

Хмельницький національний університет
Факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту
Кафедра психології та педагогіки

КВАЛІФІКАЦІЙНА ДИПЛОМНА РОБОТА

Перший (бакалаврський) рівень вищої освіти

Рівень вищої освіти

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ПРОЯВУ ШКІЛЬНИХ СТРАХІВ У
МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ

Назва теми

Галузь знань - 05 Соціальні та поведінкові науки

Шифр і назва галузі знань

Спеціальність - 053 Психологія

Шифр і назва спеціальності

Шифр 20010

номер ІНП

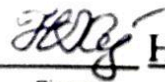
Виконав здобувач IV курсу, групи ПП-20-1



Максим ПАСІЧНИК

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Керівник: кандидат психологічних наук, доцент



Наталія ХАНЕЦЬКА

Науковий ступінь, вчене звання

Підпис

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

До захисту допускаю:

Зав. кафедри психології та педагогіки

доктор психологічних наук, професор



Таїсія КОМАР

Підпис

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

10 червня 2024 р.

Хмельницький, 2024

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту

Кафедра психології та педагогіки

Освітній рівень Перший (бакалаврський)

Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність 053 Психологія

Освітня програма Освітньо-професійна програма Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри психології та педагогіки

 Таїсія КОМАР

протокол № 5 від 14 грудня 2023 р.

ЗАВДАННЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ ДИПЛОМНУ РОБОТУ Максима ПАСІЧНИКА

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ: здобувача

1. Тема кваліфікаційної дипломної роботи: «Психологічні чинники прояву шкільних страхів у молодшому шкільному віці».

Керівник кваліфікаційної роботи: Наталія ХАНЕЦЬКА, кандидата психологічних наук, доцент

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ, науковий ступінь, вчене звання

Затверджено наказом ректора університету від 15 лютого 2024 р. № 8

2. Строк подання здобувачем роботи на кафедру 10 червня 2024 р.

3. Вихідні дані до роботи: матеріали звіту з переддипломної практики комплекс методів та методик дослідження: Методика «Страхи в будиночках» А.І. Захарова, М.А. Панфілова; тест: «Намалюй свій страх»; анкета-опитувач для батьків Є.І. Ізотова.

4. Зміст кваліфікаційної дипломної роботи (перелік питань, які потрібно розробити): вступ, розділ 1 Теоретичні аспекти дослідження проблеми шкільних страхів у молодшому шкільному віці, страх як психологічний феномен, характеристика розвитку емоційної сфери молодшого школяра психологічні особливості страхів у молодших школярів, висновки до розділу Розділ 2 Емпіричне дослідження психологічних чинників прояву шкільних страхів у молодшому шкільному віці, організація та методика проведення дослідження, аналіз результатів дослідження, обґрунтування практичних рекомендацій психологам щодо корекції шкільних страхів у молодшому шкільному віці, висновки до розділу; висновки, перелік джерел посилення.

5. Перелік графічного матеріалу (із зазначенням обов'язкових креслень)
3 рисунки, 4 таблиці.


6. Консультанти розділів кваліфікаційної дипломної роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв

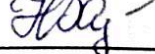
Дата видачі завдання 14 грудня 2023 року

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів (розділів) кваліфікаційної дипломної роботи	Строк виконання етапу роботи	Примітка
1	Вибір теми дослідження. Визначення об'єкта і предмета дослідження, постановка мети і завдань.	До 01.10. 2023 р.	виконано
2	Визначення теоретико-методологічних засад дослідження. З'ясування актуальності проблеми.	До 01.12. 2023 р.	виконано
3	Оформлення вступу кваліфікаційної дипломної роботи.	До 01.02. 2024 р.	виконано
4	I розділ кваліфікаційної дипломної роботи.	До 01.03. 2024 р.	виконано
5	II розділ кваліфікаційної дипломної роботи.	До 01.04. 2024 р.	виконано
6	Загальні висновки.	До 01.05. 2024 р.	виконано
7	Оформлення кваліфікаційної дипломної роботи.	До 01.06. 2024 р.	виконано
8	Попередній захист кваліфікаційної дипломної роботи.	<u>24</u> травня 2024 р.	виконано
9	Захист кваліфікаційної дипломної роботи (відповідно графіку)	<u>20.06</u> 2024 р.	виконано

Здобувач  Максим ПАСІЧНИК

Ім'я, ПРИЗВИЩЕ

Керівник роботи  Наталія ХАНЕЦЬКА

Ім'я, ПРИЗВИЩЕ

АНОТАЦІЯ

Тема кваліфікаційної дипломної роботи «Психологічні чинники прояву шкільних страхів у молодшому шкільному віці»

Здобувач Максим ПАСІЧНИК

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Керівник Наталія ХАНЕЦЬКА

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Кваліфікаційна дипломна робота включає 66 сторінок, 4 таблиці, 3 рисунки, перелік джерел посилання складає 45 найменувань.

Ключові слова: психічне здоров'я, молодший шкільний вік, страх, емоційна сфера, емоційний розвиток.

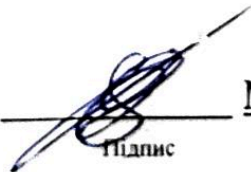
Об'єкт дослідження: шкільні страхи у дітей молодшого шкільного віку.

Предмет дослідження: психологічні чинники появи страхів у молодшому шкільному віці.

За результатами дослідження розроблено практичні рекомендації щодо запобігання появи шкільних страхів у молодших школярів.

Одержані результати можуть бути використані в процесі професійної підготовки студентів-психологів в рамках курсів «Вікова та педагогічна психологія», «Кризова психологія», «Психологічне консультування», «Психологія здоров'я та психогігієна».

Дипломник



Підпис

Максим ПАСІЧНИК

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Дата подання кваліфікаційної дипломної роботи до захисту 10 червня 2024 р.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	6
РОЗДІЛ 1.ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ШКІЛЬНИХ СТРАХІВ У МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ.....	9
1.1. Страх як психологічний феномен.....	9
1.2. Характеристика розвитку емоційної сфери молодшого школяра	17
1.3. Психологічні особливості страхів у молодших школярів.....	23
Висновки до розділу	29
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ПРОЯВУ ШКІЛЬНИХ СТРАХІВ У МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ	30
2.1. Організація та методика проведення дослідження.....	30
2.2. Аналіз результатів дослідження	38
2.3. Обґрунтування практичних рекомендацій психологам щодо корекції шкільних страхів у молодшому шкільному віці	42
Висновки до розділу	57
ВИСНОВКИ	59
ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ	62

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Сучасна освіта ставить перед собою важливе завдання - зміцнення психічного здоров'я та емоційного благополуччя дітей. Зараз все більше дітей стикаються зі страхами, які спричиняють почуття невпевненості та хвилювання. Це може вплинути на їхню самооцінку та сприйняття власних можливостей, що, в свою чергу, може призвести до недооцінки себе та переживання невдач. Важливо звернути увагу на цю проблему та розробити ефективні стратегії психологічної підтримки дітей, щоб забезпечити їм стабільне психічне здоров'я та позитивне емоційне ставлення до себе та свого оточення. Молодший шкільний вік визначає важливий етап у формуванні особистості, коли дитина активно засвоює світ навколо себе. Проте, на шляху цього розвитку можуть виникати страхи, які гальмують її пізнавальні потреби та соціалізацію, а також можуть стати передумовою для невротизації. Тому важливо вчасно виявляти та розуміти ці страхи, щоб забезпечити профілактичну та корекційну допомогу для попередження емоційних порушень у молодших школярів. Це дозволить створити умови для їхнього гармонійного розвитку та збереження психічного здоров'я.

У працях дослідників, таких як Л.Н. Аболіна, П.К. Анохін, А.М. Ананьєв, Г.М. Бреслав, В.К. Вілюнас, Б.І. Додонов, О.В. Запорожець, К. Ізард, Я. Рейковський та інші, відзначено, що емоційні прояви особистості часто пов'язані з виникненням страхів. У вітчизняній психології значна увага приділяється вивченню вікових особливостей страхів у дітей, але менше уваги приділяється конкретно шкільним страхам. Про це свідчать праці таких авторів, як О.І. Захаров, Є.В. Лісіна, Н.З. Карпенко, Ю.Н. Максимова, К.Л. Мілютіна, Є.В. Новикова, М.В. Осоріна, А.М. Прихожан та інші. На жаль, у вітчизняній психології практично немає вичерпних відомостей щодо шкільних страхів молодших школярів. Описи, які зустрічаються, часто є розрізненими і не надають цілісного уявлення про цей

вид страхів. Крім того, проблема страхів є міждисциплінарною і привертає увагу філософів, психологів, медиків. Дослідження чинників прояву шкільних страхів у молодшому шкільному віці допоможе краще зрозуміти природу та механізми формування страхів у молодших школярів. Розкриття психологічних аспектів допоможе розробити ефективніші методи психологічної підтримки та корекції для дітей зі шкільними страхами. Розвиток розуміння цієї проблеми сприятиме покращенню якості освіти та збільшенню благополуччя школярів у навчальному середовищі. Нарешті, зростаючий інтерес до психологічного здоров'я дітей підкреслює важливість подальшого дослідження цієї теми.

Вивчення шкільних страхів у молодших школярів та їх наукове обґрунтування є важливою проблемою в педагогічній та віковій психології. Це вимагає аналізу особливостей виникнення та закріплення цих страхів, а також виділення провідних серед них. З розвитком початкової освіти, включаючи перехід на навчання вже з шести років і розширення альтернативних шкіл, стає важливо знаходити способи попередження та подолання шкільних страхів. Ці страхи можуть стати перешкодою у повноцінній соціалізації дитини та її гармонійному розвитку. Таким чином, проблема шкільних страхів має великий інтерес для науки, особливо у контексті експериментальних досліджень, оскільки її розв'язання важливе для вирішення численних освітніх завдань, включаючи успішну адаптацію дітей до навчального процесу.

Об'єкт дослідження: шкільні страхи у дітей молодшого шкільного віку.

Предмет дослідження: психологічні чинники появи страхів у молодшому шкільному віці.

Мета дослідження: теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження психологічних чинників появи шкільних страхів у молодшому шкільному віці.

Завдання дослідження:

1. Здійснити аналіз наукових джерел з проблеми страху як психологічного феномену.

2. Охарактеризувати особливості розвитку емоційної сфери молодшого школяра.

3. З'ясувати та емпіричним шляхом дослідити психологічні чинники, що впливають на появу шкільних страхів у молодших школярів.

4. Обґрунтувати практичні рекомендації вчителям щодо запобігання появи шкільних страхів у молодших школярів.

Гіпотеза дослідження: успішність навчання молодших школярів в закладах середньої освіти значно покращиться за умови врахування в навчально-виховному процесі цих закладів психологічних чинників, що впливають на появу шкільних страхів у молодших школярів.

Методи дослідження: теоретичні (аналіз, синтез, порівняння та узагальнення наукових джерел з проблеми дослідження); емпіричні (тестування молодших школярів); методи математичної обробки даних.

Практичне значення роботи виявляється в можливості застосування вчителями розроблених нами практичних рекомендацій щодо запобігання появи шкільних страхів у молодших школярів.

Експериментальна база дослідження. Емпіричне дослідження проводилось на базі Хмельницької загальноосвітньої школи I ступеня №4.

Апробація результатів дослідження. Ключові результати наукового дослідження обговорювались на засіданні XII Всеукраїнської науково-практичної конференції в квітні 2024 року м. Хмельницького.

Структура роботи: робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, переліку джерел посилання (45 найменувань).

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ШКІЛЬНИХ СТРАХІВ У МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІСІ

1.1. Страх як психологічний феномен

Страхи особистості є важливим об'єктом досліджень у сучасній психології, оскільки вони відображають складні аспекти людського психічного життя та впливають на різноманітні аспекти їхнього функціонування. Ця проблема привертає увагу вчених у зв'язку з її впливом на емоційний стан, поведінку та соціальні взаємовідносини особистості. Дослідження страхів дозволяє краще зрозуміти механізми їх виникнення, прояву та можливі шляхи їх подолання. Такий підхід сприяє розвитку ефективних стратегій психологічної підтримки та корекції для людей з різними типами страхів.

Страх - це емоція, яка виникає, коли людина відчуває загрозу своєму життю або соціальному існуванню індивіда, будь то реальна чи уявна небезпека. Це почуття відоме кожному з нас ще з раннього дитинства, особливо активно воно проявляється під час нашої соціалізації та особистісного розвитку. У цей період формується наше емоційне і когнітивне сприйняття світу навколо нас і себе. Важливо зазначити, що близькі люди мають значний вплив на наше емоційне благополуччя, оскільки вони активно беруть участь у формуванні наших особистісних якостей та способів взаємодії з навколишнім світом [14, с.56].

Платон вніс значний вклад у розвиток розуміння страху, ідентифікуючи два його види, які характерні для людини: страх зла, якого ми очікуємо, і страх сторонньої думки, відомий як сором. Він вбачав у цьому другому виді страху важливу соціальну функцію, оскільки це був механізм, що регулював поведінку та сприйняття людини в суспільстві. Платон також розглядав причини

безсоромності, відводячи їх гніву, нахабству, неосвіченості та іншим факторам, та підкреслював необхідність розрізнення особистісних характеристик.

Аристотель у своїх дослідженнях страху фокусувався на його причинах та основах, розглядаючи його як один із афектів, пов'язаних зі задоволенням та стражданням. Він пропонував розглядати страх як наслідок порушення соціальних якостей, таких як сім'я, дружба та інші. Але водночас Аристотель вбачав у страху і позитивні аспекти, розглядаючи його як засіб стимулювання діяльності людини для відновлення цінностей у випадку їх руйнування, а також як сильний виховний фактор. Таке розуміння страху відображало раціональне усвідомлення ситуацій, що породжують страх, і передбачення можливих наслідків [14, с.82].

У підсумку, вклад Платона та Аристотеля у розвиток та розуміння поняття «страх» неоціненний, оскільки вони надали йому широке соціальне та психологічне значення, розглядаючи як його негативні, так і позитивні аспекти.

Психологія афективних процесів зазнає складнощів у розробці єдиного термінологічного підґрунтя, яке б було визнане більшістю дослідників. Це ускладнює вивчення феномена страху як психологічного явища. Однією з причин цього ускладнення є те, що емоції, що постійно змінюються та розвиваються, мають яскраво виражену суб'єктивність. Це ускладнює можливість однозначного трактування страху як емоції.

