

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВІВ ТРИВОЖНИХ СТАНІВ
У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУPECULIARITIES OF ANXIETY MANIFESTATIONS
IN PRESCHOOL AGE

У статті тривожність розглядається як явище, що виникає на ґрунті поєднання певних емоційних реакцій та є одночасно як станом, так і рисою особистості. Тривожність може мати як підвищений, так і занижений рівні. Доведено, що досліджуване явище тривожності так чи інакше пов'язане з психічними станами і властивостями особистості, наприклад, коли занижена самооцінка виступає так званим «каталізатором» виникнення тривожності, хоча наявність певного оптимального її рівня слугує запорукою досягнення успіхів дитини у діяльності. Особливу увагу у статті пропонуємо звернути на дослідження тривожності у дітей дошкільного віку. Дошкільний вік – це важливий період у житті, коли психологічний простір дитини починає набувати семантичної глибини, емоції стають яскравішими, дитина робить перші узагальнення переживань, що виникають у неї при зустрічі з новими поняттями, категоріями. З метою вивчення тривожності у дітей дошкільного віку автори використали такі методи дослідження: проєктивна методика «Моя сім'я», опитувальник для батьків «Рівень тривожності та психічного напруження дитини» (за О.Захаровим), анкета тривожності дошкільників для вихователів.

З'ясовано, що дітям дошкільного віку притаманними є такі психологічні особливості, що сприяють виникненню тривожності. До таких особливостей можна віднести підвищену емоційну чутливість до впливів зовнішнього середовища та сильна реакція на них; емоційно-вольова та пізнавальна сфери ще недостатньо розвинені; сприйняття зовнішнього світу є безпосереднім, адаптивні реакції на впливи за своїми формами є обмеженими; рівень наслідування та емоційного зараження є досить високим; спостерігається залежність від оцінок дорослих тощо. Тому саме в цьому віці тривожність може сформуватися і закріпитися як властивість особистості.

У статті окреслено перспективи подальшого розвитку дослідження із проблем тривожності дітей дошкільного віку, що торкаються питань профілактики виникнення тривожності, основним завданням якої стане формування впевненості дитини у собі.

Ключові слова: тривожність, рівень тривожності, дослідження, стан тривожності, дитина дошкільного віку.

In the article, anxiety is considered as a phenomenon that arises on the basis of a combination of certain emotional reactions and is both a state and a personality trait. Anxiety can have either high or low levels. It has been proven that the phenomenon of anxiety is in one way or another related to mental states and personality traits, for example, when low self-esteem acts as the so-called "catalyst" for the emergence of anxiety, although the presence of a certain optimal level of anxiety serves as a guarantee of a child's success in their activities.

In the article, we pay special attention to the study of anxiety in preschool age. It is an important period in life, when the child's psychological environment begins to acquire semantic depth, emotions become brighter, the child makes the first generalizations of experiences that arise when meeting new concepts and categories. In order to study anxiety of preschool children, the authors used the following research methods: projective methodology "My Family", questionnaire for parents "Level of anxiety and mental stress of the child" (developed by O. Zakharov), anxiety questionnaire of preschoolers for educators.

It has been found that preschool children have innate psychological features that contribute to the emergence of anxiety. Such features include increased emotional sensitivity to the effects of the external environment and a strong reaction to them; emotional volitional and cognitive spheres have not yet been sufficiently developed; perception of the external world is immediate, adaptive responses to influences are limited in their forms; the level of emotional imitation is quite high; there is a dependence on the assessments by adults, etc. Therefore, it is at this age that anxiety can form and be established as a personality trait.

The article outlines the prospects for the further development of research on the problems of anxiety in preschool age, which deals with the issues of prevention of anxiety, the main target being the formation of the child's self-confidence.

Key words: anxiety, level of anxiety, research, state of anxiety, preschool child.

УДК 159.9.072.922.2

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2022/49.1.32>

Чепіль М.М.,

докт. пед. наук, професор,
завідувач кафедри
загальної педагогіки та дошкільної освіти
Дрогобицького державного педагогічного
університету імені Івана Франка

Ревть А.Б.,

канд. пед. наук,
доцент кафедри загальної педагогіки
та дошкільної освіти
Дрогобицького державного педагогічного
університету імені Івана Франка

Постановка проблеми у загальному вигляді.

