливати на поведінку, характер та вносить певні корективи в розвиток дитини.

Перше наукове вивчення страху міститься у роботі Ч. Дарвіна «Вираження емоцій у людини та тварин», де вчений намагався з'ясувати спектр різних людських емоцій і дати певну характеристику феномену страху. Цікаво, що він пов'язував явище емоцій як фактор притаманний лише людині. Емоції, властиві людині не мають еквівалентів серед станів тварин.

Основними аспектами його характеристики є внутрішнє переживання (може бути навіть суб'єктивне), сильне збудження та ряд інших внутрішніх реакцій, що відбуваються в організм.

Дослідники відмічають прояви перших страхів у дітей 6-місячного віку. Причини цього З. Фрейд вбачає у незадоволенні, гучних різких звуках, відсутності матері певний час, боязні чужих людей, сімейних конфліктах, нестачі уваги. Страх також посилюється із початком відвідування дитиною дитячого садка, під час читання їм казок, перегляду фільмів.

Н. Карпенко відмічає, що у дошкільному віці переважають інстинктивні страхи, пов'язані з інстинктом самозбереження, а у молодшому шкільному віці – перехрещуються інстинктивні та соціальні страхи. Як відомо, інстинктивні страхи – це переважно емоційні форми страху, тоді як соціальні страхи – це результат інтелектуальної переробки, свого роду раціоналізація страхів. «Страх і боязнь (стійкий стан страху) – це доля переважно дошкільного віку, а тривожність і побоювання – підліткового. Провідний страх цього віку – страх «бути не тим», страх невідповідності загальноприйнятим нормам поведінки, вимогам найближчого оточення (у школі, серед однолітків або сім'ї). Конкретними формами цього страху є страхи зробити щось неправильно, не так, як слід. Страх невідповідності виростає з несформованого в дитини вміння оцінювати свої вчинки з погляду моральних приписів, що лежать в основі формування почуття відповідальності [17, с. 5–7].

Поширеними страхами у молодшому шкільному віці є страх запізнення до школи, страх стихії: бурі, повені, урагану, землетрусу. Можна цілком погодитися з ученими, які відмічають негативний вплив страху на пізнавальний, емоційний розвиток дитини, її соматичний стан й на загальний розвиток у цілому [8, с.141, 142].

Учені також підкреслюють, що страх з'являється і закріплюється в дитячому віці. Максимальна кількість страхів у дітей спостерігається в дошкільному та молодшому шкільному віці, після чого їх кількість зменшується [8, с.142]. Окрім того, страх є головним складником тривожності. Його функціональне значення виражається у попередженні про загрозу небезпеки, концентрації уваги на її можливому джерелі, а також пошук шляхів для уникнення небезпечної ситуації. Страх є емоцією, що виникає у відповідь на загрозу біологічному чи соціальному існуванню індивіда, і спрямовану на джерело реальної чи уявної небезпеки.

А. Семеняга слушно відмічає, що виникнення страху детерміноване наявністю чи передчуттям людиною загрозового, чи шкідливого стимулу. За таких умов людина зазвичай під впливом емоції страху має певний (часто невірогідний або ж перебільшений) та діє відповідно до цього прогнозу. Тому можна стверджувати, що генеза страху детермінована оцінкою суб'єктом певної ситуації як загрозової, потенційно небезпечної [38]. Виникнення страху базується на минулому негативному досвіді людини [36].

Серед дитячих страхів дослідниці І. Загурська й А. Лісогурська виокремлюють такі категорії, як: страхи, пов'язані із перебуванням дитини в освітньо-виховному середовищі (закладі дошкільної освіти, школі); страхи, пов'язані із комунікацією; страхи, пов'язані із соціальною взаємодією [14, с.199-201].

І. Тарапата й Л. Тимків дають чітке розмежування страху й тривожності. Страх вони трактують як захисну реакцію людини у відповідь

на відсутність безпеки, а тривогу, тривожність – як передчуття небезпеки [41, с. 114-119].

Т. Борщова виокремлює негативні й позитивні сторони впливу страху на особистість. До негативних відносить прикромці, спад активності, виникнення психосоматичних хвороб, а до негативних – мобілізація сил людини для активної діяльності внаслідок викиду адреналіну в кров, регуляція агресивності й утвердження соціального порядку, сприяння кращому запам'ятовуванню небезпечних або неприємних подій [6].

С. Байда виокремлює такі види тривожних розладів у дитячому віці: тривожний розлад зі страхом розлуки, що проявляється у безпідставній і стійкій тривозі за близьких людей, які на думку дитини можуть бути розлучені із нею; тривожний розлад з ухильною поведінкою (прагнення дитини до соціальних контактів тільки зі знайомими людьми); розлад з надмірною тривогою, що проявляється у надмірній або ж безпідставній тривозі щодо майбутніх подій, сумнівах стосовно доречності, правильності поведінки в минулому; надмірні або безпідставні сумніви щодо власної компетентності в більш ніж одній галузі.

Страх може мати фізіологічні, поведінкові та когнітивні прояви, нагадувати інші психологічні стани (тривога, сором, депресія, дезадаптація). Він пов'язаний із відображенням у свідомості конкретної загрози для життя та добробуту індивіда та проявляється в очікуванні та передбаченні небезпеки [4, с.57, 58]. Окрім того, страх може проявлятися у надмірній обережності або у повній відсутності відчуття реальних загроз, панічних реакціях та ситуацію небезпеки [26].

Страхи у дитячому віці перешкоджають гармонійному розвитку, заважати повноцінній соціалізації і виступають передмовою невротизації дитини [22, с.558]. Дослідниці Н. Куракова й О. Шопша до основних особистісних детермінант виникнення дитячих страхів відносять суб'єктивні (невпевненість, занижена самооцінка, проблема сприйняття власного «Я»),

об'єктивні (формується на тлі інтер-індивідних та мета-індивідних відносин). До основних шляхів дітей молодшого шкільного віку згадані вище учені відносять страхи самовираження (страхи виглядати безглуздо, виявитись об'єктом насмішок, публічних виступів, виявлення ініціативи, вступу в суперечку) та страхи ситуацій перевірки знань (страхи тестування, контрольних та самостійних робіт, поганих оцінок) [22, с.559, 560, 567].

Н. Атаманчук вказує, що серед найбільш поширених страхів дітей молодшого шкільного віку можна виділити природні (біологічні), які пов'язані з загрозою для їхнього життя; соціальні, що виникають через страх втрати соціального статусу; та внутрішні, які виникають у дітей через їх уяву та фантазії.[2].

Загалом, учені відмічають, що у молодшому шкільному віці характерна найбільша вираженість дитячих страхів, що детермінована посиленням розуміння дитиною глибини небезпеки через прогресування у когнітивному розвитку [5, с.97].

Страх провокує виникнення невпевненості, незахищеності, неможливості контролювати ситуацію. Інтенсивність прояву страху може бути різною – від легкого побоювання до жаху, що повністю паралізує рухи і мову [9, с.175]. Інтенсивність прояву страху також залежить від темпу надходження інформації про загрозу, небезпеку [34].

Дослідниця Ю. Шевченко вказує на базовість емоції страху, її притаманність різновіковим періодам особистості, важливі психологічні та соціалізувальні функції, наголошує на гальмівному впливі страху на розвиток дитини [50, с.374].

А. Кабанцева вказує на роль батьків в інтерпретації дитині тих подій, які викликають у неї емоцію страху [16, с. 547]. Дитячі страхи, зумовлені віковими особливостями, є тимчасовими, але їхня пролонгованість стає причиною емоційного неблагополуччя, негативно впливає на психічне здоров'я і розвиток дитини [35, с.72]. Тому актуалізується необхідність

диференціації нормального чи патологічного страху. Страх, що заважає спілкуванню, розвитку особистості, психіки, призводить до соціальної дезадаптації, психосоматичних захворювань, є патологічним [33, с.109]. Л. Тимків, І. Тарапата наголошують на важливості своєчасної діагностики у дітей невротичних страхів, які виступають симптомом неблагополуччя: фізичного, психологічного, морального виснаження дитини [42, с.86].

В. Янішевська вказує на зумовленість дитячих страхів зміною типу освітнього закладу (перехід із дошкільного закладу до школи), суворим типом батьківського виховання (вимагання від дітей підвищеної слухняності та дисциплінованості, нав'язування власних думок та переконань) [51].

О. Резніченко відносить тривогу до невиразних психічних станів, а страх розуміє як виражену відповідь на усвідомлення конкретної загрози, що супроводжується комплексом характерних вегетативних ознак. До крайніх проявів страху відносить жах, паніку, фобію, за яких відбувається блокування когнітивних, вольових і поведінкових ресурсів. О. Резніченко також вказує на зумовленість тривожності соціальними причинами, а страху – загрозами біологічному існуванню людини. Учений наголошує на важливості диференціації ситуативного, зумовленого поточними подіями, страху та фобічності як стійкої особистісної риси, що обумовлює виникнення негативних емоційних реакцій в широкому спектрі життєвих ситуацій [37, с.110, 111].