У процесі еволюції виникнення емоцій вважається важливою подією у розвитку найскладнішого організму на Землі - центральної нервової системи хребетних. Емоції стали ключовою характеристикою мозку, що спричинило виникнення розумної людини з її особистісним сприйняттям світу. Як передній вираз людського мислення, емоції залишаються важливою складовою людської психіки, оскільки їх відсутність призводить до втрати особистості, а мозок втрачає здатність навчатися та запам'ятовувати. Таким чином, емоції є складним та неоднорідним явищем, що має своє коріння у найглибших аспектах людського організму, таких як гомеостаз [27, с.167].

І.М. Фейгенберг розглядає біль і страх як взаємопов'язані, вважаючи, що біль може викликати відчуття страху, а в стані страху людина може відчувати біль навіть під впливом подразників, які зазвичай не спричиняють болю. Американський психолог О. Маурер ділить подібну точку зору, розглядаючи страх як передчуття болю, пов'язане з відношенням до болісних реакцій.

В. Макдугалл розглядає емоцію страху як частину інстинкту, вважаючи, що емоції є внутрішнім виявом інстинктів у людини і визначають її соціальну діяльність. У Джеймса страх описується як інстинкт або емоція, з різницею у тому, що емоція є невіддатною зовнішньому аналізу, тоді як інстинкт може виявити себе у практичних взаємозв'язках з об'єктом, що його викликає [27, с. 54].

Примітивні форми емоцій є властивими як тваринам, так і людям і пов'язані з інстинктивною діяльністю. Таким чином, страх можна розглядати як фізіологічно обумовлений феномен, який впливає як на індивідуальне життя, так і на суспільний настрій загалом. На теоретичному рівні деякі вчені термінологічно характеризують феномен страху як інстинкт, драйв або базальну емоцію.

Дж. Уотсон, засновник біхевіоризму, розглядає страх як фундаментальну, вроджену емоцію. Він вбачає, що новонароджені можуть реагувати на стимули, які викликають реакції, схожі на страх, такі як втрата опори, шум, голосні звуки або навіть легкий дотик. Інші дослідники, такі як В. Штерн та Ж. Прейер, також поділяють цю точку зору.

Загалом більшість дослідників вважають, що проблема страху та тривоги вперше була спеціально розглянута у дослідженнях З. Фрейда. Він один із перших поєднав аналіз страху та тривоги в одне поняття – «anxiety». У психоаналітичній літературі емоції часто розглядаються через поняття «афектів». Фрейд вважав, що афекти походять від біологічних потягів, які виявляються у «Вони» - несвідомій сфері. Взаємодія з зовнішнім світом може спричинити механізми, які обмежують емоційні реакції, що іноді може викликати психологічні розлади.

Фрейд також виділяв три типи тривоги: реалістичну, невротичну та моральну, розглядаючи їх як сигнали, що попереджають "Его" про небезпеку від інтенсивних імпульсів. Таким чином, психологічна література розрізняє тривожність як риса особистості та тривожність як психічний стан, а також використовує поняття "тривожний стан" для опису підвищеної готовності індивіда до реакції страху [27, с.63].

Останні роки свідчать про зростаючий інтерес до дослідження страху і його особливостей. Вчені зосереджуються на різних аспектах цієї емоції, зокрема на її сутності, функціях, класифікаціях, характеристиках, психологічних детермінантах виникнення та подолання. Особлива увага приділяється вивченню страху в молодшому шкільному, підлітковому та юнацькому віці. Дослідники розглядають як зовнішні, так і внутрішні фактори, які впливають на виникнення цієї емоції. Важливою виявляється роль соціальної ситуації та особистісних якостей у формуванні, розвитку, прояві та подоланні страху на різних етапах розвитку людини.

У своєму дослідженні психологічних детермінант шкільних страхів у молодших школярів, О. Н. Скляренко висвітлює страх як складне явище, що включає різноманітні компоненти: фізіологічні, поведінкові та когнітивні. Вона визначає поняття «шкільні страхи» як негативні емоційні стани, що виникають у дітей під час перебування в школі або при згадуванні про неї. Ці стани виникають через усвідомлення дитиною певної загрози для її емоційного благополуччя і проявляються у передчутті невдачі під час виконання певних завдань на уроці або позаурочних ситуаціях. Такий підхід дозволяє розуміти внутрішні механізми формування та прояву шкільних страхів у молодших школярів [4].

О. Н. Скляренко ідентифікує основні психологічні чинники, які впливають на шкільні страхи у молодших школярів. Серед них вона відзначає індивідуально-психологічні особливості суб'єкта, такі як знижена самооцінка, тривожність та негативний особистісний досвід. Також важливими факторами є вплив значущих

дорослих, зокрема, дитячо-батьківські відносини та стиль педагогічного спілкування вчителя, а також особливості форм навчання і виховання. У своїх дослідженнях вона виділяє основні види шкільних страхів молодших школярів, такі як страх самовираження, страх не відповідати очікуванням інших, страхи, пов'язані зі спілкуванням з учителем, та страхи ситуацій перевірки знань. Однак, найбільш інтенсивно виявляються фізіологічний, поведінковий та когнітивний аспекти саме у страхах самовираження та страхах ситуацій перевірки знань. Ці дві категорії страхів вважаються провідними у молодшому шкільному віці [36].

У своїй кандидатській дисертації С. М. Ольховецький досліджує фактори, які спричиняють виникнення страхів у підлітковому та молодшому юнацькому віці. Він вказує на те, що ці страхи формуються під час накопичення життєвого досвіду та залежать від специфіки соціальної ситуації розвитку. Основною причиною страхів у цій віковій групі є нестабільна самооцінка у підлітків та невпевненість у майбутньому у юнацтва. Автор виділяє такі основні чинники, які впливають на страхи у підлітковому та молодшому юнацькому віці: внутрішні (особистісні) чинники, які включають підвищену тривожність, акцентуації характеру, неадекватну самооцінку та низький рівень комунікабельності; зовнішні чинники (соціально-психологічні), серед яких міжособистісні відносини, негативні комунікативні настановлення між учнями та вчителями, а також низький рівень спілкування; і вікові чинники, що включають психологічні особливості підліткового та молодшого юнацького віку, новоутворення та вікові кризи [29].

Аналізуючи причини виникнення страхів у підлітковому та юнацькому віці, С. М. Ольховецький вказує на ряд факторів, що значно впливають на їх появу та формування. До них він відносить нестійкість психіки у дітей підліткового віку, що може призвести до появи страхів, а також невизначене майбутнє у дітей юнацького віку, що створює невпевненість та тривогу. Потяг до самостійності в умовах невизначеного соціального статусу також може бути причиною

виникнення страхів. Недостатня сформованість самооцінки й саморегуляції також може стимулювати появу страхів, а намагання вести "доросле" життя може призвести до руйнування психіки та виникнення великої кількості страхів. Конфліктний клімат у сім'ї або напружені взаємини з учителями школи також можуть стимулювати появу страхів у підлітків та юнацтва. Наявність тривожності, яка може бути як ситуативною, так і особистісною, неминуче може вести до формування страхів у цій віковій групі.

Після проведеного психологічного дослідження зазначимо, що страх – це явище, що має складну структуру і може бути розглянутий з різних планів:

- кількісно, враховуючи інтенсивність його прояву, поділяючи на низький, який може бути адаптивним, середній – ситуативним, та високий – особистісним.

- якісно, враховуючи внутрішні особистісні фактори, такі як висока тривожність, неадекватна самооцінка, та низька комунікабельність, а також зовнішні, соціально-психологічні чинники, які включають низьку успішність у школі, конфлікти з батьками, вчителями, або однолітками.

- змістовно, враховуючи види страхів, які можуть виявлятися у вигляді психосоматичних, гностичних, соціальних, або самоідентифікаційних, в залежності від сфери життя дитини, де вони з'являються та яку фруструють, що може викликати деформації розвитку особистості.

У своїй дисертаційній роботі «Особистісні страхи школярів та їх психодіагностика» В. В. Косік докладно розглядає сутність страху, його природу, функції та джерела, встановлює психологічний зміст понять «ситуативний» та «особистісний» страхи. Автор звертає особливу увагу на аспекти індивідуальності особистісного страху, зокрема на залежність міри небезпечності того чи іншого явища, предмета або ситуації від суб'єктивного сприймання та оцінки індивідом. В дослідженні розглядаються наукові підходи до розв'язання питання вродженості (генетичної обумовленості) страхів та їх накопичення протягом життя. Автор аналізує не лише психічні аспекти страху, а й його соціальну та культурну

визначеність, що дозволяє отримати комплексне уявлення про його формування та функціонування у різних соціальних контекстах. У роботі також розглядаються практичні аспекти, пов'язані з можливими методами та засобами психодіагностики особистісних страхів, що може мати важливе значення для розробки ефективних методів їх подолання та розвитку особистості [21].

У своєму дослідженні В. В. Косік зосереджується на вивченні особистісних страхів школярів та їх взаємозв'язку з індивідуально-психологічними властивостями та типами акцентуацій характеру особистості. Автор звертає увагу на різні аспекти цього взаємозв'язку, включаючи високий рівень тривожності, нейротизм, екстраверсію та інтроверсію. Виявлено, що серед індивідуально-психологічних властивостей школярів, які пов'язані з джерелами особистісних страхів, особливо виділяються вище зазначені характеристики особистості. Щодо характеру страхів, встановлено, що переважною є просторові страхи, а також страхи стихій та інцертивні, тобто ті, що виникають у невизначених, непередбачуваних ситуаціях. За результатами аналізу виявлено, що особистісні страхи школярів переважно виявляються у формі соціальних та страхів невротичного характеру, при цьому вони проявляються рідше, ніж інші типи страхів.

У своїй роботі, що присвячена вивченню взаємозв'язків між джерелами особистісних страхів та типами акцентуацій школярів за класифікацією А. Є. Лічко, В. В. Косік ретельно розглядає розподіл джерел страхів в межах кожної окремої акцентуації, а також визначає найінтенсивніші страхи в контексті усіх типів акцентуацій. Результати дослідження дають змогу зробити висновок про внутрішні структурні зв'язки між джерелами особистісних страхів, які визначають ступінь їхньої спорідненості та є основою для класифікації цих станів. Автор робить акцент на тому, що існують стійкі взаємозв'язки між частотою та інтенсивністю вияву джерел особистісних страхів і індивідуально-психологічними (включаючи акцентуації) характеристиками школярів [21].

У своєму дослідженні В. А. Гузенко аналізує взаємозв'язок між переживанням соціального страху та різними рівнями мотивації досягнень у молодшому шкільному віці. Він розглядає переживання соціальних страхів як реакцію на усвідомлення подій чи ситуацій, що виникають у соціальній сфері життя особистості, а також їхнє подальше значення для життя, зокрема у контексті поставлених перед людиною цілей та завдань.

В.А. Гузенко акцентує увагу на тому, що соціалізація страху відбувається в трьох основних сферах, а саме: діяльності, самосвідомості та спілкуванні. Вчений розглядає соціальні страхи, пов'язані з кожною з цих сфер. Відповідно до його класифікації, до соціальних страхів належать:

- 1) страхи пов'язані з лідерством та підпорядкуванням;
- 2) страхи успіхів та невдач;
- 3) страхи, пов'язані з близькими соціальними контактами;
- 4) страхи, що виникають у зв'язку з оцінкою особистості соціумом;
- 5) страхи, пов'язані з негативними політичними та економічними змінами [10].

Таким чином, у вивченні проблеми страху автори докладно розглядають особливості емоційних станів особистості, а також психологічні чинники, які впливають на виникнення та подолання страхів. Ці фактори виявляються характерними для кожного вікового періоду, що досліджується. Загалом, в сучасних дослідженнях велика увага приділяється молодшому шкільному, підлітковому та юнацькому віковим періодам, оскільки саме на цих етапах життя особистість формується і розвивається, що робить їх особливо важливими для розуміння та подолання страхів.

1.2. Характеристика розвитку емоційної сфери молодшого школяра

Розвиток емоційної сфери у молодшого школяра є важливим етапом в його психічному та особистісному зростанні. У цьому періоді дитина активно вивчає світ навколо, зустрічається з новими викликами та ситуаціями, що вимагають адаптації та реагування. Розвиток емоційної сфери впливає на формування відносин з оточуючими, самопізнання та власної самосвідомості молодшого школяра. Вивчення цього процесу допомагає краще зрозуміти особливості його психічного розвитку та вирішити завдання виховання та навчання.

Емоції представляють собою складний і багатогранний аспект психічного життя людини. Вони виявляються у внутрішньому стані особистості та зовнішніх виявах, таких як міміка обличчя, жести, тон голосу та інші фізіологічні реакції. Емоції є результатом переживань і відображають особисте ставлення до різноманітних життєвих ситуацій, подій та стимулів. Вони можуть виникати як у відповідь на зовнішні подразники (наприклад, події, ситуації, люди), так і унаслідок внутрішніх процесів (наприклад, думок, спогадів, фантазій). Емоційні переживання є суб'єктивними інтерпретаціями об'єктивної реальності, а їх виникнення частково зумовлене фізіологічними і нейрохімічними процесами у нервовій системі людини. Таким чином, емоції відображають ставлення особистості до навколишнього світу і можуть бути сприйняті як вираз потреб, бажань, цінностей та інших внутрішніх аспектів психіки.

Молодший шкільний вік – це час, коли дитина переживає інтенсивні зміни в своєму житті та розвитку. Цей період визначається позитивними трансформаціями у власній особистості. Якщо на цій стадії дитина не відчуває радості від вивчення навколишнього світу та не має впевненості у власних здібностях, це може стати перешкодою у подальшому розвитку. Тому розвиток емоційної сфери дитини є критично важливим, оскільки від нього залежить її емоційне благополуччя та здатність контролювати свої почуття.

Розвиток емоційної сфери у дітей молодшого шкільного віку є складним і динамічним процесом, який визначає основу для майбутнього емоційного та соціального розвитку. В цьому віці діти демонструють інтенсивність емоцій, вираження яких може бути дуже яскравим і різноманітним. Вони легко переживають радість, смуток, злість чи захват, і можуть раптово змінювати свої емоційні стани без видимих причин. Протягом цього періоду також поступово розвивається саморегуляція емоцій, але діти можуть мати труднощі з контролем своїх реакцій. Крім того, вони починають розуміти соціальні норми вираження емоцій та формують соціальні відносини з однолітками та дорослими. З часом діти розвивають здатність сприймати та розуміти емоції інших, виявляють співчуття та підтримку одноліткам, а також відчують свою ідентичність і розуміють свої власні емоції у контексті особистого самовизначення. Важливим фактором в емоційному розвитку дітей є сімейне оточення та стосунки з батьками та родиною, які мають значний вплив на їхню емоційність і сприйняття світу [27, с.135].

