

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА**

**на тему: ВПЛИВ СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ НА ФОРМУВАННЯ  
СТРАХІВ В МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ ПІД ЧАС ВІЙНИ**

Виконала: студентка 4курсу  
групи 6.0530-3  
спеціальності 053 Психологія  
Освітньої програми Психологія  
Гнатко Діана Сергіївна  
Керівник: Санакоєва Н.Д., к.філол.н.,  
доцент кафедри соціальних комунікацій  
та інформаційної діяльності  
Рецензент: Турбар Т.В., к.пед.н., доцент  
кафедри дошкільної та початкової освіти

Запоріжжя  
2024

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 \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ року

**ЗАВДАННЯ**  
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Гнатко Діані Сергіївні

1 Тема роботи (проєкту) Вплив сімейних стосунків на формування страхів в молодшому шкільному віці під час війни

керівник роботи Санакоєва Н.Д., к.філол.н., кафедри соціальних комунікацій та інформаційної діяльності

затверджені наказом ЗНУ від ЗНУ від «05» 02 2024 року № 234—с





2 Термін подання студентом роботи \_\_\_\_\_

3 Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури

4 Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити): Теоретичне вивчення особливостей прояву страхів в молодшому шкільному віці під час війни; Експериментальне вивчення особливостей впливу сімейних стосунків на формування страхів в молодшому шкільному віці під час війни; Аналіз та інтерпретація результатів дослідження

5 Перелік графічного матеріалу: 1 рисунок, 3 таблиці

6 Консультанти розділів роботи


Розділ	Прізвище, ініціали та посада Консультанта	Підпис ,дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Вступ	Санакоєва Н.Д., доцент		
Розділ 1	Санакоєва Н.Д., доцент		
Розділ 2	Санакоєва Н.Д., доцент		
Висновки	Санакоєва Н.Д., доцент		

7. Дата видачі завдання \_\_\_\_\_

**КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН**

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Термін етапів роботи виконання	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	лютий-березень 2024	Виконано
2	Робота над вступом	березень 2024	Виконано
3	Робота над першим розділом	березень 2024	Виконано
4	Робота над другим розділом	березень-квітень 2024	Виконано
5	Написання висновків	квітень 2024	Виконано
6	Передзахист	травень 2024	Виконано
7	Нормоконтроль	червень 2024	Виконано

Студент \_\_\_\_\_ Д.С. Гнатко

Керівник роботи (проєкту)  Н.Д. Санакоєва

**Нормоконтроль пройдено**

Нормоконтролер \_\_\_\_\_ Неманежина А.О.

## РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота бакалавра: 39 сторінок, 3 таблиці, 1 рисунок, 24 джерела.

Об'єктом роботи є страхи у дітей молодшого шкільного віку.

Предметом роботи є вплив сімейних стосунків на формування страхів в молодшому шкільному віці під час війни.

Метою роботи є вивчення психологічних особливостей впливу сімейних стосунків на формування страхів в молодшому шкільному віці під час війни.

Гіпотеза дослідження: передбачаємо, що дитячі страхи, закріплені у психіці людини у ранньому віці, можуть позначитися негативно на подальшому психологічному та емоційному розвитку, зокрема страхи війни викликають появу власної агресивності.

Методи дослідження: теоретичні: теоретико-методологічний аналіз, систематизація наукових джерел, порівняння й узагальнення даних досліджень; емпіричні: спостереження, тестування.

Практична значимість роботи полягає в можливості використання результатів дослідження в педагогічній діяльності і діяльності педагогів, психологів.

Галузь використання: навчально-виховні заклади, загальноосвітні школи.

СТРАХИ, МОЛОДШИЙ ШКІЛЬНИЙ ВІК, ВІЙНА, СІМЕЙНІ СТОСУНКИ

## SUMMARY

Gnatko D. S. Influenced family relations on the formation of fears in primary school age during the war .

The qualification work consists of an introduction, 2 chapters, and a conclusion, references (24 titles). The work consists of 39 pages, of which 34 are the main text. it contains 3 tables and 1 illustration.

The qualification paper provides a theoretical overview and describes the experimental work research of children's fears.

Objective: to study the psychological features of the influence of family relations on the formation of fears in primary school age during the war. The objectives of the study are:

- 1) characterise fears as a psychological phenomenon;
- 2) to investigate the psychological features of the manifestation of fears in primary school age during the war;
- 3) analyze the features of correcting fears in primary school age during the war under the influence of family relations;
- 4) carry out an experimental study of the peculiarities of the influence of family relations on the formation of fears in primary school age during the war.

Chapter 1 "Theoretical study of the features of the manifestation of fears in primary school age during the war" presents a theoretical analysis of fears as a psychological phenomenon, psychological features of the manifestation of fears in primary school age during the War, features of Correction of fears in primary school age.

Chapter 2 "Analysis of the experimental study of the peculiarities of the influence of family relations on the formation of fears in primary school age during the war" presents the organization and methods of research of children's fears, analysis and interpretation of research results, drawing up a correctional program for correcting fears in primary school age.

FEARS, PRIMARY SCHOOL AGE, WAR, FAMILY RELATIONS.

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	7
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ СТРАХІВ В МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ ПІД ЧАС ВІЙНИ.....	10
1.1. Страхи як психологічний феномен.....	10
1.2. Психологічні особливості прояву страхів в молодшому шкільному віці під час війни.....	13
1.3. Особливості корекції страхів в молодшому шкільному віці під час війни під впливом сімейних стосунків.....	18
РОЗДІЛ 2. АНАЛІЗ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВПЛИВУ СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ НА ФОРМУВАННЯ СТРАХІВ В МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ ПІД ЧАС ВІЙНИ.....	23
2.1. Організація та методи дослідження дитячих страхів .....	23
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження. ....	26
2.3. Складання корекційної програми з корекції страхів в молодшому шкільному віці під час війни .....	30
ВИСНОВКИ.....	35
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	37

## ВСТУП

Актуальність роботи. Сьогодні в контексті політичних, економічних, соціокультурних змін, а особливо у зв'язку з початком війни в Україні у суспільстві збільшується значення психологічних знань, що визначають для людей можливість ефективного управління своєю поведінкою і станом. Також в соціумі спостерігається різноспрямований вплив, який надає стресогенний вплив на людину.

Причинами психологічних основ переживання травматичної події в молодшому шкільному віці на сьогодні є війна.

Реакція на стрес різна у кожної людини. У деяких проявляється депресія, вони стають замкнутими, остерігаються ровесників, не спілкуються з друзями, неговіркі, полохливі. Деякі виявляють стрес у формі агресивних спалахів, дратівливості, нездатності контролювати свою поведінку.

Тому все більш актуальним стає психологічно грамотне протистояння численними стресорами. У зв'язку з цим актуальним завданням педагогіки і психології стає вивчення впливу сімейних стосунків на формування страхів в молодшому шкільному віці під час війни, які забезпечують формування їх психологічної і функціональної готовності до нових умов у зв'язку з подіями війни з метою успішного завершення освіти.

Зі збільшенням інтенсивності темпів життя в сучасному світі на людину впливає все більша кількість зовнішніх стресових факторів, до яких вона повинна адаптуватися. Різні рівні стресостійкості, як сукупності якостей особистості, дозволяють по-різному реагувати організму на стрес.

