**Київський університет імені Бориса Грінченка**

На правах рукопису

**ДАЦЕНКО ТЕТЯНА ОЛЕКСАНДРІВНА**

УДК 159.922.73

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПОДОЛАННЯ СТРАХІВ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук

**Науковий керівник**

Петрунько Ольга Володимирівна,

доктор психологічних наук,

старший науковий співробітник

Київ – 2016

2

**ЗМІСТ**

ВСТУП…………………………………………………………………...…....... 4

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| СТРАХУ ТА СТРАТЕГІЙ ЙОГО ПОДОЛАННЯ............................................ | | | | | 12 |
| 1.1. | Наукові уявлення про страх як емоцію і переживання ……………..….. | | | | 12 |
|  | 1.1.1. Страх як базова емоція людини ………….…….……………..…... | | | | 13 |
|  | 1.1.2. Психологічні функції страху в житті дорослих і дітей……..…… | | | | 21 |
| 1.2. | Психологічні особливості дитячих страхів………………….................... | | | | 28 |
|  | 1.2.1. Еволюція страхів у дошкільному віці………………………..….... | | | | 28 |
|  | 1.2.2. Джерела та види страхів сучасних дітей……………………..…… | | | | 35 |
| 1.3. | Психологічні ресурси дошкільників з опрацювання страхів …..……. | | | | 40 |
|  | 1.3.1. Механізми і стратегії психологічного захисту………..………….. | | | | 41 |
|  | 1.3.2. Копінг-стратегії як ресурс з опрацювання страхів……….……… | | | | 47 |
| Висновки до розділу 1...…………………………….......................................... | | | | | 57 |
| РОЗДІЛ 2. | | ЕМПІРИЧНЕ | ДОСЛІДЖЕННЯ | ОСОБЛИВОСТЕЙ |  |
| ПОДОЛАННЯ | | СТРАХІВ | У ДІТЕЙ СТАРШОГО | ДОШКІЛЬНОГО |  |

ВІКУ……………………………………….……………………………………. 60

|  |  |
| --- | --- |
| 2.1. Програма, організація та методи емпіричного дослідження…………… | 60 |
| 2.2. Спектри страхів та особливості їх опрацювання дітьми старшого |  |
| дошкільного віку……………………………………………………………….. | 71 |
| 2.2.1. Страхи старших дошкільників очима самих дітей………………. | 71 |
| 2.2.2. Страхи старших дошкільників очима їхніх батьків……………… | 82 |
| 2.3. Стратегії опрацювання старшими дошкільниками вікових дитячих |  |
| страхів ………………………………………………………………………….. | 86 |
| 2.3.1. Уявлення дітей старшого дошкільного віку про засоби і |  |
| стратегії опрацювання власних страхів…………………………………. | 87 |
| 2.3.2. Уявлення батьків про особливості подолання страхів дітьми |  |
| старшого дошкільного віку………………………………………………. | 95 |
| 2.3.3. Стратегії подолання страхів дітьми дошкільного віку: |  |
| узагальнення результатів експериментального дослідження………….. | 99 |
| 2.3.4. Деякі психологічні особливості дітей, які застосовують |  |
| продуктивний і непродуктивний копінг………………………………… | 103 |
| Висновки до розділу 2….…………………………………………...…………. | 107 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  | 3 |
| РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ | | | СУПРОВІД | ДИТИНИ |  |
| СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ З ПОДОЛАННЯ ПРИРОДНИХ | | | | |  |
| ВІКОВИХ СТРАХІВ………………………….……………………………….. | | | | | 111 |
| 3.1. Теоретико-методичні | основи | психолого-педагогічного | | супроводу |  |
| дитини старшого дошкільного віку з подолання природних вікових | | | | |  |
| страхів …………………………………………………………..……………… | | | | | 112 |
| 3.1.1. Інформаційно-просвітницький напрям психолого-педагогічного | | | | |  |
| супроводу старшого дошкільника з подолання ним природних | | | | |  |
| вікових страхів ……………………………………………………………. | | | | | 113 |
| 3.1.2. Фасилітаційний напрям, | | або співучасть та психологічна | | |  |
| підтримка дорослого в опрацюванні дитиною вікових страхів……….. | | | | | 129 |
| 3.1.3. Поведінковий | напрям: | тренінг | поведінки підтримки й | |  |
| співучасті для дітей і їх референтного оточення ………………..……... | | | | | 141 |
| 3.2. Концепція програми психолого-педагогічного супроводу дітей | | | | |  |
| старшого дошкільного віку: знання, підтримка та співучасть…………...…. | | | | | 148 |
| 3.2.1. Принципи, зміст, етапи | | і процедури програми психолого- | | |  |
| педагогічного супроводу старшого дошкільника з подолання | | | | |  |
| страхів……...…………………………………………………………....…. | | | | | 149 |
| 3.2.2. Розширення | спектру | продуктивних копінг-стратегій із | | |  |
| подолання вікових страхів старшими дошкільниками…………..……... | | | | | 155 |
| Висновки до розділу 3………………………………….………………….…... | | | | | 158 |
| ВИСНОВКИ………………………………………………….………………… | | | | | 162 |
| СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ…………………….………………... | | | | | 169 |

