

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА**

**на тему: КАЗКОТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ КОРЕКЦІЇ ДИТЯЧИХ СТРАХІВ  
У ДОШКІЛЬНЯТ ПІД ЧАС ВІЙСЬКОВИХ ДІЙ**

Виконала: студентка ІV курсу,  
групи 6.0539-2  
спеціальності: 053 Психологія  
освітньої програми: Психологія  
Прокопченко Дар'я Анатоліївна  
Керівник: к.психол.н., доцент кафедри  
психології Козич І.В.  
Рецензент: к.псих.н., доцент кафедри  
психології Железнякова Ю.В.

Запоріжжя  
2023

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології  
Кафедра психології  
Рівень вищої освіти бакалаврський  
Спеціальність 053 Психологія  
Освітня програма Психологія

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_

к.психол.н., доцент. Н.О. Губа

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 р.

**ЗАВДАННЯ**

**НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ**

Прокопченко Дар'я Анатоліївна

Тема роботи: «Казкотерапія як засіб корекції дитячих страхів у дошкільнят під час військових дій».

керівник роботи Козич І.В. д.психол.н., доцент кафедри психології

затверджені наказом ЗНУ від «22» 02 2023 року № 341-с

2. Строк подання студентом роботи \_\_\_\_\_
3. Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури.
4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: проаналізувати поняття «дитячий страх» у науковій літературі; надати психологічну характеристику дітям дошкільного віку; охарактеризувати причини та симптоми дитячих страхів у дітей дошкільного віку під час військових дій; провести емпіричне дослідження та проаналізувати його; розробити рекомендації щодо використання казкотерапії як засобу корекції дитячих страхів у дошкільнят під час військових дій.
5. Перелік графічного матеріалу: 2 таблиці, 2 малюнки.
6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання Видав	Завдання Прийняв
Вступ	Козич І.В, доцент		
Розділ 1	Козич І.В, доцент		
Розділ 2	Козич І.В, доцент		
Розділ 3	Козич І.В, доцент		
Висновки	Козич І.В, доцент		

7. Дата видачі завдання \_\_\_\_\_

### КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	лютий-березень 2023 р.	Виконано
2	Робота над вступом	березень 2023 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	квітень 2023 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	Квітень-травень 2023 р.	Виконано
5	Написання висновків	травень 2022 р.	Виконано
6	Передзахист	травень 2023 р.	Виконано
7	Нормоконтроль	травень 2023 р.	Виконано

Студент \_\_\_\_\_ Д.А .Прокопченко

Керівник роботи \_\_\_\_\_ І.В. Козич

**Нормоконтроль пройдено**

**Нормоконтролер** \_\_\_\_\_ О. М. Грединарова

## РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота бакалавра: 36 сторінок, 2 таблиці, 2 малюнки, 28 джерел.

Мета роботи полягає у теоретичному та емпіричному дослідженні казкотерапії як засобу корекції дитячих страхів у дошкільнят під час військових дій.

Об'єкт дослідження – дитячі страхи у дітей дошкільного віку.

Предмет дослідження – казкотерапія як засіб корекції дитячих страхів (спричинених внаслідок військових дій).

В основу дослідження покладено припущення про те, що казкотерапія є ефективним методом корекції дитячих страхів у дітей дошкільного віку і допомагає попередити формування майбутніх страхів.

Методи дослідження: теоретичні: аналіз і синтез літератури з обраної проблеми, синтез і узагальнення отриманих результатів; метод спостереження; метод анкетування; методика виявлення дитячих страхів «Страхи в будиночках» (О. І. Захарова); проективна методика «Намалюй свій страх».

Наукова новизна дослідження полягають у тому, що:

- обґрунтовано та досліджено специфіку використання казкотерапії як засобу корекції дитячих страхів у дітей дошкільного віку під час військових дій;

- набуло подальшого розвитку вивчення особливостей використання казкотерапії у роботі з дітьми дошкільного віку.

СТРАХ, ДИТЯЧИЙ СТРАХ, ДІТИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ, ВІЙНА, КАЗКОТЕРАПІЯ.

## SUMMARY

Prokopchenko D.A. The Fairytale as a Therapy of Correcting of Preschool Children's Fears during the Military Operations

Bachelor's qualification work: 36 pages, 2 tables, 2 figures, 28 sources.

The purpose of the work is a theoretical and empirical study of fairy-tale therapy as a means of correcting children's fears in preschoolers during military operations.

The object of the research is children's fears in preschool children.

The subject of the study is fairy-tale therapy as a means of correcting children's fears (caused by military actions).

The research is based on the assumption that fairy-tale therapy is an effective method of correcting children's fears in preschool children and helps to prevent the formation of future fears.

Research methods: theoretical: analysis and synthesis of literature on the selected problem, synthesis and generalization of the obtained results; observation method; questionnaire method; method of identifying children's fears «Fears in houses» (O. I. Zakharova); projective technique «Draw your fear».

The scientific novelty of the research is that:

- the specifics of the use of fairy-tale therapy as a means of correcting children's fears in preschool children during military operations were substantiated and investigated;
- the study of the peculiarities of the use of fairy-tale therapy in working with preschool children has gained further development.

FEAR, CHILDREN'S FEAR, PRESCHOOL CHILDREN, WAR, FAIRY-TALE THERAPY.

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	6
РОЗДІЛ 1 ОСОБЛИВОСТІ ВИНИКНЕННЯ ДИТЯЧИХ СТРАХІВ У ДОШКІЛЬНЯТ ПІД ЧАС ВІЙСЬКОВИХ ДІЙ.....	8
1.1. Поняття «дитячий страх» у науковій літературі.....	8
1.2. Психологічна характеристика дітей дошкільного віку.....	13
1.3. Причини та симптоми дитячих страхів у дітей дошкільного віку під час військових дій.....	17
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВИКОРИСТАННЯ КАЗКОТЕРАПІЇ ЯК ЗАСОБУ КОРЕКЦІЇ ДИТЯЧИХ СТРАХІВ У ДОШКІЛЬНЯТ ПІД ЧАС ВІЙСЬКОВИХ ДІЙ.....	22
2.1. Емпіричне дослідження.....	22
2.2. Аналіз дослідження.....	23
2.3. Рекомендації психологів щодо використання казкотерапії як засобу корекції дитячих страхів у дошкільнят під час військових дій.....	29
ВИСНОВКИ.....	32
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	34
ДОДАТКИ.....	37

## ВСТУП

Актуальність дослідження. На сьогоднішньому етапі Україна переживає важкі часи. Вторгнення Росії в Україну (російська агресія проти України, російсько-українська війна) – розпочалося 24 лютого 2022 року, приблизно о 5 годині ранку за київським часом.

Війна впливає на дітей руйнівніше, ніж на дорослих. Маленькі діти, не маючи світоглядного багажу, можуть втратити можливість його знайти. У таборах біженців, реабілітаційних центрах вони страждають не лише від розлуки з рідними, а й від того, що фактично не можуть взяти до рук контроль над життям – вони просто чекають, коли воно відновиться.

Коли діти ростуть за умов збройного конфлікту, їх глибокі душевні рани часто залишаються непоміченими. Тривалий вплив насильства, страху та невпевненості може мати катастрофічні наслідки для навчання, поведінки, емоційного та соціального розвитку дітей протягом багатьох років. Тому таким дітям, на постійній основі, має надаватися психологічна підтримка.

Одним з сучасних методів корекції дитячих страхів у дошкільнят під час військових дій є казкотерапія. Казкотерапія – це метод психології, який використовує казку для вирішення завдань у галузі виховання, освіти, корекції поведінки, профілактики психологічних відхилень, психологічної та психотерапевтичної допомоги.

Проте, незважаючи на значну кількість матеріалів щодо вагомості використання казкотерапії як засобу корекції дитячих страхів, методика даного засобу залишається на етапі розвитку, що зумовлює актуальність предмету дослідження.

Таким чином, така актуальність проблеми зумовила вибір теми бакалаврської роботи: «Казкотерапія як засіб корекції дитячих страхів у дошкільнят під час військових дій».

Метою роботи є теоретичне та емпіричне дослідження казкотерапії як засобу корекції дитячих страхів у дошкільнят під час військових дій.