Тривожність розглядається як вроджений і спочатку властивий людині стан, який допомагає особистості адекватно реагувати в загрозованих ситуаціях. З. Фройд виділив три типи тривоги, що залежать від походження загрози для Его: реалістична (емоційна відповідь на загрозу ззовні); невротична (пов'язане з небезпекою переходу неприйнятних й несвідомих імпульсів в усвідомлені); моральна (емоційна відповідь, зумовлена відчуттям его загрози з боку Супер-его) [30].

Учені також трактують тривожність як схильність людини до переживання емоційного стану, що виникає в ситуації невизначеної небезпеки, і виявляється в очікуванні неблагополучного варіанта розвитку подій [24], психічний стан емоційної напруги, настороженості, хвилювання, душевного дискомфорту, підвищеної вразливості, загостреного почуття провини і недооцінювання себе у ситуаціях очікування, невизначеності або передчуття неясної загрози [18, с. 18].

Тривожність негативно впливає на емоційне самопочуття дитини, рівень функціонування психічної активності, на формування самооцінки та рівня домагань дитини, пригнічує потяг до навчання, сприяє прояву ригідності мислення, гальмує творчі здібності та уяву, дезорганізовує продуктивність пам'яті, спричиняє деструкції психічної діяльності дитини, гальмує її особистісний розвиток і, як наслідок, може призвести до патопсихологічних розладів. Дослідники вказують на різну інтенсивність тривожності у хлопчиків і дівчаток. У дошкільному віці хлопчики більш схильні до тривожності, ніж дівчата. Це пов'язано з тим, з якими ситуаціями вони пов'язують свою тривогу, як її пояснюють, чого побоюються. І чим старші діти, тим помітніше ця різниця. Дівчата частіше пов'язують свою тривогу з іншими людьми. До людей, з якими дівчата можуть пов'язувати свою тривогу, відносяться не тільки друзі, рідні, вчителі, дівчата бояться так званих «небезпечних людей» – п'яниць, хуліганів і т.д. Хлопчики ж бояться фізичних травм нещасних випадків, а також покарань, які можна очікувати від батьків або поза сім'єю: вчителів, директора школи [19, с.80-82].

Генеza тривожності пов'язана із недостатньою адаптивністю психофізіологічних механізмів, що виявляється в посиленні рівня активації нервової системи й, як наслідок цього, неадекватних поведінкових реакцій [49, с.118].

Отже, під страхом будемо розуміти захисну реакцію людини на реальну, імовірну чи безпідставну небезпеку, загрозу. Під тривожність у

межах нашого дослідження будемо розуміти схильність людини до переживання емоційного стану, що виникає в ситуації невизначеної небезпеки, і виявляється в очікуванні неблагополучного варіанта розвитку подій.

1.2. Страхі та види тривожності дітей

Гене́за страхів у дитячому віці пов'язана із життєвим досвідом дитини, рівнем її самостійності, емоційної чутливості, хвилювання, тривожності, сором'язливості, невпевненості [46, с.166].

Один зі страхів, що переживають дошкільники, полягає в страху розлучення батьків. У разі необхідності розлучення, важливо дозволити дитині зберігати можливість спілкування з обома батьками. Часто психотравмуюча ситуація впливає на емоційну сферу дитини. Хлопчики гостріше, ніж дівчатка, реагують на відсутність батька в родині; їхня поведінка часто стає проблемною та знервованою, коли батька немає поруч.

Виділяються такі типи страхів: страх самотності, страх великих скупчень людей (наприклад, футбольні матчі, похорони та інші подібні заходи), страх переходу через міст, страх відкритих просторів, страх закритих просторів, страх від безпечних тварин, таких як жуки, павуки, миші; страх зміни в звичайній системі взаємин, нездатність досягти поставлених цілей, розумові кризи, втрата цінностей, втрата близької людини, порушення старих стереотипів та складнощі у встановленні нових.

С. Г. Файнберг наголошує на наступних типах страхів: страх темряви, страх залишитись у закритій кімнаті, страх переходу через відкриту галявину, страх пов'язаний з певними предметами вдома, нічні страхи.

Р. А. Рассел фокусується на страхах, таких як страх падіння та страх голосних звуків. Ю. М. Орлов приділяє увагу головному типу страху, а саме страху смерті.

І. С. Кон з'ясував, що є страх перед життям, страх перед інтелектуальними проблемами. Д. Карнегі акцентує на різних типах страхів, таких як страх ненависті, розпад надії, страх перед хворобою, тривога щодо майбутнього, страх від блискавки, страх покарання після смерті, страх сміху та осуду оточуючих, зокрема дівчат. О. Кондаш описує страх перед випробовуваннями, страх, що випливає з інстинкту уникнення небезпеки, страх перед навчанням, природжений страх, страх перед іспитами, страх очікування успіху або можливої невдачі, страх перед авторитетами, а також розглядає страх як особистісну рису. В. І. Лебедєв доводить наявність страху соціальної ізоляції, страху групової відмежованості, тривоги перед обмеженою інформацією, страху від монотонності, страху зміни сприйняття просторової структури та порушення ритму сну і активності. І. В. Дубровіна виділяє страх перед реальністю, страх розлучення батьків, страх втрати кохання і страх, що функціонує як захисний механізм людини.

Для дітей молодшого шкільного віку характерними є такі страхи: страхи щодо тварин (павуки, змії, вовки), страхи, пов'язані зі смертю (власною або близьких людей), та страхи, пов'язані із завданням фізичної шкоди (війни, пожежі), страхи щодо казкових персонажів, соціально опосередковані страхи (самотності), страхи темряви і кошмарних снів, просторові страхи (висоти, глибини) [8, с. 143].

О. Захарова, І. Панфілова виокремлюють такі види страхів у дитини: медичні страхи – біль, уколи, лікарі, хвороби; страхи, пов'язані із заподіянням фізичної шкоди – транспорт, несподівані звуки, пожежа, війна, стихії; страх смерті (своєї); боязнь тварин; страхи казкових персонажів; страх темряви і кошмарних снів; соціально-опосередковані страхи – людей, дітей,

покарань, запізнь, самотності; просторові страхи – висоти, глибини, замкнених просторів [28].

Як і страх, тривожність теж поділяється на види. Учені розрізняють категорії тривожності: відкрита (свідоме переживання, що проявляється в поведінці людини станом тривоги), закрита (відсутність усвідомлення переживань, що проявляється надмірним спокоєм, запереченням наявного неблагополуччя або просто відсутністю почуття неблагополуччя). Відкрита тривожність може проявлятися у гострій, регульованій і культивованій формах. Гостра форма є нерегульованою. Друга форма характеризується здатністю самостійно знаходити шляхи позбавлення від тривожності. Третя форма характеризується усвідомленістю. За таких умов людина приймає свою тривожність як щось дуже значуще, за допомогою чого можна домогтися чого завгодно [20].

Тривожність також поділяється на ситуативну (виникає в певних життєвих обставинах, ситуаціях, які є незвичними і викликають негативні емоції), особистісне занепокоєння (виникає у звичайних життєвих ситуаціях і без наявності об'єктивних причин). У дітей превалує ситуативна тривожність [39].

Отже, найпоширенішими страхами дітей дошкільного віку є страх розлучення батьків, страх самотності, скупчення людей, страх при спогляданні безпечних тварин, страх темряви, страх падіння; страх голосних звуків, страх смерті. У дітей молодшого шкільного віку переважають страхи щодо тварин, страх смерті, страх заповідання фізичної школи, страхи щодо казкових персонажів, соціально опосередковані страхи (самотності), страхи темряви і кошмарних снів, просторові страхи. Тривожність буває відкритою, закритою, ситуативною або виражатися особистісним занепокоєнням.

1.3. Основні причини виникнення дитячих страхів і тривожності

Причинами виникнення страхів стають події, умови або ситуації, які особистість вважає загрозливими для себе. Це можуть бути загрози біологічному або соціальному існуванню індивіда [7, с. 59].

Ю. Аландаренко до причин виникнення страхів у дітей відносить наявність страхів у батьків, тривожність у відносинах з дитиною, надлишкове запобігання їй від небезпек і ізоляція від спілкування з однолітками, велика кількість заборон з боку батьків або повне надання свободи дитині, тривалі і нерозв'язні переживання дитини [1, с.26-30].

Дослідники Т. Борщова й І. Крупник до причин виникнення страхів відносять взаємозв'язок родинного оточення та психічного здоров'я дитини, оскільки від рівня функціональності родини тобто якості подружніх та дитячо-батьківських стосунків і як наслідок морального клімату залежить психологічне благополуччя наймолодших її членів [7, с.59].

А. Ковалевська до причин виникнення страхів у молодших школярів відносить [21]: емоційне напруження, соціальний стрес у відносинах з однолітками, фрустрацію потреби в досягненні успіху, труднощі саморозкриття, демонстрації своїх можливостей; переживання тривоги в ситуації перевірки (особливо публічної) знань, досягнень, можливостей; тривогу щодо оцінки з боку значущих інших, щодо своїх результатів, учинків, ідей; низьку фізіологічну опірність стресу, негативні емоційні відносини із дорослими у школі.