ДОДАТКИ…………………………………………………….………………... 190

4

**ВСТУП**

**Актуальність даного дослідження** зумовлена необхідністю налагодження продуктивної психолого-педагогічної взаємодії між суб’єктами, які є відповідальними за успішний розвиток дитини на перших етапах її онтогенезу, з метою сприяння становлення щасливої, самодостатньої, соціально успішної особистості. А це, як загально відомо, залежить від якості соціальної ситуації розвитку дитини – і чим дитина молодша, тим більше вона узалежнена від тої ситуації розвитку, яку створює для неї найближче оточення. Для старшого дошкільника цим оточенням є насамперед його сім’я, а також дошкільний навчальний заклад (якщо дитина такий заклад відвідує і, відповідно, включена у сферу його педагогічно-виховного впливу).

Оптимальна ситуація соціального розвитку дитини передбачає

відповідальність близьких до дитини дорослих за створення належних умов для цього, за її комфортне емоційне самопочуття, а також за наслідки своїх психолого-педагогічних втручань у її розвиток.

У повсякденному психолого-педагогічному дискурсі і, відповідно, у фокусі наукових досліджень з вікової, педагогічної та соціальної психології, попри визнані в усьому світі дослідження й наукові праці представників найвідоміших напрямів у психології – психоаналітичного (А. Адлер,

М. Кляйн, З. Фрейд, А. Фрейд, К. Хорні, Р. Лазарус, К. Юнг та ін.), когнітивного (Ч. Осгуд, Г. Келлі, М. Холодна, В. Петренко, О. Шмельов та ін.) та гуманістичного (А. Маслоу, К. Роджерс, Р. Мей, У. Бронфенбреннер, Д. Майєрс, Г. Еберлейн, М. Таймалу, В. Астапов, О. Захаров, М. Осоріна,

М. Прихожан і багато інших) – є проблематика, пов’язана з природними віковими страхами дітей та значенням цих страхів для розвитку і дорослішання дитини.

Страх, як виходить із усієї множини досліджень з означеної тематики,

1. базовою емоцією людини, яка актуалізується однією з перших у найбільш ранні періоди її життя, в ранньому дитинстві, і супроводжує її в усі вікові

5

періоди, виконуючи при цьому надзвичайно важливі психологічні та соціалізувальні функції.

1. теорії диференційних емоцій К. Ізарда страх віднесено до генетично заданих емоційних переживань, що є природною психофізіологічною реакцією людини на реальну або уявну небезпеку, а оскільки мозок накопичує досвід подібних переживань, то у випадку небезпеки тривожний сигнал про загрозу життю й добробуту миттєво передається усім органам і системам людського організму. Цю думку висловлюють К. Лоренц, В. Вілюнас та ін.

Головна функція страху – захищати людину від небезпек і необачних вчинків. Страх утримує людину від ходьби по краю високої будівлі, не дозволяє плавати в річці зі швидкою течією, годувати з рук диких тварин і робити багато інших небезпечних дій.

Одна з основних проблем існування людини полягає у тому, щоб навчитися продуктивно опрацьовувати страхи, що актуалізуються

1. найрізноманітніших ситуаціях, і виходити з цих ситуацій неушкодженою і збагаченою новим конструктивним досвідом. Не випадково у більшості психологічних шкіл цим питанням приділяється велика увага. Так, особливе місце страхам відводиться у психоаналізі. На думку З. Фрейда, страх виникає й еволюціонує у процесі онтогенезу – від біологічної емоції до суто людського переживання, яке торкається соціокультурної, індивідуально-

особистісної, соціально-психологічної, соціальної та інших сфер буття людини, відображає її уявлення про себе, її моральні настанови та самооцінку.