Об'єкт дослідження – дитячі страхи у дітей дошкільного віку.

Предмет дослідження – казкотерапія як засіб корекції дитячих страхів (спричинених внаслідок військових дій).

Гіпотезою дослідження є припущення, що казкотерапія є ефективним методом корекції дитячих страхів у дошкільнят і допомагає попередити формування майбутніх страхів.

Мета роботи передбачає виконання наступних завдань:

1. Розглянути поняття «дитячий страх» у науковій літературі.
2. Надати психологічну характеристику дітям дошкільного віку.
3. Охарактеризувати причини та симптоми дитячих страхів у дітей дошкільного віку під час військових дій.
4. Провести емпіричне дослідження та проаналізувати його.
5. Розробити рекомендації щодо використання казкотерапії як засобу корекції дитячих страхів у дошкільнят під час військових дій.

Методи та організація дослідження. В роботі використано: метод спостереження; метод анкетування; методика виявлення дитячих страхів «Страхи в будиночках» (О. І. Захарова); проєктивна методика «Намалюй свій страх».

Практичне значення одержаних результатів полягає у можливості використання положень роботи при підготовці студентами до практичних, семінарських та лекційних занять.

Наукова новизна одержаних результатів обумовлюється актуальністю теми дослідження, оскільки в роботі було систематизовано та удосконалено знання про використання казкотерапії як засобу корекції дитячих страхів у дошкільнят під час військових дій.

Структура та обсяг роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, шести підрозділів, висновків, списку використаних джерел та додатків.



# РОЗДІЛ 1

## ОСОБЛИВОСТІ ВИНИКНЕННЯ ДИТЯЧИХ СТРАХІВ У ДОШКІЛЬНЯТ ПІД ЧАС ВІЙСЬКОВИХ ДІЙ

### 1.1. Поняття «дитячий страх» у науковій літературі

Процес соціалізації особистості тернистий і багатогранний. Одними з труднощів, що стоять на шляху благополучного входження дитини в соціум, є страхи, які можуть бути причиною, джерелом емоційних порушень розвитку особистості.

Поняття (визначення), як відомо, це пояснення, яке покликане розкрити зміст, сенс чогось. Оскільки «страх» можна зарахувати до понять ірраціонального плану, то дати чітке, однозначне визначення цього поняття – неможливо. Що підтверджує проведений нами аналіз різноманітної наукової, довідкової та ін. літератури. Розглянемо більш детально.

А. Скаковська дає таке визначення: «Страх є основою життя цього світу. Існував «terror antiquus», тобто стародавній страх... Потрібно розрізняти страх тваринний, пов'язаний з нижчими станами життя, і страх духовний, пов'язаний із вищими станами. Психологічно страх є страхом перед стражданням...» [22, 113].

Далі авторка говорить про те, що «страх є результатом розірваності, роздільності, відчуженості, покинутості» – у його розумінні це віддаленість людини від Бога. З погляду сприйняття людини як соціальної істоти можна стверджувати, що страх випробовується людиною, якій нема на кого покластися в момент небезпеки (тобто вона почувається відокремленою від інших, покинутою тощо).

Таким чином, можна сказати, що страх – це емоційний стан, що відображає захисну біологічну реакцію людини або тварини при переживанні

ними реальної або уявної небезпеки для їх здоров'я чи благополуччя. Отже, для людини (як біологічної істоти) виникнення страху як доцільно, так й корисно. Однак, для людини (як соціальної істоти) страх часто стає перешкодою задля досягнення поставлених нею цілей.

Б. Божович пише: «Страх – це пристрасть, страх, боязкість, сильне побоювання, тривожний стан душі від переляку, від реального або уявного лиха» [1, 31]. О. Кормило так трактує це поняття: «Страх – це дуже сильний переляк, сильне потрясіння» [15].

У Сучасному словнику психологічних термінів (авторства В. Шапар), дано таке визначення: «Страх – це емоція або почуття, що виникають через відчуття небезпеки» [27, 432]. Інший психологічний словник трактує страх так: «Страх – гостра негативна емоція, котра виникає в умовах біологічної чи соціальної загрози життю індивіда; має різні ступені інтенсивності: переляк, афект тощо» [21].

Т. Даценко, розрізнув: «емпіричний страх – страх перед конкретною небезпекою та несвідомий страх»; «метафізичний страх» – душевну тривогу, специфічну для людини [7, 182]. В деяких філософських теоріях страх також розглядається як причина виникнення релігійних вірувань (Лукрецій, П. Гольбах, Л. Фейєрбах та ін.).

Д. Покришко дає таке визначення: «Страх – емоція, що виникає в ситуаціях загрози біологічному або соціальному існуванню індивіда та спрямована на джерело дійсної чи уявної небезпеки. На відміну від болю, фобій та інших видів страждань, що викликаються реальною дією небезпечних для існування факторів, страх виникає при їхньому передчутті. Діапазон відтінків страху: побоювання, страх, переляк...» [19, 74].

Отже, аналіз вищезгаданої літератури дозволяє виділити ряд дихотомій у визначенні страху – «біологічний – соціальний», «емпіричний – метафізичний», а також побачити різні ступені прояву стану страху. Важливим, з психологічного погляду, є той факт, що страх у людини може виникати при

передбаченні події (а не тільки в момент перебігу події, як це відбувається у тварин). Однозначним є лише те, що страх – це емоційний стан живої істоти.

Слід зупинитися також на розгляді терміну «фобія». Фобії – це нав'язливі страхи (різновид нав'язливих станів) [25, 1]. Дітей, схильних до фобій, постійно мучить неослабна тривога.

Відомі сотні різних видів фобій, наведемо деякі з них:

- клаустрофобія (страх замкнутого простору);
- агорафобія (страх відкритих просторів);
- нозофобія (страх захворіти на якесь захворювання);
- лісофобія (страх збожеволіти);
- мізофобія (страх забруднення);
- танатофобія (нав'язливий страх смерті);
- непереносимість будь-яких комах (арахнофобія);
- соціофобія (страх перед людським суспільством, перед соціальними

чи професійними проблемами).

Розглянемо класифікацію страхів. Цікавою є класифікація подана МКХ-10 (Міжнародна класифікація хвороб):

- тривожно-фобічні розлади;
- агорафобія без панічного розладу;
- агорафобія з панічним розладом;
- соціальна фобія;
- специфічні (ізолювані) фобії;
- інші тривожні розлади;
- панічний розлад;
- генералізований тривожний розлад;
- змішаний тривожний та депресивний розлад [17].

Подібну картину ми знаходимо у класифікаторі психічних розладів Американської психологічної асоціації (American Psychological Association) [28]. Починаючи з 1980 року, крім класичної агорафобії та специфічних

монофобій у поле зору американських психотерапевтів потрапляє соціальна фобія – страх публічної присутності в ситуаціях, в яких очікується оцінка зі сторони інших людей. Психологи, так чи інакше, мали справу з субклінічними формами страхів при сором'язливості, невпевненості в собі, скутості та сором'язливості.

Таким чином, страх темряви, безсоння, води, висоти, бідності, насильства, пограбування, війни чи звільнення, страх за рідних та близьких, страх смерті – найпростіше перерахування різних форм страху може зайняти кілька сторінок і свідчить лише про те, що так чи інакше проблема визначення страху завжди була актуальним психологічним та психотерапевтичним завданням.

Однією із сучасних вітчизняних класифікацій видів страхів є класифікація страхів за О. Григорчук та Н. Дубравської:

- природні страхи: атмосферні явища, астрономічні явища, вулкани та землетруси, тварини;
- соціальні страхи: страх відповідальності, страх перед екзаменами та ін.;
- страхи, які ми створюємо самі: страх неіснуючих явищ, страх темряви;
- «внутрішні» страхи (страхи власних думок та вчинків);
- страх майбутнього;
- страх смерті;
- дитячі страхи: страх самотності, сторонніх людей, конкретної загрози ззовні, казкових образів, лікарів, різких звуків;
- «соціально запозичені» страхи та ін. [5].

Зупинимося докладніше на категорії дитячі страхи. Найбільш поширеними дитячими страхами є: боязнь самотності та замкнутого простору. Вони ж, до речі, є найнебезпечнішими. Тому що тут джерелом страхів стає те, що дитині ближче і найрідніше: батьки та будинок. Часто ці страхи виникають

від того, що батьки загрожують дитині тим, що віддадуть її чужим людям, або залишать одну або позбавлять свого кохання. І дитина вірить, що її віддадуть, виженуть із дому тощо.