Прояви тривожності на психологічному рівні іноді важко діагностувати і легко сплутати з іншими психологічними феноменами. Нерідко діти з підвищеною тривожністю вважаються старанними, відповідальними, охайними тощо, натомість джерелом їхньої активності є надмірне напруження. Діти зі зниженим рівнем тривожності вважаються неорганізованими, неохайними, невихованими. Разом з тим ці риси – не просто ознака недисциплінованості, джерело їхніх неадекватних проявів є значно глибшим.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

У руслі даної проблеми працюють Р. Ассаджолі та Ш. Левіс, що пропонують методи прогресивної релаксації для зняття стану тривожності. Ю. Ємельянов вивчає прийоми психогімнастики, що є ефективні у роботі з дітьми дошкільного віку у ракурсі зазначеної проблеми. О. Захаров, М. Буянов досліджують методи психотерапії у роботі з тривожними особистостями. Значний внесок у вивчення та подолання тривожності належить К. Ізарду та К. Хорні, які вважають, що тривожність – це емоційна реакція на небезпеку.

Виділення невіршених раніше частин загальної проблеми. Завдяки аналізу джерелознавчої бази з проблем тривожності та тривожних станів у дошкільному віці виявлено, що багатоаспектність та складність самого поняття, недостатня з'ясованість його причин і наслідків пояснює той факт, що незважаючи на актуальність і глобальність проблеми, маємо відносно незначну кількість суттєвих досліджень цього феномена.

Мета статті – емпіричне дослідження стану тривожності у дітей дошкільного віку та аналіз результатів дослідження.

Виклад основного матеріалу. Діти раннього і дошкільного віку засвоюють особливості поведінки своїх батьків. Мимовільне засвоєння дітьми розглянутих рис характеру батьків ускладнює ставлення до однолітків і обтяжує процес адаптації до дитсадка. У своїх дослідженнях О. Захаров звертає увагу і на відмінність деяких характеристик матерів тривожних дівчаток та хлопчиків [4, с. 32]. Зазначається, що у матерів тривожних дівчаток виявлені такі особливості:

- нетерпимість до чужої думки, надмірна наполегливість у здійсненні своїх бажань (настирність);
- підозрілість і настороженість у контактах, схильність до упереджених оцінок і категоричних суджень;
- невпевненість;
- тривожно-вразливі риси характеру.

А у матерів тривожних хлопчиків помітні такі особливості:

- велика кількість скарг;
- хронічне відчуття втоми і нездоров'я;
- тривожно-вразлива фіксація хворобливих станів;
- іпохондричний настрій, який проявляється в тому, що мати вважає свою дитину нездоровою.

У дослідженні розглядаємо тривожність у дошкільному віці та основну увагу приділяємо характеристиці таких чинників її виникнення як середовище соціального розвитку дитини, особливості сімейних стосунків та взаємодія вихователів ЗДО, батьків і дітей у повсякденній діяльності.

Дослідження проводилося на базі Самбірського ЗДО № 13 «Казка» та Дрогобицького ЗДО «Волошка». У дослідженні приймали участь 62 дошкільники, з них 31 хлопчик та 31 дівчинка, 50 батьків, та 6 вихователів. З метою вивчення тривожності у дітей дошкільного віку нами використано такі методи: проективна методика «Моя сім'я», опитувальник для батьків «Рівень

тривожності та психічного напруження дитини» (за О. Захаровим) та авторська анкета тривожності дошкільників для вихователів.

У дошкільному віці більш тривожнішими є хлопчики. Так вважають фахівці [4; 5; 8], цю ж закономірність простежуємо у нашому дослідженні. У дівчаток можна спостерігати хвилювання через взаємини з іншими людьми (їх тривожить думка про те, що вихователь або батьки чи подружки про неї подумают, як виглядатимуть певні вчинки в їхніх очах), а хлопчики відчувають тривогу через можливість бути покараними.

Також тривожність дитині може передатися через тривожність вихователя або батьків. Авторитарний стиль виховання та надмірно високі вимоги батьків до неї, постійне порівняння своєї дитини з іншими дітьми, на нашу думку, також стало причиною сформованості тривожності у досліджуваних. У неповних сім'ях, або у сім'ях де батько або мати не беруть активної участі у вихованні дитини, також простежується підвищений рівень тривожності дошкільників, так як дитина не бачить моделі поведінки одного із батьків, а отже і не може побудувати модель своєї власної поведінки [6].