За даними А. Адлера, А. Фрейд, Г. Еберлейн, В. Астапова, М. Осоріної та інших авторів, дитячі страхи є природним явищем. Вони виникають у віці двох-трьох років, як тільки дитина спинається на ноги, і у процесі їх опрацювання, за умови нормального розвитку, з часом зникають. Навчитися переживати страх і зживати його необхідно для становлення та нормального функціонування психіки, а отже, страхи можуть слугувати показником дорослішання. Діти часто самі викликають у себе емоцію страху, наприклад,

6

переглядаючи фільми з елементами насильства і жахів, слухаючи страшні історії, що підтверджує існування у них потреби в переживанні цієї емоції (О. Захаров, М. Осоріна, О. Петрунько Ю. Щербатих та ін.).

Страхи посідають особливе місце в життєвому досвіді дитини, яка починає освоювати навколишній світ і своє місце в ньому. Страх має важливе значення для розвитку дитини, є важливою ланкою в регуляції її соціальних контактів і поведінки, якщо точно виконує свої функції. Так, Ю. Щербатих виділяє три основні функції страху: 1) мобілізаційну (мобілізує сили людини для активної діяльності в критичних ситуаціях); 2) попереджувальну (допомагає краще запам’ятовувати небезпечні та неприємні події);

1. стратегічну (має місце, коли інформації недостатньо, щоб прийняти всебічно продумане рішення, страх диктує стратегію поведінки) [146].

Оскільки страх – природна емоція, то й засоби його опрацювання дитиною є так само природними. Проте за певних умов дитина може не впоратись з віковим (природним) страхом, і тоді природний страх може

трансформуватися у патологічний. Патологічний страх вже не оберігає

дитину, а перешкоджає її спілкуванню з оточенням, її психічному і особистісному розвитку, призводить до соціальної дезадаптації,

психосоматичних захворювань. Відтак страхи можуть стати сильними та стійкими, тривожити дитину при відсутності потенційної загрози і заважати нормальному виконанню фізичних, соціальних та інтелектуальних функцій, можуть стати фактором порушень розвитку особистості в онтогенезі

(В. Гарбузов та ін.). Саме тому особливе й неприродне увиразнення тих чи тих страхів у дошкільному віці не можна залишати без уваги.

Нині проблема дитячих страхів залишається актуальною, незважаючи

на значний доробок науковців (В. Гарбузов, О. Захаров, Н. Карпенко, М. Осоріна, А. Прихожан, М. Таймалу та ін.). Сучасна дитина перебуває під постійним впливом навколишнього медіатизованого середовища, яке не завжди буває позитивним. А отже вона змушена долати нові види страхів, які спричинені фільмами з елементами насильства та жахів, персонажами

7

комп’ютерних ігор, повідомленнями про вбивства та терористичні акти в засобах масової інформації (О. Петрунько) тощо. Отже, ця категорія дитячих страхів і можливості успішного опрацювання, зокрема подолання їх дітьми потребує більш глибокого, детального, комплексного дослідження. Крім того, аналіз значної кількості праць, присвячених цій проблематиці, показав, що чимало наукових узагальнень з цього питання є досить неоднозначними, амбівалентними або й суперечливими, і тому потребують додаткових, емпіричних досліджень, які засвідчили б об’єктивність і ретестову надійність наразі відомих наукових даних у цій царині.

1. огляду на зазначене, актуальність означеної проблеми та необхідність додаткових досліджень – як ретестових, так і сутнісно нових – у напрямі розв’язання цієї проблеми зумовили вибір теми даного дослідження

**«Психологічні особливості подолання страхів дітьми дошкільного віку»**.

**Зв’язок роботи з науковими програмами, планами,** **темами.**

Дослідження відповідає тематичному плану кафедри практичної психології Інституту людини Київського університету імені Бориса Грінченка, яка розробляється у межах наукового напряму Університету «Філософські, освітологічні та методичні засади компетентнісної особистісно-професійної багатопрофільної університетської освіти» (державний реєстраційний номер 0110U006274). Тему дисертації затверджено на засіданні вченої ради Київського університету імені Бориса Грінченка (протокол № 2 від 20.02.2012 р.) та узгоджено в бюро Міжвідомчої ради з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук в Україні (протокол

1. 8 від 30.10.2012 р.).

**Мета дослідження:** виявити психологічні особливості оптимального опрацювання природних вікових страхів дітьми старшого дошкільного віку.