Аналізуючи роботи вітчизняних вчених, на сучасному етапі виділяють наступні види дитячих страхів, які найчастіше виникають у дітей дошкільного віку:

- страх темряви;
- висоти;
- комах (павуків, змії тощо);
- «щоб нічого не трапилося з мамою»;
- втратити близьких;
- хвороби;
- злодіїв;
- закритих приміщень;
- крові;
- лікарів;
- війни;
- прибульців із космосу;
- літати літаком;
- дивитися у морську глибину;
- героїв казок;
- похорон тощо [4; 6].

Таким чином, ми охарактеризували поняття «страх» та перерахували деякі класифікації видів страхів. Можна спробувати дати таке загальне визначення страху: страх – це сильна негативна емоція, що виникає в результаті уявної чи реальної небезпеки та становить загрозу життю для індивіда. Дитячий страх – це специфічний (віковий) страх, що виникає у дитини. Виникнення дитячих страхів пов'язане з різними причинами, у тому числі із зовнішнім

середовищем (наприклад, із заборонами з боку дорослих, які дитині незрозумілі, навіювання з боку інших дітей тощо).

## **1.2. Психологічна характеристика дітей дошкільного віку**

Дошкільний вік – це особливий період життя в якому відбуваються найголовніші зміни в психіці дитини. На даному віковому етапі, стрімко розвиваються психічні процеси, що підготовляють перехід до нового вищого ступеня її розвитку. І тому психологічні новоутворення, які виникають і розвиваються у дошкільників – є фундаментом, що забезпечує розвиток на наступному віковому етапі [14, 66].

З фізіологічної точки зору – відбувається інтенсивне фізичне зростання, за рахунок чого спостерігається дисгармонія у фізичному розвитку, що спричиняє тимчасове ослаблення нервової системи (процеси збудження все ще превалюють над процесами гальмування, що визначає такі характерні особливості дошкільників, що проявляється в підвищеній стомлюваності, сильній емоційній збудливості та занепокоєнні, підвищеній потребі в рухах).

У віці 6-7 років діти ще досить імпульсивні, діють під впливом миттєвих емоцій, вони можуть опустити руки при невдачі і перестати рухатися до мети. Крім того, можуть відзначатися впертість та примхливість.

У більшості вихованців спостерігаються проблеми з увагою, вона доволіно утримується близько 20 хвилин, після чого настає втома і вихователю доводиться використовувати спеціальні прийоми, щоб діти були працездатні протягом усього дня [11, 302].

Деякі діти втомлюються дуже швидко: втомлена дитина починає позіхати, стає сонною, роботу продовжує виконувати формально; бувають й діаметрально протилежні приклади: дитина зі збільшенням втоми стає дедалі активнішою, починає реагувати на всі випадкові подразники, рухи стають дедалі більш розгонистими, виконувана робота також набуває рис

формальності; є діти, які переживають, нудьгу: вони йдуть у світ своїх ігор і фантазій, дедалі менше реагуючи на вимоги вихователя.

Приблизно з 7 років діти вже починають більше контролювати свої емоції та поведінку. Дитина вчиться висловлювати свої почуття словесно, може іронізувати, обговорювати щось чи когось.

Формуються моральні якості:

- совість;
- почуття відповідальності за себе, друзів;
- співчуття чужій біді;
- протест проти несправедливості.

Дошкільний вік дуже важливий для закладання основних якостей характеру, психології людини, саме в цьому віці діти починають розмежовувати добро і зло, добре і погане, оцінювати свої вчинки, засвоюють правила та норми спілкування. У дитини починає формуватися внутрішня позиція (власна думка, самооцінка, ставлення до людей та подій).

Характер старших дошкільників вирізняється деякими особливостями. Насамперед, вони імпульсивні – схильні негайно діяти під впливом безпосередніх імпульсів, спонукань, не подумавши і не зваживши всіх обставин, з випадкових причин. Причина – потреба в активній зовнішній розрядці за вікової слабкості вольової регуляції поведінки.

Віковою особливістю є і загальна недостатність волі: дошкільник ще не має великого досвіду тривалої боротьби за намічену мету, подолання труднощів та перешкод. Він може опустити руки при невдачі, втратити віру у свої сили та можливості [9, 12].

Дошкільнята дуже емоційні. Все, що діти спостерігають, про що думають, що роблять, викликає у них емоційно забарвлене ставлення. Вихованці не вміють стримувати свої почуття, контролювати їхній зовнішній прояв. Емоційність виявляється у частій зміні настроїв, схильності до афектів, короткочасним і бурхливим проявам радості, горя, гніву, страху. З роками

дедалі більше розвивається здатність регулювати свої почуття, стримувати їх небажані прояви.

У дошкільному віці дедалі більшого значення у розвитку дитини набуває її спілкування з однолітками. У спілкуванні вихованця здійснюється пізнавальна предметна діяльність, формуються найважливіші навички міжособистісного спілкування та моральної поведінки.

Цей період також важливий для закладення працьовитості та самостійності. Дитині в цьому віці хочеться бути схожою на дорослого, стати самостійною. Вона прагне все робити сама, вчиться приймати рішення та відповідати за них. Формується свобода поведінки.

Найважливіша здатність дошкільного віку представлена тим, що у цей час формується нова сукупність психічних функцій. Центральне місце займає пам'ять, мислення та уява. Істотний показник розвитку дитини – це оволодіння нею знаннями та уявленнями про навколишній світ.

Мислення дошкільника багато в чому визначається пам'яттю. Завдання розумового акту дошкільника полягає не в логічній структурі самих понять, а в конкретному спогаді власного досвіду. Те, що пам'ять стає центром дитячої свідомості, веде до значних наслідків, які характеризують психічний розвиток [2].

Діти набувають здатності діяти у межах загальних уявлень. Їх мислення перестає мати наочно-дієвий характер, відриваючись від ситуації, що сприймається. Так, відбувається відкриття можливості встановлювати такі зв'язки між загальними уявленнями, які були дані у безпосередньому чуттєвому досвіді.

Уява одна із найважливіших новоутворень дошкільного періоду. Вона має багато спільного із пам'яттю. У тому й іншому випадку діти діють у плані образів та уявлень. Пам'ять у деяких випадках можна розглядати як «відтворюючу уяву». Крім відтворення образів минулого досвіду, уява дає можливість вибудовувати та створювати щось нове (те, що раніше у досвіді дитини не було).



Важливе новоутворення дошкільного періоду – виникнення довільної поведінки. У цей час вперше виникає питання про те, яким чином необхідно поводитися. Так, формується попередній образ своєї поведінки, який виступає як регулятор.

Дошкільнята починають опановувати та керувати власною поведінкою шляхом порівняння її із зразком. Дане порівняння є усвідомленням своєї поведінки та ставлення до неї з позиції даного зразка. Усвідомлення поведінки та початок особистої самосвідомості є головними новоутвореннями дошкільного віку.

Старші дошкільнята вже починають розуміти, що вони вміють, а що ні, вони знають своє обмежене місце у системі відносин із оточуючими. Вони усвідомлюють як власні дії, так й внутрішні переживання (наприклад, бажання, уподобання, настрої тощо).

У дошкільний період дитина проходить шлях від «Я-сама» (відділення себе від дорослих людей) до відкриття свого внутрішнього життя, що є сутністю особистої самосвідомості. Дані найважливіші новоутворення зароджуються та спочатку вдосконалюються у провідній діяльності дошкільного віку, яка представлена сюжетно-рольовою грою.

У дошкільному віці сприйняття дитиною навколишнього світу якісно відрізняється від сприйняття дорослих людей. Дошкільник, на відміну від дорослого, найчастіше розглядає предмети такими, якими їх дає безпосереднє сприйняття.

Дитина дошкільного віку не вміє розрізняти свій суб'єктивний і зовнішній світ. Вона починає ототожнювати власні уявлення та сприйняття з властивостями зовнішнього світу. В результаті проявляється цікавий парадокс дитячої думки, коли дитина знаходиться ближче до безпосереднього сприйняття речей, а отже, і до самої речі, ніж доросла людина, водночас вона більш віддалена від реальності.