К. Хорні виділила 11 невротичних потреб, які можуть призводити до виникнення страхів і тривожності. Це потреба у прихильності та схваленні чи бажання подобатися іншим, у партнері, в обмеженні життя й непомітності, влади над іншими за допомогою розуму, використовувати інших людей у своїх цілях, у суспільному визнанні, у власному обожнюванні, в

особистісних досягненнях порівняно з іншими, в самодостатності та незалежності, в любові, перевазі, досконалості, недосяжності.

Значна сензитивність до страхів проявляється у дітей до 7 років. Цей етап онтогенезу особистості, в який найвищою є чутливість емоційної сфери до зовнішніх негативних чинників [3, с. 18-20] У молодшому дошкільному віці превалюють страхи самотності, темряви, болю, замкненого простору, персонажів фольклору або придуманих власним близьким оточенням дітей з метою виховного впливу, а у старшому дошкільному віці – страхи нападу тварин, погрозливих снів, вогню та інших стихійних лих, глибини у воді, війни, покарання батьків, медичних процедур, виду крові, своєї смерті і смерті батьків. У молодшому шкільному віці до згаданих вище страхів додається страх нападу отруйних змій і хірургічного втручання, страх відсутності матері, страх смерті.

В історії психології можна виділити дві полярних точки зору на механізм виникнення страху. Одна з них представлена у біхевіоризмі, друга – в психоаналізі та гуманістичній психології. З точки зору біхевіоризму, страх є слідством одноразового чи багаторазового травматичного досвіту суб'єкта (чи, в соціобіхевіоризмі, спостерігаючого чужий травматичний досвід) у взаємодії з певними об'єктами. Інший підхід демонструють представники психоаналізу. В класичному психоаналізі першою причиною виникнення страхів вважається первина травма, яка пов'язана з відсутністю матері чи розлукою з матір'ю. Для А.Адлера джерелом страху служить переживання власної меншовартості, яке пов'язане з очікуванням загрози з боку зовнішнього світу; воно перед усім формується у сім'ї протягом перших п'яти років життя.

Серед причин виникнення страху у дітей, з одного боку, виділяють біологічні, пов'язані з інстинктом самозбереження. Такі страхи дитини як страх самотності, темряви, тварин, болю мають наслідувальний характер, особливо якщо вони властиві матері. Виділяють також соціально культурні і

психологічні: урбанізація життя; кількісний склад сім'ї; наявність єдиної дитини в сім'ї; вік батьків; недостатня рухова та ігрова активність; ранній вихід матері на роботу з декретної відпустки; особистісні особливості матері; конфлікти в сім'ї.

Іншими причинами виникнення страхів у дітей є: ізоляція від спілкування з однолітками; психічні травми, психологічне зараження страхами в процесі безпосереднього спілкування з однолітками та дорослими; конфлікти та психотравматичні переживання, довготривала самотність, довготривала групова ізоляція [12].

Основними узагальненими причинами генези стресу у дітей є такі: суб'єктивні (мотивація, емоційно-вольова стійкість); об'єктивні (особливості ситуації, складність завдань, перешкоди), конфлікти у сім'ї, неадекватні виховні манери батьків, відсутність контакту дитини з батьками, внаслідок розпаду сім'ї або через небажання батьків, чи одного із них брати участь у вихованні дитини; ізоляція від родинного оточення; особистісні характеристики та темпераменти батьків (З. Фрейд) [45, с. 59-70]; боязнь усього невідомого дитині раніше: тварин, злих людей, процесів, явищ (Т. Лешкова) [23, с. 30], склад сімейного середовища (З. Фрейд) [45, с. 75-78].

Основними передумовами генези страху у дитини можуть бути: конкретна реальна ситуація, що сталася з дитиною (переляк), особливості характеру дитини (надмірна залежність від батьків), стиль виховання у родині (страх дитини до незнайомих людей).

Найлегше подолати страх можна в дошкільному віці, оскільки дитина ще керується емоціями. Важливо розрізняти страхи, які виникли як наслідок спілкування з батьками чи чужими людьми та ті, які з'явилися внаслідок переляку. Для ефективної боротьби зі страхами необхідно в'яснити причину їх виникнення. Чинники, які впливають на появу та розвиток страху в дітей постають здебільшого у емоційній сфері [40, с. 205–209].

Можна цілком погодитися із дослідницею Є. Ісаєвою, яка стверджує, що страхи притаманні усім дітям, є причиною тривожності й агресивності дитини та походять із родинного виховання, пов'язані із психологічною атмосферою у родині. Науковець застерігає, що можлива трансформація будь-якого дитячого страху у невротичний, тому своєчасна діагностика й психологічна профілактика є цілком доцільними [15, с.162].

Дослідниці Л. Вольнова, Г. Дьоміна до причин виникнення тривожності у дітей відносять такі, як: внутрішнє напруження, почуття безсилля, втрата почуття захищеності, почуття певної соціальної ізольованості, неадекватна самооцінка, прояви конфліктності, агресивності [10, с.34].

Д. Кіріченко до чинників виникнення тривожності відносить такі, як: фактори сімейного виховання («мати-дитина»); шкільна успішність; взаємовідносини з вчителями (несприятливі відносини, конфлікти, грубість і нетактовна поведінка вчителів), взаємини з однолітками (місце у групі – аутсайдер, «зірка»), внутрішній конфлікт (ставлення до себе, самооцінка, Я-концепція), несприятливий емоційний досвід (негативні, неуспішні події), почуття невпевненості в собі щодо навколишнього середовища, страх школи, сімейний конфлікт, авторитарне виховання, несприятливі відносини дитини з батьками [20]. Основні причини дитячих страхів і тривожності узагальнено на рис. 1.4.



Рис. 1.4. Причини страхів і тривожності дітей

Отже, основними причинами виникнення страхів у дітей є: наявність страхів у батьків, тривожність у відносинах з дитиною, гіперопіка або велика свобода, ізоляція від спілкування з однолітками, велика кількість заборон з боку батьків, тривалі і нерозв'язні переживання дитини, психічні травми, психологічне зараження страхами в процесі безпосереднього спілкування з однолітками та дорослими; конфлікти та психотравматичні переживання, довготривала самотність. До виникнення тривожності у дітей призводять внутрішнє напруження, почуття безсилля, втрата почуття захищеності, почуття певної соціальної ізольованості, неадекватна самооцінка, негативні взаємини у сімейному середовищі, шкільна успішність чи неуспішність; несприятливі взаємовідносини з вчителями й однолітками, внутрішній конфлікт, несприятливий емоційний досвід.

Висновки до розділу I

Аналізуючи сутність страху й тривожності у наукових джерелах, ми з'ясували, що під страхом будемо розуміють захисну реакцію людини на реальну, імовірну чи безпідставну небезпеку, загрозу, а тривожністю називають схильність людини до переживання емоційного стану, що виникає в ситуації невизначеної небезпеки, і виявляється в очікуванні нещасного варіанта розвитку подій.

У межах дослідження видів страхів і тривожності дітей, нами встановлено, що найпоширенішими страхами дітей дошкільного віку є страх розлучення батьків, страх самотності, скупчення людей, страх при спогляданні безпечних тварин, страх темряви, страх падіння; страх голосних звуків, страх смерті. У дітей молодшого шкільного віку переважають страхи щодо тварин, страх смерті, страх заповідання фізичної школи, страхи щодо казкових персонажів, соціально опосередковані страхи (самотності), страхи темряви і кошмарних снів, просторові страхи. Тривожність буває відкритою, закритою, ситуативною або виражатися особистісним занепокоєнням.

Основними видами страхів є вікові, невротичні, соціальні, особистісні. Найпоширенішими причинами виникнення страхів є стиль сімейного виховання, склад сімейного середовища, небезпечні ситуації, які трапилися з людиною; особливості характеру особистості; невідомі ситуації, які можуть становити певну загрозу. Страхи починають формуватися у дітей з 6 місяців і продовжуються у 1-11 років, окремі з них можуть залишитися на все життя.

Вивчаючи причини виникнення страхів і тривожності у дітей, ми дійшли висновку, що основними причинами виникнення страхів у дітей є: наявність страхів у батьків, тривожність у відносинах з дитиною, гіперопіка або велика свобода, ізоляція від спілкування з однолітками, велика кількість

заборон з боку батьків, тривалі і нерозв'язні переживання дитини, психічні травми, психологічне зараження страхами в процесі безпосереднього спілкування з однолітками та дорослими; конфлікти та психотравматичні переживання, довготривала самотність. Прояви тривожності у дітей зазвичай спричиняють внутрішнє напруження, почуття безсилля, втрата почуття захищеності, почуття певної соціальної ізоляції, неадекватна самооцінка, негативні взаємини у сімейному середовищі, шкільна успішність чи неуспішність; несприятливі взаємовідносини з вчителями й однолітками, внутрішній конфлікт, несприятливий емоційний досвід.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СТРАХІВ І ТРИВОЖНОСТІ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ТА МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Методики психодіагностики

Для проведення емпіричного дослідження страхів і тривожності дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку обрано такі методики психодіагностики:

- методика виявлення дитячих страхів О.І. Захарова, І. М.Панфілова;
- методика діагностики самооцінки;
- опитувальник Г.П. Лаврентьєвої і Т.М. Титаренко.