Сьогодні українське суспільство, на превеликий жаль, на собі переживає всі жахіття війни. І якщо в більшості існуючих на сьогодні сучасних дослідженнях фахівцями говориться про проблеми «виходу» людини з війни, то ми вважаємо, що не менш складною є проблема «входу» і «тривалого перебування» людини у війні. Для кожного періоду психічного

розвитку дитини характерні різні групи страхів, взаємообумовлені підвищеною тривожністю, що сприяють розвитку емоційного неблагополуччя особистості дитини, причому, одні групи страхів з часом прогресують, інші регресують.

Актуальність дослідження проблеми визначається тим, що дитячі страхи, закріплені у психіці людини у ранньому віці, можуть позначитися негативно на подальшому психологічному та емоційному розвитку.

Страхи є причиною виникнення неврозів та різних розладів, та за допомогою психолого-педагогічного дослідження дитячого страху, можливе проведення його корекції. Тому надзвичайно важливо не упустити момент для своєчасного звернення до фахівця для того, щоб вжити заходів у подоланні та корекції найбільш виражених страхів у дитини.

Об'єктом роботи страхи дітей молодшого шкільного віку.

Предметом роботи є вплив сімейних стосунків на формування страхів в молодшому шкільному віці під час війни.

Метою роботи є вивчення психологічних особливостей впливу сімейних стосунків на формування страхів в молодшому шкільному віці під час війни.

Гіпотеза: передбачаємо, що дитячі страхи, закріплені у психіці людини у ранньому віці, можуть позначитися негативно на подальшому психологічному та емоційному розвитку, зокрема страхи війни викликають появу власної агресивності.

Для досягнення мети нам потрібно виконати низку завдань:

- 1) схарактеризувати страхи як психологічний феномен;
- 2) дослідити психологічні особливості прояву страхів в молодшому шкільному віці під час війни;
- 3) проаналізувати особливості корекції страхів в молодшому шкільному віці під час війни під впливом сімейних стосунків;



4) здійснити експериментальне вивчення особливостей впливу сімейних стосунків на формування страхів в молодшому шкільному віці під час війни.

Методи дослідження: теоретичні: теоретико-методологічний аналіз, систематизація наукових джерел, порівняння й узагальнення даних досліджень; емпіричні: спостереження, тестування.

Практична значимість роботи полягає в можливості використання результатів дослідження в педагогічній діяльності і діяльності педагогів, психологів.

Структура кваліфікаційної роботи бакалавра. Складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел з 24 найменувань на 3 сторінках.

# РОЗДІЛ 1.

## ТЕОРЕТИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ СТРАХІВ В МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ ПІД ЧАС ВІЙНИ

### 1.1. Страх як психологічний феномен

Страх, що переслідували людство з давніх часів, були і в первісних людей, які щохвилини наражалися на небезпеку. Дані страхи мали в основі інстинкт і виникали за безпосередньої небезпеки для життя первісної людини та її громади.

У процесі становлення психіки людей та переходу психічної діяльності на більш складні рівні страхи набувають соціально опосередкованого характеру і виражають цілу гаму почуттів та емоцій [22, 43].

За своєю суттю страх входять до базальних людських емоцій, він подібний до радості, любові, печалі та гніву. Проте, страх має широкий функціонал і відповідає за захист людини від того, щоб вона не потрапляла в певні ситуації, в яких людина мала б за деяких обставин розплатитися своїм життям. Страх може навчити людей тому, що робити при виникненні небезпеки, дозволяє вибирати вірні тактику та стратегію дій.

По суті, у специфічних надзвичайних ситуаціях небезпеки люди мають два варіанти розвитку подій, дві основні, кардинально різні дії: напад, тобто дія активна, або порятунок втечею. Вибір тактики та подальша поведінка залежить від низки чинників, зокрема і від масштабу небезпеки, емпіричного досвіду боротьби з такою, і, звичайно ж, важливе значення має фізична та психічна конституція та виховання людини.

Для формування концептуальних уявлень про феномен страху та вибору відповідних методологічних підходів до його діагностики та корекції необхідно докладне вивчення теоретичних аспектів поставленої проблеми.

Страх є емоцією, яка належить до категорії фундаментальних. Страх – емоція, що виникає у ситуаціях загрози біологічному чи соціальному існуванню індивіда та спрямована на джерело дійсності або уявної небезпеки. Як зазначає К. Хорні, страх, як і тривога, є адекватними реакціями на небезпеку, але у випадку страху, небезпека очевидна, об'єктивна, а в разі тривоги вона прихована і суб'єктивною. З точки зору біхевіоризму, страх є наслідком травматичного досвіту суб'єкта, що взаємодіяв з певними об'єктами. Іншу точку зору висловили представники психоаналізу. Вони висунули припущення про те, що першою причиною появи страху у людини вважається первинна травма, яка пов'язана з відсутністю матері чи розлукою з матір'ю. Т. Сімсон підкреслював важливість несподіванки для виникнення дитячих страхів. Психолог вважав, що будь-яке явище, якщо воно виникло несподівано, може стати джерелом страху дитини [16, 89].

У системі освіти особливу значущість набуває фігура педагогічного працівника, що дозволяє створити оптимальні умови для емоційного розвитку школяра в умовах війни: стилю життя, відповідної позитивної атмосфери, спілкування в сім'ї та в освітній установі.

Всім відомо, що життя без емоцій не можливе. І виявляються вони самостійно, яскраво або відлунням у душі, і навіть несвідомо. А також можуть виявлятися в простому або складному синтезі з кількох емоцій, втілених в одній одномоментній реакції.

Емоції виникли у процесі еволюції. За допомогою емоцій живі істоти встановлюють значущість тих чи інших умов задоволення своїх актуальних потреб. Одним з емоційних станів в молодшому шкільному віці під час війни є страх. Незважаючи на своє негативне забарвлення, страх виконує різноманітні функції у житті. Страх супроводжував людей протягом усього людського розвитку, виражаючись у страху темряви, вогню, природних аномалій.

Страх піднімає науковий та творчий потенціал людей у боротьбі зі стихією, грає захисну роль, дозволяючи протистояти та уникнути зустрічі з небезпекою. Він є своєрідним засобом пізнання реальності навколишнього світу, надаючи можливість людині скептично і селективно ставитися до різноманітних явищ навколишнього світу. Страх можна розглядати як природний супровід людського розвитку.

У сучасній психологічній науці проблема страху є однією з найбільш актуальних. Останнім часом фахівці помічають значний приріст дитячих страхів. Детальне вивчення цього явища, на нашу думку, може сприяти виявленню правильних підходів до його подолання. Ми розуміємо, що наявність страхів у дитинстві потребує уваги, оскільки це може призвести до порушень у розвитку особистості під час онтогенезу.

Досить широко феномен страху стосується теоретичної наукової психологічної літератури західних країн і розглядається в рамках чотирьох психологічних підходів [1, 58].

У першому підході – увага спрямована на поведінкові сторони страхів. Зв'язок безпосередньо з біхевіоризмом, як напрямок у психологічній науці.

Страх розглядають як феномен з умовно-рефлекторною основою, що базується на переживаннях травматичного досвіду. Так, Дж. Вотсон, визнає, що страх – це одна з базальних емоцій, властивих людині з народження, і вважає, що під час дорослішання дитини характер страху зазнає метаморфоз – і виникає на базі умовно-рефлекторних зв'язків живого організму. В рамках вивчення даного підходу присутні ті аспекти страхів, що пов'язані найчастіше з реакцією переляку, уникнення, однак, не беруться до уваги проблеми осмислення та ціннісної інтерпретації страхів [1, 21].