Таким чином, особливістю дошкільного віку є те, що цей вік є фундаментом усього майбутнього життя дитини. Що буде закладено у віці 6-7 років, те стане її характером.

### **1.3. Причини та симптоми дитячих страхів у дітей дошкільного віку під час військових дій**

Під час війни тяжко всім, але дітям доводиться особливо важко. Вони ще багато чого не розуміють, але вже страждають. Діти воєнного часу не бачать прекрасного світу, в якому живуть люди у спокійний час [23, 1].

Маленькі діти, не маючи світоглядного багажу, особливо піддані виникненню страхів та фобій. У таборах біженців вони страждають не лише від розлуки з рідними, а й від того, що фактично не можуть взяти до рук контроль над життям – вони просто чекають, коли воно відновиться.

Діти, які отримали поранення, постраждали ментально або які знаходяться у статусі біженців – змушені переживати справжні психологічні травми. Діти, які не отримують кваліфікованої психологічної допомоги стають замкнутими, боязкими, від'єднаними від спільноти ровесників, розвивається неможливість побудувати довірчі відносини з оточуючими.

Дошкільнята, які особливо залежать від уваги та любові дорослих, під час військових дій можуть втратити можливість продовження здорового психологічного розвитку – навіть якщо їхні батьки та рідні будуть поруч, існує високий ризик порушення зв'язку з ними, через власне занепокоєння батьків захистом та пошуком засобів для існування, а також їхньої емоційної недоступності у стані депресії, тривоги чи просто розсіяності.

Коли діти ростуть за умов збройного конфлікту, їхні глибокі душевні рани часто залишаються непоміченими. Тривалий вплив насильства, страху та невпевненості може мати катастрофічні наслідки для навчання, поведінки, емоційного та соціального розвитку дітей протягом багатьох років. Все це

посилюватиме у майбутньому відчуття «втраченого» дитинства у тих, кому доводиться дуже швидко дорослішати, щоби вижити.

Поява дитячих страхів пояснюється віковими особливостями психічного розвитку. Ключову роль відіграє уява дошкільника – розумовий процес створення нових образів та уявлень шляхом переробки раніше отриманої інформації. Здатність до фантазування виникає в 2-3 роки, досягає піку в дошкільному віці. Страху дітей відрізняються найбільшою різноманітністю, незвичністю, інтенсивністю переживань. Чим вразливіша, тривожніша дитина, тим легше вони формуються. Нездатність об'єктивно оцінити ситуацію, критично поставитися до власних емоцій сприяє закріпленню, підтримці страху.

Таким чином, з початком російсько-української війни виникають нові види дитячих страхів:

- страх смерті;
- страх війни;
- страх смерті батьків та близьких;
- страх авіаудару;
- страх почути вибух;
- страх голоду;
- страх повітряної тривоги;
- страх побачити ворожих солдатів, техніку тощо.

Такі види страхів зустрічаються частіше у дітей, які проживали у зоні бойових дій. Лікування такого страху у дитини складніше, ніж у осіб старшого віку, тому що вона не усвідомлює, що з нею твориться, і не розуміє, чому так відбувається. При цьому маля охоплює розпач, у нього підвищується тривожність.

Наведемо причини розвитку такого виду дитячих страхів:

- порушення функціональності нервової системи, наприклад невроз;
- попередні наявні психічні захворювання;

- інтоксикація організму;
- сильний переляк;
- несприятливі психологічні умови перебування сім'ї в зоні бойових дій або на окупованій території;
- нестача уваги з боку батьків;
- відсутність підтримки з боку батьків;
- тяжкі соматичні захворювання (наприклад, бронхіальна астма);
- перевтома;
- пригнічений стан, депресія;
- особливості дитячого характеру: демонстративність, підвищена недовірливість, тривожність [18, 77-78].

Часто перший панічний напад, спричинений страхом, починається раптово без видимої причини. Виходить замкнене коло, з якого без допомоги психолога дошкільнику з батьками самотійно не вибратися.

Панічна атака в дошкільнят характеризується прискореним серцевим ритмом, посиленням виділення поту. Також у них з'являються такі симптоми:

- відчуття печіння та біль у грудях;
- тремор (тремтіння) рук, їх оніміння;
- проблеми з диханням;
- блідість шкіри;
- сухість в роті;
- відчуття нестачі повітря;
- напади нудоти;
- порушення функцій шлунку та кишечника;
- дезорієнтація у просторі;
- погіршення координації рухів;
- запаморочення, а іноді й непритомність;
- дитині стає страшно, її охоплює паніка, їй хочеться втекти [12; 16].

Симптоми яскраво виражені не завжди. Іноді дитина відчуває легкий психологічний дискомфорт. Тривалість нападу частіше становить 15 хвилин, але час може збільшуватись залежно від ступеня тяжкості стану дитини. Панічні атаки вночі трапляються рідко, але вони здатні провокувати безсоння.

Якщо з проблемою не розпочати боротьбу вчасно, вона спричинить розвиток фобічного неврозу, страхи дитини ще більше посиляться. Додатково розвиватимуться психічні розлади.

Дитячі страхи здатні спровокувати такі ускладнення:

- часті непритомності;
- погіршення симптоматики ВСД (вегетосудинна дистонія – це порушення в скоординованій роботі парасимпатичної та симпатичної нервової системи);
- посилити почуття пригніченості та самотності;
- може розвинути депресія.

Якщо дитячий страх присутній тривалий час, дошкільник починає замикатися у собі, тривожний стан посилюється. Згодом дитина стає соціально дезадаптованою. Вона не може нормально спілкуватися з оточуючими, стає невпевненою у собі, у неї часто настає апатія та байдужість до навколишнього світу [10].

Дитячі страхи стають причиною звернення до психологів, психотерапевтів, психіатрів. Діагностичний процес ґрунтується на клінічній бесіді – діти не приховують своїх переживань, після знайомства, встановлення контакту з фахівцем розповідають про ситуації, що викликають страх. З метою об'єктивного визначення інтенсивності страхів використовуються різноманітні психодіагностичні методи.

Буває так, що діагностика дитини буває утруднена, тому що діти іноді не можуть зрозуміти і точно пояснити, що з ними відбувається. Батьки теж лякаються і не знають, що робити.

Точний діагноз здатний поставити кваліфікований психіатр та психолог. Батьки повинні повідомити, коли почався перший напад страху, як часто повторюються атаки, що запускає механізм розвитку.

Таким чином, за відсутності адекватної допомоги батьків, психологів, медиків, дитячі страхи здатні трансформуватися у фобії – виражені інтенсивні реакції занепокоєння, паніки. Фобії відрізняються стійкістю, часто ірраціональні, провокуються ситуаціями або об'єктами, які не становлять реальної загрози. На основі дитячих страхів розвивається невроз нав'язливих станів (нав'язливе повторення думок та дій). Характер дитини набуває рис недовірливості, тривожності, невпевненості. Будь-яке з перелічених ускладнень проявляється обмежувальною поведінкою, прагненням уникнення певних ситуацій, труднощами соціальної адаптації. Тому до дітей, які перебувають (або перебували) у зоні бойових дій або проживали на окупованих територіях – необхідна посилена увага з боку фахівців.

## РОЗДІЛ 2

# ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВИКОРИСТАННЯ КАЗКОТЕРАПІЇ ЯК ЗАСОБУ КОРЕКЦІЇ ДИТЯЧИХ СТРАХІВ У ДОШКІЛЬНЯТ ПІД ЧАС ВІЙСЬКОВИХ ДІЙ

### 2.1. Емпіричне дослідження

Керуючись ціллю дослідження використання казкотерапії як засобу корекції дитячих страхів у дошкільнят під час військових дій, було організовано і проведене експериментальне дослідження, яке проводилось у 2023 навчальному році. Дослідження було проведено на базі Центру допомоги врятованим м. Запоріжжя. В дослідженні взяло участь 20 дітей дошкільного віку, які були привезені з територій на яких ведуться бойові дії. Також проводилося анкетування батьків дітей дошкільного віку (20 осіб).

Дослідження проходило в 3 етапи:

На констатуючому етапі – ми обрали цільову групу дослідження та за обраними методами та методиками діагностували наявність страхів у дітей дошкільного віку.

