

УДК 373.2:616.89-008.441

## ХАРАКТЕРИСТИКА УЯВЛЕНЬ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ПРО УМІННЯ ДОЛАТИ СТРАХ

Бобро Л.В.

Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя

В статті автор актуалізує проблему уміння дошкільниками долати страх. Обґрунтовує необхідність дослідження зазначеного уміння. Характеризує уявлення старших дошкільників про уміння долати страх. Представляє методіку експериментального дослідження уміння дітей 5-7 років долати страх. Розкриває сутність розроблених методів і представляє результати отриманих даних з їх допомогою. Обґрунтовує доцільність використання зазначених методів дослідження вказаної проблеми.

**Ключові слова:** уміння долати страх, спостереження, бесіда, проективний метод; малюнок «Мій найбільший страх».

**Постановка проблеми.** Події в Україні, пов'язані з військовими діями, ускладнюють процес розвитку здорової особистості, породжують негативні емоції – тривогу, страх, розгубленість. Як відзначають сучасні вітчизняні та зарубіжні психологи, педагоги, медики, постійно зростає кількість дітей з різними страхами, підвищеною збудливістю і тривожністю. Сучасна дитина дошкільного віку піддається впливу несприятливих факторів, здатних не тільки загальмувати розвиток її потенційних можливостей, але і деформувати процес особистісного зростання взагалі, емоційно-вольової сфери зокрема. Як зазначають провідні фахівці, дошкільний вік – найбільш сприятливий для розвитку особистості, набуття нею знань, умінь і навичок долати страх.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Психолого-педагогічній проблемі страху присвячено праці багатьох науковців, а саме: В Гарбузова, О. Захарова, Л. Орлової, Н. Карпенко, О. Кононко, А. Маркса, О. Петрунько, А. Прихожан, В. Корнілової, Н. Белянкової, І. Беганової, Л. Олійник, Л. Адаменко, А. Орлова, М. Осоріної, Л. Аболіна, П. Анохіна, А. Ананьєва, Г. Бреслава, В. Вілюнаса, Б. Додонова, О. Запорожця, К. Ізарда, Є. Ільїна та ін.

Особливості формування уміння долати страху у дітей старшого дошкільного віку знайшли відображення у працях О. Кононко, причини виникнення страхів досліджували Л. Акопян, В. Корнілова.

**Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми.** Екскурс в наукову літературу, присвячену проблемі страху, показав, що увага переважної більшості дослідників прикута переважно до аналізу феномена страху, його класифікації, причин і засобів корекції страхів на різних етапах онтогенезу. У той же час не виявлено досліджень, які вивчають дану проблему в контексті суб'єктних сил зростаючої особистості, її здатності мобілізуватися, протистояти і долати свій страх. Саме аспект формування у старших дошкільників уміння долати свої страхи актуалізує проблему становлення і розвитку в дошкільному віці емоційно-вольової сфери як важливого компонента особистості. Недостатня теоретична і практична розробка даного аспекту зумовила актуальність і правомірність вибору нами даного напрямку дослідження.

**Мета статті** – розкрити сутність теоретико-експериментальних підходів до проблеми до-

слідження; схарактеризувати уявлення дітей 5-7 років про уміння долати страх.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Згідно підходу О. Кононко, формування уміння долати страх повинна ґрунтуватися на загальних знаннях дошкільника про страх і його вплив на людину, здібності дитини 5-7 років аналізувати і об'єктивно оцінювати реальні загрози, їх вплив на себе і діяльність [1, с. 26].

Організуючи дослідження, ми виходили з того, що дошкільнику належить навчитися аналізувати ситуацію, що його лякає; доцільно регулювати свою поведінку, реально оцінювати загрози і власні можливості впоратися зі страхом; позитивно впливати на власні переживання і вольові дії, виважено ставитися до ситуацій, що викликають страх. Виходячи з цього, було виділено критерії та показники сформованості у дітей старшого дошкільного віку уміння долати страх [1, с. 27].