Методика виявлення дитячих страхів

О.І. Захарова, І. М.Панфілова

Методика О.І. Захарова та І. М. Панфілова призначена для виявлення дитячих страхів шляхом діагностики їх у дітей. За допомогою цієї методики дитині пропонується два будиночки - чорний і червоний, а також список страхів, який необхідно розмістити у цих будиночках. Методика на виявлення дитячих страхів О.І. Захарова, І. М.Панфілова дає змогу діагностувати такі види страхів у дитини: медичні страхи – біль, уколи, лікарі, хвороби; страхи, пов'язані із заподіянням фізичної шкоди – транспорт, несподівані звуки, пожежа, війна, стихії; страх смерті (своєї); боязнь тварин; страхи казкових персонажів; страх темряви і кошмарних снів; соціально-опосередковані страхи – людей, дітей, покарань, запізнь, самотності; просторові страхи – висоти, глибини, замкнутих просторів [28].

Методика діагностики самооцінки

Методика діагностики самооцінки спрямована на виявлення системи уявлень дитини про те, як вона оцінює себе сама, як, на її думку, її оцінюють інші люди і як співвідносяться ці уявлення між собою. Згадана вище методика дає змогу визначити такі типи самооцінки: неадекватно завищена самооцінка, завищена самооцінка, адекватна самооцінка, занижена самооцінка [29]. У методиці діагностики самооцінки запропоновано дитині малюнок з семи сходинками. Під час розмови з дитиною пояснюється, що на трьох верхніх сходинках будуть хороші діти: розумні, добрі, сильні, слухняні - чим вище сходинка, тим краще (показуються сходинки: "хороші", "дуже хороші", "найкращі"). На трьох нижніх сходинках опиняться погані діти - чим нижче, тим гірше (показуються сходинки: "погані", "дуже погані", "найгірші"). На середній сходинці діти не є поганими або хорошими. Дитині потрібно показати ту сходинку, на якій вона розташує себе. Цій методиці можна надати бали від 1 до 7.

Опитувальник Г.П. Лаврентьєвої та Т.М. Титаренко

Опитувальник Г.П. Лаврентьєвої та Т.М. Титаренко розроблений для психодіагностики тривожності у дітей.

Опитувальник Г.П. Лаврентьєвої і Т.М. Титаренко дає змогу визначити рівень тривожності: високий, середній, низький. За цим опитувальником респондентові пропонується 20 тверджень, які потрібно зазначити знаками «+», «-» [32]. За допомогою методики встановлюється рівень тривожності: висока тривожність визначається як 15-20 балів, середня тривожність - від 7 до 14 балів, а низька тривожність - від 1 до 6 балів.

Респонденти дослідження – 15 дітей дошкільного віку (старша група) і 16 молодших школярів (учні 3-го класу). Усього опитано 31 дитину. Дані про респондентів дослідження наведено у таблицях 2.1, 2.2

Таблиця 2.1.

Дані про дітей дошкільного віку – респондентів дослідження

Порядковий номер респондента	Вік	Стать
1	5	чоловіча
2	5	жіноча
3	4,5	жіноча
4	5	жіноча
5	5	чоловіча
6	5	чоловіча
7	5	чоловіча
8	6	жіноча
9	5	жіноча
10	5	жіноча
11	5	жіноча
12	4,5	жіноча
13	4,5,	чоловіча
14	5	чоловіча
15	5	чоловіча

Таблиця 2.2

Дані про дітей молодшого шкільного віку – респондентів дослідження

Порядковий номер респондента	Вік	Стать
1	6	чоловіча
2	8	жіноча
3	7	жіноча
4	7	жіноча
5	7	чоловіча
6	7	чоловіча
7	7	чоловіча
8	8	жіноча
9	8	жіноча
10	6	жіноча
11	6	жіноча
12	7	жіноча
13	7	чоловіча
14	6	чоловіча
15	7	чоловіча
16	6	чоловіча

Обрані нами методи експериментального дослідження відповідають таким важливим нормативам та правилам: об'єктивність, валідність та надійність. Під валідністю розуміється така якість методу, яка здатна виражатися у відповідності тому, для вивчення та оцінки чого він

функціонально призначений. Під надійністю мається на увазі якість методу дослідження, що дозволяє гарантовано отримувати одні й ті ж результати або хоча б дуже близькі за умови багаторазового використання даного методу. Обрані нами методики психодіагностики передбачають тестування, у якому дотримано такі вимоги до нього, як: застосування шкали відношень або, як мінімум надійність, валідність, шкали інтервалів, наявність нормативних даних, просте формулювання та однозначність тестових завдань, верифікація, обмеження часу їх виконання, соціокультурна адаптивність.

Обрані нами методики психодіагностики й сама процедура проведення психологічної діагностики відповідає таким вимогам, як:

а) не занадто складна і низька трудомісткість незалежно від рівня важкості та складності тесту. Виконання методики має потребувати затрат мінімуму фізичних і психологічних зусиль;

б) зрозумілість і доступність як для психолога, так й для досліджуваного;

в) лаконічність та точність інструкції. Налаштування досліджуваного на сумлінну роботу відкидає випадкові фактори, що можуть негативно позначитися та вплинути на результати;

г) відсутність відволікаючих факторів, а саме людей, музики тощо.

Перед проведенням тестування нами враховано також такі поради:

1) перед застосуванням тестування психолог повинен ознайомитися з ним і спробувати на собі чи на іншій людині. Це дає змогу уникнути можливих помилок, що пов'язані з проведенням тестування та викликані недостатніми знаннями щодо його особливостей;

2) слід завчасно подбати про те, щоб перед початком тестування досліджувані добре зрозуміли цю процедуру та інструкцію до тесту;

3) під час тесту потрібно стежити за тим, щоб досліджувані працювали автономно, незалежно і не мали можливості вплинути одне на одного;

4) необхідно застосовувати обґрунтовану і перевірену процедуру обробки, інтерпретації результатів тестування, що дає змогу уникнути помилок на цьому етапі тестування.

При проведенні емпіричного дослідження було дотримано основних принципів, визначених Етичним кодексом психолога: відповідальність, компетентність, захист інтересів клієнта, конфіденційність [11]. Також було враховано етичні правила психологічних досліджень: визначення об'єкта дослідження; чітке й однозначне формулювання його мети і завдань; встановлення контингенту обстежуваних; прогнозування можливостей використання одержаних результатів (наприклад, оцінювання перспективи професійної успішності, формування спільного колективу, психологічного втручання тощо) [11].

2.2. Аналіз емпіричних даних

На першому етапі емпіричного дослідження страхів і тривожності нами здійснено опитування респондентів за методикою О. І. Захарова та М. О. Панфілової.

Методика призначена для виявлення дитячих страхів шляхом діагностики їх у дітей. За допомогою цієї методики дитині пропонується два будиночки: чорний і червоний, а також список страхів, який необхідно розмістити у цих будиночках, відповідно до того, наскільки вони переживають ці страхи. Методика дає змогу діагностувати такі види страхів у дитини: медичні страхи – біль, уколи, лікарі, хвороби; страхи, пов'язані із заподіянням фізичної шкоди – транспорт, несподівані звуки, пожежа, війна, стихії; страх смерті (своєї); боязнь тварин; страхи казкових персонажів; страх темряви і кошмарних снів; соціально-опосередковані страхи – людей, дітей, покарань, запізнь, самотності; просторові страхи – висоти, глибини,

замкнених просторів. Емпіричні дані за цією методикою відображено у таблицях 2.3, 2.4, 2.5.

Таблиця 2.3

Результати діагностики страхів дітей старшого дошкільного віку за методикою О. І. Захарова та М. О. Панфілової

Види страхів	Порядковий номер досліджуваного															Усього
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
лікарні	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	6
лікарів	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	6
темряви	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	7
крові	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	5
вигаданих істот	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	7
дитсадка	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	10
вихователя	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	6
різких несподіваних рухів	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	7
снів	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	4
втрати рівноваги	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
самотності	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	10
смерті	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	10
висоти	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	3
транспорту	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
болю	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	9
незнайомих людей	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	6
засинати одному	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	10

уколів	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	6	
залишатися насамоті вдома	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	10	
Усього страхів у кожного з дітей																-	
Середнє арифметичне																6,7	

Як бачимо із наведеної вище таблиці, в досліджуваних наявні багато страхів. Є респонденти, що мають по 14, 13, 12, 11 страхів. Вони переважають над опитаними, у яких мало страхів. Адже тільки в трьох дошкільників наявні прояви невеликої кількості страхів (1-3).

У цій вибірці дошкільників переважають страхи смерті, засинати одному, залишатися самому вдома, страх самотності, вихователя дитсадка, страх болю. Найменші прояви мають страхи транспорту, рівноваги, висоти, снів.

За середніми показниками, найбільше страхів переживають дошкільники № 1 та № 11, де середня – найбільша, 0,7 балів.