На формуючому етапі – використали казкотерапію для корекції дитячих страхів у дошкільнят.

На контрольному етапі – було здійснено повторну діагностику. Також нами було розроблено рекомендації щодо використання казкотерапії як засобу корекції дитячих страхів у дошкільнят під час військових дій.

На першому етапі дослідження ми використали такі методи та методики:

- метод анкетування (для батьків) (Додаток А);
- методика виявлення дитячих страхів «Страхи в будиночках» (О. І. Захаров) (Додаток Б);
- проєктивна методика «Намалюй свій страх».

Виявлення дитячих страхів за методикою «Страхи в будиночках» відбувається наступним чином. Дорослий малює контурно два будинки (на одному або на двох аркушах): чорний та червоний. І потім пропонує розселити у будиночки страхи зі списку (експериментатор називає по черзі страхи). Записувати треба страхи, які дитина поселила у чорний будиночок, тобто визнала, що вона боїться цього.

Розмову слід вести неквапливо та докладно, перераховуючи страхи і чекаючи відповіді «так», «ні» або «боюся», «не боюся». Повторювати питання про те, чи боїться чи не боїться дитина, слід лише час від часу. Тим самим уникаючи навіювання страхів.

При стереотипному запереченні всіх страхів експериментатор має попросити надати розгорнуту відповідь типу «не боюся темряви», а не «ні» чи «так». Експериментатор, що ставить запитання, сидить поруч, а не навпроти дитини, не забуваючи її періодично підбадьорювати і хвалити за те, що вона говорить все як є. Краще, щоб експериментатор перераховував страхи по пам'яті, іноді заглядаючи в список, а не зачитуючи його.

Проективна методика «Намалюй свій страх» проводилася з метою поглибити розуміння страхів та можливих причин їх виникнення у дітей, а також із метою доповнення якісними висновками методики О. І. Захарова «Страхи в будиночках».

Як стверджують вчені, даний метод використовувався як найбільш інформативний, тому що малювання – найхарактерніша, звична діяльність дітей дошкільного віку [20; 24]. В даному віці рисункові методики найбільш показові з точки зору діагностики та інтерпретації результатів. Малюнок супроводжувався коментарями дитини.

## **2.2. Аналіз дослідження**

Проаналізуємо проведене дослідження. Метод анкетування батьків. У першій частині анкети респондентам потрібно було вказати стать та вік своєї



дитини, а також із наявного списку з 25 видів дитячих страхів вибрати ті, які характерні дитини. Існувала можливість вписати ті страхи дітей, які не були названі в списку. Розглянемо отримані результати у таблиці 2.1.

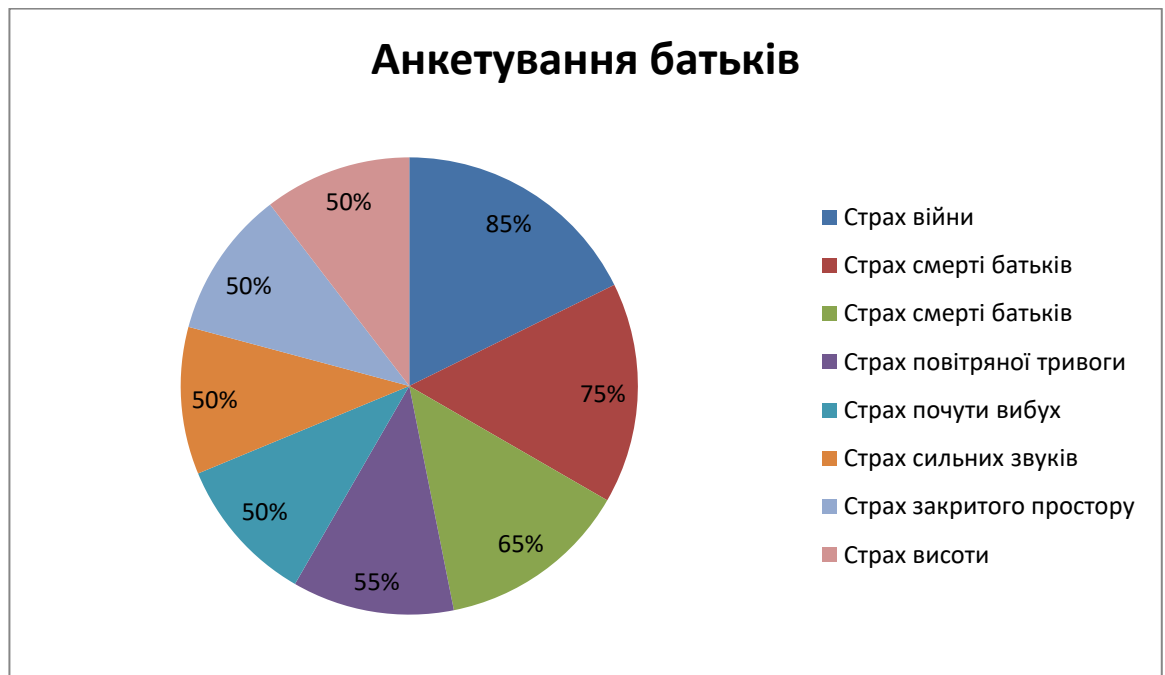
*Таблиця 2.1.*

### Результати анкетування батьків

№	Вид страху	Кількість дітей, які мають цей вид страху	%
1.	Страх темряви	6	33,3%
2.	Страх самотності	0	0%
3.	Страх смерті	13	65%
4.	Страх смерті батьків	15	75%
5.	Страх почути вибух	10	50%
6.	Страх авіаудару	5	25%
7.	Страх голоду	0	0%
8.	Страх повітряної тривоги	11	55%
9.	Страх ворожих солдатів	2	10%
10.	Страх розлуки з рідними	15	75%
11.	Страх вогню	3	15%
12.	Страх чужих людей	4	20%
13.	Страх сильних звуків	10	50%
14.	Страх травми	0	0%
15.	Страх нового середовища	0	0%
16.	Страх закритого простору	10	50%
17.	Страх лікарів	4	20%
18.	Страх відьом, чудовиськ	6	33,3%
19.	Страх літаків	8	40%
20.	Страх висоти	10	50%
21.	Страх крові	5	25%
22.	Страх війни	17	85%
23.	Страх злодіїв	3	15%
24.	Страх загубитися	5	25%
25.	Страх прибульців	3	15%

Жодних додаткових видів страхів, крім присутніх у запропонованому списку респонденти не вказали.

Таким чином, найбільш розповсюдженими страхами дошкільнят, за анкетуванням батьків, було виявлено: страх війни (85%); страх смерті батьків (75%); страх розлуки з рідними (75%); страх смерті (65%); страх повітряної тривоги (55%); страх почути вибух (50%); страх сильних звуків (50%); страх закритого простору (50%); страх висоти (50%). Наведемо отримані дані графічно (рис. 2.1).



**Рис. 2.1 Анкетування батьків**

Результати дослідження, отримані за допомогою методики «Страхи в будиночках» дозволили отримати уявлення про виразність тих чи інших страхів у респондентів.