За допомогою дитячих малюнків у нас була можливість проаналізувати взаємозв'язок проявів тривожності у дітей дошкільного віку і психологічної атмосфери сім'ї, у якій виховується дитина. Серед досліджуваних один хлопчик шести років відмовився від виконання малюнка, пояснюючи це таким чином: «Не буду цього малювати. Можу намалювати щось інше». Це може свідчити про те, що у сім'ї хлопчика відбувається щось, про що дитині неприємно згадувати або ж складаються такі стосунки, у яких дитині некомфортно знаходитися. А завдання, яке ми дали, асоціюється у неї з сімейними проблемами та неприємностями.

У ході проведеного дослідження отримали наступні результати: високий рівень тривожності простежується у 16 дітей (25,8% досліджуваних), серед них 10 хлопчиків і 6 дівчаток. Відповідно 16,1% і 9,7%.

Середній рівень виявлено у 34 дітей (54,8% досліджуваних). З них 16 хлопчиків і 18 дівчаток. Відповідно 25,8% і 29%.

Низький рівень тривожності виявлено у 12 дітей (19,4% досліджуваних). З них 5 хлопчиків (8,1%), і 7 дівчаток (11,3%).

Отриманні результати представлені у вигляді таблиці (див. табл. 1).

Таблиця 1

Рівні тривожності досліджуваних

Рівень тривожності	Всі		Хлопчики		Дівчатка	
	%	Кількість	%	Кількість	%	Кількість
Високий	26,8	16	16,1	10	9,7	6
Середній	54,8	34	25,8	16	29,0	18
Низький	19,4	12	8,1	5	11,3	7

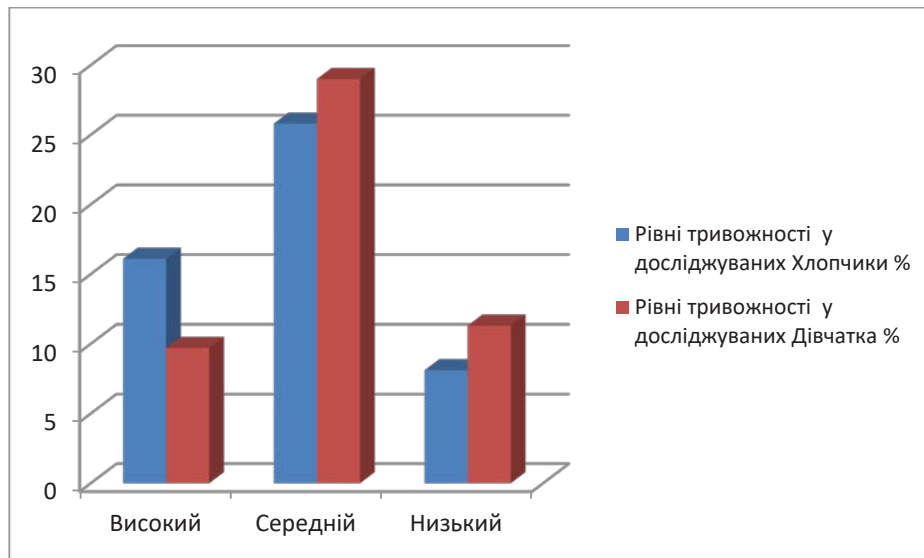


Рис. 1. Рівень тривожності дошкільників

Як видно із таблиці, найбільш виражений рівень тривожності у дошкільників за методикою «Моя сім'я» є середній (54,8%).

Найнижчий показник характерний для низького рівня тривожності дошкільників (19,4%). Високий рівень виражений у 16,1% хлопчиків та 9,7% дівчаток. Як бачимо, високий рівень тривожності переважає у хлопчиків. Це пов'язано, на нашу думку, з тим, що у дітей спостерігається занижений рівень самооцінки, який у свою чергу спричиняє заниження досягнень, закріплення неуспіху. Невпевненість дитини у собі викликає бажання слідувати вказівкам дорослого, не виявляючи власної ініціативи, пасивність, формальне засвоєння здобутих знань, острах виявити будь-яку ініціативу [1].