Таблиця 2.4

Результати діагностики страхів дітей молодшого шкільного віку за методикою О. І. Захарова та М. О. Панфілової

Види страхів	Порядковий номер досліджуваного																Усього
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
засинати одному	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	10
снів	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	4

уколів	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	10
вчителя	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	9
школи	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	12
самотності	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	5
смерті	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	8
лікарів	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	8
різких рухів	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	6
незнайомих людей	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	9
темряви	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	9
залишатися самому вдома	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	8
крові	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	5
транспорту	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	5
висоти	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
лікарні	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	6
болю	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	9
втрати рівноваги	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	2
вигаданих істот	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	11
Усього страхів у кожного з дітей																	-
Середнє арифметичне																	7,3

Як бачимо із таблиці 2.4, серед молодших школярів нашої вибірки більшість дітей мають велику кількість страхів (9-14 страхів).

Не зафіксовано зовсім респондентів із декількома страхами. Діти молодшого шкільного віку нашої вибірки мають щонайменше 5-6 страхів.

Серед опитаних молодших школярів переважають страхи школи, уколів, лікарні, засинати одному, незнайомих людей, темряви, вигаданих істот, болю, смерті. Найменш вираженими є страхи снів, висоти.

Аналіз середніх показників у цій вибірці свідчить, що найбільше страхів у опитуваного № 11, де середній показник найбільший, 0,7 балів.

Таблиця 2.6

**Кількісні показники проявів страхів у дітей дошкільного та
молодшого шкільного віку
за методикою О.І.Захарова та М. О. Панфілової**

Види страхів	Дошкільники		Молодші школярі	
	К-сть дітей	У %	К-сть дітей	У %
1. темряви	7	46,7	9	56,3
2. вигаданих істот	7	46,7	11	68,8
3. крові	5	33,3	5	31,3
4 лікарні	6	40,0	6	37,5
5.лікарів	6	40,0	8	50,0
6. уколів	6	40,0	10	62,5
7. самотності	10	66,7	5	31,3
8. залишатися самому вдома	10	66,7	8	50,0
9. снів	4	26,7	4	25,0
10. дитсадка/школи	11	73,3	12	75,0
11. болю	9	60,0	9	56,3
12. висоти	3	20,0	2	12,5

13. різких рухів	7	46,7	6	37,5
14. рівноваги	2	13,3	2	12,5
15. вихователя / вчителя	6	40,0	9	56,3
16. незнайомих людей	6	40,0	9	56,3
17. транспорту	2	13,3	5	31,3
18. засипати одному	10	66,7	10	62,5
19. смерті	10	66,7	8	50,0
Середнє арифметичне	6,7	44,6	7,3	45,4

Наведені у таблиці 2.6 дані засвідчують, що діти дошкільного віку найбільше бояться дитсадка, смерті, самотності, на середньому рівні у них страхи темряви, вигаданих істот, медичні страхи (лікарів, уколів, лікарні), соціальні страхи (вихователя, незнайомих людей), найменш вираженими є страхи снів, висоти, рівноваги, транспорту.

Водночас у молодших школярів переважають страхи школи, вчителя і незнайомих людей, вигаданих істот, самотності, медичні страхи (болю, уколів), середній прояв мають страхи різких рухів, транспорту, самотності, найменш виражені страхи рівноваги, снів.

Тобто, у дітей молодшого шкільного віку переважають страхи вигаданих істот (посилено розвивається уява) і уколів, які менше переживаються дошкільниками, можливо тому, що вони рідше з ними стикаються. Тоді як у дошкільників переважають страхи самотності та залишитися насамоті вдома, засинати самому та смерті, які не є домінуючими у молодшому дошкільному віці.

Порівняння середніх показників за двома вибірками свідчить, що у молодших школярів з'являється дещо більше страхів, порівняно з дітьми дошкільного віку (середні : 6,7 та 7,3 відповідно), що можемо пояснити більшим досвідом і новими знаннями школярів.

На другому етапі дослідження було проведено діагностику самооцінки дітей дошкільного та молодшого шкільного віку. Методика діагностики самооцінки спрямована на виявлення системи уявлень дитини про те, як вона оцінює себе сама, як, на її думку, її оцінюють інші люди і як співвідносяться ці уявлення між собою. Згадана вище методика дає змогу визначити такі типи самооцінки: неадекватно завищена самооцінка, завищена самооцінка, адекватна самооцінка, занижена самооцінка [29]. У методиці діагностики самооцінки запропоновано дитині малюнок з семи сходинками. Дитині потрібно показати ту сходинку, на якій вона розташує себе. Цій методиці можна надати бали від 1 до 7.

Емпіричні дані за цим етапом дослідження узагальнено у таблиці 2.7.

Таблиця 2.7

Результати діагностики самооцінки дітей дошкільного та молодшого шкільного віку

Порядковий номер респондента	Тип самооцінки			
	Діти дошкільного віку		Молодші школярі	
	Бал	Тип самооцінки	Бал	Тип самооцінки
1	5	неадекватно завищена	4	завищена
2	3	адекватна	1	занижена
3	1	занижена	5	неадекватно завищена
4	1	занижена	3	адекватна

5	5	неадекватно завищена	3	адекватна
6	5	неадекватно завищена	3	адекватна
7	4	неадекватно завищена	3	адекватна
8	2	занижена	3	адекватна
9	2	занижена	1	занижена
10	3	адекватна	1	занижена
11	3	адекватна	2	занижена
12	6	неадекватно завищена	2	занижена
13	6	неадекватно завищена	2	занижена
14	6	неадекватно завищена	2	занижена
15	6	неадекватно завищена	6	неадекватно завищена
16	-	-	6	неадекватно завищена
Середнє арифметичне	3,9	-	2,9	-

За результатами, представленими нами у таблиці, ми зробили діаграму заради їх унаочнення:

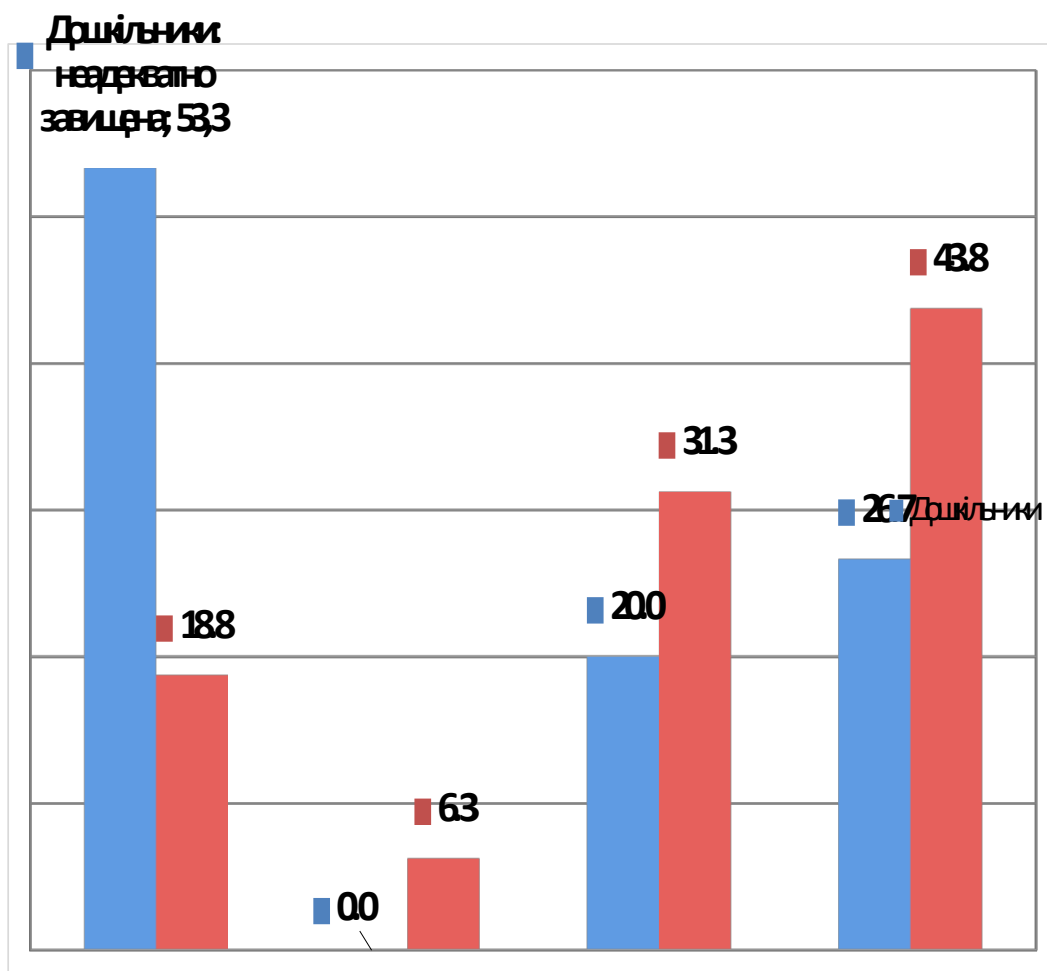


Рис. 2.1. Рівні самооцінки у дітей дошкільного та молодшого шкільного віку

Як засвідчують дані діаграми (рис. 2.1), у групі дошкільників нашої вибірки переважає неадекватно завищена самооцінка. Вона виявлена у 53,3 % респондентів цього віку. Малою є кількість дітей дошкільного віку з адекватною (20 %) і заниженою самооцінкою (26,7 %). Водночас і серед молодших школярів нашої вибірки переважають респонденти із заниженою (у 43,8 %) та адекватною самооцінкою (31,3 %), а кількість здобувачів освіти із завищеною та неадекватно завищеною самооцінкою є значно меншою, порівняно з аналізованою нами групою дітей дошкільного віку (6,3 : та 18,8 % відповідно). Це дає підстави стверджувати, що серед дітей дошкільного

віку є значно вищою кількість осіб із неадекватною, а саме, з неадекватно завищеною самооцінкою. Можливо, і через цю причину у них менше страхів.