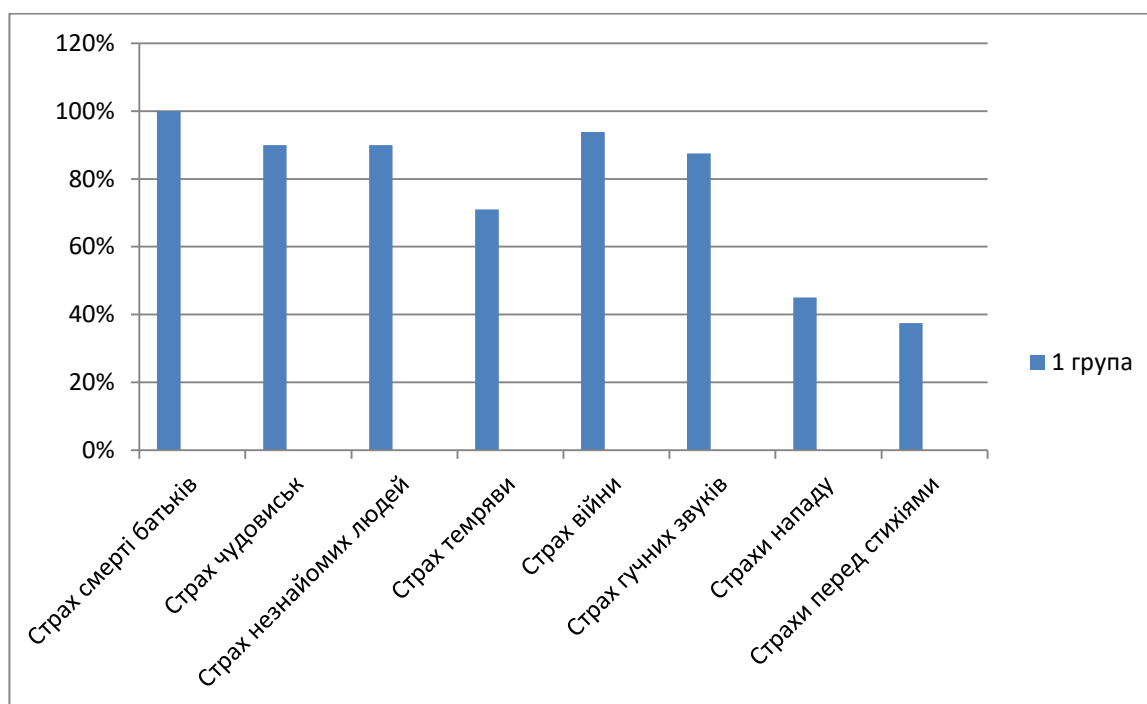
Найчастіше зустрічаються страх смерті батьків (99%), страх чудовиськ (89%), страх незнайомих людей (89%) страх темряви (70%). Ці страхи, на думку автора методики О. І. Захарова, є притаманними для дітей дошкільного віку і є віковою нормою.

Відмінною особливістю всіх учасників експерименту є виразність наступних страхів: страх війни (92,8%), страх гучних звуків (86,5%). Приблизно

однаково часто зустрічаються страхи нападу (44% ), страхи перед стихіями – бурею, вітром, повінню (36,5%), страхи вогню (42,8).

У ході діагностики дітям ставилося питання: «Скажи, який страх найстрашніший?» Серед відповідей дошкільнят найпоширенішим виявився страх власної смерті чи смерті когось із близьких. На другому місці був відзначений страх війни. На третє місце діти поставили страх чудовиськ (відьом, чортів і т. д.).

Виразність наочно представлена на діаграмі (рис. 2.2 ).



**Рис. 2.2 Результати методики «Страхи в будиночках»**

За результатами аналізу емпіричних даних, ми можемо дійти висновку, що у більшості дітей дошкільного віку найбільш вираженими страхами є: страх смерті батьків, соціальні страхи.

Також внаслідок проведення методики «Страхи у будиночках» діти поділилися на дві групи – з нормативним (група 1) та підвищеним (група 2) рівнем страху. Розподіл середніх значень представлено у таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

**Кількість дітей з нормативним та підвищеним рівнями страху**

Група	Рівень страху	Кількість дітей (у %)
Група 1	вікова норма	40%
Група 2	підвищений рівень страху	60%

Використання критерію Стьюдента визначення статистичної достовірності отриманих усередині вибірки відмінностей за рівнем страху дозволило зробити висновок, що діти 6-7 років у групі 1 та групі 2 достовірно розрізняються за рівнем страху ( $t = 28,2$  при  $p \leq 0,01$ ).

Розглянемо результати проєктивної методики «Намалюй свій страх». Якісний аналіз даних проєктивної методики «Намалюй свій страх» дозволив зрозуміти особливості та специфіку страхів дітей. Нижче наведено інтерпретацію малюнків дошкільнят із підвищеним рівнем страху:

1. Володимир К. (6 років 2 місяці). Натиск олівця сильно варіює, малюнок збільшений у розмірі, видно недбалість на малюнку, використовував в основному темні тони, малюнок недбало заштрихований, його формальні показники свідчать про підвищену емоційну лабільність, імпульсивність. Хлопчик зобразив страх війни, ракет, ворожих солдатів, описуючи їх наступним чином: «Це злі монстри. Вони заберуть мене в печеру та вб'ють. Мені це часто сниться».

2. Злата Б. (5 років, 11 місяців). Наявний сильний натиск на олівець, агресивний вираз малюнку. Дівчинка зобразила домінуючу фігуру і внизу листа значно зменшену свою фігуру. Можна констатувати страх психологічної самотності.

4. Вероніка В. (6 років). В правому нижньому куті дитина зобразила себе і свого домашнього улюбленця на землі в вогні. В лівому нижньому куті зображений ворожий солдат, який направив ракету в бік дівчинки. Малюнок виконаний у темних тонах. Можна констатувати страх війни, страх вогню.

5. Марк Б. (6 років 9 місяців). На малюнку спостерігається велика кількість різноманітних деталей, сильний натиск на олівець, наявність множинного штрихування. Дитина дала такий опис малюнка: «Це вибухи та війна. Усі біжать до укриття, але всіх їх вб'є бомба, я таке вже бачив». Наявний страх війни і нападу, страх смерті.

На рисунках інших дітей загалом ми можемо виділити два типи страхів: страх війни, страх смерті.

Аналіз коментарів дітей показує, що діти із групи з нормальним рівнем страхів описують свій страх однозначно, констатуючи його наявність, але в їх описі відсутня підвищена емоційність та жвавість.

У дітей із групи з підвищеним рівнем страху в описах страхів присутні подробиці, спостерігається висока емоційна реакція на власний малюнок, діти захоплені своїм страхом та постійно переживають його. Описи зачіпають не один страх, а множинний, як правило, це поєднання страхів.

Також було відзначено, що діти зображують як предмет страху типові для цього об'єкти, пов'язані з недавніми подіями в житті дитини (солдати, вибухи, снаряди, ракети тощо, зруйновані будинки, вогонь).

Внаслідок аналізу даних по всім трьом методиками, нами було визначено необхідність проведення програми корекції страхів дітей дошкільного віку за допомогою казкотерапії. Таким чином, результати первинної діагностики емпіричного дослідження доводять, що у більшості дітей дошкільного віку найбільш вираженими страхами є: страх смерті, страх війни, страх смерті батьків, страх вогню, страх самотності.

Після апробації програми казкотерапії (Додаток В) було здійснено повторну діагностику за тими ж самими методиками. Було відзначено, що казкотерапія позитивно вплинула на емоційну сферу дітей дошкільного віку.

Можна також відзначити, що вихователь, який працює з дітьми в дитячому садку, зауважив, що дошкільнята стали менш тривожними та агресивними, впевненішими. Повторна діагностика доводить, що розроблена та апробована нами програма підтвердила гіпотезу дослідження: казкотерапія є

ефективним методом корекції дитячих страхів у дошкільнят і допомагає попередити формування майбутніх страхів.

### **2.3. Рекомендації психологів щодо використання казкотерапії як засобу корекції дитячих страхів у дошкільнят під час військових дій**

На початку психотерапевтичних занять з казкою, слід брати прості та невеликі і казки. Для образного сприйняття казок використовується ілюстративний матеріал: книжкові ілюстрації, репродукції картин (вони допомагають дітям яскравіше відчувати образи героїв та події казки), образні та дидактичні іграшки, фотографії, листівки, твори декоративно-ужиткового мистецтва.

Концепція казкотерапії будується на п'яти видах казок:

1. Художні (напр. «Ріпка»);
2. Дидактичні («Як зайчик став сміливим»);
3. Психокорекційні («Неслухняна Надійка»);
4. Медитативні («Рожевий сон»);
5. Психотерапевтичні («Крапелька»).

Важливу роль в використанні казки грає її музична частина. Музика має емоційний вплив величезної сили на психіку дитини. Класична музика сама по собі вже надає гармонійний вплив на психіку дітей. А у поєднанні з казкою цей вплив взаємно посилюється: музика збагачує художній твір, одухотворює його, надає особливої глибини його образам.

Психологи використовують певні форми роботи з казкою:

- індивідуальна – використовуються бесіди з дитиною віч-на-віч, а також, відбувається робота з сім'єю;
- ілюстрування сюжетів казки, обігравання, консультації;
- групова – створюється невелика група дітей (5-7 осіб). У цій групі прослуховується, обговорюється казка, імпровізується тощо [3; 7].