Другий підхід пов'язаний з психоаналітичною традицією та подальшим її вивченням різними авторами, такими, як: А. Адлер., А. Фройд, З. Фройд, К. Хорні.

Страх є найнебезпечнішою емоцією, оскільки він підриває здатність дитини до адаптації та з часом може призвести до емоційної нестабільності, переживання станів надмірної тривоги, obsесивно-компульсивного розладу, постійної напруги, агресії, дратівливості та депресії. Він може мати фізіологічні прояви, такі як пітливість, підвищене серцебиття, дихальна складність та інші ознаки стресу. Він може бути викликаний різними факторами, такими як середовище, виховання, генетика, події у житті дитини та інші чинники [1, 21].

Основою третього підходу є положення філософії екзистенціалізму, прихильниками якого є: А. Камю, С. К'єркегор, Ж.-П. Сартр., П. Тілліх, М. Хайдеггер. Страхи за даного підходу є найважливішою характеристикою людського буття, що мають пряме значення для становлення та існування людства [2, 21].

Положення четвертого напряму пов'язані з положеннями гуманістичної психології, у яких страхи розглядаються як негативний феномен, дисгармонуючий процес самоактуалізації індивіда через його виникнення при фрустрації потреби у безпеці.

## **1.2. Психологічні особливості прояву страхів у молодшому шкільному віці під час війни**

Орієнтири сучасної освіти перебувають у площині створення та реалізації умов заощадження та зміцнення фізичного та психічного здоров'я дітей, у тому числі забезпечення їх емоційного благополуччя. Актуальність дослідження етіології, особливостей та процесу корекції страхів школярів обумовлена запитом сучасних батьків, які стикаються з цією проблемою у своїх дітей, а також вимогами державного освітнього стандарту початкової освіти, що формулює соціальне замовлення суспільства та держави на різнобічний розвиток учнів молодших класів з урахуванням їх вікових та

індивідуальних особливостей, на збереження унікальності та самоцінності дитинства, забезпечення сприятливих умов розвитку дітей.

Процес особистісного розвитку дитини обумовлений рядом позитивних та негативних факторів. Одним з негативних факторів є дитячі страхи, вплив яких обумовлено ступенем їх виразності, тривалістю, деструктивністю їх впливу [14, 75]. Війна в Україні триває і, на жаль, є ймовірність, що зведення з фронту та новини про загибель тисяч людей із нами ще надовго.

У багатьох, хто пережив бойові дії, виникає посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). З ним стикаються і військові, і мирні мешканці. Цей психічний розлад проявляється в тому, що людина знову і знову переживає подію, що травмує, дуже яскраво — так, ніби вона відбувається прямо зараз. При цьому вона відчуває сильні емоції (у тому числі страх) та фізичні реакції, які нагадують переживання безпосередньо під час події, що травмує. Це може відбуватися і уві сні – людині сняться кошмари.

Узагальнюючи різні причини страхів, виділимо ті, що є характерними для дітей в молодшому шкільному віці під час війни:

- велика кількість заборон з боку батьків тієї ж статі чи повна свобода школяра, дарована батьками іншої статі;
- психологічні травми такі, як переляк, що загострюють вікову чутливість дітей до тих чи інших страхів;
- психологічне «зараження» страхами у процесі безпосереднього спілкування з однолітками та дорослими.

Страхи є складним процесом, коли бояться діти, а за них переживають дорослі, ще більше підкріплюючи ці страхи або запускаючи нові. У цьому дослідженні наш інтерес сфокусовано на віковій категорії – молодшому шкільному віці, як одному з значних періодів розвитку та соціалізації дітей. На особливу увагу заслуговує питання функціонування інституту сім'ї під час війни, що відбувається на теренах нашої держави. Виконання функцій родиною важливо не тільки для її членів, а і для суспільства загалом.

Адже низка сімейних функцій впливає на майбутнє держави, бо виховна функція родини полягає не тільки у задоволенні індивідуальних потреб у батьківстві (репродуктивна складова), вихованні, самореалізації в дітях, а і забезпечує соціалізацію нового покоління громадян держави

Досліджуваний віковий період характеризується такими особливостями психічного розвитку, значущими для корекційної роботи – інтенсивністю, появою новоутворень, формуванням характерологічних особливостей та особистісних якостей, особливостями світосприйняття та ін. Зазначимо, що цей віковий період також є сенситивним для розвитку дитячої уяви, що може, своєю чергою, розширити сприйняття страхів, зробити їх глибшими, сприяти появі надцінних страхів [9].

У зв'язку з цим страхи, що з'являються у молодшому шкільному віці, в окремих випадках можуть бути негативними факторами окремих порушень фізичної та психічної сфер здоров'я. Складні і різноманітні патогенні чинники бойової обстановки і частішають і обтяжують психічні розлади, а й породжують чимало незвичайних випадків, для осмислення яких потрібні нові категорії.

Думки вчених з низки ключових питань аналізованої проблеми як суперечливі, але найчастіше діаметрально протилежні. Сучасна психолого-педагогічна та медична література досить рясно представлена результатами досліджень, практичними рекомендаціями вирішення проблеми корекції страхів, при цьому, зазначимо, що специфіка корекційної роботи з дітьми молодшого шкільного віку, залишається недостатньо вивченою, оскільки молодший шкільний вік відіграє важливу роль у становленні та розвитку особистості дитини.

Також наголосимо, що особливості фізіології вищих психічних функцій, їх пластичність, пристосованість, схильність до змін, несформована система якостей та властивостей особистості, податливість школяра корекційно-виховним впливам дозволяють з більшою ефективністю

реалізувати корекційну роботу в період дитинства та попередити можливості хронічного та деструктивного впливу страхів в розвитку дитини.

Страх відноситься дослідниками до однієї з основних емоцій. Проблемою страхів займалося багато вчених.

Перші спроби раціоналізувати уявлення людини про свої страхи зробили Епікур, Платон і Аристотель, які обґрунтували негативний вплив страху на людину, на її життєвий шлях, при цьому процес пізнання істини, пошуку морального ідеалу, на думку даних філософів, має супроводжуватися подоланням страхів як є обов'язковим елементом цього шляху [12]. Декарт визначав страх як «крайній ступінь боягузтва, здивування». Г. Гегель розглядав страх як позитивне почуття, що допомагає людині набути самостійності.

У вітчизняній психології тема страхів дітей молодшого шкільного віку тривалий час не розглядалася, однак, після масштабних досліджень проблеми зарубіжними вченими (А.Т. Джерсилд, Ф.Б. Холмс) вітчизняна наука виявила великий інтерес до цієї проблеми.

Сучасні визначення терміна «страх» представлені різними точками зору вчених. У літературі позначено низку причин виникнення типової тріади страхів: самотності, темряви та замкнутого простору в молодшому шкільному віці під час війни – це деструктивна поведінка батьків стосовно дитини на ранній стадії її розвитку, неадекватний педагогічний вплив, непередбачені обставини та ін.

Також для цього віку характерні страхи казкових персонажів, висоти, болю, крові, лікарів, уколів тощо. Страхи у цьому віці зумовлені інтенсивним розвитком емоційної сфери особистості, уяви, образного мислення у поєднанні з наївністю та навіюваністю.

У дітей з'являються такі якості, як активність, цілеспрямованість, самостійність, ініціативність. Діти прагнуть до активного пізнання довкілля і теж починають усвідомлювати обмеженість своїх можливостей. У цьому віці



розвиваються фантазії, а разом з ними і ймовірність появи уявних страхів [12].