Зазвичай в основі тривоги лежить внутрішній особистісний конфлікт дитини, який виявляється як суперечливість прагнень та бажань, неузгодженість у власних поглядах [3, с. 8].

Підбиваючи підсумками під результатами нашого дослідження, беремося стверджувати про те, що

найчастіше страхи та тривоги у дитини дошкільного віку беруть початок із сім'ї та обумовлюються нервово-психічним станом батьків, їх відношенням до власних дітей, до їх виховання та до життя в цілому.

Те, що 12% дітей на малюнках не зобразили себе, свідчить про проблеми у самовираженні дитини дошкільного віку у власній сім'ї, у стосунках із найріднішими людьми.

За результатами методики для батьків на визначення рівня тривожності та психічного напруження дитини за О. Захаровим, були виявлені такі результати (див. рис. 2).

Узагальнюючи результати діагностики можемо зробити припущення, що однією із причин, що спричиняє високий рівень тривожності у дошкільників, є відсутність або недостатня розвиненість навичок самообслуговування відповідно до свого віку. Внутрішні характеристики ТС проявляються через глибинний зміст тривожних переживань, який зазнаватиме змін у відповідності до актуальних прагнень дитини, які викликати будуть вікові

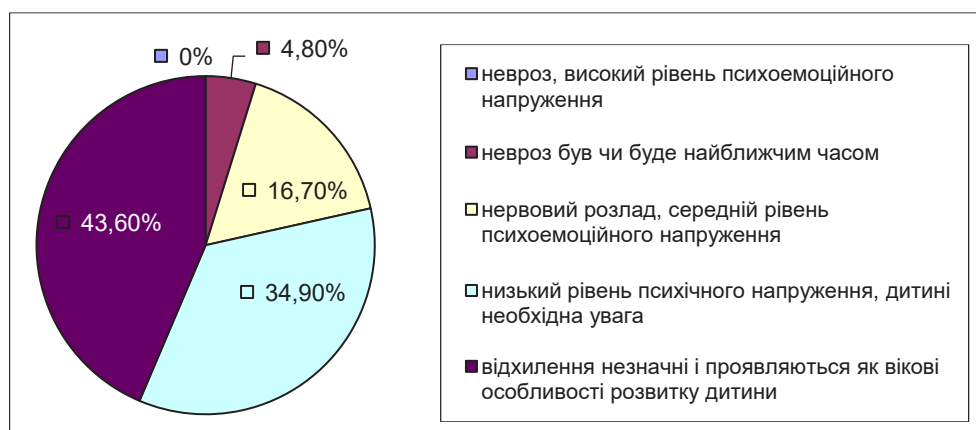


Рис. 2. Рівень тривожності та психічного напруження дітей (за О. Захаровим)

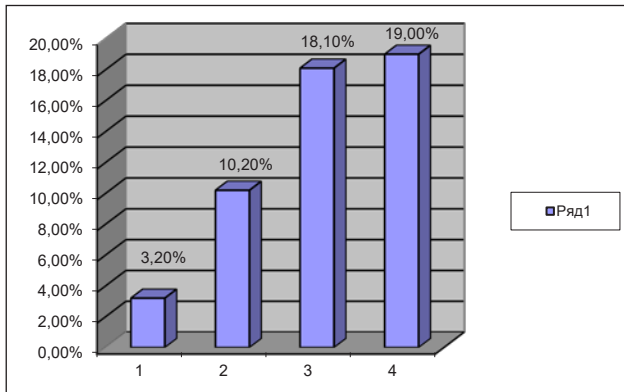


Рис. 3. Рівень тривожності та психічного напруження дівчат

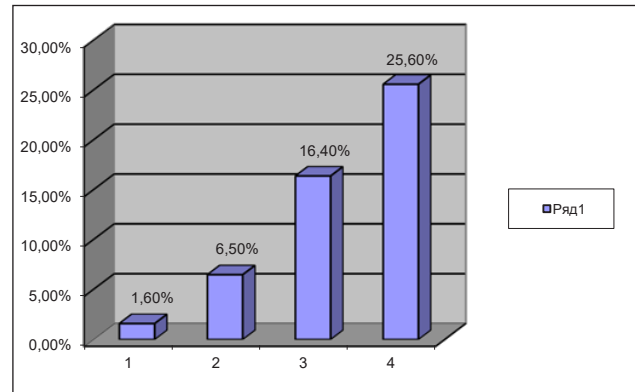


Рис. 4. Рівень тривожності та психічного напруження хлопчиків

особливості її розвитку. Глибинним джерелом дезадаптивної форми ТС є несприятливі моменти фрустрації, пов'язані із взаємодією з первинними об'єктами, на ранніх етапах розвитку дитини.