Реалізація поставленої мети передбачає вирішення таких **завдань**:

1. Дослідити уявлення про страх та його базові функції в різні періоди життя людини, репрезентовані в науковому і буденному дискурсах.

8

2. Проаналізувати особливості природних вікових страхів дітей

1. психологічних засобів їх подолання в дошкільному віці.
   1. Емпірично дослідити типові стратегії подолання страхів дітьми старшого дошкільного віку та можливості корекції цих стратегій.
   2. Розробити програму психолого-педагогічного супроводу дитини старшого дошкільного віку з подолання природних вікових страхів.

**Об’єкт дослідження:** природні вікові страхи та особливості їх

подолання дітьми старшого дошкільного віку.

**Предмет дослідження:** стратегії подолання природних вікових страхів

дітьми старшого дошкільного віку.

**Теоретико**-**методологічною основою** є положення, висунуті в роботах вітчизняних та зарубіжних вчених, які досліджували емоційно-особистісну сферу, тривожність і страхи у дітей, зокрема таких: А. Адлер, А. Акопян, Е. Аронен, Дж. Бернхем, А. Божович, Дж. Боулбі, В. Вілюнас, П. Вінтрехофф-Шпурк, Л. Виготський, В. Гарбузов, Р. Грановська, Т. Дуткевич, Г. Еберлейн, К. Ізард, Н. Карпенко, Т. Кірманен, М. Кляйн, І. Краав, Ф. Крамер,

В. Кузьменко, Р. Лазарус, А. Лахікайнен, Л. Мерфі, І. Нікольська, М. Осоріна,

Р. Пацлаф, О. Петрунько, С. Салантере, М. Салмела, С. Томкінс, А. Прихожан, М. Таймалу, А. Фрейд, З. Фрейд, Е. Фромм, К. Хорні, Ю. Щербатих та ін.

Для досягнення мети та реалізації завдань було використано комплекс **методів**: *теоретичних* (аналіз, синтез, узагальнення, порівняння, класифікація, моделювання) для розкриття системної сутності досліджуваної проблеми, пояснення структури і зв’язків між окремими її складниками, розробки концептуальної та емпіричної моделей дослідження природних вікових страхів та стратегій продуктивного їх опрацювання старшими дошкільниками; е*мпіричних* індивідуальні та групові бесіди з дітьми

1. батьками, анкетування батьків, проективні методи (М. Таймалу), «Страхи в будиночках» (М. Панфілова), «Мої страхи» (О. Захаров) для дослідження джерел і спектру вікових дитячих страхів та стратегій їх опрацювання дітьми

9

старшого дошкільного віку; тест руки (Е. Вагнер) для дослідження психологічних особливостей двох експериментальних груп дітей, які переважно використовують для опрацювання вікових страхів стратегії продуктивного і непродуктивного копінгу; *методів якісної* (контент-аналіз) і *кількісної* (частотний аналіз) *обробки емпіричних даних*.

**Експериментальна база дослідження.** Дослідження здійснювалось упродовж 2012-2016 років на базі дошкільного навчального закладу № 770 Деснянського району м. Києва та дошкільного навчального закладу № 590 Оболонського району м. Києва. Дослідно-експериментальною роботою було охоплено 114 дітей старшого дошкільного віку (5-6 років) та їх батьків.

**Наукова новизна** дослідження полягає у наступному:

– *вперше* систематизовано накопичені у фаховій літературі знання про природні вікові страхи дітей та стратегії опрацювання цих страхів старшими дошкільниками; емпірично виявлено та класифіковано стратегії опрацювання – стратегії захисту і стратегії подолання – природних вікових страхів старшими дошкільниками; доведено, що стратегії подолання є значно продуктивнішими в опрацюванні дитячих страхів, ніж стратегії захисту від страхів; сформульовано й обґрунтовано принципи здійснення психолого-

педагогічного супроводу дітей, яким бракує власних ресурсів для подолання страху; розроблено структурно-динамічну модель трансформації поведінки захисту й уникання на поведінку активного опрацювання і подолання страху;

– *набули подальшого розвитку* наукові уявлення про: страхи сучасних дітей і їх значення для особистісного розвитку і соціалізації дитини у різні періоди її життя, зокрема у старшому дошкільному віці; внутрішні та зовнішні психологічні ресурси старших дошкільників з подолання вікових страхів; дослідницький інструментарій з вивчення дитячих страхів та їх опрацювання старшими дошкільниками.