Розглянувши класифікацію страхів, ми визначили причини виникнення, а також психологічні особливості прояву страхів в молодшому шкільному віці під час війни та дійшли висновку, що вони проявляються у різних видах, і є абсолютно індивідуальними та відображають особистісні особливості кожної дитини. Об'єкти страху змінюються із віком, на зміну одним приходять інші. Для дитини страх часто виступає перешкодою для повноцінної життєдіяльності, тримає у постійній напрузі, сковує активність, породжує невпевненість, ускладнює повноцінну комунікацію, зменшує пізнавальну активність та здобуття досвіду [18, 59].

Отже, одним бракує підтримки, поради, влучного слова, піклування, бо сім'я – то найрідніші та найдорожчі люди, які допоможуть пережити пекло. Стосунки інших зазнають негативних змін: з'являються політико-ідеологічні розбіжності між членами родини (наявність близьких родичів у країні-агресорі), різняться цінності, потреби та зацікавлення. Подружжя навчилося жити одне без одного. Бракує ресурсів на почуття – виживання та побут посідають перше місце. Не вистачає емоцій, у сосунках стає багато втоми та виснаження. Можна констатувати, що війна справляє вплив на усіх членів родини. Не кожна особа безболісно для свого психічного здоров'я витримує екстремальні умови війни; перебуваючи в цій ситуації, може отримати розлади психіки різного ступеня важкості, що зумовлює втрату повноцінного здорового буття [2, 45].

Провідна роль сім'ї у виникненні патогенних ситуацій та психотравмуючих переживань обумовлена низкою обставин: – провідною роллю сімейних відносин у системі взаємовідносин особистості (родина є найбільш важливою соціальною групою, до якої включений індивід; сімейні події більшою мірою частіше «приймаються близько до серця», ніж аналогічні події у сфері трудової діяльності, приятельських відносин тощо); – багатоманітністю сімейних відносин та їх тісним взаємозв'язком (домашнє

господарство, емоційні взаємовідносини, сексуально-еротичне життя родини – всі вони нерозривно пов'язані; спроба щось змінити в цьому колі викликає «ланцюгову реакцію» в усіх інших; через це сімейної травми важче позбутися, тобто у члена сім'ї при намаганні уникнути травматизації з'являється більше складностей); – особливою відкритістю, а отже, вразливістю члена родини щодо різноманітних внутрішньосімейних впливів, у тому числі і травмуючих (в родині людина найбільш піддається впливу інших членів сім'ї; слабкості та недоліки її найбільш наявні).

### **1.3. Особливості корекції страхів в молодшому шкільному віці під час війни під впливом сімейних стосунків**

Визначення генезису страхів дітей молодшого шкільного віку та шляхів ефективної їх корекції є актуальною проблемою, яка допоможе розв'язати завдання розвитку особистості школяра, запобігти негативним деструктивним відхиленням у психіці та надасть можливість своєчасної профілактики та корекції невротичних проявів у дітей [22].

Дитячі страхи, якщо до них правильно ставитися, розуміти причини їхньої появи, найчастіше зникають.

Якщо ж вони болісно загострені або зберігаються тривалий час, то це служить ознакою, сигналом неблагополуччя, говорить про нервово ослаблення дитини, неправильне поводження батьків, незнання ними психічних і вікових особливостей дитини, наявності в них самих страхів, конфліктних відносин у сім'ї. При виявленні наявності страху в молодшому шкільному віці під час війни необхідно здійснити психокорекцію. Причинами розвитку страху часто стає гіперопіка. Явище, коли батьки занадто дбайливо ставляться до своїх дітей, намагаючись загартувати їх і попереджати про можливі небезпеки в світі. Проте такий підхід може викликати у дітей невпевненість у собі та боязкість. Більш того, стреси,

пов'язані з життям у великому місті, можуть зробити дітей більш вразливими психологічно [19, 189].

У зв'язку з ерою цифрових технологій, фізична неактивність стає однією з проблем, яка погіршує стан здоров'я людей, включаючи дітей. Діти, зокрема, часто віддають перевагу проведенню часу вдома за комп'ютером замість занять фізичними вправами на свіжому повітрі, що може негативно впливати на їх фізичне та психічне здоров'я та спричиняти появу страхів; наявність психологічних чи психічних розладів.

Додатковим фактором, що може призвести до появи страху у дитини, є наявність невротичних проявів, які потребують медичного втручання та діагностики. Ці прояви можуть проявлятися через дитячі страхи, які не характерні для їх віку, або які мають патологічний характер, який потребує відповідного лікування.

Ці питання потребують професійного медичного консультування та діагностики. Основою для об'єднання симптомів, що виникли після травми, в єдину групу послужили спостереження, що проводяться під час воєнних дій і відразу після них. Спочатку вони були віднесені до галузі компетенції кардіологів та невропатологів.

Мета та принципи корекції страху у дітей під час війни під впливом сімейних відносин:

1. Принцип аксіологічного підходу – визнає дитину найвищою цінністю суспільства та орієнтована на розвиток гуманної та соціально стійкої особистості, розкриття її інтелектуального, творчого та морального потенціалу [9].

2. Принцип особистісного підходу – спрямований не так на розвиток і корекцію конкретної психічної функції, але на розвиток особистості цілому.

3. Принцип діяльнісного підходу – проектування психокорекційного процесу здійснюється з урахуванням провідного виду діяльності дитини даного віку.

4. Принцип єдності діагностики та корекції – що розглядає психологічну діагностику та корекцію як такі, що доповнюють один одного.

5. Принцип єдності вікової та індивідуальності у розвитку – пропонує індивідуальний підхід до дитини з урахуванням особливостей її розвитку.

6. Принцип активного залучення найближчого кола спілкування у корекційну роботу з дитиною – учасниками психологічної корекції виступають батьки, вихователі та інші особи, причетні до процесу виховання дитини.

7. Принцип комплексності методів впливу – для більшої ефективності корекційної роботи необхідно застосовувати різноманітні методи, прийоми, техніки корекційної роботи в молодшому шкільному віці під час війни.

8. Принцип фасилітації – педагог-психолог забезпечує комфортну, довірчу атмосферу міжособистісної взаємодії учасників корекційної роботи, що сприяє прояву особистісної активності дитини, яка оптимізує психічний розвиток школяра [22].

Оскільки страх – природна емоція, то і стратегії його опрацювання дитиною є так само природними. Проте за певних умов дитина може не впоратися з віковим страхом, і тоді він може трансформуватися у патологічний. Патологічний страх вже не оберігає дитину, а перешкоджає її спілкуванню з оточенням, особистісному розвитку, призводить до соціальної дезадаптації, психосоматичних захворювань.

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

Основними джерелами активації страхів у молодших школярів в умовах сьогодення є: особистий досвід, безпосереднє включення у небезпечні події; передача страхів від людей з найближчого оточення; вплив аудіовізуальних (екранних) медіа, насамперед телебачення. Отже, відносно новим джерелом дитячих страхів є сучасні екранні медіа.

На відміну від природних вікових дитячих страхів (які здатні автоматично виникати й самоініціюватися, відносно успішно проживатися дитиною і без спеціального втручання з боку дорослих зникати), страхи, що ініційовані медіа, потребують особливої уваги та фасилітаційного втручання з боку дорослих.

Травмуючі ситуації (переживання втрати близької людини або майна, новини про обстріли чи знуцання над військовими або мирним населенням, перебування поблизу місць вибухів тощо) спричиняють неабиякий стрес для організму людини, і реакцію на них іноді досить складно передбачити, а з наслідками доведеться справлятися достатньо довго, а можливо, й впродовж усього життя. Тому збереження психічного здоров'я є надзвичайно актуальним питанням в умовах сьогодення.