Гіперопіка у вихованні дитини може спричинити підвищену ситуативну тривожність, яка часто проявляється та може перерости в особистісну тривожність. Також нами було висунуто припущення, що причиною тривожності може бути невизначена тривога втрати матері (дитина намалювала маму і себе в однаковому платті і однакового кольору, що є ознакою прив'язаності та ідентифікації, а отже страх втрати маму, що рівноцінний є страху за своє життя).

Порівнюючи результати дослідження у хлопчиків і дівчаток за методикою Захарова «Рівень тривожності та психічного напруження дитини» можна сказати, що у 2 дівчаток (3,2%) і 1 хлопчика (1,6%) виявлено невроз. У 6 дівчаток і 4 хлопчиків, відповідно 10,2% і 6,5% виявлено нервові розлади, середній рівень психоемоційної напруги. У 11 дівчаток (18,1%) і 10 хлопчиків (16,4%) виявлено низький рівень психоемоційного напруження, і у 12 дівчаток (19,0%) і 16 хлопчиків (15,6%) відхилення незначні (див. рис. 3 і 4).

Аналізуючи результати анкетування тривожності дитини для вихователів, отримали наступні результати:

– високий рівень тривожності виявлено у 10 дітей (16,2%), з них 6 дівчаток і 4 хлопчики, відповідно 9,7% і 6,5%.

– середній рівень тривожності – у 26 дітей (41,9%), з них 11 дівчаток (17,7%) і 15 хлопчиків (24,2%).

– низький рівень тривожності – у 26 дітей (41,9%), з них 14 дівчаток (22,6%) і 12 хлопчиків (19,3%). Отримані результати ми представили у вигляді таблиці (див. табл. 2).

За результатами опитування можна сказати, що середній рівень тривожності переважає у хлопчиків, в той час як високий – у дівчаток. Проте, ми виявили і такий факт, що переважання високого рівня тривожності у дівчаток носить ситуативний характер, а у хлопчиків, відповідно внутрішньо-особистісний (див. рис. 5).

Порівняльний аналіз високого рівня тривожності між дівчатками і хлопчиками за результатами усіх трьох методик представлений на рисунку 6.

Узагальнюючи результати нашого дослідження можемо стверджувати, що частіш за все страхи дитини виходять з сім'ї, вони обумовлені нервово-психічним станом батьків та їх ставленням до дітей і життя взагалі. 20% дітей не намалювали себе – це свідчить про труднощі самовираження дитини у стосунках з близькими.

Висновки. На основі отриманих результатів по всіх трьох методиках: проективного малюнка «Моя сім'я», авторської анкети тривожності для вихователів та тесту для батьків «Рівень тривожності та психічного напруження дитини (за О. Захаровим)» можемо зробити висновок, що суттєвої відмінності між хлопцями і дівчатами немає. Діти, у яких виявлено високий рівень тривожності, ті чи інші відхилення потребують індивідуальної роботи з ними.

Подальші перспективи у ракурсі даного дослідження, на нашу думку, повинні торкнутися питання профілактики та запобігання виникнення

Таблиця 2

Рівні тривожності	Всі		Хлопчики		Дівчатка	
	%	Кількість	%	Кількість	%	Кількість
Високий	16,2	10	6,9	4	9,7	6
Середній	41,9	26	24,2	15	17,7	11
Низький	41,9	26	19,3	12	22,6	14