Основні принципи використання казкотерапії психологом з дітьми дошкільного віку:

- важливим є емоційний контакт з дитиною. Дитина повинна почуватися в безпеці;
- читати казку неквапливим, спокійним голосом. Інтонація та голос повинні передавати атмосферу казки;
- в будь-якій ситуації психологічної роботи, у дітей може виникнути небажання ототожнювати себе з головним героєм. В цьому випадку слід спиратися на позитивні зміни, що відбулися в поведінці головного героя в результаті певних подій, сконцентруватися на тому, що будь-яка людина може справитися зі страхом, головне – вірити в неї;
- під час читання або розповідання казки слід розташуватися перед дитиною так, щоб вона могла бачити обличчя психолога і спостерігати за жестами, мімікою, виразом його очей, обмінюватися поглядами;
- ситуація не повинна мати правильної готової відповіді (принцип «відкритості»);
- ситуація повинна містити актуальну для дитини проблему, «зашифровану» в образному ряді казки;
- ситуації та питання мають бути побудовані та сформульовані так, щоб спонукати дитину самостійно будувати та простежувати причинно-наслідкові зв'язки.

Варто також запропонувати малюкові намалювати ті чи інші моменти, які викликають у нього страх, тривогу. Це подвійно корисно і допоможе йому звільнитися від почуттів і думок, що турбують. А по-друге, малюнок може стати приводом для розмови. Хто зображений? Що персонажі роблять? Чому? Що буде далі? Можна зробити страх доброзичливим. Запропонувати дитині розвеселити свій страх, зробити його добрим, смішним.

Найкраща зброя проти страху – сміх, варто нарядити страшного монстра в смішний одяг або поставити його на роликові ковзани, а можна взагалі прикрасити його яскравими кольорами. І тоді він уже буде не таким жахливим.

Якщо персонаж з казки на малюнку продовжує викликати в дитини страх, запропонуйте знищити його. Нехай він розірве його на дрібні шматочки, посадить у клітку, поставить замок у коробці або зробить з нього химерну сніжинку.

Варто також запропонувати дитині скласти казку самостійно (на початкових етапах – з допомогою психолога). Щоб будь-яка історія набула потрібної чарівної сили і надала допомогу, необхідно дотримуватися певних правил:

- вона повинна відображати страх дитини, (зайчик боїться залишатися один у темній нірці);
- пропонувати той досвід, почувши який дитина змогла б знайти вихід із ситуації (мама подарувала йому чарівний ліхтарик або на допомогу приходить улюблена іграшка). Якщо дитина неспроможна зробити вибір самостійно, можна запропонувати їй свої варіанти вирішення проблеми [26, 255].

Вигадуючи казку разом із малюком, намагайтеся дотримуватися певної послідовності:

1. Початок казки, зустріч із героями різними та улюбленими персонажами чи тваринами, іграшками.
2. Потім герой казки зустрічається із тим страхом, якого боїться малюк.
3. Персонаж показує дитині різні способи боротьби із проблемою.
4. Перемога, кінець казки, страху немає, життя налагоджується.
5. В кінці казки для остаточного позбавлення страху, можна придумати з дитиною «заклинання проти страху» [7].

Таким чином, казкотерапія є найефективнішим засобом виявлення, усунення та профілактики дитячих страхів. Сучасна наука довела, що казка має величезне корекційне значення для дітей.



## ВИСНОВКИ

Таким чином, відповідно до поставлених завдань в бакалаврській роботі, можна зробити наступні висновки:

1. Страх – це сильна негативна емоція, що виникає в результаті уявної чи реальної небезпеки та становить загрозу життю для індивіда. Дитячий страх – це специфічний (віковий) страх, що виникає у дитини. Виникнення дитячих страхів пов'язане з різними причинами, у тому числі із зовнішнім середовищем (наприклад, із заборонами з боку дорослих, які дитині незрозумілі, навіювання з боку інших дітей тощо).

2. Дошкільний вік – це особливий період життя в якому відбуваються найголовніші зміни в психіці дитини. На даному віковому етапі, стрімко розвиваються психічні процеси, що підготовляють перехід до нового вищого ступеня її розвитку. І тому психологічні новоутворення, які виникають і розвиваються у дошкільників – є фундаментом, що забезпечує розвиток на наступному віковому етапі.

3. Поява дитячих страхів пояснюється віковими особливостями психічного розвитку. Ключову роль відіграє уява дошкільника – розумовий процес створення нових образів та уявлень шляхом переробки раніше отриманої інформації. Здатність до фантазування виникає в 2-3 роки, досягає піку в дошкільному віці. Страхи дітей відрізняються найбільшою різноманітністю, незвичністю, інтенсивністю переживань. Чим вразливіша, тривожніша дитина, тим легше вони формуються. Нездатність об'єктивно оцінити ситуацію, критично поставитися до власних емоцій сприяє закріпленню, підтримці страху. Прояви страху в дошкільнят характеризується прискореним серцевим ритмом, посиленням виділення поту. Також у них з'являються такі симптоми: відчуття печіння та біль у грудях; тремор (тремтіння) рук, їх оніміння; проблеми з диханням; блідість шкіри тощо.

4. Керуючись метою дослідження використання казкотерапії як засобу корекції дитячих страхів у дошкільнят під час військових дій, було організовано і проведене експериментальне дослідження. В дослідженні взяло участь 20 дітей дошкільного віку. Також проводилося анкетування батьків дітей дошкільного віку (20 осіб). Дослідження проходило в 3 етапи: На констатуючому етапі – ми обрали цільову групу дослідження та за обраними методами та методиками діагностували наявність страхів у дітей. На формуючому етапі – використали казкотерапію для корекції дитячих страхів у дошкільнят. На контрольному етапі – було здійснено повторну діагностику. За результатами дослідження, нам довелось довести, що розроблена та апробована програма казкотерапії дала позитивні результати та підтвердила гіпотезу дослідження: казкотерапія є ефективним методом корекції дитячих страхів у дошкільнят і допомагає попередити формування майбутніх страхів.

5. Відповідно до п'ятого завдання нашого дослідження, нами було опрацьовано рекомендації психологів щодо використання казкотерапії як засобу корекції дитячих страхів у дошкільнят під час військових дій.

На початку психотерапевтичних занять з казкою, слід брати прості та невеликі і казки. Для образного сприйняття казок використовується ілюстративний матеріал. Важливим є встановлення емоційного контакту з дитиною. Дитина повинна почуватися в безпеці. Читати казку слід неквапливим, спокійним голосом. Інтонація та голосі повинні передавати атмосферу казки. Варто також запропонувати дитині скласти казку самостійно (на початкових етапах – з допомогою психолога). Щоб будь-яка історія набула потрібної чарівної сили і надала допомогу, необхідно дотримуватися певних правил: вона повинна відображати страх дитини; пропонувати той досвід, почувши який дитина змогла б знайти вихід із ситуації. Якщо дитина неспроможна зробити вибір самостійно, можна запропонувати їй свої варіанти вирішення проблеми.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Божович В. Особливості корекції дитячих страхів. *Zbiór raportów naukowych*. 2014. С. 31.
2. Бучинська В. І., Бригадир М. Б. Особливості надання кризової психологічної допомоги дітям. *Наукові проекти соціально-гуманітарного факультету ЗУНУ*. 2022. С. 128-130.
3. Василевська О. І. Казкотерапія як засіб психолого-педагогічного впливу. *Психологічні науки*. 2012. № 39. С. 30-36.
4. 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.
5. Григорчук О., Дубравська Н. М. До проблеми подолання страхів у дитячому віці. *Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць*. 2015. С. 41-45.
6. Гринечко А. Тривожність як чинник виникнення неврозу страху. *Актуальні питання гуманітарних наук: міжвузівський збірник наукових праць молодих вчених Дрогобицького державного педагогічного університету*. 2013. С. 232.
7. Данилюк І. В. Казкотерапія як метод психологічного впливу на особистість. *Психологічний часопис*. 2019. № 6. С. 161-173.
8. Даценко Т. О. Феномен дитячого страху: психологічний вимір. *Дослідження молодих учених у контексті розвитку сучасної науки*. 2012. С. 182-187.
9. Єфименко М. Емоційний портрет дошкільника: методика ігрового тестування. *Дошкільне виховання*. 2004. №4. С.12–14.
10. Жизномірська О. Я. Психоемоційна підтримка дітей в умовах війни. *Редакційна колегія*. 2022. С. 31.