Емоційна сфера молодших школярів характеризується:

1.Чутливість до подій: Молодші школярі дуже вразливі до подій навколо себе. Вони швидко реагують на все, що відбувається навколо, навіть на найдрібніші зміни. Ця чутливість може виявлятися у відкритому вираженні радості, смутку, страху чи захвату.

2.Відвертість у виявленні переживань: Молодші школярі не соромляться висловлювати свої емоції відверто. Вони можуть без зайвих прикрас висловлювати свої радощі, обурення, печаль або задоволення, не стримуючи своїх вражень.

3.Страх перед невдачами та невпевненість: У процесі навчання діти можуть відчувати страх перед невдачами. Вони можуть почувати невпевненість у своїх здібностях та переживати афект страху перед завданнями, які вони вважають складними або важкими. Такий страх може виникати з боязні неспроможності

впоратися з вимогами навчального процесу і може порушити їхнє внутрішнє становище в класі або в родині.

4.Емоційна нестійкість: Емоційний стан молодших школярів часто є нестійким. Вони можуть раптово змінювати свої настрої з найдрібнішої причини, що може бути викликано зовнішніми подіями або внутрішніми переживаннями.

5.Вплив успіхів у навчанні: Для молодших школярів важливою є не лише їхня взаємодія з однолітками, але також їх успіхи в навчанні. Оцінки та визнання вчителя та однокласників можуть значно впливати на їхні емоції та самопочуття [5].

Згідно з теорією Е. Листика, емоційна сфера охоплює широкий спектр внутрішніх індивідуальних переживань та почуттів, відіграючи ключову роль у житті людини. Вона включає різні функціональні аспекти, такі як стимулюючий, регуляційний, оцінювальний та компенсаційний, які спрямовані на надання відповіді на різноманітні ситуації та події. За цією теорією, емоційна сфера визначається якісними, кількісними та динамічними аспектами розвитку емоцій та почуттів у людини [26, с.69].

Емоційність, охоплює різноманітні явища та ситуації, які мають велике значення для особистості. Ці критерії є нерозривно пов'язаними з індивідуальними особливостями особистості, такими як моральні переконання, напрями мотивації, власні погляди на світ, життєві цінності та свідоме вольове управління. Усі ці аспекти впливають на сприйняття та реакцію особистості на події та стимули навколишнього світу, формуючи її емоційний світогляд і характеризуючи особистісний розвиток.

Перша систематична характеристика емоційної сфери була розроблена В. Вундтом, який є основоположником інтроспективної психології. Він вважався прихильником сенсуалістичної теорії, яка пояснює зв'язок між емоціями та найпростішими психічними процесами та відчуттями. В своїй теорії Вундт виділяв двокомпонентну структуру емоційних процесів та визначав три основні

виміри емоцій: задоволення - невдоволення, напрямок - дозвіл, збудження - заспокоєння. Ця характеристика знайшла своє відображення у тривимірній теорії почуттів Вундта [27, с.185].

Молодший шкільний вік - це період у розвитку дитини від приблизно 6 до 11 років, коли вона активно вивчає світ та взаємодіє з оточенням. В цьому віці діти активно розвивають свої когнітивні здібності, вивчаючи читання, письмо та прості математичні завдання. Їх здатність до абстрактного мислення ще обмежена, але вони вже можуть логічно мислити та розв'язувати завдання.

Діти в молодшому шкільному віці досліджують та виражають свої емоції більш свідомо. Вони можуть стикатися з новими ситуаціями, які викликають радість чи тривогу, і розвивають емпатію та здатність сприймати почуття інших. Діти також навчаються соціальній взаємодії та працювати в групах, але можуть стикатися з конфліктами.

Рухова активність важлива для розвитку моторики та здоров'я. Діти можуть брати участь у різних заходах і заняттях фізичною культурою.

У цьому віці діти формують свої уявлення про мораль і правила, розуміють поняття справедливості, відповідальності та взаємовідносини. Вони починають усвідомлювати свою роль у світі, формують власну ідентичність та розуміють, що є частиною більшого соціального оточення.

Дані аспекти взаємодіють та взаємопоеднуються, створюючи унікальний психологічний профіль молодшого шкільного віку.

Молодший шкільний вік від 6 до 11 років - це період, коли діти стикаються зі значними викликами та труднощами. Він вимагає від них зосередження уваги, виявлення вольових зусиль, прийняття відповідальності та розвитку самостійності, хоча ці аспекти ще не повністю розвинені у дітей цього віку. Перехід до школи ставить основний акцент емоційних реакцій на навчальну діяльність та її результати, задоволення потреб у власній оцінці та позитивному ставленні до людей у навколишньому середовищі [27, с.192].

У цьому віці більшість дітей реагує дуже емоційно на оцінки та думки вчителя. Кожна дитина реагує на одну й ту ж саму ситуацію унікальним способом: одній вона може викликати емоційне піднесення, тоді як іншому - смуток чи апатію. Вольова сфера дитини підсилює мотивацію до навчання та сприяє свідомому регулюванню її вчинків і дій.

Крім того, для ефективного особистісного розвитку школярів важливо використовувати різноманітні форми та методи роботи з дітьми вдома, проводити спільну роботу з батьками щодо виховання вольових якостей та обговорення розумної вимогливості до дітей.

Діти молодшого шкільного віку виявляють високий рівень емоційної залежності від свого вчителя. Це означає, що вони сильно потребують позитивних емоцій від важливих дорослих, зокрема вчителів, що має значний вплив на їхню поведінку. При спробах взаємодії зі своїми однолітками, молодші школярі часто стикаються з численними труднощами. У ситуаціях рівності серед однолітків вони можуть зіткнутися з різними особистісними особливостями, різною культурою мовного й емоційного спілкування, а також різною волею та почуттями. Це може виявитися у виражених формах поведінки, таких як агресивні реакції, плаксивість або рухове розгальмування [17].

Під час здобуття нових знань та слухання оповідань, молодші школярі не просто засвоюють інформацію, але й отримують її оцінку від дорослих. Їхнє емоційно-ціннісне ставлення до оточуючого світу формується через емоційне сприйняття вчителя щодо навчального матеріалу. Без емоційної близькості з вчителем дитина відчуває потребу у задоволенні та позитивних емоціях. Її бажання спілкуватися з'являється тільки тоді, коли її цікавить якась тема або вона хоче щось дізнатися

Психічне та емоційне ставлення дітей до правил і моральних норм є результатом впливу дорослих на їхнє сприйняття. Взаємодія з дорослими, особливо в ситуаціях, де вони виявляють свої емоції, впливає на тип поведінки,

яку приймають діти. Наприклад, позитивне емоційне сприйняття дорослими вчительської діяльності може заохочувати учнів до більш активної участі в навчальному процесі та дотримання правил.

Межі нових почуттів у молодших школярів формуються переважно під час навчальної діяльності. Наприклад, коли діти вирішують завдання або взаємодіють з іншими учнями, вони навчаються розрізняти правильні та неправильні дії, що впливає на їхнє емоційне сприйняття світу.

Втрата емоцій може відбитися на загальному самопочутті дитини, адже емоційна сфера допомагає їй відчувати радість та задоволення. Негативне ставлення до навколишнього середовища може призвести до втрати цих позитивних емоцій, що негативно впливає на її загальний настрій та ставлення до навчання та взаємодії з іншими [22, с.82].

Отже, емоційна сфера молодших школярів тісно пов'язана з їхнім сприйняттям дорослих, навчальною діяльністю та загальним емоційним самопочуттям.

Психологія дітей молодшого шкільного віку відрізняється тим, що їм часто бракує усвідомлення власних емоцій та розуміння їхніх причин. У навчальному середовищі, де діти зіштовхуються з труднощами, вони частіше реагують емоційно: від гніву та страху до образи. Багато з них потребують підтримки та допомоги дорослих, яка може виявитися критично важливою для їхнього психологічного розвитку. Тому спільне розуміння проблем та переживань дітей між батьками, вчителями та психологами стає ключовим для надання ефективної допомоги.

Діти молодшого шкільного віку часто виявляють труднощі у контролі своїх емоційних виявів. Це може проявлятися у їхній міміці та жестах, що є прямим виявленням їхніх емоцій та почуттів. Недостатня здатність до контролю емоцій пояснюється незавершеністю гальмівних процесів у корі головного мозку молодших школярів. Зокрема, контроль за вираженням базових емоцій, таких як

сміх чи сльози, може бути недостатнім у корі великих півкуль головного мозку. Це може призводити до раптових проявів радості, гніву або суму. Емоційні стани у дітей молодшого шкільного віку часто переходять один в один, і вони можуть швидко відновлювати спокій або, навпаки, заходити в стан збудження. Для того, щоб молодший учень міг свідомо регулювати свою поведінку, важливо навчити його адекватно виражати свої почуття та знаходити конструктивні способи виходу зі складних ситуацій. У молодшому шкільному віці відбувається активне формування довільності, внутрішнього плану дій та розвиток здатності до рефлексії [24].

Отже, вивчення психологічної літератури підтверджує, що емоційний розвиток дітей молодшого шкільного віку тісно пов'язаний із їхнім способом життя який змінюється та розширенням кола спілкування, особливо під час вступу до школи. Різні погляди на емоційну сферу у цьому віці підкреслюють, що саме в цей період формується власна емоційна виразність, що проявляється у різноманітності інтонацій та виразі міміки дитини. Для стимулювання розвитку емоційної сфери важливо не лише розглядати різноманітність почуттів та емоцій, але й сприяти гармонійному формуванню цих аспектів. Навички управління емоціями, такими як гнів, страх, провина, та розуміння їх причин, також мають важливе значення. Емоційне благополуччя дитини пов'язане з її самооцінкою, вірою у власні здібності та оцінкою моральних якостей. Негативні психологічні стани молодших школярів, особливо емоційні, можуть мати великий вплив на їх подальший розвиток, ставши стійкими особливостями особистості.

1.3. Психологічні особливості страхів у молодших школярів

Страхи у молодших школярів є важливою складовою їх емоційного світу, який знаходиться на стадії активного формування. Цей період відзначається значними змінами у сприйнятті світу, що часто супроводжується різними

емоційними реакціями. Страху у молодших школярів можуть мати різноманітні прояви та виникати внаслідок різних факторів, включаючи навчальні ситуації, соціальні взаємини та особисті переживання. Розуміння психологічних особливостей страхів у цьому віці є важливим кроком у сприянні їхньому здоровому емоційному розвитку.

У молодшому шкільному віці діти постійно зазнають емоційного напруження, а серед найпоширеніших відчуттів знаходяться страх, боязнь, тривога та побоювання. Один із найбільш поширених страхів полягає у переживанні неспроможності відповідати очікуванням, які встановлені оточуючим середовищем - школою, однолітками або сім'єю. Цей страх може мати різноманітні прояви, наприклад, страх зробити щось неправильно або не так, як очікується від них. Такі емоції можуть виникнути через відсутність у дитини розвинених навичок оцінки своїх дій у відповідності до моральних норм, що є важливим аспектом у формуванні почуття відповідальності [22, с.167].

Розглянувши розвиток дитини, важливо визначити, що молодший шкільний вік, який охоплює період від близько 6-7 до 10-11 років, є критичним у формуванні психологічних аспектів, зокрема страху невідповідності. Дослідження підтверджують, що саме на цьому етапі розвитку формується основа для сприйняття правил та стандартів, а отже і почуття відповідальності перед ними. Якщо цей процес відбувається ефективно, ймовірність виникнення страху невідповідності у молодшому шкільному віці значно зменшується. Однак, існує ризик, що надмірна вага правил та очікувань може відняти у дитини можливість діяти самостійно та ініціативно. Така ситуація може виникнути, коли дитина перебуває в середовищі, де панують суворі правила, численні заборони та погрози. В таких умовах їй може бути складно розвивати власну ініціативу та виражати свої унікальні думки та почуття. Тому важливо забезпечити дітей не лише правилами та обмеженнями, але й сприяти їхньому самовираженню та розвитку особистості [27, с.156].

У віці від шести до семи років дитина переживає етап інтенсивного розвитку, де її пізнавальні здібності ростуть, а дитячі ігри й активності поступово поєднуються з бажанням отримати визнання від оточуючих. Цей період може створювати внутрішні протиріччя у дитини: з одного боку, вона прагне продемонструвати свої навички та отримати визнання, а з іншого - бажає залишитися в світі безтурботного дитинства, де головною метою є гра й задоволення. Під час цього етапу дитина також починає усвідомлювати соціальні норми та правила поведінки, проявляючи більшу чутливість до моральних аспектів. Вона активно оволодіває методами систематичного навчання, що є важливим кроком у її психологічному та соціальному розвитку.

Згідно з теорією Л. Виготського, перехідний вік від шести до семи років позначає собою перехід від домашнього навчання до структурованого навчання за програмою, що запроваджена дорослими, а це особливо актуалізується через вступ до початкової школи. Навчання стає центральною активністю для молодшого школяра, що не лише збуджує його пізнавальний інтерес, але й сприяє формуванню нової соціальної позиції. Незважаючи на це, дитина все ще відводить значний час на ігри та розваги, які важливі для комплексного розвитку. У цьому періоді відбувається активне формування відносин з ровесниками та дорослими, що допомагає розширити психічне життя дитини та її здібності до самопізнання. Навичка усвідомлення та прийняття власної внутрішньої позиції вважається однією з ключових особистісних характеристик молодшого школяра, що свідчить про його зріле дитинство.

У період молодшого шкільного віку відбувається значний розвиток абстрактного мислення та комунікативних навичок у дітей. Їх цікавість до питань про сутність життя, таких як "Навіщо людина живе?" або "Звідки походить все?", хоча існує, не проявляється так інтенсивно, як у дошкільному віці. У більшості дітей на цьому етапі вже сформувалися основні життєві цінності, і вони відчують себе комфортно в своєму домі та родині. Заходження в нове

середовище — школу — означає початок активної навчальної діяльності та виконання домашніх завдань, що супроводжується почуттям відповідальності за свої дії. Протягом цього періоду розвитку прагнення до навчання може зменшуватися у деяких дітей швидше, у деяких — повільніше. За порівняльним аналізом бажання навчатися у першокласника і у десятикласника видно, що в першокласника це бажання буде більш вираженим. Хоча, звісно, існують винятки, коли бажання навчатися залишається незмінним (хоча це рідко трапляється), або навіть зростає (хоча таких дітей дуже мало).