Порівняння середніх показників самооцінки респондентів свідчить, що у вибірці дошкільників вона складає 3,9 балів, тоді як у вибірці молодших школярів середній показник – лише 2,9 балів. Отже, дошкільники в цілому схильні дещо вище себе оцінювати, порівняно з молодшими школярами.

Наступним етапом емпіричного дослідження стало психодіагностування тривожності дітей дошкільного та молодшого шкільного віку.

Опитувальник Г.П. Лаврентьєвої і Т.М. Титаренко дає змогу визначити рівень тривожності: високий, середній, низький. За цим опитувальником респондентові пропонується 20 тверджень, які потрібно зазначити знаками «+», «-» [32]. За допомогою методики встановлюється рівень тривожності: висока тривожність визначається як 15-20 балів, середня тривожність - від 7 до 14 балів, а низька тривожність - від 1 до 6 балів.

Емпіричні дані за цим етапом дослідження узагальнено у таблицях 2.8, 2.9 .

Таблиця 2.8

Показники тривожності дітей дошкільного віку

Порядковий номер респондента	Набрано балів	Рівень тривожності
1	16	високий
2	5	низький
3	11	середній
4	12	середній
5	17	високий

6	17	високий
7	15	високий
8	19	високий
9	19	високий
10	5	низький
11	6	низький
12	20	високий
13	18	високий
14	18	високий
15	18	високий
Середнє арифметичне	14,4	-

Таблиця 2.9

Показники тривожності дітей молодшого шкільного віку

Порядковий номер респондента	Набрано балів	Рівень тривожності
1	15	високий
2	13	середній
3	16	високий
4	7	середній
5	6	низький
6	6	низький
7	3	низький

8	4	низький
9	14	середній
10	18	високий
11	13	середній
12	13	середній
13	9	середній
14	16	високий
15	20	високий
16	17	високий
Середнє арифметичне	11,5	-

Порівнюючи результати дошкільників і молодших школярів за рівнем переживання тривожності, ми виявили:

- у групі дошкільників переважають діти з високим рівнем тривожності, діагностованим нами у 66,7 % респондентів цієї вибірки; ще у 2 дітей (13,3 %) виявлено середній, у решти ж (20 %) – низький показник тривожності;
- у вибірці дітей молодшого шкільного віку ми визначили, що в однакової кількості дітей, 37,5 %, виявлено середній і високий рівень переживання тривожності; у решти цієї вибірки, 25 % опитаних, - низький рівень тривожності;
- порівняння середніх показників за вибірками показує, що діти дошкільного віку схильні проявляти більшу тривожність, порівняно з молодшими школярами (середні, відповідно, 14,4 бали та 11,5 балів).

Порівняльний аналіз тривожності дітей дошкільного та молодшого

шкільного віку наведено на рис. 2.2.

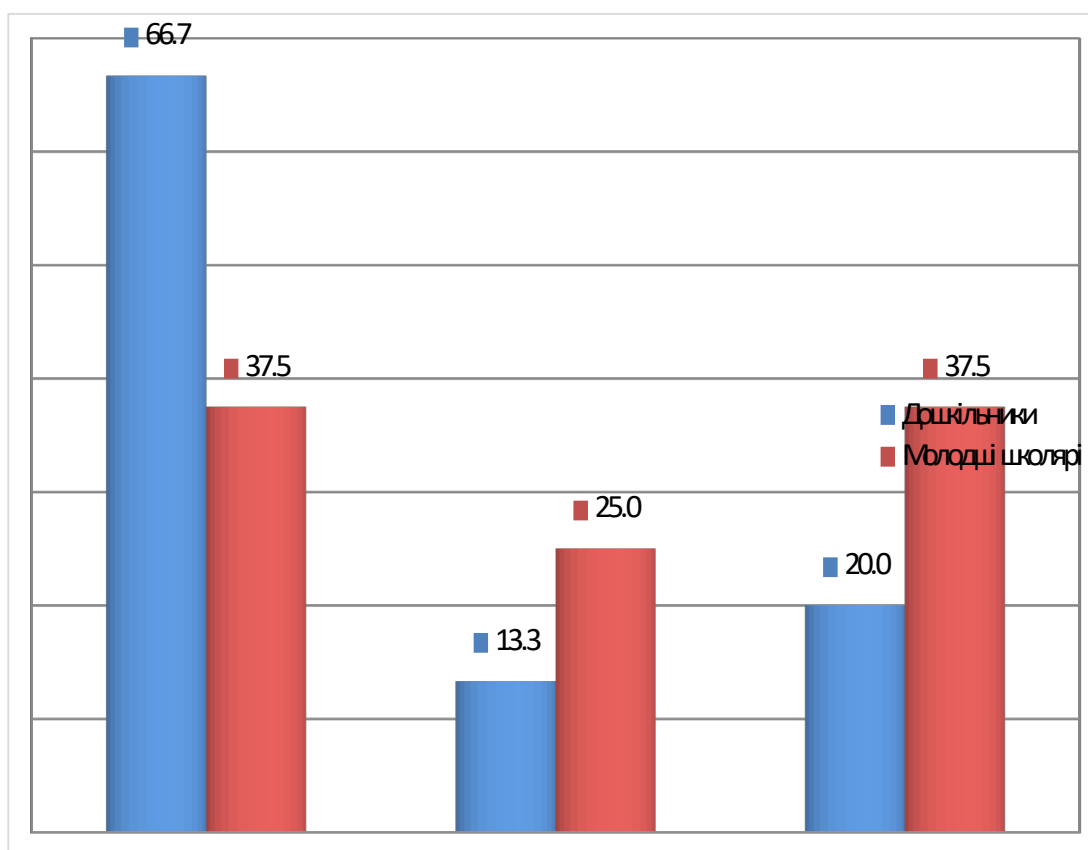


Рис. 2.2. Рівні тривожності дітей дошкільного та молодшого шкільного віку

Як бачимо із наведеної вище діаграми, у дітей дошкільного віку нашої вибірки переважають особи із високим рівнем тривожності, а серед молодших школярів зафіксовано однакову кількість респондентів із високим і низьким рівнем тривожності, проте порівняно із дошкільниками серед учнів початкових класів значно менше дітей із високим рівнем тривожності. Це дає підстави стверджувати, що серед дошкільників порівняно із молодшими школярами тривожність є вищою.

На основі проведеного дослідження нами зафіксовано такі психологічні особливості дітей дошкільного віку: переважання страхів смерті, засинати одному, залишатися самому вдома, страх самотності, вихователя дитсадка, страху болю; переважання неадекватно заниженої

самооцінки; переважання високого рівня тривожності.

Завдяки емпіричному дослідженню встановлено такі психологічні особливості дітей молодшого шкільного віку: переважання страхів школи, уколів, лікарні, засинати одному, незнайомих людей, темряви, вигаданих істот, болю, смерті; переважання адекватної та заниженої самооцінки; порівняно невисокий рівень тривожності.

У межах аналізу емпіричних даних нами взято до уваги особливості проходження методик психодіагностики кожним із респондентів. На основі цього встановлено, що діти дошкільного та молодшого шкільного віку, які мають багато страхів (10-14 страхів), характеризуються високим рівнем тривожності та неадекватно завищеною самооцінкою. Водночас особи із невеликою кількістю страхів зазвичай мають адекватну самооцінку та середній або низький рівні тривожності.

Порівняння результатів (за середніми показниками) двох вибірок свідчить, що дошкільники переживають дещо менше страхів, порівняно зі школярами, проте вони дещо більш тривожні, ніж учні школи і в них дещо вища самооцінка, що в цілому дозволяє припустити, що наша гіпотеза доведена: між вибірками існує відмінність щодо переживання страхів і тривоги, і обидва показники пов'язані із самооцінкою опитаних: вища самооцінка дошкільників пов'язана з їх вищою тривожністю, проте, з меншим числом речей, яких вони бояться. Тоді як нижча самооцінка молодших школярів узгоджується з їх нижчою тривожністю, проте і зі збільшенням числа страхів.

Висновки до розділу 2

Діагностичними конструктами емпіричного дослідження страхів у дітей дошкільного та молодшого шкільного віку обрано страх, тривожність, самооцінку.

Основними емпіричного встановленими психологічними особливостями дітей дошкільного віку є: переважання страхів смерті, засинати одному, залишатися самому вдома, страх самотності, вихователя дитсадка, страху болю; переважання неадекватно заниженої самооцінки; переважання високого рівня тривожності.

Основними емпіричного встановленими психологічними особливостями дітей молодшого шкільного віку є: переважання страхів школи, уколів, лікарні, засинати одному, незнайомих людей, темряви, вигаданих істот, болю, смерті; переважання адекватної та заниженої самооцінки; порівняно невисокий рівень тривожності.