С. Пальчевський визначає поняття «уміння» як здатність до виконання складних комплексних дій на основі засвоєних знань, досвіду, навичок. Такі дії у своїй основі є творчими і не можуть бути автоматизовані. Вони включають в себе: знання основ дії (поняття, закони, теорії); способи їх виконання; зміст і послідовність (правила, прийоми) призначення необхідного обладнання (інструменти, обладнання); навички поводження з ними, практичний досвід виконання аналогічних дій; елементи творчих підходів, чуттєвого досвіду. Формуються уміння шляхом виконання різних вправ, які створюють можливість виконання дій не тільки в звичних, але і в умовах, що змінилися [2].

Як відзначають І. Леус і І. Халамай, діти завжди чогось бояться: різких незрозумілих звуків, великих тварин, комах, темряви, грози тощо. Якщо навчити дошкільників правильно ставитися до своїх страхів, об'єктивно оцінювати небезпеку, це відчуття буде тільки допомагати їм в майбутньому і в жодному разі не зашкодить. Втім, коли страхи стають нав'язливими, неконтрольованими і «тримають» дітей в постійній напрузі, призводять до надмірної тривожності і дратівливості, це неодмінно негативно впливає на їх емоційно-вольову сферу і в певній мірі гальмує розвиток пізнавальних процесів [3, с. 36].

Згідно положення І. Чеснокова, самоставлення є компонентом самосвідомості. Автором було введено в науковий обіг поняття «емоційно-цін-

нісне самоставлення», яке кваліфікувала як один з внутрішніх процесів самосвідомості, відображає єдність моменту самопізнання і системи переживань. Переживання при цьому розуміється як внутрішня динамічна основа, спосіб існування самоставлення. Воно може виражатися як у формі безпосередньої емоційної реакції, так і в «інактуальній формі», коли жива емоційна реакція відсутня і замінюється оціночним судженням [4].

У процесі констатувального експерименту було виокремлено й охарактеризовано компоненти сформованості умінь долати страхи у дітей 5-7 років: когнітивний, емоційно-ціннісний, поведінковий.

Когнітивний компонент досліджувався за допомогою бесід, які дозволили визначити наявність загальних знань дітей 5-7 років про страх і його вплив на людину.

Для дослідження емоційно-ціннісного компонента використано проєктивну методику – малюнок «Мій найбільший страх», яка дозволяла охарактеризувати типові страхи досліджуваних і ставлення до них; бесіду, спрямовану на виявлення здатності дитини 5-7 років аналізувати і об'єктивно оцінювати реальні загрози, їх вплив на себе і діяльність, його ставлення до страху і до себе як суб'єкта подолання страху.

Проаналізувавши дитячі малюнки, були отримані наступні результати. Малюнки 16,2% дітей характеризуються переважно яскравими кольорами: жовтим, блакитним, рожевим. Предмети страху – це переважно об'єкти та явища природи, які зображені невеликими. Діти наділяють їх позитивними якостями, зображують посмішки на їхньому обличчі. Досліджувані сприймають наявність страхів як нормальне явище буденного життя. Зміст малюнків цієї групи дітей свідчить про те, що вони високо цінують здатність їх долати, виявляють впевненість у своїх можливостях їх подолати.

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

Малюнки 60% дошкільників перенасичені темними кольорами. На малюнках переважають вигадані герої: монстри, зомбі, баба Яга, з образами яких пов'язані негативні переживання, стан напруги. Діти перебільшують значення вигаданих образів в їх житті, не можуть пояснити, чому вони небезпечні. Їм важко порівняти реальні і нереальні загрози. Предмети страхів наділені негативними властивостями: великими і злими очима, гострими зубами, агресивною мімікою. Це дозволяє припустити, що очікування агресії

з боку вигаданих, навіюваних персонажів виробляє в цих дошкільників войовничий настрій, не бажання долати, а ухилятися від необхідності стикатися з ними, захищатися від них. Отже, діти цієї категорії не мають наміру шукати шляхи подолання страху. В основному композиція малюнків складається з одного або декількох предметів, які символізують страх. Це свідчить про те, що діти заціклені на своїх страхах, напруга гальмує бажання діяти.