**Практичне значення** одержані відомості щодо стратегій і засобів подолання природних вікових страхів дітьми старшого дошкільного віку, зокрема вироблення у дітей продуктивних копінг-стратегій з опрацювання

10

страхів, є важливими для дитячих психологів, вихователів дошкільних навчальних закладів, батьків дошкільників, соціальних гувернерів та інших представників соціального оточення дітей, від яких залежать позитивне самопочуття, розвиток дітей та їх успішна соціалізація. Ці знання можуть прислужитися студентам – майбутнім педагогам і психологам. Запропоновані рекомендації батькам і вихователям та форми корекційно-розвивальної роботи з дошкільниками можуть бути корисні для батьків, вихователів, дитячих психологів і студентів як майбутніх фахівців – педагогів і психологів.

Результати дослідження **впроваджено** у навчальний процес Педагогічного інституту Київського університету імені Бориса Грінченка під час викладання дисциплін «Психологія загальна та вікова», «Психологія дітей дошкільного віку», «Основи психодіагностики», «Діагностика емоційної

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| сфери дітей | дошкільного | | віку» | (довідка № 141/1-н від 23.05.2016 р.); | |
| у навчально-виховний | | процес дошкільного навчального | | | закладу № 770 |
| Деснянського | району | м. Києва | | (довідка № 23 від 23.05.2016 р.) та | |
| дошкільного | навчального | | закладу | № 590 Оболонського | району м. Києва |

(довідка № 14 від 24.05.2016 р.).

**Апробація результатів дисертаційного дослідження.** Головні положення і результати дисертаційного дослідження були апробовані на міжнародних науково-практичних конференціях: «Особистісно-професійна підготовка вчителя до здійснення навчально-творчої діяльності молодшого школяра» (Київ, 2012), «Актуальні питання, проблеми та перспективи розвитку гуманітаристики у сучасному інформаційному просторі: національний та інтернаціональний аспекти» (Луганськ, 2013), «Релігія, релігійність, філософія та гуманітаристика у сучасному інформаційному просторі: національний та інтернаціональний аспекти» (Луганськ, 2013), «Наукова і технічна інформація у плануванні та здійсненні наукових досліджень і реалізації проектів» (Варшава, 2014); всеукраїнських науково-практичних конференціях: «Дослідження молодих учених у контексті розвитку сучасної науки» (Київ, 2012), «Професійна підготовка фахівців

11

соціально-педагогічної сфери в умовах інтеграції України до європейського освітнього простору» (Ніжин, 2012); всеукраїнській інтернет-конференції (з міжнародною участю) «Особистісне зростання: теорія і практика» (Житомир, 2016); науково-практичній звітній конференції викладачів та аспірантів Педагогічного інституту Київського університету імені Бориса Грінченка (Київ, 2013); міжкафедральному методологічному семінарі «Формування професійної компетентності студентів педагогічних ВНЗ в умовах суспільних трансформацій» Педагогічного інституту Київського університету імені Бориса Грінченка» (Київ, 2012).

**Публікації**. Результати дослідження відображено у 14 одноосібних публікаціях, з яких 4 – у наукових фахових виданнях України у галузі психології, 2 – у періодичних наукових фахових виданнях, що входять до міжнародних науковометричних баз даних, а також 8 праць – в інших (друкованих та електронних) психологічних і психолого-педагогічних виданнях.

**Структура роботи.** Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел (217 позицій, з яких 68 – іноземною мовою) та 7 додатків на 17 сторінках. Загальний обсяг дисертації становить 206 сторінок. Основний зміст викладено на 168 сторінках. Робота містить 10 рисунків і 7 таблиць.

**ВИСНОВКИ**

Теоретичний та емпіричний аналіз значення страху в житті людини в різні періоди її життя, а насамперед у дитинстві, та експериментальне дослідження психологічних стратегій опрацювання природних вікових страхів дітьми старшого дошкільного віку дали змогу зробити такі висновки:

1. На відміну від буденного дискурсу, де страх постає переважно як дестабілізуючий, тривого- і стресогенний чинник, у науковому дискурсі страх має значно більше значень. Він розглядається як базова емоція людини,

необхідна для її нормального функціонування і розвитку, яка в різні вікові періоди життя людини виконує чимало важливих життєзбережувальних, психологічних, соціальних, інкультураційних та інших функцій, які можна інтегрувати в три основні групи: 1) функції адаптації і захисту (фізичного,

психофізіологічного, психологічного, психосоціального); 2) функції виховання і соціалізації; 3) функції особистісного розвитку й «олюднення».