Статистика Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) свідчить, що через збройні конфлікти у світі близько 10% людей, які пережили воєнні події, матимуть у подальшому серйозні проблеми з психічним здоров'ям, ще в 10% людей спостерігатимуться поведінкові зміни, які заважатимуть раціональному та ефективному функціонуванню в соціумі.

Наслідки війни для психічного здоров'я українців стануть об'єктом подальших більш глибоких наукових розвідок, проте вже сьогодні можна стверджувати, що одними з найпоширеніших негативних проявів, що з'явилися в ході війни, є тривога, депресія, проблеми зі сном; а українські психологи та психотерапевти відмічають збільшення звернень на консультації, що стосуються тривожних і депресивних станів, неконтрольованої агресії чи навіть суїцидальних думок, котрі супроводжуються переживанням втрати близьких, дому, ідентичності. У центрі нашої уваги перебуває одна з найбільш вразливих, на нашу думку, категорія населення – учні [26].

Тривожність у ранньому віці, перш за все, пов'язана із зміною умов повсякденного життя, тобто відчуттям себе фактично в ролі дорослого.

Одним із ключових факторів сьогодення України, який негативно впливає на психічне здоров'я молоді, є, звісно ж, згадана вище війна. Хоч частково, ми вже адаптувались до теперішніх реалій, проте повноцінно навчатись і жити в таких обставинах – завдання непросте. Адже не завжди, особливо молодим людям, вдається справлятися з емоційними станами, пов'язаними з воєнними діями країни-агресора. Це зумовило напрямок нашого наукового дослідження та перспективи подальших шляхів збереження психічного здоров'я школярів.

## РОЗДІЛ 2.

### АНАЛІЗ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВПЛИВУ СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ НА ФОРМУВАННЯ СТРАХІВ В МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ ПІД ЧАС ВІЙНИ

#### 2.1. Організація та методи дослідження дитячих страхів

Вибірку обстежуваних склали 28 учнів, серед яких 10 хлопчиків та 18 дівчаток. Всі діти навчаються у 4-А класі. Вік учнів – 8-9 років.

Для вивчення страхів у молодших школярів були використані такі методики: методика «Неіснуюча тварина» (за М. З. Дзукаревич), авторська методика «Намалюй свій страх і напиши свої страхи», методика «Страхи в будиночках» М. Панфілової [8].

Методика «Неіснуюча тварина» (за М. З. Дзукаревич). Тест «Неіснуюча тварина» краще відбиває прояви агресивності. Це будь-які знаряддя нападу – роги, пазурі, ікла, жало. Зображення зубів відбиває схильність до агресії. Іноді тварина має людську зброю – гармату, лазер, спис, лук. Будь-які гострі нарости, які сама дитина не визначає як зброю нападу, але які справляють відповідне враження у глядача, також є показниками агресивності. Навпаки, зброя, непридатна для бійки (наприклад, загнуті всередину або тупі роги), є проявом власної агресивності, а боязні агресії та спроби захиститися від неї (як правило, невдалою).

Для виявлення агресивності та визначення її форм важливий зовнішній вигляд тварини, безпосереднє враження від малюнка: яка вона на малюнку – страшна, зла чи зовсім не страшна; лякає чи холоднокровно вбиває; нападає та з'їдає чи лякає [22].

Іноді буває досить складно розрізнити за малюнком прояв власної агресивності дитини та дуже вираженого страху агресії.

У ряді випадків страх агресії викликає появу власної агресивності, яку сама дитина сприймає як захисну, але яка завжди є такою в реальному житті та поведінці. Буває так, що дитина починає захищатися превентивно, не чекаючи нападу (яка, можливо, взагалі не входила до намірів того, кого вона вважає своїм супротивником).

Таблиця 2.1

**Рівні та критерії наявності агресивності за методикою  
«Неіснуюча тварина»**

<b>Рівень</b>	<b>Критерії</b>
Високий	1. Наявність декількох виражених агресивних деталей у тварини: роги, копита, ікла. 2. Велика кількість гострих кутів при малюванні тварини. 3. Спосіб життя тварини носить агресивний характер, спрямований проти іншого об'єкта (проти людей)
Середній	1. Наявність якоїсь однієї агресивної деталі у тварини. 2. Спосіб життя тварини не носить агресивного характеру.
Низький	1. Відсутність агресивних деталей у зображенні тварини. 2. Мирний спосіб життя тварини.

Методика «Намалюй свій страх і напиши свій страх».

Ця методика є проєктивною методикою, метою якої є визначення переважних видів страхів у молодших школярів та підлітків. Випробуванням пропонується на папері А4 зобразити за допомогою кольорових олівців всі свої страхи і підписати їх. На другому аркуші паперу випробуванням треба написати всі свої страхи. Обробка результатів відбувається як кількісно, тобто підрахунок частоти народження видів страхів, так і якісно, що саме зображено у кожному малюнку та як воно співвідноситься з написаними страхами у випробуваних.



Методика «Страхи в будиночках».

Мета: виявлення та уточнення переважаючих видів страхів у дітей.

Перш ніж допомогти дітям у подоланні страхів, необхідно з'ясувати, весь спектр страхів і до яких конкретно страхів вони схильні.

Зазвичай дана методика підходить в тих випадках, коли дитина ще погано малює чи не любить малювати.

Дорослий малює контурно два будинки (на одному або на двох аркушах): чорний і червоний. І потім пропонує розселити в будиночки страхи зі списку (дорослий називає по черзі страхи). Записувати потрібно ті страхи, які дитина поселила у чорний будиночок.

У дітей старшого віку можна запитати: «Скажи, ти боїшся або не боїшся ...».

Бесіду слід вести неквапливо й ґрунтовно, перераховуючи страхи і чекаючи відповіді «так» – «ні» або «боюся» – «не боюся». Повторювати питання про те, боїться або не боїться дитина, слід лише час від часу. Тим самим уникаючи наводки страхів, їх мимовільне навіювання. При стереотипному запереченні всіх страхів просять давати розгорнуті відповіді типу «не боюся темряви», а не «ні» або «так». Дорослий, що задає питання, сидить поруч, а не навпроти дитини, не забуваючи її періодично підбадьорювати і хвалити за те, що вона говорить все як є. Краще, щоб дорослий перераховував страхи по пам'яті, тільки іноді заглядаючи в список, а не зачитуючи його [22].

Після виконання завдання дитині пропонується закрити чорний будинок на замок (намалювати його), а ключ – викинути. Даний акт заспокоює актуалізовані страхи.

Аналіз отриманих результатів полягає в тому, що експериментатор підраховує страхи в чорному будинку і порівнює їх з віковими нормами. Загальні відповіді дитини об'єднуються в кілька груп та видів страхів. Якщо дитина в трьох випадках з чотирьох-п'яти дає стверджувальну відповідь, то цей вид страху діагностується як наявний.

Встановлено, що виникненню страхів у дітей молодшого шкільного віку сприяють наступні параметри дитячо-батьківських відносин: відсутність емоційної близькості батька з дитиною, неприйняття (відкидання) дитини батьком, а також високий рівень тривожності в дитячо-батьківських стосунках. Визначено провідні типи дитячо-батьківських відносин у виникненні страхів у молодших школярів: підвищений рівень вимог батьків щодо дитини, надвисокий рівень контролю з боку батька, відсутність емоційної близькості батька з дитиною, а також високий рівень тривожності у батьків [6, 86].