Розвиток прагнення до навчання у дітей молодшого шкільного віку є складним і багатограним процесом, який залежить від різноманітних факторів. Один з таких факторів, як зазначає Л. Виготський, - це страхи. Починаючи своє шкільне життя, діти стикаються з почуттям невпевненості, спонукані стереотипами, що створюють страх не відповісти очікуванням батьків та вчителів чи не досягти успіху у вивченні. Також, нове оточення та поява нових контактів може викликати тривогу у дитини через неясність у власних можливостях та страх псувати стосунки з однокласниками.

До інших факторів, що впливають на прагнення до навчання, відноситься новизна навчального середовища. Початок шкільного життя для багатьох дітей є захопливим, адже вони цікавляться новими знаннями та можливістю вивчати щось нове. Проте з часом рутинність навчального процесу може призвести до втрати інтересу та втоми.

Також велике значення має темперамент та характер дитини. Деякі діти можуть зосереджено займатися однією справою, проявляючи постійний інтерес, тоді як інші швидко втомлюються від однотипних занять і шукають нові види діяльності. Важливо враховувати індивідуальні особливості кожної дитини для створення сприятливого середовища для навчання.

Навколишнє середовище також впливає на прагнення до навчання. Якщо дитина має позитивні стосунки з однокласниками та вчителями, це може

стимулювати її бажання вчитися. Однак навіть добрі стосунки не завжди гарантують успіх у навчанні, оскільки все залежить від індивідуальних особливостей кожної дитини.

Е. Фромм ідентифікує чотири типи ситуацій, які можуть спричинити появу страху у дитини, і вони варто розглянути детальніше.

Перший тип - це наслідування, коли дитина сприймає та переймає страхи своїх дорослих, а також їхнє ставлення до них. Діти, які бачать, як дорослі реагують на певні ситуації зі страхом чи тривогою, можуть перейняти ці емоції та стати більш схильними до розвитку власних страхів.

Другий тип - травматичні події, які можуть включати у себе події, що спричиняють страх або травматичні враження, наприклад, укуси собаки або аварія. Ці події можуть залишити глибокий психологічний слід у дитини та стати причиною появи страху, який може тривати довгий час після події.

Третій тип - система "покарання - ворожість - провина". У такій системі дитина може боятися наслідків своїх дій через взаємозв'язок між покаранням, ворожістю та почуттям провини. Це може призвести до розвитку страху перед непередбачуваними наслідками і стимулювати у дитини побої вжити певних дій.

Четвертий тип - постійний стрес або експозиція небезпечним ситуаціям, що може бути особливо шкідливим для психіки дитини. Постійний стрес або експозиція до небезпеки може призвести до постійного страху у дитини, який може впливати на її емоційний стан та загальний розвиток [39].

У молодшому шкільному віці діти можуть відчувати страхи, які не обов'язково пов'язані з почуттям обов'язку чи реальними загрозами. Ці страхи часто мають суєвірний характер, оскільки дитина може очікувати нещастя не від конкретного вчинку, ситуації або людини, а від долі. Наприклад, дитина може боятися поганих наслідків через певні дії або вчинки, навіть якщо вони не мають жодного реального обґрунтування.

У цьому віці діти часто вірять у чортів та інші надприродні істоти, які, на їхню думку, можуть завдати їм шкоди. Це може бути пов'язано з уявленнями, які вони отримують з мультфільмів, казок або розповідей старших дітей. Боязнь стихійних лих, таких як грози, урагани, повені та землетруси, також може виникати у дітей цього віку через їхню нестабільність і невизначеність у розумінні природних явищ.

Отже, в молодшому шкільному віці діти часто стикаються з різними страхами, які, якщо їм не надавати належної уваги та роботи, можуть стати основою для розвитку фобій та тривожності. Важливо, щоб батьки та педагоги виявляли розуміння і підтримку у вирішенні цих страхів, допомагаючи дітям зрозуміти їхні почуття та навчитися ефективним стратегіям подолання страхів.

У молодшому шкільному віці діти переживають етап важливого розвитку, коли вони починають усвідомлювати світ навколо себе та власні почуття. Цей період супроводжується значним ростом інтелектуальних та емоційних можливостей, а також збільшенням свідомості про своє місце у соціумі. Однак, разом із цими позитивними змінами діти часто стикаються з різноманітними страхами, які не завжди пов'язані з конкретними ситуаціями чи вчинками.

Ці страхи можна охарактеризувати як суєвірні, оскільки вони виникають внаслідок віри в непередбачувані негаразди, які можуть настати не через конкретні дії, а внаслідок долі або втручання надприродних сил. Дитина може відчувати страх перед чортами або іншими надприродними істотами, які, на її уявлення, можуть завдати їй шкоди.

Крім того, діти можуть боятися стихійних лих, таких як грози, урагани, повені та землетруси. Ці страхи виникають з реальної чи уявної загрози для їхнього життя та безпеки, і вони можуть посилюватися через медіа або розповіді старших про події, що відбуваються в світі.

Отже, в молодшому шкільному віці діти зазвичай досить часто стикаються з різними страхами, які, якщо їм не надати належної уваги та роботи, можуть

перетворитися на фобії та зумовити появу тривожності як особистісної риси. Важливо враховувати ці страхи та допомагати дітям зрозуміти їх, навчити їх ефективним стратегіям подолання та підтримувати їх у цьому процесі для забезпечення їхнього психологічного благополуччя.

Висновки до розділу

Отже, страхи особистості відіграють важливу роль у психології, оскільки вони впливають на психічний стан та поведінку людини. Дослідження цієї проблематики дозволяє краще зрозуміти механізми виникнення страхів, їхні наслідки та шляхи подолання. Розгляд цих аспектів сприяє розвитку методів психологічної допомоги та підтримки осіб, що стикаються зі страхами особистості.

У молодшому шкільному віці емоційна сфера дитини проходить значні зміни, які відображаються в її поведінці, міміці та вияві емоцій. Розвиток цієї сфери включає формування вміння контролювати свої почуття та реагувати на навколишні події. Дослідження цього процесу важливе для розуміння психічного розвитку дітей та розробки ефективних стратегій підтримки їхнього емоційного благополуччя.

У молодших школярів страхи можуть мати різноманітні причини, включаючи вплив середовища, виховання та індивідуальні особливості. Ці страхи можуть виникати як внаслідок негативного досвіду, так і через перейняття від дорослих чи середовища. Важливо розуміти, що страхи у молодших школярів можуть впливати на їхній психологічний стан та адаптацію до навчального середовища. Дослідження цього аспекту дозволить розробити програми та підходи до психологічної підтримки дітей у шкільному віці.

РОЗДІЛ 2.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ПРОЯВУ ШКІЛЬНИХ СТРАХІВ У МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ

2.1. Організація та методика проведення дослідження

З метою визначення психологічних чинників прояву шкільних страхів у молодшому шкільному віці нами було проведено практичне дослідження на базі Хмельницької загальноосвітньої школи I ступеня №4. У дослідженні прийняли участь 23 учнів 1 «А» класу та 21 учня 1 «Б» класу, всього 44 молодших школярів у віці 7–8 років. Практичне дослідження проводилось у березні 2024 року.

Об'єкт дослідження: шкільні страхи у дітей молодшого шкільного віку.

Предмет дослідження: психологічні чинники появи страхів у молодшому шкільному віці.

Гіпотезою дослідження виступило припущення, що успішність навчання молодших школярів в закладах середньої освіти значно покращиться за умови врахування в навчально-виховному процесі цих закладів психологічних чинників, що впливають на появу шкільних страхів у молодших школярів.

Відповідно до мети дослідження були визначені наступні завдання:

1. Провести емпіричне дослідження з метою визначення психологічних чинників прояву шкільних страхів у молодшому шкільному віці
2. Проаналізувати отримані результати.
3. Обґрунтувати практичні рекомендації вчителям щодо запобігання появи шкільних страхів у молодших школярів.

Для проведення діагностики було використано наступні методики дослідження:

1. Методика «Страхи в будиночках» А.І. Захарова, М.А. Панфілова.

Мета: виявлення та уточнення переважаючих видів страхів (страх темряви, самотності, смерті, медичні страхи тощо) у дітей віком від 3 років. Перш ніж допомогти дітям у подоланні страхів, необхідно з'ясувати, весь спектр страхів і до яких саме страхів вони схильні. Аналіз отриманих результатів полягає у тому, що експериментатор підраховує страхи у чорному будинку і порівнює їх із віковими нормами. Сукупні відповіді дитини поєднуються у кілька груп за видами страхів. Якщо дитина у трьох випадках із чотирьох-п'яти дає ствердну відповідь, то цей вид страху діагностується як наявний.

2.Тест: «Намалюй свій страх»

Мета: з урахуванням виконання зображення, відповідей на питання оцінити особливості сприйняття, переживань дитиною своїх страхів.

Завдання: з урахуванням виконання зображення, відповідей на питання оцінити особливості сприйняття, переживань дитиною своїх страхів.

Матеріал для роботи: - аркуш білого паперу 20х30, кольорові олівці.

Стимульний матеріал: дітям було запропоновано на аркушах паперу, кольоровими олівцями намалювати те, що вони найбільше бояться.

Інтерпретація тесту.

На підставі особливостей зображення можна визначити:

а) ступінь розвитку образотворчої культури, примітивність зображення чи чіткість та виразність образів;

витонченість ліній, емоційну виразність;

б) особливості обстежуваного під час малювання;

в) особливості наявності страхів, їх кількість, емоційне самопочуття обстежуваного при малюванні;

г) особливості внутрішньо сімейних відносин.

3. Анкета-опитувач для батьків Є.І. Ізотова

Ціль: призначена для виявлення уявлень батьків про особливості емоційного розвитку дитини.

П.І.Б., вік дитини _____

Хто з батьків заповнює анкету? (Мати, батько)

А. Чи вважаєте Ви свою дитину емоційною? (Так, ні, не можу сказати) _____

Б. Чому? _____

Як часто (рідко, іноді, постійно) Ваша дитина відчуває:

радість _____

смуток _____

гнів (злість) _____

страх _____

образу _____

сором (провину) _____

заздрість _____

огиду _____

презирство _____

(Відмітити кожен емоцію)

Як Ви думаєте, що (ситуація, конкретна людина, конкретний предмет) найчастіше є причиною виникнення у вашої дитини наступних емоцій:

радість _____

смуток _____

гнів (злість) _____

страх _____

образа _____

сором (провина) _____

заздрість _____

огида _____

презирство _____

(Відмітити кожен емоцію)

Якщо Вашу дитину щось турбує, чи намагаєтесь Ви виправити ситуацію?
(Завжди, іноді, ніколи) _____

Як часто (постійно, по ситуації, рідко, ніколи) Ви караєте свою дитину?

В чому виражається покарання? _____

8.А. Чи можна сказати про Вашу дитину: емоційно збудлива , емоційно загальмована? (Так, ні, не можу сказати)

8.Б. Чи не спостерігаються у Вашої дитини яскраві негативні реакції на певну ситуацію, людину або предмет? (Так, ні, не можу сказати) _____

9.А. Чи траплялися в житті Вашої дитини трагічні події (важкі хвороби, смерть друзів і близьких, розставання з ними, розлучення батьків, стихійні лиха, нещасні випадки, фізичне насильство, напади тощо)? (Так, ні, не можу сказати)

_____ (Вказати вік)

9.Б. Особливості реакції дитини на дану подію (шок, істерика, кома тощо):

10.А. Яку подію (радісну, сумну, не можу сказати) свого життя Ваша дитина згадує найчастіше? _____

10.Б. Які причини (людина, ситуація, предмет, не можу сказати) викликають спогади про цю подію? _____

Чи можна по обличчю Вашої дитини здогадатися про її почуття? (Завжди, іноді, ніколи) _____

Чи вважаєте Ви обличчя Вашої дитини виразним? (Так, ні, не можу сказати) _____

Чи може Ваша дитина заплакати або засміятися, співпереживаючи Вам, іншим людям, літературним і телевізійним персонажам? (Так, ні, не можу сказати) _____

14.А. Чи прийнято у Вашій родині яскраво виражати емоції і почуття? (Так, ні) _____

14.Б. Чи схожа Ваша дитина на Вас у вираженні своїх почуттів і емоцій? (Так, ні, не можу сказати) _____

Які найбільш часті причини виникнення ознак поганого або хорошого настрою Вашої дитини? (Самопочуття, конкретні ситуації, темперамент, не знаю) _____

16.А. Чи розповідаєте Ви дитині про почуття, емоції, стосунки між людьми? (Часто, по ситуації, якщо питає, рідко, ніколи) _____

16.Б. Які слова Ви використовуєте для пояснення проявів почуттів (емоцій) у житті, літературі, кінофільмах? _____

17. Як Ви думаєте, в чому виражається любов Вашої дитини до Вас? (Поведінка, слова, залежність, не знаю, не виражається)

Інтерпретація результатів анкетування

(якісний і кількісний аналіз).

Якісний аналіз

Якісний аналіз отриманих відповідей здійснюється в наступному напрямку - особливості емоційного розвитку дитини.

Під емоційним досвідом дитини розуміється емоційне переживання конкретної події або ситуації різного модального змісту (радісного, сумного, страшного тощо). Ураховуються події, що викликали у дитини емоції високої інтенсивності, тобто емоційні реакції на високому порозі реагування. Маються на увазі: емоційне збудження, повна або часткова загальмованість, різного роду депресії, дисфорії та ейфорії, шоків та коматозні стани. Перелік можливих ситуацій, що викликають подібні емоційні реакції, задано в питанні 9 анкети. У кожному конкретному випадку можливе розширення цього переліку.

Для аналізу необхідне фіксування реальної стимул-ситуації в житті дитини, віку дитини на момент її переживання, особливостей її емоційного реагування

(питання 9), а також емоційного "застрявання" дитини на даній ситуації або людях (предметах), що її нагадують (питання 10).