1. Як базова емоція страх актуалізується в перші роки життя людини

(дитини) і виявляється: 1) як типові емоційні, когнітивні й поведінкові реакції дитини на подразники і ситуації, що актуалізують страх та на його джерела;

1. як природні вікові страхи дитини того чи того віку, які мають певний об’єкт і надходять від конкретних джерел і є досить типовими для більшості дітей немовлячого, раннього і дошкільного віку.
   1. Спектр природних дитячих страхів і способи відреагування дітей на них, тобто стратегії опрацювання цих страхів, є досить типовими для більшості дітей дошкільного віку і відносно мало залежать від самої житини;

особливостей її близького і віддаленого соціального оточення й особливостей соціальної ситуації її розвитку в цілому. Типовими віковими страхами старших дошкільників є: 1) архаїчні, екзистенційні, вітальні страхи, які пов’язані зі збереженням життя і посідають «левову частку» серед усіх інших;

1. страхи соціальні, які виходять із соціальної природи людини і її базових соціальних потреб в різні періоди дорослішання та пов’язані з ризиком

163

незадоволення цих потреб (ці страхи активуються саме в старшому дошкільному віці і є одним з важливих психологічних новоутворень цього віку); 3) страхи фобічного характеру, які набувають патологічного перебігу і з якими дитина не здатна впоратися самотужки. Особливим, певною мірою «штучним» різновидом страхів сучасних дітей є страхи, активовані екранними медіа, які, на відміну від природних дитячих страхів (які здатні самоініціюватися, відносно успішно проживатися дитиною і без спеціального втручання з боку дорослих зникати), значно частіше потребують особливої уваги з боку дорослих.

* 1. Особливості природних вікових страхів дітей полягають у такому:

1. більшість цих страхів має тимчасовий характер; 2) їх зміст і способи їх опрацювання дитиною є типовими й відповідними до її вікового розвитку;
2. основними джерелами вікових дитячих страхів є переважно природа дитини як людської істоти та (значно меншою мірою) соціальне середовище,
3. якому вона дорослішає; 4) упродовж дорослішання дитини її страхи еволюціонують у напрямі від фізіологічних страхів до страхів соціальних;
4. з актуалізацією вікових страхів автоматично актуалізуються й відповідні,

так само природні механізми й стратегії їх опрацювання, що є стратегіями «здорового глузду» – доступними й придатними для застосування дітьми;

1. здійснивши свої функції в особистісному і соціальному розвитку дитини,

природні вікові страхи минають самі собою.

1. Разом із появою природних вікових страхів, які від самого народження відіграють важливу роль у житті дитини, так само природно актуалізуються й необхідні стратегії з їх опрацювання (або копінг-стратегії).

Уся множина цих стратегій поділяється на дві сутнісно відмінні групи:

1. стратегії уникання, або стратегії психологічного захисту (кваліфіковані нами як непродуктивний копінг); 2) стратегії активного опрацювання та подолання страху (або продуктивний копінг). Більшість дітей свідомо чи інтуїтивно послуговуються різними стратегіями і, завдяки яким, вони здатні відносно успішно самотужки долати свої страхи.

164

1. Стратегії активного опрацювання страхів, або копінг-стратегії – це стратегії «навчання», відкритості світові, активного опрацювання травмівних переживань та набуття нового особистісного і соціального досвіду, зокрема досвіду «перемоги над власним страхом». Як доведено нами в емпіричний спосіб, ці стратегії наявні у повсякденному досвіді щонайменше кожної другої дитини старшого дошкільного віку. Особливістю копінг-стратегій,

застосовуваних старшими дошкільниками для подолання дитиною страху, є те, що: 1) в їх реалізації задіяні не так свідомі, як інтуїтивні чинники; 2) їх вибір дитиною пояснюється не міркуваннями раціональної логіки,

як доступними старшому дошкільникові «наївними міркуваннями доцільності», або міркуваннями «здорового глузду», які перебувають як зоні актуального, так і в зоні найближчого розвитку дитини; 3) їх ефективність не піддається сумнівам і пояснюється насамперед природною доцільністю їх вибору та їх віковою відповідністю.

1. Щонайменше кожна друга дитина старшого дошкільного віку здатна відносно свідомо чи інтуїтивно обирати оптимальні стратегії подолання власних вікових страхів: 1) поведінкові; 2) когнітивні; 3) емоційні.