Було виявлено, що страхами, що найчастіше зустрічаються в даному віці, є страх смерті, страх казкових персонажів, страх психологічної самотності, страхи нападу і страх війни. Виділено при дослідженні дітей молодшого шкільного віку – страх тероризму. Ведучі страхи: страх не відповідати вимогам батьків, страх покарання/осуду батьків, страх нападу і війни, страх психологічної самотності, страх магічних істот, страх смерті батьків і страх смерті. Виділені фактори сімейного виховання дозволяють намітити основні лінії корекційної роботи в галузі дитячо-батьківських відносин, з метою профілактики зниження рівня страхів у дітей під час війни.

## **2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження**

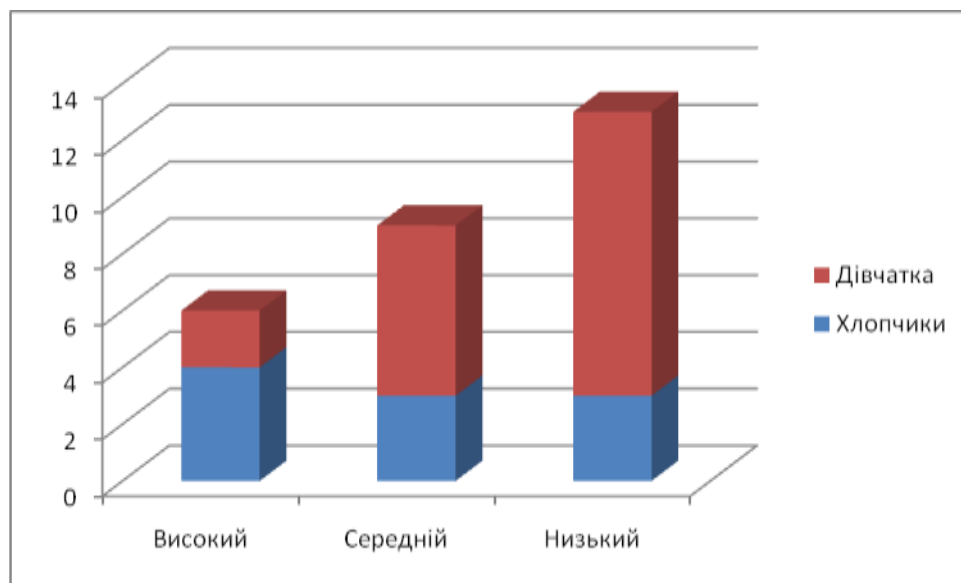
На основі даних, отриманих за методикою «Неіснуюча тварина», експериментальна вибірка була розділена на три групи: випробовувані з низьким рівнем агресії, випробовувані із середнім рівнем агресії та випробовувані з високим рівнем агресії.

Отримані результати за методикою «Неіснуюча тварина» представлені у таблиці 2.1.

## Рівні агресивної поведінки

Рівні агресії	Хлопчики	Дівчатка
Високий	4	2
Середній	3	6
Низький	3	10
Всього	10	18

Графічне зображення рівнів мотивації представлено малюнку 2. 1.



Мал. 2. 1 Рівні агресії

З малюнка 2.3, серед хлопчиків високий рівень агресії мають 4 учня, середній – 3 учня, 3 – низький . Серед дівчаток ситуація протилежна: лише 2 дитини мають високий рівень агресії, 6 учениць – середній рівень та 10 – низький рівень агресивної поведінки.

Отримані дані за методикою «Неіснуючі тварини» дозволяють нам стверджувати про наявність у хлопчиків дещо завищеного рівня агресивності, яка проявляється в різних формах, але найбільш в фізичній та про наявність у дівчаток середнього та низького рівня агресивності, які найбільше виявляються вербальною формою агресивності.

Це пояснюється тим, що хлопчики намагаються образити, побити, штовхнути один одного, а дівчатка пліткують, говорять про інших погано

тощо. Це говорить про невміння контролювати свої емоції, свій гнів. Діти не знають, як правильно реагувати на певні речі, не вміють спрямовувати негативні емоції в конструктивному напрямку.

На малюнках хлопчиків видно елементи агресії, які опиняються у таких символах агресії, як гострі зуби, оскал тварини, великі дзьоби.

Агресивність хлопчиків виявляється у прагненні домінувати над однолітками, вдаватися до сили, як засобу вирішення конфліктів, що й є причиною виникнення труднощів у спілкуванні з іншими дітьми.

У деяких малюнках хлопчики зображували військову тематику, тварину в агресивній позі, кисті рук у вигляді каменів, що говорить про наявність у деяких дітей агресивних тенденцій.

На малюнках багатьох дівчаток спостерігаються елементи демонстративності. Вони зображують тварин без кігтів, зубів, великих дзьобів. У деяких дівчаток тварини одягнені в яскраві сукні та прикраси. Такий рівень зображень постаті свідчить про переважання демонстративних тенденцій у дітей.

Демонстративні діти мають успіх у ігровій діяльності, вони можуть запропонувати різноманітні та цікаві ігри. Тому з ними охоче і часто контактують однолітки, що створює враження успішності їхніх взаємин. У цих дітей підвищена потреба уваги, тому в них можуть виникати проблеми у взаєминах в сім'ї, а іноді і в групі .

Тільки за малюнком двох дівчаток можна сказати про істотні елементи агресії, тому що на малюнках тварини вони зобразили довгі пальці з гострими кігтями. Кілька разів витирали малюнок, не знали, як розмістити його.

Аналіз результатів дослідження за методикою «Намалюй свій страх та напиши свої страхи» дозволив визначити, що у молодших школярів у переліку страхів найчастіше зазначені є смерть батьків, війна, боязнь темряви, казкових героїв (чебурашка), павуки, привиди, маніяки, сигарети, отримати двійку. Рідкісними в переліку страхів у випробуваних 9 років є

страхи щурів, наркоманів, кінця світу. У образній формі у роботах молодших школярів 8-9 років найчастіше представлені страхи – доросла людина б'є дитину, вбита людина на війні, страшні сни, вогонь, павук, змія, привиди, темрява, кров. Поодинокі образи страхів у роботах випробуваних наступні - стихійні лиха (намальовані вдома, а над ними блискавки руйнують їх), смерть дитини на війні, тріщина Землі (земна куля, на яку падає ракета і робиться тріщина та вказана Україна).

Отже, ми можемо говорити, що молодші школярі 8-9 років у вербальній формі більше представляють страхів, ніж у образній формі і найчастіше вони про війну.

Результати за методикою «Страхи в будиночках» (див.табл.2.2) свідчать, що у випробуваних 8-9 років найбільш вираженими є страх війни (50%), соціально-опосередковані страхи 11%) та страх смерті (13%). За результатами група просторових страхів (2%), та такі групи страхів як медичні страхи (5%), страхи, пов'язані із заподіянням фізичних збитків (8%), страхи казкових персонажів (5%), страх темряви та кошмарних снів (6%).

*Таблиця 2.3.*

**Показники видів страхів у молодших школярів із повних сімей  
(за методикою «Страхи в будиночках»)**

<b>Групи страхів</b>	<b>8-9 років</b>
Медичні страхи	5%
Страхи, пов'язані із заподіянням фізичної шкоди	8%
Страх війни	50%
Страхи казкових персонажів	5%
Страх темряви та кошмарних снів	6%
Соціально-опосередковані страхи	11%
Просторові страхи	2%
Страх смерті	13%

Отже, наша гіпотеза «передбачаємо, що дитячі страхи, закріплені у психіці людини у ранньому віці, можуть позначитися негативно на подальшому психологічному та емоційному розвитку, зокрема страхи війни викликають появу власної агресивності» підтвердилася частково.