Під фактором емоційної напруженості розуміється прояв у повсякденній поведінці симптомів емоційної збудливості, емоційної загальмованості або ситуативної реактивності як негативних показників емоційного розвитку дитини. Ураховуються реакції, що повторюються з певною періодичністю і характеризують стани занепокоєння, тривоги, страху. Підвищена емоційна збудливість проявляється у необґрунтованих і тривалих ейфоричних настроях, які часто супроводжуються високою руховою або вербальною активністю, що переходить у нав'язливі рухово-мовленнєві комплекси. Емоційна загальмованість проявляється у повній або частковій відсутності емоційних реакцій, адекватних для дітей цього віку. Так звана "емоційна тупість" обумовлена станом тривожності та страху високого ступеня, що блокує механізм адекватного реагування. Часто емоційна загальмованість (повна) супроводжується мутизмом, тобто відмовою від мовного спілкування при відсутності органічних уражень мовного апарату. У деяких випадках емоційна загальмованість (часткова) виражає приховану агресію і супроводжується немотивованими негативними діями дитини. Ситуативна реактивність проявляється в яскравому і відносно короткотривалому емоційному реагуванні дитини на конкретні ситуації, пов'язані з її негативними переживаннями. Наприклад, ситуації з вітчимою, братами і сестрами (молодшими і старшими), тваринами, темними приміщеннями, водою та висотою, заборонами і покараннями, хворобами і нещасними випадками. Реакції можуть бути різного порядку: істеричні, депресивні, дисфоричні тощо.

Для аналізу необхідне фіксування наявності фактора емоційної напруженості у дитини, диференціація симптомів за трьома типами емоційної напруженості: збудливість, загальмованість, ситуативна реактивність (питання 8).

Знання та уявлення про почуття, емоції у дитини формуються в основному в дошкільному віці і складають частину його загального когнітивного розвитку. У

нормі дитина повинна цікавитися змістом і проявом різних емоційних станів. Своєчасний емоційний розвиток дошкільника передбачає наявність у дитини уявлень про основні емоційні модальності (радість, смуток, страх, гнів, презирство, образа, заздрість, провина). У структуру цих уявлень входять: експресивне значення емоції (вираження), імпресивне значення емоції (переживання), ситуаційне значення (зміст). Дитина повинна орієнтуватися в ознаках (мімічних і пантомімічних) різних емоцій і співвідносити їх з певним значенням.

Для аналізу необхідне фіксування наявності у дитини уявлень про почуття та емоції, а також зацікавленості батьків у формуванні цих уявлень (питання 16).

Під емоційним полем розуміється комплекс особливостей емоційного реагування дитини при взаємодії з навколишньою дійсністю, людьми та самим собою. Цей комплекс включає: емотивність, емоційну пластичність, емоційну реактивність тощо. У сукупності ці особливості дають уявлення про загальну емоційність особистості. Емоційне поле спочатку має психофізіологічний характер, тому його реактивна динаміка обумовлена типом нервової системи. Деякі форми емоційного реагування можуть мати ситуативне (тимчасове) походження і пов'язані з сильними емоційними переживаннями: контрастні зміни емоційного поля у дитини діагностують емоційні зриви та потрясіння, симптоми поетапної трансформації — розвиток невротизації.

Для аналізу необхідне фіксування здатності до емоційного співпереживання та "зараження", гнучкості переходу з одного емоційного стану в інший (питання 13), інтенсивності емоційних проявів (питання 14), а також думки батьків про загальну емоційність їхньої дитини (питання 3).

Емоційний стиль дитини визначається на основі переважних емоційних станів, їх знаку та модальності. Знак емоційних станів диференціює емоційний фон дитини: позитивний, негативний, нейтральний. Позитивний емоційний фон характеризується достатньо стабільним і конструктивним прийняттям себе і

навколишньої дійсності (позитивне відображення). Негативний фон характеризується деконструктивним ставленням до себе або навколишньої дійсності (негативне відображення), також достатньо стабільним. Нейтральний фон характеризується відсутністю вираженого ставлення до себе і навколишньої дійсності (порушене відображення). Поряд з емоційним фоном враховується модальний зміст переважних у дитини емоцій. За основу модального ряду, валідного для дітей дошкільного віку, взято наступний перелік: радість, гнів, страх, смуток, презирство, відраза, образа, сором (провина), заздрість. Переважання однієї або стійкого поєднання модальностей дозволяє говорити про закріплене емоційне реагування дитини. Поєднання знаку емоційних станів і їх модальності в сукупності визначає емоційний стиль дитини. У дітей дошкільного віку високо диференційованим є поєднання негативного емоційного фону і модальностей страху (тривожність), гніву (агресивність), смутку-образи (депресивність), презирства-заздрості (демонстративність) тощо.

Для аналізу необхідно фіксування модальності емоцій і частоти їх проявів (питання 4), стимул-факторів, що викликають певні емоційні стани (питання 5), форм закріпленого емоційного реагування (питання 15).

Під експресивністю розуміється мімічна виразність дитини при емоційному реагуванні. Експресивність входить до структури комунікативної та ігрової компетентності дитини у дошкільному віці. Та чи інша ступінь мімічної виразності як засіб спілкування з однолітками визначає також соціальний статус дитини. При інтерпретації розрізняють довільну та мимовільну експресії. У першому випадку аналізуються мимовільні (спонтанні) експресивні реакції, у другому — довільні мімічні зміни на вимогу.

Для аналізу необхідне фіксування домінування відкритої або закритої форми експресивного реагування (питання 11, 12), ступеня довільної регуляції мімічної експресії (питання 11).

Кількісний аналіз

Кількісний аналіз отриманих відповідей здійснюється за двома напрямками:

- Ступінь участі батьків в емоційному розвитку дитини.
- Особливості дитячо-батьківських відносин на емоційному рівні.

Оцінюється кожна відповідь батьків відповідно до представлених у таблиці балів (див. таблицю оцінки відповідей). У результаті набрана кількість балів диференціюється за такими значеннями:

Висока ступінь участі — від 22 до 27 балів (найвища кількість балів при однозначних відповідях на всі 18 питань).

Середня ступінь участі — від 18 до 22 балів.

Низька ступінь участі — від 0 до 18 балів.

Присутність негативних значень (-1, -2) при будь-якій комбінації балів свідчить про проблеми дитячо-батьківських відносин на емоційному рівні (емоційне неприйняття дитини) (табл..2.1).

Таблиця 2.1 - Оцінка відповідей

№ питання	Відповідь	Бали
	Так	1
	Ні	0
	Не можу сказати	0

Далі, проаналізуємо отримані нами результати діагностики.

2.2. Аналіз результатів дослідження

Результати діагностики молодших школярів за методикою «Страхи в будиночках» А.І. Захарова, М.А. Панфілова представлені в таблиці 2.2. та на рис.2.1.

Таблиця 2.2 - Результати діагностики за методикою «Страхи в будиночках»

Рівень сформованості показника	В % відношенні	Кількість осіб
Високий рівень	16%	7 дітей
Середній рівень	48%	21 дитина
Низький рівень	36%	16 дітей

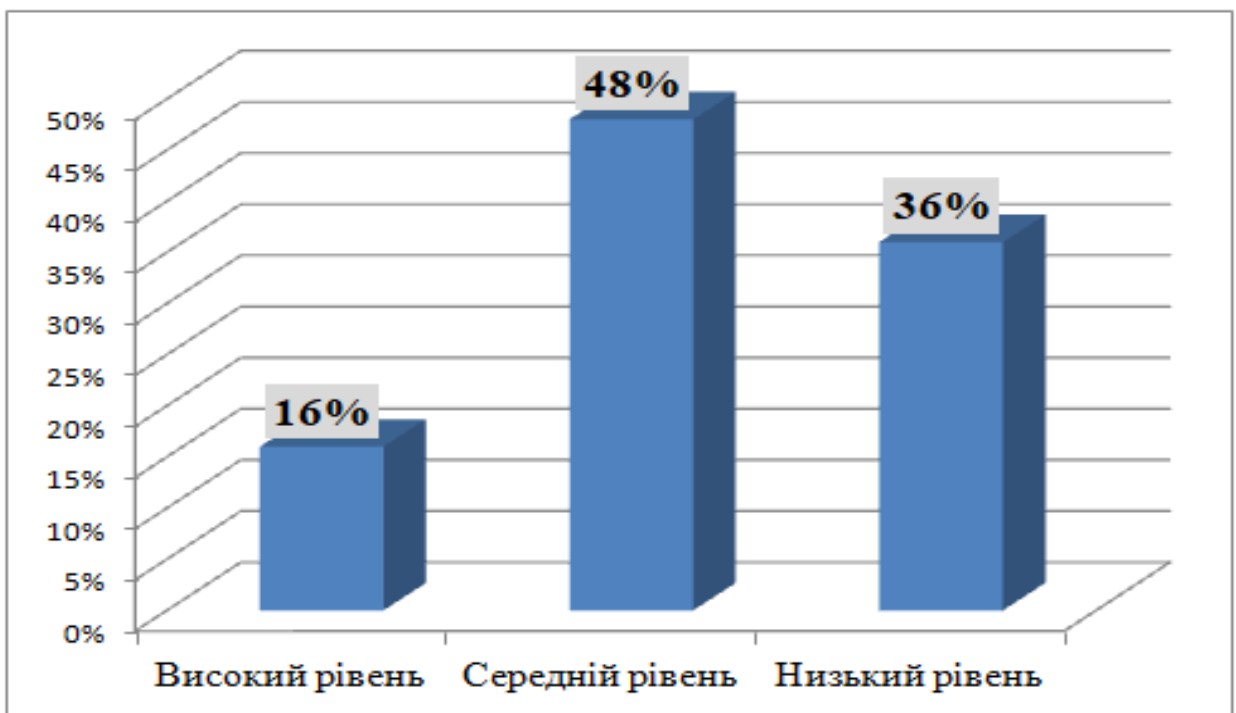


Рисунок 2.1 - Результати діагностики дітей за методикою «Страхи в будиночках»

Таким чином, згідно з даними таблиці 2.2. стає очевидним, що з 44 молодших школярів у 16 школярів виявлено низький рівень страхів, що становить 36%, середній рівень страхів є характерним для 21 дитини, що становить 48% з опитаних, високий рівень мають – 7 дітей, що становить 16%.

Наступним було тестування дітей за тестом «Намалюй свій страх». Результати діагностики представлені нами в таблиці 2.3. та на рис.2.2.

Таблиця 2.3 - Результати діагностики за методикою «Намалюй свій страх»

Рівень сформованості показника	В % відношенні	Кількість осіб
Високий рівень	40%	18 дітей
Середній рівень	38%	17 дітей
Низький рівень	22%	9 дітей

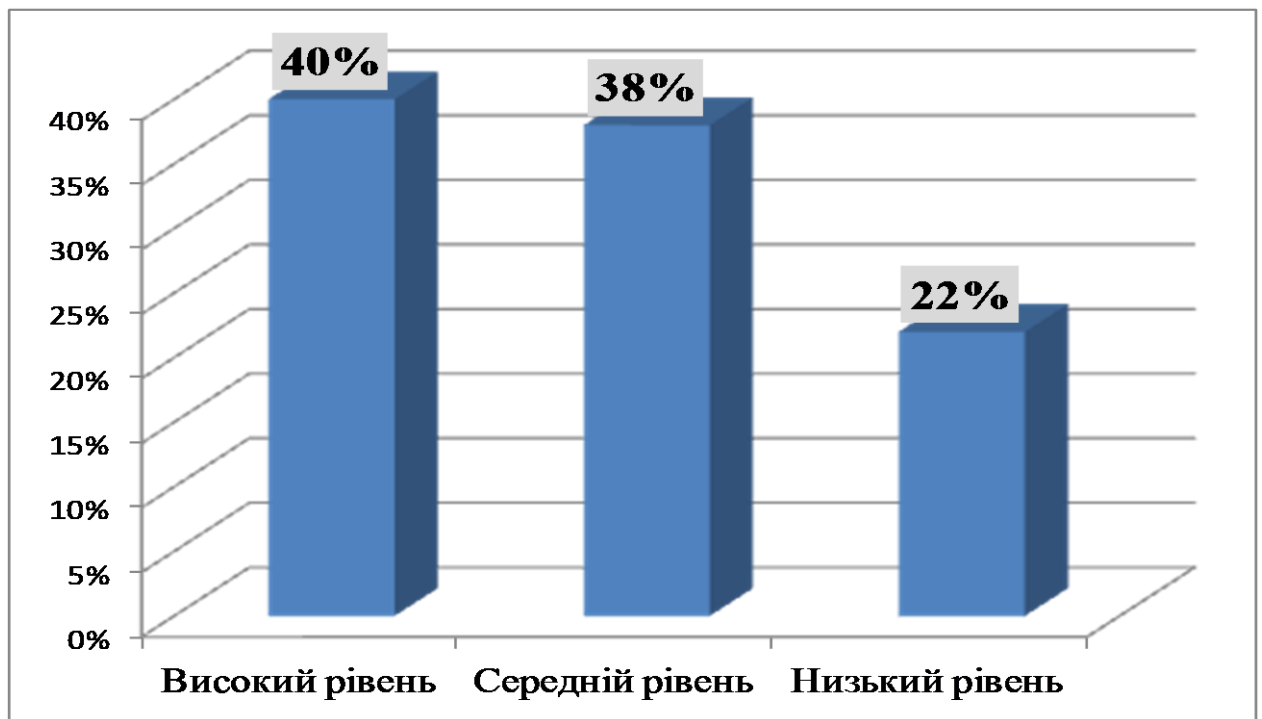


Рисунок 2.2 – Результати діагностики за методикою «Намалюй свій страх»

Аналізуючи отримані результати за другою методикою, відзначимо, що високий рівень сприйняття своїх страхів виявлено у 40% (18 дітей), середній 38% (17 дітей) та низький у 22% (9 учнів). В результаті аналізу малюнків учнів було отримано такі дані: обстежено 44 дитини та серед них 21% зобразили як об'єкт страху привидів, вампірів, акул, чудовиська, зобразили 6% дітей. Війну, танки зобразили 6%, темряву, грозу зобразили 41%, тварин - 8%, дітей, школу зобразили 3%, будинок-9%, символічні образи (павутина, шкільна дошка) - 6% дітей.

Отже, бачимо, що страхи, викликають в молодших школярів образи, що виникли у тому свідомості під впливом кінофільмів, засобів. Особливо слід звернути увагу на ситуацію в будинку, в сім'ї у дітей, у школі, що зобразили будинок та символічні образи. Діти, які зобразили тварин, також вимагають певної корекційної роботи.

Далі ми провели опитування батьків молодших школярів за методикою Анкета-опитувальник для батьків Є.І. Ізотова з метою виявлення уявлень батьків про особливості емоційного розвитку дитини. Результати опитування батьків представлені нами в таблиці 2.4. та на рис.2.3.