Провідним методом дослідження поведінкового компонента було спостереження, яке дозволило зафіксувати реальні прояви активності дітей старшого дошкільного віку в ситуаціях, які лякали, здатність до самоконтролю і саморегуляції, дієздатність в стресових ситуаціях, здатність мобілізуватися, підтримати себе.

Цілеспрямоване спостереження проводилося в середніх і старших групах під час різних видів діяльності, а саме: ігровий, навчальної, трудової, самостійної.

Результати спостереження за ігровою та навчальною діяльністю, дозволяють стверджувати, що діти (ЕГ), віднесені до першої групи, здатні визначати загрози, зробити припущення про реальні небезпеки. Потрапивши в ситуацію, що викликала страх, аналізують її, розмірковують над її вирішенням, згадують і використовують раніше набуті знання, за допомогою слів чітко описують свій стан, говорять про те, що відчувають. Це говорить про те, що вони усвідомлюють вплив своїх думок, переживань на свій стан, самопочуття.

Дошкільники, що склали другу групу, виявилися здатними визначити реальну загрозу, прогнотувати можливі небезпеки, пояснювали свої думки і почуття, коли їм страшно. Але їм було важко аналізувати ситуацію, згадати і використовувати свій досвід. Вони були не здатні обґрунтувати обрані дії, проаналізувати, наскільки вони виявилися ефективними. Досліджуваним, віднесених до другої групи, було важко використовувати набуті раніше знання в стресовій ситуації.

До третьої групи віднесені дошкільники, яким було важко пояснити свій стан, передати свої відчуття. Вони рідко ініціювали впевнені дії, їм легше відповісти на питання вихователів або батьків. Їх характеризувало невміння самостійно долати страх; в ситуаціях, коли їм було страшно, вони задавали багато питань, в яких відображалася нереалістична оцінка небезпеки. У напруженій ситуації ці дошкільники були не здатні адекватно мислити і рішуче діяти, використовувати раніше набуті знання, хоча в стані спокою вони демонстрували їх.

До четвертої групи увійшли досліджувані, які не вміли пояснити свій стан, не бачили виходу з ситуації, що призвела до страху, виявляли бурхливі невиправдані емоції, втрачали контроль над ними. В ігровій, навчальній та самостійній діяльності вони можуть виявити загрозу, об'єктивно її оцінити, проаналізувати ситуацію. Найлегше дітям застосувати власний досвід в ігровій діяльності, оскільки вона є процесуальним за своїм характером. У навчальній і трудовій діяльності регулятором прояви і застосування досвіду виступав дорослий. У самостійній діяльності ці дошкільники більше відчували напругу, оскільки

стояли перед необхідністю приймати самостійні рішення, робити власні вибори, покладати на себе відповідальність.

Програмою констатувального етапу передбачено проведення трьох тематичних бесід, які відрізнялися між собою метою, спрямованістю і кількістю питань. Це дозволило диференціювати відповіді досліджуваних, визначити, за допомогою яких способів старші дошкільники намагаються впоратися зі своїм страхом, яким чином діє в стресових ситуаціях, зробити відповідні висновки і узагальнення.

Бесіда № 1 спрямована на визначення наявності загальних знань у дітей 5-7 років про страх і його вплив на людину.

Відповіді свідчать про наявність глибоких, обґрунтованих знань про страх у 16% дітей 5-7 років. Вони усвідомлюють його вплив на людину, диференціюють особливості поведінки сміливих і боязких людей, називають по кілька якостей, які чітко характеризують наводять приклади з життя.