### **2.3.Складання корекційної програми з корекції страхів в молодшому шкільному віці**

Проблема страху і боязнь війни є однією з найбільш актуальних проблем у сьогодні, особливо це стосується вивчення проблеми страхів у дітей молодшого шкільного віку. Оскільки молодший шкільний вік відрізняється високою соціальною сензитивністю, ускладненням системи вимог до дитини, до її рефлексивних здібностей та інших психічних якостей. Нова соціальна ситуація розвитку у молодшому шкільному віці багато в чому стає стресовою, що тягне за собою появу психічної напруженості у молодшого школяра, що, своєю чергою, призводить до прояву можливих порушень розвитку, що негативно впливає на подальший розвиток особистості.

У психологічній практиці існує велика кількість технік і вправ, спрямованих на роботу з тривожністю та страхами в більшості випадків зі школярами.

У роботах зі страхами та тривожністю вчені вказують на використання таких методів, як біхевіоральна терапія (усунення неадекватної поведінки та навчання адаптивної поведінки (Д.Вольпе); метод систематичної десенсибілізації (зниження емоційної сприйнятливості до певних ситуацій та предметів (Д.Вольпе); метод психодрами (використовується драматична імпровізація як спосіб вивчення внутрішнього світу учасників групи та створюються умови для спонтанного вираження почуттів, пов'язаних із найбільш важливими для клієнта проблемами Дж.Морено); методи арт-терапії (гармонізації розвитку особистості через розвиток здатності

самовираження та самопізнання (М. Наумбург, А.Хілл); НЛП (набір технік, що дозволяють проводити швидкі зміни у мисленні людей, надаючи їм неусвідомлювану ними дію з метою позбавлення від проблем та їх розвитку (Р.Ділтс); сімейна психотерапія (А. Варга, Е. Ейдемільлер); емоційне регулювання навчальної діяльності; психокаталіз (прискорене регулювання процесів, яке склалася стихійно [2]).

Проведено теоретичний аналіз літератури, в якій розкриваються основні принципи побудови розвиваючих та психокорекційних програм, а також одержані результати емпіричного дослідження дозволили розробити тренінг, спрямований на розвиток емоційної сфери молодших школярів та подолання страхів перебуваючи у рекреаційному стані.

Основні завдання корекції емоційної сфери молодших школярів: розширення знань молодших школярів для почуттів; розвиток навичок прояву та впізнавання зовнішніх емоційних проявів; зниження емоційної нестабільності; розвиток уміння адекватно висловлювати свої емоції; оптимізація рівня тривожності та агресії; зниження рівня страхів, образи.

У тренінгу використовуються такі форми та методи роботи: гра, вправи, арт-терапевтичні техніки, м'язова, дихальна релаксація, етюди, розмови.

У тренінгу використовуються методи арт-терапії та ігрової терапії. Вибір саме ігрової терапії обумовлений тим, що цей метод є найбільш ефективним методом психокорекції у роботі з дітьми дошкільного та молодшого шкільного віку, як зазначають вчені (Г.Л.Лендрета, Л.Франк та ін.), а саме малювання, читання казок та розвиваючі ігри. Також вибір гри як основної форми роботи з дітьми обумовлений аналізом робіт вітчизняних вчених, які вказують на значимість провідного виду діяльності при розробці корекційних програм кожного вікового періоду.

Тренінг складається з занять, кожне заняття триває 30-40 хвилин (пов'язане зі специфікою рекреаційної установи).

Мета: створення умов та психологічної підтримки подолання страхів в дітей віком молодшого шкільного віку.

Завдання програми:

1. Нейтралізувати страхи та емоційно-негативні переживання у дітей 8 – 9 років.
2. Навчання дітей ігровому програванню своїх переживань через малювання.
3. Удосконалювати вміння у дітей передачі свого емоційного стану.
4. Формувати комунікативні навички, контролю за своєю поведінкою [5].

Метод роботи – корекція малюванням.

Основна форма роботи – малювання, бесіда, ігрові вправи, консультації для педагогів та батьків.

1. Робота з найближчим оточенням дитини (педагоги, батьки). Форма роботи: анкетування та індивідуальне консультування.
2. Робота з дітьми.

Тривалість занять: 30 хвилин 2 рази на тиждень

Програма корекція малюванням складається з трьох етапів:

1. Підготовчий етап (2 заняття) включає загальний настрій на роботу, малювання на нейтральні теми, бесіди, ігрові вправи.

Завдання:

- знайомство з учасниками групи,
- встановлення контакту з психологом та іншими дітьми,
- визначення цілей та правил роботи на заняттях.

2. Основний етап (10 занять) включає: бесіди, ігрові вправи на зняття психоемоційної напруги, малювання на певні теми, релаксацію, рефлексію

Завдання:

- формування навичок вираження емоційного настрою;
- сприяння розвитку навичок оцінки своєї поведінки та поведінки оточуючих;



- вдосконалення шляхів подолання страхів, вираження почуття страху у малюнку;

- аналіз своєї діяльності на занятті.

### 3. Заключний етап (2 заняття)

Завдання:

- закріплення отриманих знань та умінь;
- розвиток впевненості у власних силах;
- здатність найбільш успішно реалізувати себе в поведінці та взаємодії з оточуючими людьми [23].

Кожне заняття будується так:

- ознайомлювально-організаційний блок:
- налаштування дітей на заняття;
- корекційно-розвивальний блок: зняття психоемоційної напруги, корекція емоційно-особистісної сфери дитини;
- аналітико-рефлексивний блок [23].

Критерії ефективності програми:

- підвищення впевненості у собі;
- зниження тривожності;
- зниження кількості страхів;
- покращення взаємин батьки – дитина.

На кожному занятті пояснюється мета малювання страхів як способу позбавлення від них, дитина отримує індивідуальне «замовлення». Після того як вона його виконує, їй дається завдання намалювати наступний за списком страх.

Після малювання кожному з дітей висловлюється схвалення щодо виконання завдання, що підвищує почуття власної гідності, впевненості у собі. На групових заняттях застосовується метод релаксації для зняття м'язового напруження, ігри на тілесний контакт.

Тренінгова група може включати до 15 молодших школярів, які проводяться тричі на тиждень. Розрахований тренінг на молодших школярів віком 8-9 років.

Емоційний розвиток дитини – це багатство її почуттів, її різноманітність, вона радіє, плаче, відчуває страх, тривогу, смуток. У різних дітей різна глибина та інтенсивність емоцій, оскільки ці характеристики залежать від фізіологічних, психологічних та соціальних факторів. Причиною появи у сучасних дітей невротичних відхилень є: наявність численних соціальних проблем, довготривала війна, страх втратити близьких та низка інших факторів.

## ВИСНОВКИ

Виникненню страхів в молодшому шкільному віці під час війни сприяють такі параметри дитячо-батьківських відносин: відсутність емоційної близькості батьків з дитиною, неприйняття (відкидання) дитини батьками, і навіть високий рівень тривожності у дитячо-батьківських відносинах.

Провідні типи дитячо-батьківських відносин у виникненні страхів у молодших школярів: підвищений рівень вимог батьків щодо дитини, надвисокий рівень контролю з боку батьків, відсутність емоційної близькості батьків з дитиною, а також високий рівень тривожності у дитячо-батьківських відносинах.