Таблиця 2.4 - Результат опитування батьків

Рівень сформованості показника	В % відношенні	Кількість осіб
Високий рівень	36%	16 дітей
Середній рівень	46%	20 дітей
Низький рівень	18%	8 дітей

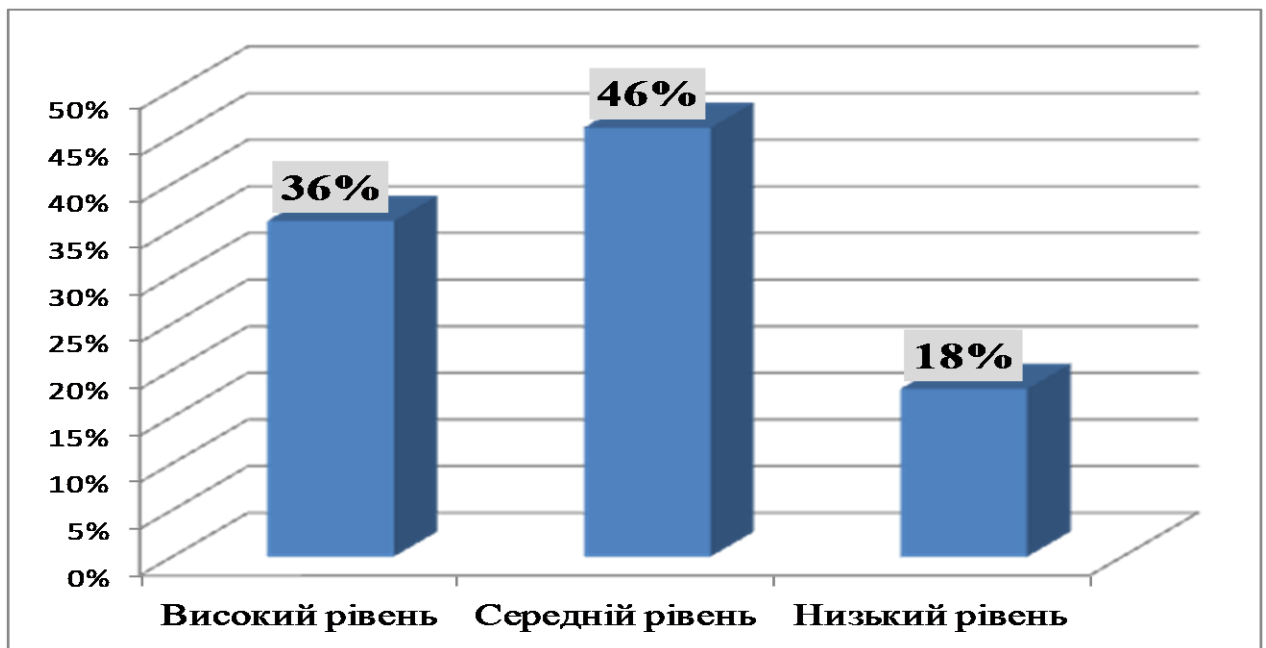


Рис.2.3 – Результати опитування батьків

Проаналізувавши результати опитування батьків молодших школярів можна дійти до невтішного висновку, що з 44 учнів найбільше страхів мають 16 дітей, що становить 36%; середня кількість страхів – 20 осіб, що становить 46%; найменша кількість страхів – 8 осіб, що становить 18%.

Таким чином, підсумовуючи відзначимо, що результати проведеного практичного дослідження демонструють необхідність розробки та проведення заходів, націлених на корекцію шкільних страхів у молодшому шкільному віці. Враховуючи це, нами були розроблені відповідні рекомендації.

2.3. Обґрунтування практичних рекомендацій психологам щодо корекції шкільних страхів у молодшому шкільному віці

Шкільні страхи є поширеним явищем серед дітей молодшого шкільного віку, яке може суттєво впливати на їх навчальний процес, соціальну адаптацію та загальне емоційне благополуччя. Діти, які стикаються зі шкільними страхами, можуть виявляти ознаки тривожності, уникати відвідування школи, мати труднощі у спілкуванні з однолітками та вчителями. Вчасна корекційна робота дозволяє запобігти розвитку хронічних форм тривожності, сприяє формуванню здорового емоційного клімату та забезпечує успішну соціалізацію дитини.

На основі отриманих нами результатів проведеної діагностики нами були обґрунтовані практичні рекомендації психологам щодо корекції шкільних страхів у молодшому шкільному віці.

1. Створення безпечного середовища

Рекомендуємо створювати емоційно безпечне середовище в школі, де дитина відчуватиме підтримку та захист. Вважаємо доречним забезпечити позитивний клімат у класі, що сприяє доброзичливому спілкуванню та відкритості дітей.

2. Індивідуальна робота з дитиною

Необхідно запровадити індивідуальні консультації з дітьми, що мають шкільні страхи, з метою глибшого розуміння причин їхніх страхів. Рекомендуємо проводити психологічне обстеження, використовуючи анкети та проєктивні тести для оцінки рівня тривожності та страхів у дитини.

3. Навчання саморегуляції

Вважаємо доречним навчати дітей технікам релаксації, таким як глибоке дихання, медитація або прогресивна м'язова релаксація. Рекомендуємо створювати "якорі безпеки", що допомагають дітям заспокоїтися та відчувати безпеку.

4. Залучення батьків

Необхідно запровадити освітні семінари для батьків, щоб вони могли краще розуміти шкільні страхи своїх дітей та знати, як їх підтримувати вдома. Рекомендуємо співпрацювати з батьками у розробці стратегій, що сприятимуть зменшенню шкільних страхів.

5. Розвиток соціальних навичок

Вважаємо доречним організувати групи підтримки для дітей, де вони можуть обговорювати свої страхи і вчитися один у одного. Рекомендуємо використовувати ролеві ігри для моделювання ситуацій, що викликають страх, та навчання дітей адекватних реакцій на них.

6. Робота з вчителями

Необхідно запровадити підвищення обізнаності вчителів щодо розпізнавання ознак шкільних страхів та правильного реагування на них. Рекомендуємо розробляти спільно з вчителями індивідуальні плани підтримки для дітей з високим рівнем тривожності.

7. Використання ігрових методів

Вважаємо доречним використовувати терапевтичні ігри для вираження емоцій та страхів, що дозволяє дітям легше справлятися з тривожністю. Рекомендуємо залучати дітей до творчих занять, таких як малювання чи ліплення, для вираження страхів у безпечному контексті.

8. Психоедукація

Необхідно запровадити інформаційні заняття для дітей, де пояснюється природа страхів і тривожності та способи їх подолання. Рекомендуємо навчати дітей конкретних технік подолання стресу та страхів, таких як планування дій на випадок тривожної ситуації.

Ці заходи сприятимуть ефективній роботі психологів з дітьми молодшого шкільного віку, які стикаються зі шкільними страхами, забезпечуючи їх емоційний комфорт та гармонійний розвиток.

Також нами було розроблено програму корекції шкільних страхів. Опис якої наведено нами нижче.

Програма корекції шкільних страхів

Мета програми: Корекція шкільних страхів у дітей молодшого шкільного віку через психотерапевтичні ігри, вправи та залучення батьків.

Цільова аудиторія:

Діти віком 6-10 років, які виявляють ознаки шкільних страхів і тривожності.

Етапи програми:

Етап 1: Підготовка

1) Діагностика та індивідуальні консультації

Рекомендуємо проводити індивідуальні зустрічі з дітьми для визначення рівня тривожності. Використовувати методики, такі як анкети та проективні тести, наприклад, тест "Намалюй школу".

Необхідно запровадити регулярні зустрічі для моніторингу стану дитини.

2) Підготовка матеріалів

Вважаємо доречним підготувати необхідні матеріали для ігор та вправ.

Рекомендуємо розробити інформаційні брошури для батьків, що пояснюють природу шкільних страхів та способи підтримки дітей вдома.

Етап 2: Групові заняття з дітьми

Заняття 1: Вступна (1 година)

1) Знайомство та встановлення довіри

Гра "Ім'я та улюблене заняття": Діти по черзі називають своє ім'я та розповідають про своє улюблене заняття. Це допоможе розвинути соціальні навички та зняти початкове напруження.

Обговорення цілей програми: Ознайомити дітей з метою програми, пояснити, що вони будуть робити під час занять.

3) Розповідь про страхи

Читання історії або перегляд мультфільму про страхи в школі: Це допоможе дітям усвідомити, що вони не самотні у своїх переживаннях.

Обговорення історії: Запропонуйте дітям поділитися своїми думками про те, що їх лякає у школі, та як герої історії долали свої страхи.

Заняття 2: Емоційна саморегуляція (1 година)

1) Релаксаційні техніки

Вправа "Повітряна кулька": Діти уявляють, що вони надувають повітряну кульку, і з кожним вдихом їх тіло розслабляється. Це сприятиме зниженню рівня тривожності та розвитку навичок саморегуляції.

Медитація "Безпечне місце": Проведіть коротку медитацію, де діти уявляють себе в безпечному та приємному місці. Це допоможе створити відчуття безпеки та зменшити страхи.

2) Обговорення відчуттів

Запропонуйте дітям поділитися своїми відчуттями після виконання вправ. Це сприятиме усвідомленню та вербалізації своїх емоцій.

Заняття 3: Соціальні навички (1 година)

1) Ролеві ігри

Сценка "Новий учень": Діти грають ролі нового учня та учнів, які зустрічають його. Ця гра допоможе дітям розвивати емпатію та соціальні навички.

Обговорення: Після гри обговоріть з дітьми, як можна допомогти новому учню почуватися комфортно.

2) Групові вправи

Гра "Компліменти": Діти по черзі кажуть один одному компліменти. Це підвищить самооцінку дітей та покращить атмосферу в групі.

Заняття 4: Творчі методи (1 година)

1) Малювання страхів

Вправа "Малюнок страху": Діти малюють, що саме їх лякає у школі. Це допоможе виявити та вербалізувати страхи через творчість.

Обговорення малюнків: Попросіть дітей розповісти про свої малюнки. Запропонуйте їм змінити малюнок так, щоб страх зник або зменшився.

2) Ліплення з пластиліну

Вправа "Страх і його друг": Діти ліплять свої страхи з пластиліну, а потім створюють для них друзів. Це допоможе дітям змінити своє ставлення до страхів.

Заняття 5. Подолання страхів за допомогою арт-терапії

Тема: Малюємо кола.

Мета: виявити міжособистісні та групові відносини, їх динаміку, формування групового згуртування.

Завдання: 1. Прояснити особистісні особливості, цінності, претензії, характерні проблеми кожного учасника.

Визначити положення кожної дитини в групі.

Хід заняття:

1) Настрій «Малюнок по колу».

Учасникам пропонується по черзі намалювати будь-який малюнок на аркуші, потім передати його своєму сусідові. Наступна людина може намалювати новий малюнок або дорисувати вже намальований.

2) Індивідуальна робота. Займіть місце за одним зі столів. За бажанням можна змінити своє місце. Ви маєте право вільно пересуватися навколо столу і працювати на будь-якій території. Намалюйте коло бажаного розміру улюбленим кольором. Намалюйте на аркуші ще одне-два кола будь-якого розміру та кольору.

Будь ласка, відійдіть від столу і подивіться на отримані зображення збоку. Наступна інструкція тільки для тих, хто не задоволений результатами роботи і хотів би змінити (уточнити, виправити) вигляд, колір, місце розташування своїх кол на просторі паперового полотна. Ви можете зробити ще один або кілька малюнків. Обведіть контури малюнків. З'єднайте лініями свої кола з тими кругами, які вам особливо сподобалися. Уявіть, що прокладаєте дороги. Заповніть простір кожного зі своїх кол сюжетними малюнками, знаками, символами, тобто надайте їм індивідуальність.

3) Колективна робота. Підійдіть до аркуша-картини, уважно розгляньте малюнки. Якщо ви дуже бажаєте щось дорисувати в колах інших учасників, спробуйте домовитися з ними про це. З дозволу авторів напишіть добрі слова та побажання поруч із малюнками, які вам сподобалися. Будьте обережні з простором і почуттями інших! Відобразіть залишений вільний простір аркуша узорами, символами, знаками та іншими елементами. По-перше, домовтеся з іншими учасниками про зміст і методи створення фону для колективного малюнка.

4) Етап вербалізації та рефлексивного аналізу. Групи прикріплюють отримані картини-полотна до стіни. Потім кожен учасник ділиться враженнями про спільну роботу, показує свої малюнки, розповідає про задум, сюжет, почуття, за бажанням, вголос читає добрі побажання, які йому написали інші учасники.

Заняття 6. Малюємо дерева.

Мета: розвивати відчуття належності до колективу.

Завдання: 1. Створення атмосфери згурпування дітей.

Формування доброзичливих відносин.

Розвиток співчуття та співчутливості.

Хід заняття:

1) Настрій. Активізація візуальних, аудіальних, кінестетичних відчуттів. Учасникам пропонується зайняти зручне для себе положення (встати, сісти, сісти

на підлогу, якщо є відповідні умови, на власний розсуд). Закрийте очі. Уявіть колір, звук, мелодію, рухи, за допомогою яких можна виразити власний стан "тут і зараз". Встаньте в загальний коло. Спробуйте описати словами і показати ваші відчуття.

Пошук образу за допомогою рухів під музику. Лунає повільна, мелодійна музична композиція (без слів). Закрийте очі і намагайтеся побачити ліс. Уявіть себе в образі дерева. Знайдіть йому місце серед інших дерев. Потім виберіть в просторі аудиторії підходяще місце, де "дереву" зручно качати гіллями, рости вгору і навіть танцювати. Покажіть рухами, танцем, як воно себе відчуває. Одиноке дерево відкрите всім вітрам. Літом його жорстоко обпалює сонце, зимою охолоджує мороз. Навіть звіру важко сховатися під одиноким деревом. То легше, коли поруч є добрі й надійні друзі. Підійдіть один до одного так близько, як вам цього захочеться. Нехай ваші дерева утворюють кілька лісочків. Обережно доторкніться пальцями - листочками. У психолога є можливість звернути увагу на ефект соціометричного вибору. Спробуймо всі разом створити образ дуже сильного, могутнього дерева. Встаньте поруч один з одним в коло. Який великий, надійний стовбур вийшов у дерева! І гілки тягнуться вгору, переплітаючись між собою. У такій кроні тепло і затишно білкам, пташкам. А саме дерево нічого не боїться: ані бурі, ані грози, ані самотності. Психологу важливо спостерігати, в якому з запропонованих образів учасник арт-терапевтичного заняття відчуває себе більш комфортно й впевнено.