Діти дошкільного та молодшого шкільного віку, які мають багато страхів, характеризуються високим рівнем тривожності та неадекватно завищеною самооцінкою. Діти дошкільного та молодшого шкільного віку із невеликою кількістю страхів мають адекватну самооцінку та середній або низький рівні тривожності.

ВИСНОВКИ

У межах наукового пошуку нами розкрито поняття страху, тривожності у психолого-педагогічній літературі, вивчено основні види страхів, тривожності у дитячому віці, з'ясовано їх причини, проведено емпіричне дослідження страхів і тривожності дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку й проаналізовано його результати.

Проведене дослідження дає підстави для формулювання таких висновків:

1. Страх – це захисна реакція людини на реальну, імовірну чи безпідставну небезпеку, загрозу. Тривожність – це схильність людини до переживання емоційного стану, що виникає в ситуації невизначеної небезпеки, і виявляється в очікуванні неблагополучного варіанта розвитку подій.

2. Найпоширенішими страхами дітей дошкільного віку є страх розлучення батьків, страх самотності, скупчення людей, страх при спогляданні безпечних тварин, страх темряви, страх падіння; страх голосних звуків, страх смерті. У дітей молодшого шкільного віку переважають страхи щодо тварин, страх смерті, страх заподіяння фізичної школи, страхи щодо казкових персонажів, соціально опосередковані страхи (самотності), страхи темряви і кошмарних снів, просторові страхи. Тривожність буває відкритою, закритою, ситуативною або виражатися особистісним занепокоєнням.

3. Основними видами страхів є вікові, невротичні, соціальні, особистісні. Основними причинами виникнення страхів у дітей є: наявність страхів у батьків, тривожність у відносинах з дитиною, гіперопіка або велика свобода, ізоляція від спілкування з однолітками, велика кількість заборон з боку батьків, тривалі і нерозв'язні переживання дитини, психічні травми, психологічне зараження страхами в процесі безпосереднього спілкування з однолітками та дорослими; конфлікти та психотравматичні переживання,

довготривала самотність. Прояви тривожності у дітей зазвичай спричиняють внутрішнє напруження, почуття безсилля, втрата почуття захищеності, почуття певної соціальної ізольованості, неадекватна самооцінка, негативні взаємини у сімейному середовищі, шкільна успішність чи неуспішність; несприятливі взаємовідносини з вчителями й однолітками, внутрішній конфлікт, несприятливий емоційний досвід.

4. Діти дошкільного віку найбільше відчують страх перед дитсадком, смертю та самотністю. На середньому рівні у них спостерігаються страхи темряви, уявних створінь та медичних процедур, таких як відвід лікаря, уколи та лікарні. Соціальні страхи, пов'язані з вихователями та незнайомими людьми, також є помірними. Найменш вираженими є страхи пов'язані зі снами, висотою, рівновагою та транспортом. У молодших школярів переважають страхи пов'язані зі школою, вчителями та незнайомими людьми, а також страхи вигаданих істот та самотності. Медичні страхи, такі як біль та уколи, мають помірний прояв. Страхи пов'язані з різкими рухами, транспортом та самотністю також є середньо вираженими. Найменш вираженими є страхи пов'язані з рівновагою та снами.

5. Діти дошкільного та молодшого шкільного віку, які виявляють багато страхів, проявляють високий рівень тривожності та мають самооцінку, яка неадекватно завищена. З іншого боку, діти цього вікового діапазону, які мають лише небагато страхів, виявляють адекватну самооцінку та середній або низький рівень тривожності.

6. Порівняння результатів (за середніми показниками) двох вибірок свідчить, що дошкільники переживають дещо менше страхів, порівняно зі школярами, проте вони дещо більш тривожні, ніж учні школи і в них дещо вища самооцінка, що в цілому дозволяє припустити, що наша гіпотеза доведена: між вибірками існує відмінність щодо переживання страхів і тривоги, і обидва показники пов'язані із самооцінкою опитаних: вища

самооцінка дошкільників пов'язана з їх вищою тривожністю, проте, з меншим числом речей, яких вони бояться. Тоді як нижча самооцінка молодших школярів узгоджується з їх нижчою тривожністю, проте і зі збільшенням числа страхів.

Перспективу подальших наукових пошуків в означеному напрямі становить розробка корекційних і профілактичних програм для дітей дошкільного та молодшого шкільного віку стосовно протидії страху, написання емпіричних статей із проблеми прояву страху у дітей дошкільного та молодшого шкільного віку.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аландаренко Ю. Страхі дітей. Шляхи подолання: семінар-тренінг для вчителів молодших класів. *Шкільному психологу. Усе для роботи*. Науково-методичний журнал. 2014. № 9. С.26-30.
2. Атаманчук Н.М. Психологія страхів шестирічних школярів на початкових етапах навчання в школі. *Технології розвитку інтелекту*. 2022. Т. 6. №1 (31).
3. Бабарикіна І.В. Психологічні особливості корекційної роботи зі шкільними страхами. *Вісник Харківського національного університету ім. В.Н. Каразіна*. Серія: Психологія. Харків: ХНУ, 2011. Вип. 45. № 937. С. 18-20.
4. Байда С. П. Дитячі страхи та невротичний розвиток особистості. *Вчені записки ТНУ ім. В.І. Вернадського*. 2022. Т. 33 (72). №34. С. 55-59.
5. Борисенко З., Стець В. Використання мульттерапії у роботі зі страхами. *Молодь і ринок*. 2022. №9–10 (207–208). С. 97-101.
6. Борщова Т. О. Психологічні особливості проявів страхів дітей дошкільного та молодшого шкільного віку з неповних родин.
URL:
http://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/handle/123456789/8703/22.%20%D0%91%D0%BE%D1%80%D1%89%D0%BE%D0%B2%D0%B0_%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%8F.pdf?sequence=1 (дата звернення: 20.03.2023).
7. Борщова Т. О., Крупник І. Р. Дитячі страхи: особливості прояву у дітей з неповних родин. *Інсайт*. 2019. Вип. 2.. С. 58-63.
8. Вавілова А. С. Психологічні особливості страхів у молодших школярів. *Теорія і практика сучасної психології*. 2020. № 1. Т. 1. С. 140-144.

9. Власенко Т., Горецька О. Вплив батьківського ставлення на виникнення страхів у дітей дошкільного віку. URL: <https://bdpu.org.ua/wp-content/uploads/2019/05/89.pdf> (дата звернення: 20.03.2023).
10. Вольнова Л., Дьоміна Г. Чинники виникнення та посилення проявів тривоги у дітей дошкільного віку. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2020. Вип. 9 (54). С.32-45.
11. Дмитренко А. К., Чуйко Г. В. Основи гуманістичної психології : навч.-метод. посіб. Чернівці : Прут, 2002. 268 с.
12. Етичний кодекс психолога. URL: <https://myronivka-osvita.gov.ua/etichnij-kodeks-psihologa-13-04-48-16-09-2020/> (дата звернення: 10.03.2023).
13. Єгорова А. В. Особливості страхів дітей, що викликані адаптацією до дошкільного закладу. URL: https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwjCuNOrp_9AhURnIsKHbOiBiEQFnoECBEQAQ&url=https%3A%2F%2Fwww.bibliofond.ru%2Fview.aspx%3Fid%3D798569&usg=AOvVaw2e0cC71WSS8fqDucOE6nHU дата звернення: 10.03.2023).
14. Живанова В. А. Дослідження страху як психічного феномену в історичній ретроспективі. *Вісник НТУУ «КПІ». Філософія. Психологія. Педагогіка*. 2000. № 3. С. 121-125.
15. Загурська І., Лісогурська А. Діагностична процедура дослідження страхів дітей дошкільного віку за допомогою методу незакінчених речень. *Розвиток сучасної освіти і науки: результати, проблеми, перспективи. Том VII: Ідентичність і свобода в освіті та науці / Ред.: Ян Гжесяк, Іван Зимомря, Василь Ільницький. Конін – Ужгород – Бельсько-Бяла – Київ: Посвіт, 2019. С.199-201.*

16. Зварич І.М, Чуйко Г.В., Колтунович Т.А. *Екзистенційна та гуманістична психологія* : навчальний посібник / за наук. ред. В. Г. Панка. Чернівці: Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2019. 496 с.

17. Ісаєва Є.С. Дослідження страхів у дітей старшого дошкільного віку. URL: <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v7/i6/25.pdf> (дата звернення: 10.02.2023).

18. Кабанцева А. В., Костін Д. О. Дитина у турбулентному часі. The 9th International scientific and practical conference “Dynamics of the development of world science” (May 13-15, 2020) Perfect Publishing, Vancouver, Canada. 2020. С. 543-549.

19. Карпенко Н. Диференціація та діагностика окремих видів страху у дітей. *Початкова школа*. 2002. № 3. С. 4–19.

20. Карпенко Н.П. Дитячі страхи. Психологія їх подолання. К.: Главник, 2007. 236 с.

21. Каряка І., Хорощак Ю. Пісочна терапія як засіб зниження тривожності у дітей старшого дошкільного віку. Збірник наукових праць РДГУ. 2021. Вип. 16. С. 80-86.