Найприроднішим для дітей старшого дошкільного віку є поведінковий копінг (копінг-поведінка), причому ці стратегії – як за призначенням (збереження життя), так і за формами вияву (дія, фізичне віддалення від джерела страху, звернення по адресну допомогу до інших людей, інші акції й інтеракції). Когнітивний копінг, або копінг-стратегії когнітивного рівня (це насамперед – фантазування, раціоналізація, переключення тощо) істотно менше властивий старшим дошкільникам. Емоційний копінг найменш властивий старшим дошкільникам, які здатні емоційно відреагувати на травмівну для них ситуацію страху простими емоційними реакціями (плачем, сміхом, змінами фізичного стану під впливом страху і викликаних ним емоцій тощо), однак переживання страху як спосіб його опрацювання їм поки не доступне.

1. На відміну від стратегій продуктивного копінгу, які орієнтовані на активне й творче опрацювання страху, вирішення завдань навчання

165

та розвитку, стратегії психологічного захисту орієнтовані на вирішення завдань адаптації, пристосування і збереження «статусу-кво», стратегії непродуктивного копінгу (уникання, заперечення, притлумлення, інших форм психологічного захисту) можуть бути доцільними лише як тимчасове відтермінування опрацювання страху. Непродуктивний копінг найменш ресурсний, оскільки не навчає, не збагачує особистий і соціальний досвід дитини. У разі обрання цих стратегій за основні, природні страхи дитини усталюються, накопичуються, набувають патологічного перебігу, за якого життєві ресурси дитини спрямовуються не на її розвиток, а на боротьбу із страхом.

1. Аналіз відповідей батьків і дітей на запитання щодо об’єктів дитячих страхів і стратегій їх опрацювання, отриманих у результаті бесід,

анкетування і фокусованих інтерв’ю показав, що, з одного боку, батьки:

1. мають цілком адекватні уявлення про страхи своїх дітей, про те, що ці страхи є природними й швидкоплинними; 2) оцінюють власні ресурси і ресурси своїх дітей з подолання цих страхів як цілком достатні, зокрема,

свідомі того, що найкраща допомога дітям в моменти переживання страху – бути поряд із ними та підтримувати з ними емоційний і тілесний контакт.

1. другого боку, близько третини батьків: 1) не приділяють тематиці дитячих страхів належної уваги (зокрема соромлять дитину за її страхи); 2) неналежно усвідомлюють значення для дітей страхів, пов’язаних із збереженням життя,

а також соціальних страхів (особливо страху «бути покараним»);

1. недостатньо осмислюють ризики для дітей так званих «медійних страхів»,

що ініційовані медіа; 4) найкраще осмислюють «фобічні страхи» своїх дітей і

1. цьому разі почуваються безпорадними і потребують фахової допомоги.
   1. Серед батьків виокремлюється три «групи ризику» (які разом становлять щонайменше третину з них): 1) батьки, які не мають уявлень про дитячі страхи і їх місце в житті дитини і некоректно поводяться з дітьми в разі вияву цих страхів; 2) батьки, які усвідомлюють, що подолання вікових дитячих страхів їхньою дитиною викликає в них стурбованість і вони не

166

здатні самотужки допомогти дитині; 3) батьки, які потребують фахової допомоги у зв’язку з виявленням у дитини фобічних страхів.

1. Щонайменше кожна друга дитина старшого дошкільного віку,

особливо якщо вона активно включена в комунікацію з близьким і віддаленим соціальним оточенням, здатна долати природні вікові страхи, інтуїтивно застосовуючи стратегії продуктивного копінгу. Однак, так само майже кожна друга дитина цього віку (причини чого виходять за межі нашого дослідження), в ситуаціях необхідності реагувати на страх, обирає стратегії уникання і захисту (і ці діти становлять одну з «груп ризику». Серед цих дітей окрему «групу ризику» становлять діти, які виявляють надміру сильні емоційні реакції на об’єкти страху, котрі можуть не тільки тривалий час залишатися в пам’яті дитини, а й негативно позначитися на її розвитку. На ці групи і має бути спрямована увага фахівців та заходи з системної психолого-педагогічної їх супроводу, в т.ч. в частині психологічної підтримки.