2) Індивідуальна робота. Інструкції до цього етапу слід повідомити заздалегідь, щоб не порушити виниклий у людини емоційний стан. Кожному учаснику пропонується зайняти обране ним місце за робочим столом. На аркуші паперу будь-якими мистецькими засобами намалуйте обрані вами образи одного або кількох дерев і виниклі асоціації. Придумайте малюнку назву та історію, яку "дерево" хотіло б розповісти від першої особи.

3) Етап вербалізації. Учасники займають стільці, кладуть на підлогу всередині кола свої роботи так, щоб усім було зручно розглядати деталі. Потім кожен розповідає про свій малюнок. Ступінь відкритості залежить від самого "художника". Якщо він з якоїсь причини мовчить, можна спробувати ділікатно запитати, наприклад, про почуття, надії, мрії, бажання деревного образу. Настоювати, однак, не варто. Щоб прояснити деталі малюнка або розповіді, психолог і інші учасники групової роботи можуть додатково задавати коректні косвенні питання: Де вашому дереву хотілося б рости: на опушці чи серед інших дерев? Чи є у нього друзі та вороги? Чи боїться воно чогось? Грозять йому які-небудь небезпеки? Про що мріє це дерево? Який настрій у вашого дерева? Чи є воно щасливим чи нещасливим? Якщо б замість дерева був намальований людина, то хто б це був? За що його люблять люди? Про що мріє дерево? Який подарунок його обрадує? Як можна порятувати, чим допомогти, якщо дерево хворіє? Більшість дітей із задоволенням розповідають, наче про дерево, повідомляючи багато важливих деталей про себе, свої переживання, сумніви, проблеми. Далі учасникам пропонується наступна інструкція. Необхідно відокремити образ дерева від фону. Відокреміть по контуру зображення дерева зовнішню (зайву) частину малюнка. (Робота виконується пальцями - не можна використовувати ножиці).

4) Колективна робота. Уявіть, що великий аркуш паперу на підлозі - це поляна, на якій "виростуть" ваші дерева. Кожен має право вирішувати, де зручніше розмістити малюнки: в лісі серед інших дерев, у маленькій рощиці або залишити самотніми (мовно кажучи). Оберіть відповідне місце і розташуйте дерева на поверхні аркуша. За бажанням, змініть початкове розташування вашого малюнка. На цьому етапі особливо важливий стан впевненості, відчуття прийняття та захищеності. Тому малюнки можна переміщувати багато разів. Більший терапевтичний ефект досягається в разі, якщо аркуш має форму кола або еліпса.

5) Заключний етап. Заняття завершується взаємними подарунками та добрими побажаннями. Ви можете звернутися один до одного, наприклад, такими словами: "Будь ласка, подаруй мені на згадку твоє дерево" або "Дозволь мені подарувати свій малюнок на пам'ять тобі". Нехай ці подарунки стануть вашими щасливими талісманами. Учасники обмінюються творчими роботами. "В лісі" (на аркуші паперу) не повинно залишитися самотніх дерев, які ніхто не обрав. У такому випадку психолог може попросити дозволу автора взяти малюнок собі, обов'язково з автографом. Необхідно коректно допомогти людині вийти з незручного положення, якщо та з якоїсь причини соромиться сама зробити подарунок. Важливо, щоб у кожного залишився малюнок на згадку.

Заняття 7. Лялькотерапія

Мета: сприяння розширенню рольового репертуару та рольової гнучкості учасників.

Завдання:

Зниження рівня тривожності.

Розвиток емоційної гнучкості.

Хід заняття:

1) Настрій («розігрів»). Кожному учаснику пропонується зайняти місце за столом, підготувати папір, олівці, фарби та інші матеріали, необхідні для малювання. Візьміть олівець (фломастер, фарбу, пастельні крейди або інші образотворчі матеріали за бажанням), закрийте очі і спробуйте малювати на аркуші паперу будь-які лінії, геометричні фігури, знаки. Не обмежуйте рухи руки. Можна просто "калякати". Розгляньте свій малюнок. Якщо хочеться щось домалювати або пояснити словами, зробіть це. Візьміть інший аркуш паперу, олівець іншого кольору, який зараз відповідає вашому настрою, і знову намалюйте "каракули", тільки тепер з відкритими очима. Підійдіть з малюнком до будь-кого з учасників групи і запропонуйте доповнити його так, щоб вийшло впізнаване

зображення. Вважається, що подібні вправи стимулюють спонтанне самовираження, допомагаючи краще налаштуватися на свій внутрішній світ.

2) Активізація комунікації. Учасникам групи пропонується сісти в коло, всередині якого на підлозі розкласти малюнки, щоб їх можна було розглянути. Далі бажачі розповідають про спонтанний задум, сюжет, свої почуття, настрій. На цьому етапі нерідко виникають ситуації, коли необхідно проявити співчуття та співпереживання іншій людині. У дитячих групах важливо використовувати виховні можливості таких ситуацій. Завершити цей етап бажано взаємними подарунками малюнків з добрими побажаннями на згадку.

3) Індивідуальна робота. Кожному учаснику необхідно вибрати один із восьми запропонованих йому клаптиків тканини та закріпити його за допомогою гумового кільця у вигляді хустки на будь-якому пальці лівої руки. Уважно розгляньте кумедну ляльку, уявіть вираз обличчя, характер вигаданого персонажа. (Який він: добрий, злий, боягузливий, сміливий чи...?). Намалуйте відповідне за розмірами обличчя, виріжте ножицями і вставте в овал, утворений хусткою. За бажанням для ляльки можна зробити одяг.

4) Етап вербалізації та лялькової театралізації. Придумайте історію, яку лялька неодмінно хотіла б розповісти про себе. Якщо для маленького спектаклю потрібні інші персонажі, зробіть їх. За бажанням, зверніться до учасників групи з проханням, щоб їхні ляльки зіграли задумані вами ролі. Таким чином, кожен може вибрати для себе комфортну "дозу" комунікативної участі.

5) Заключний етап. Кожному учаснику групи знову пропонується вибрати клаптик тканини будь-якого кольору та закріпити його на пальці. (Зміна кольору клаптика порівняно з початковим вибором – своєрідний індикатор динаміки настрою та емоційного самопочуття за період заняття). Лялька (без обличчя), за бажанням, може подякувати всім присутнім, поділитися враженнями, задати питання, розповісти про зміни, що відбулися в ній.

Заняття 8. Домашня лялькотерапія

Мета: отримати уявлення про суб'єктивну оцінку дитиною батьківської сім'ї, свого місця в ній, взаємодію з іншими її членами.

Завдання:

Створення атмосфери довіри, розуміння та прийняття в сім'ї.

Формування правильного сприйняття стосунків у сім'ї.

Хід заняття:

1) Індивідуальна робота. На маленькому аркуші прямокутної форми намалуйте ляльку. Склейте папір у вигляді циліндра. За бажанням зробіть ляльці одяг, додайте необхідні деталі, аксесуари.

2) Етап вербалізації та лялькової театралізації (драматизації). Надягніть отриману ляльку на палець. Придумайте історію, яку лялька хотіла б розповісти про себе. Почати можна словами: «Жила-була лялька, схожа на мене...». Початок розповіді словами: «Жив-був чоловік (дівчинка, хлопчик), схожий на мене...» підсилює ефект проєкції та полегшує вербалізацію внутрішнього стану. За словами Д. Бретт, такі розповіді можна назвати психотерапевтичними. Далі всі учасники заняття по колу розповідають свої історії.

3) Заключний етап. Рефлексивний аналіз. Заняття завершується обговоренням того, що відбувалося. «Лялькам» можна задавати питання. Дарувати їх одне одному. Якщо є бажання, зробіть будинок або ціле місто, в якому вони будуть жити до наступної гри. Все залежить від настрою та уяви учасників. Головне – серйозне і бережливе ставлення до виготовленої ляльки, адже це персоніфікований образ автора.

Заняття 9. Малюємо маски

Мета: корекція різноманітних страхів, особливо тих, які викликані уявою: страх хвороби, нападу, стихійних лих, транспорту, казкових персонажів тощо.

Завдання:

Актуалізувати почуття страху.

Усвідомити умовність цього почуття.

Знизити рівень тривожності.

Хід заняття:

1) Настрій («розігрів»). Учасники займають місця для індивідуальної роботи. Можна використовувати «Каракулі» Д. Віннікотта, «Техніку закритих очей» Ф. Кейн, М. Річардсон, а також близькі за змістом і методикою проведення вправи «Естафета ліній», «Автографи». Підходять різні ігри з кольором. Наприклад, учасникам заняття пропонується згадати, які почуття вони частіше за все відчують, намалювати їх фарбами у вигляді різнокольорових плям, підписати назви. Як самостійне вправу на етапі настрою можна запропонувати учасникам зобразити за допомогою ліній і кольору певні емоції, наприклад, за методикою М. Бетенські, – страх, любов, злість. Основна умова: малюнки повинні бути абстрактними, тобто не містити конкретних образів, піктограм, символів-штампів (сердечка, квіточки, стріли тощо). Кожен працює самостійно. На зображення однієї емоції відводиться 2-3 хвилини. На цьому етапі обговорення не проводиться. Однак якщо у групі яскраво виражена потреба поділитися враженнями, треба направити вербальне самовираження учасників на обговорення їх почуттів, мотивів вибору кольору, форми, але не аналізувати образотворчу продукцію.

2) Актуалізація емоції страху. Учасникам пропонується зайняти місця на стільцях, розставлених по колу. Всім, і дорослому, і дитині, знайоме почуття страху. Закрийте очі та уявіть ситуацію, свої відчуття, коли вам було страшно. Придумайте цьому назву. Відкрийте очі. Розкажіть про свої почуття. Бажано, щоб першим говорив той, на кому психолог побачив найсильніші емоції. Не примушувати, якщо людина відмовляється! Можливий і інший варіант цього етапу. Наприклад, усім присутнім пропонується розділитися на пари та розповісти одне одному найстрашніші сни або історії зі свого життя.

3) Індивідуальна робота. «Матеріалізація страху». Учасники знову займають місця для індивідуальної роботи. Намалюйте свій страх на аркуші паперу. Роботу

не обов'язково показувати комусь. Вчиніть із малюнком, як вам хочеться. Його можна зім'яти, порвати, спалити або знищити іншим способом. Після того, як учасники розправилися зі своїми матеріалізованими в малюнках страхами, їм пропонується наступна інструкція. Намалюйте на аркуші паперу страх у вигляді маски, використовуючи сангін, соус або художнє вугілля. По чорному або коричневому фону можна малювати білою крейдою або висвітлити контури зображення гумкою. Відірвіть пальцями зайвий папір – фон. Ножицями користуватися не можна. Така робота сприяє розвитку тактильної чутливості та дрібної моторики рук. Можлива інтерпретація деяких ознак маски. Інформативні розмір, зображена емоція, наявність таких елементів, як очі, рот, зуби, вуха, роги тощо.

4) Ритуальна драматизація. «Спонтанний театр». Створюється ситуація «публічного» проживання страху. Учасникам пропонується об'єднатися для спільної творчості в малі групи по 3-5 осіб. Розгляньте зображення масок. Обміняйтеся враженнями. Придумайте назву та зміст історії, у якій маски були б головними дійовими особами. Розташуйте їх на аркуші ватману та домалюйте «картину». Матеріали для колективної роботи вибираються за бажанням «художників». Далі учасникам пропонується «озвучити» картину. Розподіліть та відрепетируйте ролі відповідно до придуманого сюжету. Кожен має говорити від «обличчя» своєї маски. Потім кожна група виходить на імпровізовану сцену. Інші учасники в цей час – глядачі. Отримується невелика вистава, причому, яким би не був страшний початковий сюжет, у момент озвучування він викликає сміх і в акторів, і у глядачів.

5) Заключний етап. Рефлексивний аналіз. У процесі колективної рефлексії кожному учаснику пропонується вербалізувати власні враження, наприклад, обговорити: Що відчував, коли працював один, з групою, відчуваєш зараз? Як працювала група? Кому належить ідея сюжету, назви? Як можна допомогти собі та іншим, якщо раптом стане страшно? Якого кольору ваші почуття, коли буває

страшно? Якого кольору ваші почуття зараз? Одночасно обговорюються індивідуальні малюнки, виконані на етапі «Настрою».

Етап 3: Робота з батьками (1 година)

1) Освітні семінари

Лекція про природу шкільних страхів: Поясніть батькам, що таке шкільні страхи, їх причини та наслідки.

Обговорення способів підтримки дітей вдома: Дайте рекомендації, як батьки можуть допомогти дітям подолати страхи.

2) Індивідуальні консультації

Працюйте з батьками індивідуально, розробляючи стратегії підтримки конкретної дитини. Це допоможе забезпечити узгодженість дій батьків та психолога.

Етап 4: Завершення програми (1 година)

Підсумкова зустріч

Гра "Що я навчився": Діти розповідають, що вони навчилися під час програми. Це допоможе підсумувати досягнення дітей та закріпити позитивний досвід.

Нагородження учасників дипломами або медалями: Це стане символічним завершенням програми та стимулюватиме дітей до подальшого розвитку.

Зворотній зв'язок

Проведіть обговорення з дітьми та батьками результатів програми.

Заповнення анкети зворотного зв'язку: Це допоможе оцінити ефективність програми та внести необхідні корективи для майбутніх занять.

Вправи та Ігри

Гра "Ім'я та улюблене заняття"

Мета: Розвинути соціальні навички та допомогти дітям познайомитися.

Опис: Кожна дитина по черзі називає своє ім'я та розповідає про своє улюблене заняття.

Вправа "Повітряна кулька"

Мета: Навчити дітей технікам релаксації.

Опис: Діти уявляють, що вони надувають повітряну кульку, і з кожним вдихом їх тіло розслабляється.

Рольова гра "Новий учень"

Мета: Розвинути емпатію та соціальні навички.

Опис: Діти грають ролі нового учня та учнів, які зустрічають його. Після гри обговорюють, як можна допомогти новому учню почуватися комфортно.

Вправа "Малюнок страху"

Мета: Виявити та виразити страхи через творчість.

Опис: Діти малюють, що саме їх лякає у школі, а потім обговорюють малюнки з психологом та однолітками.

Гра "Компліменти"

Мета: Підвищити самооцінку та покращити атмосферу в групі.

Опис: Діти по черзі кажуть один одному компліменти.