11. Зайченко І. Педагогіка : навчальний посібник для студентів вищих педагогічних навчальних закладів. Київ. : Освіта, 2008. 528 с.
12. Камінська О. Проблема дитячих страхів у дослідженнях вітчизняних та зарубіжних науковців. *Психологічний журнал*. 2018. Т. 4. №. 4. С. 86-104.
13. Киричук Т. В. Особистісно орієнтований підхід до дитини в освітньому просторі ДНЗ. *Таврійський вісник освіти*. 2013. №. 4. С. 28-32.
14. Кононко О.Л. Психологічні основи особистісного становлення дошкільника. Київ : Стилос, 2002. 144 с.
15. Кормило О. М. Психічні стани та їх зв'язок зі страхом у дитячому віці. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*. 2014. №. 23.
16. Кузнєцова О. Ю., Шкрєбтєнко Л. П. Теоретичний аналіз проблеми дитячих страхів у дошкільному віці. *Київський інститут бізнесу та технологій*. 2017. С. 43.
17. МКХ 10. URL: <https://e-mis.com.ua/mkx-10> (дата звернення: 12.04.2023).
18. Пов'якель Н.І. Психологія дитячих страхів. Київ. : Шк. світ, 2011.128 с.
19. Покришко Д., Кисла О. Корекція дитячих страхів за допомогою ігрових методик. *Молодий вчений*. 2020. №. 9 (85). С. 72-75.
20. Рибка І. Дитячий малюнок як засіб психологічної діагностики особистості першокласника. *Магістерський науковий вісник*. 2018. С. 142.
21. Словник психологічних термінів. URL: <https://nuph.edu.ua/slovník-psihologichnih-terminiv/> (дата звернення: 10.04.2023).
22. Скаковська А. В. Теоретичні підходи до вивчення дитячих страхів. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2018. Т. 1. №. 2. С. 113-119.
23. 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.

24. Сорока О. В. Дитячий малюнок: характеристика, можливості *Науковий вісник Ужгородського університету : Серія: Педагогіка. Соціальна робота* . 2014. Вип. 30. С. 164-167.

25. Сафонов К. Фобії як психологічний феномен в історичній ретроспективі. *Освіта і наука*. 2021. №. 1. С. 1-2.

26. Трегуб О. О. Казкотерапія в роботі практичного психолога ДНЗ. *Таврійський вісник освіти*. 2017. № 1. С. 255-260.

27. Шапар В.Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків. : Прапор, 2007. 640 с.

28. American Psychological Association. URL: <https://www.apa.org/> (дата звернення: 13.04.2023).

## ДОДАТКИ

## Додаток А

## Анкета для батьків

Стать дитини \_\_\_\_\_

Вік \_\_\_\_\_

Як Ви вважаєте, які види страху можуть бути наявними у вашої дитини?  
 (Підкресліть необхідне в таблиці або напишіть своє власне бачення) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Таблиця страхів (підкресліть необхідне)

№	
1.	Страх темряви
2.	Страх самотності
3.	Страх смерті
4.	Страх смерті батьків
5.	Страх почути вибух
6.	Страх авіаудару
7.	Страх голоду
8.	Страх повітряної тривоги
9.	Страх ворожих солдатів
10.	Страх розлуки з рідними
11.	Страх вогню
12.	Страх чужих людей
13.	Страх сильних звуків
14.	Страх травми
15.	Страх нового середовища
16.	Страх закритого простору
17.	Страх лікарів

18.	Страх відьом, чудовиськ
19.	Страх літаків
20.	Страх висоти
21.	Страх крові
22.	Страх війни
23.	Страх злодіїв
24.	Страх загубитися
25.	Страх прибульців

**Методика «Страхи в будиночках»**

У чорному будиночку живуть страшні страхи, а в червоному – не страшні. Допоможи мені розселити страхи зі списку по будиночках.



Ти боїшся:

1. Коли залишаєшся один.
2. Нападу.
3. Захворіти, заразитися.
4. Померти.
5. Того, що помруть твої батьки.
6. Інших дітей.
7. Інших людей.
8. Мама чи тата.
9. Те, що вони тебе покарають.
10. Баби Яги, Змія Горинича, чорта, відьми, чудовиська (до цього списку додаються страхи невидимок, скелетів, Пікової Дами і т. д. – вся група цих страхів позначена як страхи казкових персонажів).



11. Перед тим як заснути.
12. Страшних снів.
13. Темряви.
14. Вовка, ведмедя, собак, павуків, змії.
15. Машин, поїздів, літаків.
16. Бурі, урагану, повені, землетрусу (страхи стихії).
17. Коли дуже високо (страх висоти).
18. Коли дуже глибоко (страх глибини).
19. У тісній маленькій кімнаті, приміщенні, туалеті, переповненому автобусі, метро (страх замкнутого простору).
20. Води.
21. Вогню.
22. Пожежі.
23. Війни.
24. Великих вулиць, площ.
25. Лікарів.
26. Крові (коли йде кров).
27. Уколів.
28. Болі (коли боляче).
29. Несподіваних, різких звуків, коли щось раптово впаде, стукне (боїшся, здригаєшся при цьому).
30. Зробити щось неправильно.
31. Запізнитися у садок.

Аналіз отриманих результатів 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.

Вікові норми кількості страхів у чорному будиночку:

- вік 3 роки: хлопчики: 9, дівчатка: 7.
- вік 4 роки: хлопчики: 7, дівчатка: 9
- вік 5 років: хлопчики: 8, дівчатка: 11
- вік 6 років: хлопчики: 9, дівчатка: 11
- вік 7 років (дошкільнята): хлопчики: 9, дівчатка: 12
- вік 7 років (школярі): хлопчики: 6, дівчатка: 9.

## Додаток В

### Програма казкотерапії для боротьби зі страхами дітей дошкільного віку

Казкотерапія може виступати методом корекції страхів і фобій. Наприклад, казкова проблемна історія може починатися так: «жила була дитина, яка була дуже схожою на тебе ...». Таким чином, можливо, моделювати дитині історії, що повторюють життєві ситуації, які пригнічують і лякають її.

Казкотерапія у дошкільному віці ефективна, якщо дитину підключають до продовження казки, а також завершення запропонованої сюжетної лінії. Наприклад: «продовж казку ...». Підсвідомі установки і емоції проявляються в тому, як працює дитяча фантазія.

#### Гра «Спільна розповідь»

Прекрасно підходить для вигадування казки разом з дитиною.

Просимо дитину придумати:

- 1) нову казку;
- 2) казку, в якій є початок, середина і кінець;
- 3) казку, яка чомусь вчить.

Потім психолог складає історію з тими ж дійовими особами, тим же сюжетом з маленькими «додаваннями», які роблять казку терапевтичною.

#### ЯК СКЛАСТИ ТЕРАПЕВТИЧНУ КАЗКУ?

Використовуємо найпростіший прийом – **персоніфікації проблеми**. Казка буде складатися з п'яти абзаців:

1. *Жив-був хлопчик / дівчинка / або будь-який інший персонаж, відомий дитині ...* (інтерпретуємо з дитиною). Опишіть цього персонажа в 5-6 реченнях.

2. *І ось одного разу хлопчик / дівчинка / або будь-який інший персонаж зустрів Нежить ...* Опишіть Нежить, на кого він схожий, який він, яка поведінка, що хоче від головного персонажа (обережно зображуємо страх).

3. *Через це ...* Що сталося з головним персонажем після зустрічі з Нежиттю ... придумайте, як змінилося життя, що в ньому стало не так, якась виникла проблема.

4. *І тоді ...* Що робить головний персонаж, щоб позбутися Нежиті (боримося зі страхом).

5. *Розв'язка.* Обов'язково щасливий кінець. Нежиті більше немає, головний персонаж здоровий. Нежить краще не вбивати, його можна розчинити, вигнати і т. д.

6. Малюємо малюнок – перемога над Нежиттю (перемога над страхом).