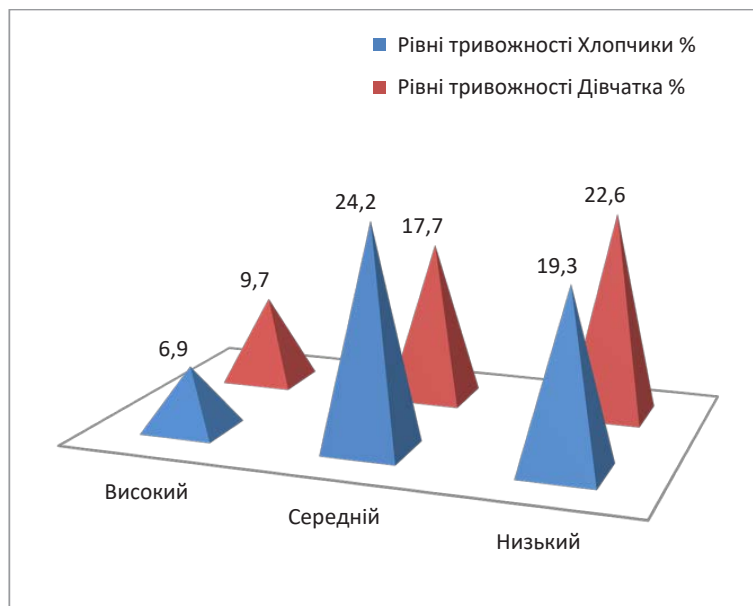


Рис. 5. Рівні тривожності хлопчиків і дівчаток за результатами анкетування для вихователів

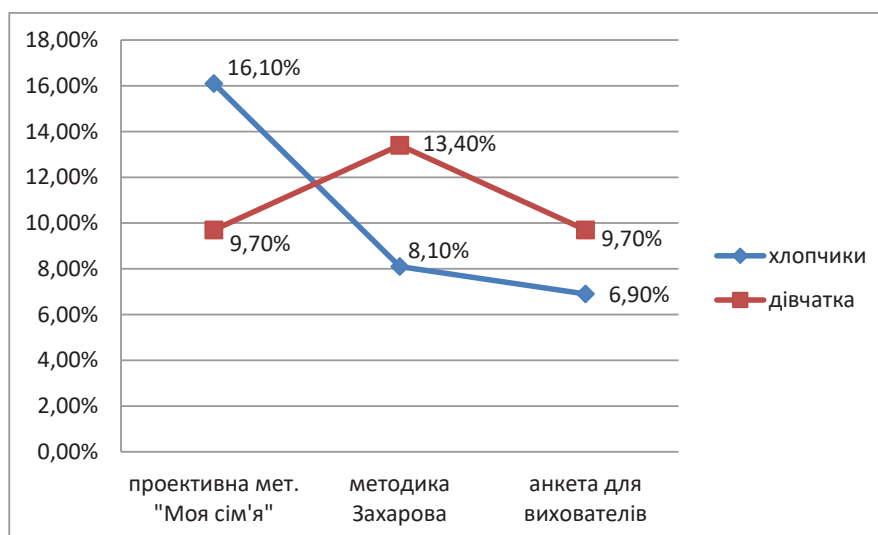


Рис. 6. Високий рівень тривожності між дівчатками і хлопчиками

тривожності у дитини дошкільного віку, що полягатиме у тому, щоб сформувати необхідні знання, які будуть спонукати дитину до підвищення ефективності ігрової діяльності, повернуть їй віру в успіх та у себе. Віра дитини в свої сили, формування впевненості – це дуже непроста справа, тривала у часі, що є результатом спільних зусиль дорослих з найближчого оточення дитини та самої дитини.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Білан Т. Соціальна адаптація як компонент соціалізації дитини. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. 2009. Вип. 13. С. 38–43.
2. Біланов О. Місце модусу здоров'я в системі цінностей людини та суспільства. *Людинознавчі*

студії. Серія «Філософія». 2022. Вип. 44. С. 60–75. DOI: <https://doi.org/10.24919/2522-4700.44.4>

3. Васьківська С. Про дитячу тривожність. *Початкова школа*. 1993. № 9. С. 8–11.
4. Захаров О. Как предупредить отклонения в поведении ребенка. Москва : Просвещение, 1986. 128 с.
5. Карпенко Н. Профілактика дитячих страхів. *Дошкільне виховання*. 2003. № 9. С. 14–15.
6. Омельченко Я., Кісарчук З. Психологічна допомога дітям з тривожними станами. Київ : Шкільний світ, 2011. 112 с.
7. Психологу для роботи. Діагностичні методики: збірник / М. Лемак, В. Петрище. Ужгород : Видавництво Олександри Гаркуші, 2011. 616 с.
8. Томчук С., Томчук М.І. Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі. Вінниця : КВНЗ «ВАНО», 2018. 200 с.