14,5% досліджуваних асоціювали поняття «сміливий» з собою, але пояснити, чому, їм було важко. Їх пояснення свідчили про спотворене розуміння даного поняття і потреба в допомозі дорослого по визначенню цього поняття. Після уточнюючих питань вони правильно називали якості сміливої людини, характеризували її поведінку, наводили приклади з власного життя. Дошкільники виявилися здатними порівняти якості сміливої та боязкої людини. Майже всі ці діти вважають, що можна подолати страх, але практично не пропонують варіантів, як це зробити. Отже, можна говорити про те, що ці діти мають загальні і нечіткі знання про страх, їм важко аналізувати, міркувати, згадувати і користуватися раніше набутими знаннями.

Аналіз відповідей на питання дозволив виділити 29% дошкільників, які нереалістично оцінювали загрозову ситуацію, об'єктами страхів називали переважно вигаданих, нереалістичних героїв. Їм було важко зрозуміти, порівняти реально існуючі і вигадані загрози. Прояви сміливості або боягузтва залежали від умов, в яких вони перебували, настрою, присутності або відсутності поруч дорослого.

Як показує аналіз відповідей досліджуваних на питання бесіди, 29% з них не мають загальних знань про сміливість, страх, його вплив на людину. Ці діти часто не могли відповісти на питання, навіть за умови уточнення дорослого. Це дає підстави говорити про їх необізнаність щодо страху. Ці досліджувані виявилися нездатними об'єктивно аналізувати реальні і нереальні загрози і власні можливості. Об'єктами страху вони називали вигаданих героїв мультфільмів, казок, комп'ютерних ігор. Під час бесіди часто траплялося так, що така дитина помітно нервувала вже після перших трьох-чотирьох питань, а далі взагалі не була здатна відповідати.

Питання бесіди № 2 спрямовані на виявлення здібності дітей 5-7 років аналізувати і об'єктивно оцінювати реальні загрози, їх вплив на свої переживання, поведінку і діяльність.

Зафіксовані відповіді дітей на питання другої бесіди показали, що тільки 36,6% дошкільників виявилися здатними назвати загрози. Вони

змогли розповісти про свої страхи. Найчастіше об'єктами страху були названі павуки, бджоли, темрява, залишитися без батьків, привиди, вампіри, монстри, грім, баба Яга, Бабай, різні звірі. Дошкільники пояснювали причини своїх страхів, коментували, чому той чи інший об'єкт викликає у них це почуття.

29,3% дошкільників цінують себе, як активних суб'єктів подолання страху, оскільки вважають, що їм це легко вдається. Вони наділяють себе якостями сміливої людини, відчувають задоволення собою, коли їм вдається подолати страх і невдоволення, коли цього не змогли досягти.

Деякі діти (22,1%) невинувато вважали себе занадто сміливими і в той же час було зафіксовано невідповідність оцінок ними своєї здатності впоратися з почуттям страху і реальною поведінкою в таких ситуаціях. Оцінюючи себе як сміливими, здатними самостійно долати страх, разом з цим вони не приховують, що завжди звертаються за допомогою до батьків, бабусь, дідусів. Отже, цю категорію досліджуваних можна кваліфікувати як таких, що проявили неадекватне ставлення до себе і своїх можливостей долати страх.

Відповіді на питання другої бесіди показали, що 10,9% дошкільників виявили індивідуальне ставлення до страху. Вони характеризувалися емоційною несприйнятливістю до ситуацій, коли змогли подолати або не впоралися зі своїм страхом. Для них не мало особливого значення в житті як переживання страху, так і вміння його долати. Вони не приділяли уваги і не прагнули проаналізувати свої дії в дискомфортних ситуаціях, визначити їх ефективність, що не намагалися позбутися від своїх страхів, хоча і визнавали, що вони у них є і їм не вдається їх подолати.

Питання бесіди № 3 були спрямовані на виявлення здібності дітей 5-7 років доцільно регулювати свою поведінку, підтримувати дієздатність і емоційну рівновагу в ситуації, що викликала страх.