1. Психолого-педагогічний супровід старших дошкільників із подолання ними природних вікових страхів та профілактики можливих ускладнень уявляється як система психолого-педагогічних впливів, що реалізуються в трьох головних напрямах: 1) інформаційно-просвітницькому

(розширення знань і уявлень дорослого оточення про природні вікові страхи дітей, особливості подолання цих страхів дітьми); 2) фасилітаційному (формування настанов на прийняття і підтримку дитини, її страхів та умінь це виявляти); 3) поведінковому (розширення міжособистісних і соціальних контактів дитини з дорослим оточенням та однолітками на засадах спільних дій, інтерактивної взаємодії, співпраці й обміну досвідом подолання страхів). Кожний з цих напрямів впливу є самодостатнім і становить окрему цінність, однак усі вони разом здатні справити найбільш позитивний системний ефект.

1. Інструментом реалізації психолого-педагогічного супроводу старших дошкільників із подолання ними природних вікових страхів є типова програма супроводу, згідно з якою: 1) психологічна підтримка дошкільника є системним процесом і має відбуватися в трьох основних напрямах:

167

інформованість дорослої спільноти, що оточує дітей (професійної та батьківської); освоєння дорослими основ і засобів фасилітаційної підтримки дітям та вміння надавати таку підтримку; розширення спектру взаємодії дорослих із дітьми на засадах співучасті і спільних дій; 2) автори і виконавці програми (насамперед дитячі психологи і вихователі) не обмежені жорсткими змістовими, процедурними рамками і мають можливість вносити потрібні корективи згідно з особливостями конкретної ситуації, необхідністю гнучко на них реагувати, реалізуючи власну професійну творчість у здійсненні психолого-педагогічного супроводу дітей у ситуаціях опрацювання ними природних вікових страхів; 3) програма передбачає спільну участь і внесок в

1. реалізацію всіх учасників і адресатів (фахівців, дітей, батьків).
   1. Програма психолого-педагогічного супроводу, в частині психолого-педагогічної підтримки, спрямована на дітей і дорослих «груп ризику»: 1) старших дошкільників, які в ситуаціях страху обирають непродуктивний копінг і тому не набувають необхідного досвіду успішного подолання страху, та тих, які вдаються для опрацювання страху до стратегій непродуктивного копінгу і наражаються на емоційний стрес; 2) батьків дітей,

які не інформовані щодо значення вікових страхів у житті дитини та стратегій їх продуктивного опрацювання дітьми, і тих, хто у зв’язку з цим потребує фахової допомоги. Реалізація цієї програми передбачає застосування системи інтерактивних та фасилітаційних технологій, які актуалізують пізнавальний, емоційний та поведінковий компоненти психічного життя дитини

1. спрямовані на усвідомлення дітьми власних страхів, можливостей їх подолання, активізацію і розширення спектру продуктивних копінг-стратегій із подолання страхів та опанування емоцій, що із цим пов’язані.
   1. Формування продуктивних копінг-стратегій із подолання вікових страхів старшими дошкільниками та розширення спектру цих стратегій передбачає: 1) розширення знань, уявлень і досвіду дітей (із розпізнавання своїх страхів і пов’язаних з тими чи тими страхами діями, думками і станами;

обговорення своїх страхів з іншими та маніпулювання цими страхами;

168

розуміння способів реагування на страхи та оцінки ефективності цих способів на доступному старшим дошкільникам рівні «здорового глузду»); 2) реалізації спрямованих на дитину фасилітаційних заходів (із створення сприятливої соціальної ситуації розвитку, в т.ч. емоційно комфортної атмосфери, стосунків довіри і прийняття дитини; актуалізації позиції «навчання», бажання комунікувати зі світом і його суб’єктами; надання підтримки тоді

1. тою мірою, коли і якою мірою дитина її потребує); 3) заохочення поведінки співучасті та співпраці дорослих і дітей, дітей і їх однолітків під час міжособистісної і соціальної комунікації, в процесі ігор, творчої діяльності,

інтерактивної взаємодії, в т.ч. спільного опрацювання вікових страхів та іншого потенційно травмівного досвіду дитячою групою; моделювання стратегій продуктивного копінгу через механізми наслідування і запозичення від інших – дорослих, старших дітей, однолітків, персонажів казок, героїв мультфільмів тощо.

Дослідження природних вікових страхів старших дошкільників, стратегій подолання страхів дітьми та можливостей корекції цих стратегій у різних ситуаціях соціального розвитку дитини потребують подальшого вивчення з огляду на докорінні інформаційні та соціальні зміни в усіх сферах суспільного життя, де страх стає панівною емоцією дорослих, і дорослі неспроможні захистити від нього своїх дітей.