Батьки дітей молодшого шкільного віку під час війни із високим рівнем страху виявляють непослідовність у вихованні, відсутність емоційної близькості. Батьки молодших школярів із високим рівнем страху виявляють у вихованні над вимогливість, тривожність та відсутність емоційної близькості.

Найбільш частими страхами в молодшому шкільному віці є страх смерті, страх казкових персонажів, страх психологічної самотності, страхи нападу та страх війни. Було виділено раніше не згадуваний щодо дітей молодшого шкільного віку страх – страх війни.

Провідними страхами в молодшому шкільному віці є: страх не відповідати вимогам батьків, страх покарання/осуду батьків, страх нападу та війни, страх психологічної самотності, страх магічних істот, страх смерті батьків та страх смерті.

Дослідження психологічних чинників страхів та тривожності у дітей молодшого шкільного віку під час широкомасштабного втручання росії в Україну дало нам можливість виявити кореляційний зв'язок між рівнем тривожності батьків та рівнем страху у дітей, рівнем загальної тривожності у

дітей та особистісною тривожністю батьків. Існування зв'язку між рівнем тривожності дітей молодшого шкільного віку із рівнем страху батьків та їхньою тривожністю. Варто звернути увагу на те, що страх смерті у дітей був високого рівня. Отже, за результатами проведеного дослідження страхів і тривожності у дітей молодшого шкільного віку під час війни можна впевнено стверджувати, що батьківський емоційний стан, тривожність є одним із чинників формування дитячої тривожності і страхів.

Виявлені фактори сімейного виховання дозволяють намітити основні лінії корекційної роботи в галузі дитячо-батьківських відносин з метою профілактики та зниження рівня страхів у дітей, збереження їхнього психічного здоров'я та емоційного благополуччя. Проблема вирішення страхів у дітей через психологічну корекцію на теперішній час під час війни стала особливо актуальною. Зібрані знання в галузі вітчизняної та зарубіжної психології вже надають можливість ефективно виявляти та ліквідувати страхи у дітей у деяких випадках. Узагальнюючи, дитячі страхи є нормальною частиною розвитку та можуть бути подолані за допомогою підтримки батьків, педагогів та фахівців. Важливо знати, що кожна дитина є унікальною, тому підхід до допомоги у подоланні страхів повинен бути індивідуальним та пристосованим до її потреб і особливостей. Отже, під час дослідження не було виявлено патологічного впливу страху на особистість дитини. Тобто становлення особистості проходить у відповідних нормах. Таким чином, тривожність відбивається на всіх сферах життєдіяльності дитини, помітно погіршуючи його самопочуття і ускладнюючи відносини з навколишнім світом.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Біннебезель Й. Екзистенція страху життя і смерті в сучасних реаліях: мультимодальні та мультикультуральні аспекти (теоретичний та психотерапевтичний досвід). Львів: Місіонер, 2022. 352 с.
2. Бліхар В., Кісіль З., Католик Г. Страх смерті як детермінанта психоемоційної напруженості та професійної деформації працівників правоохоронних органів в умовах дії стрес-факторів. Екзистенція страху життя і смерті в сучасних реаліях: мультимодальні та мультикультуральні аспекти (теоретичний та психотерапевтичний досвід): монографія ; за заг. ред. д. пс. н. проф. Г.В. Католик . Львів: Місіонер, 2022 . 361 с.
3. 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.
4. Дитячі страхи та способи їх подолання (поради психолога). URL: <http://xt.od.ua/106-psykholoh-rekomenduie/2379-dityachi-strakhi-ta-sposobi-jikh-podolannya-poradipsikhologa>
5. Інформаційні ресурси по темі психологічної допомоги в часі війни. URL: <https://k-s.org.ua/coping-war/>
6. Камінська О. В. Проблема дитячих страхів у дослідженнях вітчизняних та зарубіжних науковців. *Психологічний часопис*. 2018. № 4. С. 86– 104.
7. Католик Г.В. Страх перед дорослим життям у молоді з різних соціальних середовищ (страх майбутнього: психологічний аспект). Екзистенція страху життя і смерті в сучасних реаліях: мультимодальні та мультикультуральні аспекти (теоретичний та психотерапевтичний досвід) Львів: Місіонер, 2022. 218 с.
8. К'еркегор С. Поняття страху. Київ: Академічний проект. 2020. 212 с.

9. Кокун О. М., Мороз В. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С. Теорія і практика управління страхом в умовах бойових дій : метод. Посібник. Київ-Одеса : Фенікс, 2022. 88 с.
10. Методика «Страхи в будиночках» М.А. Панфілової. URL: <https://www.annadomina.com/metodikana-viyavlennya-dityachix-straxiv-o-i-zaxarova-i-m-panfilova/>
11. Назаревич В. І. Психологічні детермінанти проявів шкільних страхів у молодших школярів. URL: <https://socialscience.uu.edu.ua/article/215>
12. Никифорак В. Статус біженців у міжнародному праві. *Матеріали I Міжнародної науково-практичної онлайн конференції. Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича*. Чернівці. 2020. С. 100-102.
13. Освіта.ua. Безпечне освітнє середовище: нові виміри безпеки. URL: <https://osvita.ua/school/87150>
14. Психологічна допомога дітям в умовах воєнного стану : довідник вихователів дошкільних навчальних закладів і вчителів загальноосвітніх навчальних закладів; за ред. Н. В. Пророк. Київ: КНУ, 2022. 155 с.
15. Психологічні інформаційні майданчики: «Первинна психологічна допомога під час війни». «Психологічна підтримка дітей під час війни». URL: <https://www.unicef.org/ukraine/parents-children-support-during-militaryactions?gclid=Cj0KCQjwguGYBhDRARIsAHgRm48Au39ZchtdCFzDcsvok6X3guiMYrp0A0 wIEWTeTtoI91S88kSMh>
16. Психологія девіантної поведінки особистості : навч. посіб. / уклад.: О. Д. Сафін, С. П. Байда. Умань : Візаві, 2021. 202 с.
17. Салій Н. Сутність поняття «страх» його види та механізми. URL: <http://oldconf.neasmo.org.ua/node/1034>
18. Сапоровска М.В. Дитинство в потязі, як переселенці з Донбасу їхали на захід: дис. канд. психол. наук : 19.00.05. Львів, 2023. 185 с.

19. Скаковська А.В. Вивчення доміантних страхів у дітей з онкологічними захворюваннями на різних стадіях лікування. *Психологічні перспективи*. 2020. №36. С. 189–207.

20. Скаковська А.В. Екзистенція страху життя і смерті в сучасних реаліях: мультимодальні та мультикультуральні аспекти (теоретичний та психотерапевтичний досвід) ; за заг. ред. д. пс. н. проф. Г.В. Католик. Львів: Місіонер, 2022. 352с.

21. Тест «Тривожність» (Р. Темл, М. Доркі, В. Амен). URL: <https://www.annadomina.com/test-trivozhnist-r-templ-m-dorki-vamen/>

22. Томчук С.М., Томчук М.І. Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі : монографія. Вінниця : ВАНУ, 2018. 200 с.

23. Фройд З. Фобії, страхи і тривога – три кити на шляху до психіатра. 2021. URL: <https://holdyou.net/news/fobii-strakhi-i-trevoga>

24. Череповська Н. І., Дідик Н. Ф. Медіапсихологічні ресурси подолання травми війни : практичний посібник. Кропивницький : ІмексЛТД, 2020. 210 с. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/mediapsyhologichni-resursypodolannya-travmy-vijny/>