17,2% дошкільників характеризуються знаннями про вміння контролювати і регулювати власну поведінку, адекватно аналізувати власні дії щодо подолання страху, їх ефективність в даному процесі і наскільки у них виходить справитися з собою в тривожному стані. Як свідчать відповіді, діти 5-7 років докладають вольові зусилля для підтримки емоційної рівноваги, намагаються успішно впоратися з виниклою проблемою. Успішний вихід з ситуації є результатом адекватних дій дитини. Це свідчить про те, що діти даної групи уміють долати страх.

Дітям (53,3%) під впливом страху, важко адекватно діяти, вони втрачають емоційну рівновагу, виявляють нездатність докласти вольові зусилля для виходу зі складної ситуації. Чи не усвідомлюють і не визнають помилок, самостійно не досягають кінцевої мети.

29,5% дошкільників проявляють високу тривожність і низьку дієздатність в ситуації, коли страшно. Їх способи дій непродуктивні, неефективні в процесі подолання страху. Відповіді дітей свідчать про те, що самостійно вони не здатні впоратися зі страхом, тільки в присутності дорослого можуть взяти себе в руки. Вони не докладають вольових зусиль, щоб приборкати в собі страх, їм це ніколи не вдається, і більш

того, вони не прагнуть позбутися від своїх страхів, проявляють байдуже ставлення до даної проблеми.

**Висновки й перспективи дослідження.** Таким чином, з метою дослідження проблеми уміння долати страх старшими дошкільниками розро-

блений і апробований цілий комплекс методів, кожен з яких доповнював попередній, а всі разом вони сприяють отриманню широкого спектру нової інформації, яка дозволить охарактеризувати феноменологію «уміння старших дошкільників долати страх» як явища особистісного зростання.

### Список літератури:

1. Кононко О. Л. Навчаємо старших дошкільників відрізнити реальні страхи від уявних / О. Л. Кононко // Вихователь-методист дошкільного закладу: Щомісячний спеціалізований журнал. – 2016. – № 7. – С. 25-35.
2. Пальчевський С. С. Педагогіка [Текст]: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / С. С. Пальчевський. – Друге вид. – К.: Каравела, 2008. – 576 с.
3. Леус І. Долаємо дитячі страхи: корекційно-розвивальні заняття [текст] / І. Леус, І. Халамай // Вихователь-методист дошкільного закладу: Щомісячний спеціалізований журнал. – 2016. – № 7. – С. 36-40.
4. Чеснокова І. І. Проблема самосознання в психології / І. І. Чеснокова. – М.: Наука, 1977. – 144 с.

**Бобро Л.В.**

Нежинский государственный университет имени Николая Гоголя

## ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕДСТАВЛЕНИЙ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ОБ УМЕНИИ ПРЕОДОЛЕВАТЬ СТРАХ

### Аннотация

В статье автор актуализирует проблему умение дошкольниками преодолевать страх. Обосновывает необходимость исследования указанного умения. Характеризует представления старших дошкольников об умении преодолевать страх. Представляет методику экспериментального исследования умения детей 5-7 лет преодолевать страх. Раскрывает сущность разработанных методов и представляет результаты полученных данных с их помощью. Обосновывает целесообразность использования указанных методов исследования умения детей 5-7 лет преодолевать страх.

**Ключевые слова:** умение преодолевать страх, наблюдение, беседа, проективный метод: рисунок «Мой самый большой страх».

**Bobro L.V.**

Nizhyn Gogol State University

## CHARACTERISTICS OF THE PRESCHOOL-AGE CHILDREN'S CONCEPTION OF THE ABILITY TO OVERCOME FEAR

### Summary

The author foregrounds the problem of the preschool-age children's ability to overcome fear. The necessity of studying the above mentioned ability is described. The preschool-age children's conception of the ability to overcome fear is characterised. Experimental technique of studying the ability of 5-7-year-old children to overcome fear is represented. The author clarifies the developed techniques and provides with the key finding. Relevance of implementing these very techniques is explained.

**Keywords:** ability to overcome fear, observational study, conversation, projective test: picture «My strongest fear».