22. Кіріченко Д.І. Причини та ознаки тривожності у дітей молодшого шкільного віку.

URL: http://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/handle/123456789/10581/%D0%9A%D1%96%D1%80%D1%96%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE_%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%8F.pdf?sequence=2 (дата звернення: 20.03.2023).

23. Ковалевська А. Причини та види страхів молодших школярів. Проблеми сучасної педагогічної освіти. № 26. Ч. 2. Ялта : РВВ КГУ, 2010. С. 238.

24. Куракова Н. О., Шопша О. Л. Особистісні детермінанти виникнення страху у дітей молодшого шкільного віку. The 2nd International scientific and practical conference “Science and innovation of modern world”

(October 26-28, 2022) Cognum Publishing House, London, United Kingdom. 2022. С. 558-568.

25. Лешкова Т. Коробка зі страхами. *Дошкільне виховання*. 2004. №10. С. 30.

26. Лозниця В. С. Психологія і педагогіка: основні положення: навч. посібн. К.:ЕксОб, 2001. 304 с.

27. Макдауголл У. Различение эмоции и чувства. Психология эмоций; авт.-сост. В. Вилюнас, 2008. С. 142-147.

28. Малик О. С. Психологічні особливості страхів та їх подолання у дітей з дошкільного віку з РДА.

URL: <file:///C:/Users/vstan/Downloads/%D0%9C%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D0%BA.pdf> (дата звернення: 20.03.2023).

29. Мельник І.С., Гловацька Л.В. Психологічні особливості впливу особистісної тривожності на взаємини дітей дошкільного віку у групі однолітків. Науково-практична конференція, м. Дніпро, 29-30 березня 2019 р. С. 79-85.

30. Методика виявлення дитячих страхів О.І. Захарова, І. М.Панфілова.

URL:<https://dytpsyholog.com/2015/04/30/%D1%81%D1%85%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D0%BA%D0%B8-%D0%B4%D1%96%D0%B0%D0%B3%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0-%D1%81%D0%B0%D0%BC%D0%BE%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%BD%D0%BA%D0%B8/> (дата звернення: 10.03.2023).

31. Методика діагностики самооцінки.

URL:<https://dytpsyholog.com/2015/03/15/%D0%BF%D1%80%D0%BE%D0%B5%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%B0-%D0%BC%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D0%BA%D0%B0-%D0%BA%D0%B0%D0%BA%D1%82%D1%83%D1%81/> (дата звернення: 10.03.2023).

32. Мікляєва А. В., Румянцева П. В. Шкільна тривожність: діагностика, профілактика, корекція. СПб.: Мова, 2017. 248 с.

33. Міщенко М.П., Хавіна І.В. Психологічні особливості страхів і тривожності у дітей дошкільного віку. Проблеми та перспективи формування національної гуманітарно-технічної еліти: зб. наук. пр. / ред. О. Г. Романовський. Харків : НТУ "ХПІ", 2017. Вип. 46 (50) : матеріали міжнар. наук.-практ. конф. студентів, аспірантів та молодих вчених: "Психолого-педагогічні аспекти формування управлінського потенціалу сучасної молоді: теорія і практика", 21 жовтня 2016 р. С.18-31.

34. Опитувальник Г.П. Лаврентьєвої і Т.М. Титаренко. URL:https://psycholog-dnz.at.ua/publ/metodiki_na_vijavlennja_ditjachikh_strakhi_v_opituvalniki_vznachennja_trivozhnosti/1-1-0-74 (дата звернення: 10.03.2023).

35. Панасенко Е. Техніки подолання страхів у школярів в умовах дистанційного психологічного супроводу. Суспільство для психічного здоров'я особистості: взаємодія родини, освіти, громади : Збірник наукових праць [за матеріалами Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції (Україна, Житомир, 24 листопада 2022 р.)] / Ред.колегія: Г. Пирог, Н. Портницька, І. Тичина / М-во освіти і науки України, Житомирський державний університет імені Івана Франка, соц.-псих. факультет. Житомир, Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2023. С. 108-112.

36. Подкопаєва Ю. В., Вахнован Д. С. Теоретичні основи методу арт-терапії як дієвого засобу впливу на дитячі страхи. Політ. Сучасні проблеми науки. Гуманітарні науки: тези доповідей XIX Міжнародної науково-практичної конференції здобувачів вищої освіти і молодих учених: [у 2-х т.]. Т. 1 (м. Київ, 1-5 квітня 2019 р.) / [ред. кол.: В.М. Ісаєнко та ін.]; Національний авіаційний університет. К.: НАУ, 2019. URL:<https://dspace.nau.edu.ua/bitstream/NAU/54092/1/%d0%92%d0%b0%d1%85%d0%bd%d0%be%d0%b2%d0%b0%d0%bd%20%d0%94.%d0%a1..pdf> (дата звернення: 20.03.2023).

37. Покришко Д. Є., Кисла О. Ф. Корекція дитячих страхів за допомогою ігрових методик. *Молодий вчений*. 2020. №9 (85). С. 72-75.

38. Полянничко О. М., Коротя В. В., Совгіря Т. М. Психологічні страхи у дітей на початковому етапі підготовки плавців.
URL: <https://dspace.nau.edu.ua/bitstream/NAU/55935/1> (дата звернення: 20.03.2023).

39. Резніченко О. О. Класифікація та типологія страхів як теоретико-методологічне підґрунття для пошуку ефективних напрямків психологічної допомоги. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2020/20-2020/13.pdf> (дата звернення: 20.03.2023).

40. Семеняга А. Д. Методи діагностики дитячих страхів.
URL:
<http://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/handle/123456789/10675/%D0%A1%D0%B5%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%8F%D0%B3%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%8F.pdf?sequence=2> (дата звернення: 20.03.2023).

41. Сергійчук А.Ю. Особливості тривожності у дітей старшого дошкільного віку.
<http://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/handle/123456789/10679/%D0%A1%D0%B5%D1%80%D0%B3%D1%96%D0%B9%D1%87%D1%83%D0%BA%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%8F.pdf?sequence=2> (дата звернення: 20.03.2023).

42. Синиця В. Корекція страхів у дітей засобами арт-терапії. Актуальні проблеми сучасної психології: шляхи становлення особистості: матеріали II загальноуніверситетської науково-практичної конференції 17 травня 2018 року. Переяслав-Хмельницький, 2018. С. 205–209.

43. Тарапата І. І., Тимків Л. С. Арт-терапія як засіб подолання страху у дітей дошкільного віку. *Молодий вчений*. 2019. №10 (74). С. 114-119.

44. Тимків Л., Тарапата І. Синдром страху як психолого-педагогічна проблема. Теоретичні, методичні та практичні проблеми соціальної роботи : тези доповідей IV Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної конференції, м. Івано-Франківськ, 19 квітня 2019 р. Івано-Франківськ: НАІР, 2019. С. 85-88.

45. Трубавіна І. М. Соціально-педагогічна робота з неблагополучною сім'єю. К.: ДЦССМ, 2003. 132 с.

46. Фрейд З. Введение в психоанализ: лекции; изд. подгот. М.Г. Ярошевский. М.: Наука, 1989. 455 с.

47. Фрейд З. По ту сторону удовольствия. М. Прогресс, 1992. 157 с.

48. Харін М.О., Прозорський Д.І., Голярдик Н.А. Особливості прояву страхів у дітей. Науковий простір: актуальні питання, досягнення та інновації: Міжнародна науково-практична конференція здобувачів освіти та молодих вчених, м. Вінниця, 23-24 листопада 2021 р.: тези / ред.кол.: Драбовський А.Г. та ін. Вінниця: Вінницький кооперативний інститут, 2021. С. 164-166.

49. Хотенчан Н.М. Дитячі страхи: методичні рекомендації. Тернопіль, 2014. 115 с.

50. Чеботок Т., Шанава Р. Дослідження проблеми формування емоційного благополуччя дітей молодшого дошкільного віку. Университетская наука – 2008: материалы IV Междунар. научно-практ. конф. студентов (Мариуполь, 1–4 апреля 2008 г.) / Приазов. гос. техн. ун-т, Каф. социологии и социальной работы. Мариуполь, 2008. С. 139-142.

51. Челнокова М. С., Шеремет І. В., Гусева Г. М., Василенко К.С. Подолання тривожності дітей молодшого дошкільного віку засобами казкотерапії. Матеріали четвертого міжнародного симпозіуму «Освіта і здоров'я підрастаючого покоління»: Зб. наук. праць / За ред. Страшка С.В. Вип. 4. К.: Алатон, 2022. С. 118-122.

52. Шевченко Ю. В. Теоретичні основи дослідження фобій у дітей дошкільного віку та стратегії їх подолання. Збірник наукових праць Міжнародної науково-практичної конференції «Сучасна освіта і наука: проблеми, перспективи, інновації»; відповідальний редактор проф. Т.Ю. Дудка. К., 2021.С. 374-377.

53. Янішевська В. П. Психологічні особливості прояву страхів у молодшому шкільному віці.

URL:<http://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/handle/123456789/13724/%D0%AF%D0%BD%D1%96%D1%88%D0%B5%D0%B2%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B0%20%D0%92.%D0%9F..pdf?sequence=2>

(дата звернення:

20.03.2023).