Завершення програми

Підсумовуючи відзначимо, що розроблена нами програма спрямована на комплексну підтримку дітей молодшого шкільного віку, які стикаються зі шкільними страхами. Використання психотерапевтичних ігор, творчих завдань, ролевих ігор та залучення батьків сприятиме зменшенню тривожності та розвитку емоційної стійкості у дітей. Вчасне втручання та систематична робота з дитиною та її оточенням допоможе забезпечити успішну адаптацію до шкільного життя та гармонійний розвиток особистості.

Висновки до розділу

З метою визначення психологічних чинників прояву шкільних страхів у молодшому шкільному віці нами було проведено практичне дослідження, в якому взяли участь 44 молодших школяра у віці 6-8 років. При проведенні діагностики були використані наступні методики: 1. Методика «Страхи в будиночках» А.І. Захарова, М.А. Панфілова. 2. Тест «Намалюй свій страх». 3. Анкета-опитувач для батьків Є.І. Ізотова.

Отримані нами результати тестування дітей за методикою «Страхи в будиночках» А.І. Захарова та М.А. Панфілова показали, що з 44 школярів у 16 (36%) виявлено низький рівень страхів, середній рівень страхів характерний для 21 дитини (48%), високий рівень страхів мають 7 дітей (16%).

Результати тестування дітей за тестом «Намалюй свій страх» свідчать про те, що високий рівень сприйняття своїх страхів виявлено у 18 дітей (40%), середній рівень - у 17 дітей (38%), низький рівень - у 9 учнів (22%). Аналіз малюнків учнів показав наступні дані: з 44 дітей, 21% зобразили як об'єкт страху привидів, вампірів, акул; чудовиська зобразили 6% дітей; війну та танки - 41%; темряву та грозу - 6%; тварин - 8%; дітей та школу - 3%; будинок - 9%; символічні образи (павутина, шкільна дошка) - 6% дітей. Таким чином, страхи у молодших школярів часто пов'язані з образами, що виникли під впливом кінофільмів та інших засобів масової інформації. Особливої уваги потребують діти, які зобразили будинок та символічні образи, що може вказувати на проблеми в сімейному або шкільному середовищі. Діти, які зобразили тварин, також потребують певної корекційної роботи.

Результати опитування батьків за методикою анкета-опитувач для батьків Є.І. Ізотова, що має на меті виявлення уявлень батьків про особливості емоційного розвитку дитини, показали, що серед 44 учнів найбільшу кількість страхів мають

16 дітей (36%), середню кількість страхів - 20 дітей (46%), найменшу кількість страхів - 8 дітей (18%).

На основі отриманих результатів практичного дослідження нами були розроблені практичні рекомендації психологам щодо корекції шкільних страхів у молодшому шкільному віці.

ВИСНОВКИ

Отже, у вивченні страху дослідники ретельно аналізують емоційні стани особистості та психологічні чинники, які спричиняють та допомагають долати страхи. Ці чинники є унікальними для кожного вікового періоду, який досліджується. Особлива увага приділяється молодшому шкільному, підлітковому та юнацькому віковим періодам, оскільки саме в цей час відбувається формування і розвиток особистості. Розуміння цих етапів є критично важливим для подолання страхів. Загалом, сучасні дослідження підкреслюють важливість вікового підходу до вивчення страхів для розробки ефективних методів їх подолання.

Вивчення психологічної літератури підтверджує, що емоційний розвиток дітей молодшого шкільного віку тісно пов'язаний із їхнім способом життя, який змінюється та розширенням кола спілкування, особливо під час вступу до школи. У цьому віці формується власна емоційна виразність, що проявляється у різноманітності інтонацій та міміці дитини. Для стимулювання розвитку емоційної сфери важливо не лише розглядати різноманітність почуттів та емоцій, але й сприяти гармонійному формуванню цих аспектів. Навички управління емоціями, такими як гнів, страх, провина, та розуміння їх причин, також мають важливе значення. Емоційне благополуччя дитини пов'язане з її самооцінкою, вірою у власні здібності та оцінкою моральних якостей, а негативні психологічні стани можуть мати значний вплив на подальший розвиток, ставши стійкими особливостями особистості.

Психологічні особливості страхів у молодших школярів пов'язані з їх емоційною виразністю та зміною способу життя під час вступу до школи. У цьому віці важливо підтримувати гармонійний розвиток емоційної сфери та навчати навичкам управління емоціями, такими як страх. Негативні емоційні стани можуть значно вплинути на подальший розвиток дитини, формуючи стійкі особливості особистості.

В результаті проведеного практичного дослідження з метою визначення психологічних чинників прояву шкільних страхів у молодшому шкільному віці серед 44 молодших школярів у віці 7–8 років нами були отримані наступні результати:

Результати діагностики молодших школярів отриманих за методикою «Страхи в будиночках» А.І. Захарова, М.А. Панфілова демонструють той факт, що з 44 молодших школярів у 16 школярів виявлено низький рівень страхів, що становить 36%, середній рівень страхів є характерним для 21 дитини, що становить 48% з опитаних, високий рівень мають – 7 дітей, що становить 16%.

Результати тестування дітей за тестом «Намалюй свій страх» свідчать про те, що високий рівень сприйняття своїх страхів виявлено у 40% (18 дітей), середній 38% (17 дітей) та низький у 22% (9 учнів). В результаті аналізу малюнків учнів було отримано такі дані: обстежено 44 дитини та серед них 21% зобразили як об'єкт страху привидів, вампірів, акул, чудовиська, зобразили 41% дітей. Війну, танки зобразили 6%, темряву, грозу зобразили 6%, тварин - 8%, дітей, школу зобразили 3%, будинок-9%, символічні образи (павутина, шкільна дошка) - 6% дітей.

Отже, бачимо, що страхи, викликають в молодших школярів образи, що виникли у тому свідомості під впливом кінофільмів, засобів. Особливо слід звернути увагу на ситуацію в будинку, в сім'ї у дітей, у школі, що зобразили будинок та символічні образи. Діти, які зобразили тварин, також вимагають певної корекційної роботи.

Результати опитування батьків молодших школярів за методикою Анкета-опитувальник для батьків Є.І. Ізотова з метою виявлення уявлень батьків про особливості емоційного розвитку дитини демонструють той факт, що з 44 учнів найбільше страхів мають 16 дітей, що становить 36%; середня кількість страхів – 20 осіб, що становить 46%; найменша кількість страхів – 8 осіб, що становить 18%.

На основі отриманих результатів проведеного практичного дослідження нами були розроблені практичні рекомендації психологам щодо корекції шкільних страхів у молодшому шкільному віці.

ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ

1. Бабарикіна І. В. Психологічні особливості вікової динаміки страхів у навчальній діяльності школярів: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Харків, 2011. 20 с.
2. Байда С.П. Дитячі страхи та невротичний розвиток особистості. Вчені записки ТНУ ім. В.І. Вернадського. Серія «Педагогічна та вікова психологія», 2022. Т.33. №4. С.55-59.
3. Богучарова О. Шкільні страхи шестирічок та їх запобігання / О.Богучарова // Практична психологія та соціальна робота. 2012. №5. с.1-3.
4. Булах І. С., Кузьменко С. В. Психологічні особливості шкільної тривожності молодших школярів. Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент. 2011. Вип. 7. С. 150–157.
5. Вавілова А. С. Психологічні особливості страхів молодших школярів: збірник наукових праць ККПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. 2020. № 1. Т. 1. С. 140–144.
6. Василега О. Ю. Вступ до спеціальності: особливості реалізації діагностичної функції практичного психолога (на прикладі характеристики пріоритетних форм і методів діагностики дитячих страхів). Теоретичні і прикладні проблеми психології. 2013. № 3. С. 61-68.
7. Вітвіцька А. Я., Бригадир М. Б. Як говорити з дітьми про війну, смерть і втрату. Наукові проекти соціально-гуманітарного факультету ЗУНУ. 2022. С. 130-131.
8. Гречаник Н., Гречаник С. До питання про формування емоційно-етичної компетентності особистості: зарубіжний досвід. Наука і техніка сьогодні. Серія «Педагогіка», 2022. № 6 (6), С. 77–83.

9. Гречаник С., Гречаник Н. Емоційно-етична компетентність особистості як психолого-педагогічна проблема. *Acta paedagogica volynienses*, 2022. Вип. 2 (1). С. 44–49.
10. Гузенко В. А. Особливості переживання соціального страху особами з різними рівнями мотивації досягнень у юнацькому віці : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / В. А. Гузенко. О., 2013. 21 с.
11. Даценко Т. О. Ресурси особистості, спрямовані на подолання страху: психологічний захист і копінг-стратегії. Теоретичні і прикладні проблеми психології: зб. наук. праць. Луганськ, 2014. № 3 (35). С. 150-155.
12. Даценко Т. О. Феномен дитячого страху: психологічний вимір дослідження молодих учених у контексті розвитку сучасної науки : матер. II щорічної Всеукр. наук.-практ. конф., (19 квітня 2012 р.) Київ. : Київ. ун-т ім. Б. Грінченка, 2012. С. 182-187.
13. Зливков В., Лукомська С., Євдокимова Н., Ліпінська С. Діти і війна: монографія. Київ-Ніжин: Видавець ПП Лисенко М. М., 2023. 221 с.
14. Ісаєва Д. Ю. Дитячі страхи: психологічна підтримка. *Science and innovations in the 21st century*: матеріали I Всеукраїнської Інтернет-конференції студентів та молодих вчених (Мелітополь, 12 травня 2021 р.) Гуманітарні науки. Соціальні та поведінкові науки. Мелітополь: ТДАТУ, 2021. 126 с
15. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії: навч.-метод. посібник. Ч.1. Львів : ЛьвДУВС, 2020. 232 с.
16. Камінська О. В. Проблема дитячих страхів у дослідженнях вітчизняних та зарубіжних науковців. *Психологічний часопис*. 2018. № 4. С. 86–104.
17. Каченюк І.Л. Програма психологічної корекції страхів дітей молодшого шкільного віку. Друкується за рішенням Вченої ради Навчально-наукового інституту педагогіки, психології, підготовки фахівців вищої

кваліфікації Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського, 2018, 62

18. К'єркегор С. Поняття страху. К: Академічний проект. 2020. 212 с.
19. Ковалевська А. О. Ефективність використання засобів образотворчої діяльності для психокорекції страхів: наук. вісн. Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія : Психологічні науки, 2013. Т. 2. Вип. 10. С. 151–155.
20. Ковалевська А. Причини та види страхів молодших школярів. Проблеми сучасної педагогічної освіти. № 26. Ч. 2. Ялта : РВВ КГУ, 2010. С. 238
21. Косік В. В. Особистісні страхи призовників та їх психодіагностика : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології» / В. В. Косік. К., 2011. 16 с.
22. Кузнєцов М. А. Шкільні страхи: види, умови прояву та шляхи подолання: моногр. Харків : ХНПУ, 2012. 227 с.
23. Лазуренко О.О. Емоційність як особливий психологічний феномен і предмет сучасних досліджень. URL: <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v6/i9/25.pdf> (дата звернення 24.04.2024).
24. Лелет І. О. Емоційність vs емотивність: взаємозв'язок та розмежування понять. Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Сер.: Філологія. 2021. № 49. Том 1. С. 106–110.
25. Макух О.І. Особливості межових психічних станів молодших школярів у процесі навчальної діяльності : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2009. 20 с.
26. Матковська А.Т. Почуття страху та його прояви у дітей дошкільного віку. Соціальної роботи: Збірник доповідей Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції, присвяченої 120-річчю з Дня народження Еріка Еріксона, 2023.–305 с., 155

27. Михальченко Н.В. Вікова психологія. Навчально-методичний посібник. Миколаїв: МНУ імені В.О. Сухомлинського, 2017. 244 с
28. Назаревич В. І. Психологічні детермінанти проявів шкільних страхів у молодших школярів // Інтернет ресурс. веб-сайт. URL: <https://socialscience.uu.edu.ua/article/215> (дата звернення: 15.04.2024).
29. Ольховецький С.М. Психологічні чинники дитячих страхів. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Актуальні проблеми психології Інституту психології. Київ : Фенікс, 2019. Вип. 26. С. 233–241.
30. Піддубна Н. Г., Єфімов Д. Е. Проблема шкільних страхів у наукових дослідженнях. Психологія і особистість. 2016. № 2 (1). С. 97–107.
31. Покришко Д., Кисла О. Корекція дитячих страхів за допомогою ігрових методик. Молодий вчений. 2020. №. 9 (85). С. 72-75.
32. Психологія девіантної поведінки особистості : навч. посіб. / уклад.: О. Д. Сафін, С. П. Байда. Умань: Візаві, 2021. 202 с.
33. Психологія людини: Л.С. Виготський та сучасна наука : збірник статей / за ред. М.В. Папучі. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2018. Вип. 1. 127 с.
34. Райчук Л.В. Дитячі страхи. Діагностика та корекція / Людмила Райчук. Київ : Ред. загальн опед. газ., 2014. 117с.
35. Сафонов К. Фобії як психологічний феномен в історичній ретроспективі. Освіта і наука. 2021. №. 1. С. 1-2.
36. Скляренко О. Н. Психологічні детермінанти та психокорекція шкільних страхів у молодших школярів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / О. Н. Скляренко. К., 2005. 22 с.
37. Слюсаревський М. М., Григоровська Л. В. Психологічна підтримка учасників освітнього процесу в умовах війни. Вісник Національної академії педагогічних наук України. 2022. Т. 4. №. 1. С. 1-7.

38. Томчук С. М., Томчук М. І. Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі : монограф. Вінниця : КВНЗ «ВАНО», 2018. 200 с.
39. Фройд З. Фобії, страхи і тривога – три кити на шляху до психіатра. 2021. веб-сайт. URL: <https://holdyou.net/news/fobii-strakhi-i-trevoga> (дата звернення: 15.04.2024)
40. Хотенчан Н. М. Дитячі страхи. Метод. реком.: Тернопіль, 2014. 115 с.
41. Шевченко М. В. Психологічна корекція страхів дітей молодшого шкільного віку з вадами мовлення. Проблеми сучасної психології. 2019. Вип. 17. С. 17–19.
42. Шпонтан І. М. Долаємо дитячі страхи спільними зусиллями фахівців і батьків: poradnik батькам: [способи психокорекції; практичні поради]. Безпека життєдіяльності. 2011. № 4. С. 23–25.
43. Щербатих Ю. В. Психологія страху: популярна енциклопедія. К: Академ-видав, 2016. 320 с.
44. F: Traffic Psychology and Behaviour. Vol. 50. October. 2017. P. 1–37.
45. Scott-Parker B. Emotions, behaviour, and the adolescent driver: A literature review. Transportation Research. Part