

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ПОЛІСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет права, публічного управління
та національної безпеки
Кафедра психології

Кваліфікаційна робота
на правах рукопису

Дерик Валентина Миколаївна

УДК 159.922:37.03

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

**Особливості емоційного ставлення до війни у дітей
дошкільного віку**

053 «Психологія»
ОПП «Практична психологія»

Подається на здобуття освітнього ступеня магістр.
кваліфікаційна робота містить результати власних досліджень.
Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на
відповідне джерело_____ Дерик В. М.

Керівник роботи:
Ситняківська Світлана Михайлівна
професор кафедри психології,
доктор педагогічних наук, професор

Висновок кафедри _____

за результатами попереднього захисту: _____

Протокол засідання кафедри

№ _____ від « ____ » _____ 2024 року

Завідувач кафедри _____

(науковий ступінь, вчене звання)

(підпис)

(науковий ступінь, вчене звання)

Результати захисту кваліфікаційної роботи

Здобувач вищої освіти _____ захистив (ла)

(прізвище ,ім'я, по батькові)

кваліфікаційну роботу з оцінкою:

сума балів за 100-бальною шкалою _____

за шкалою ECTS _____

за національною шкалою _____

Секретар ЕК

(науковий ступінь, вчене звання)

(підпис)

(науковий ступінь, вчене звання)

АНОТАЦІЯ

Дерик В. М. Особливості емоційного ставлення до війни у дітей дошкільного віку – Кваліфікаційна наукова робота на правах рукопису. Робота на здобуття наукового ступеню магістра за спеціальністю 053 «Психологія» ОПП «Практична психологія». – Поліський національний університет. – Житомир, 2024.

Дослідження магістерської роботи присвячено вивченню розуміння особливостей переживання війни дітьми дошкільного віку, що дуже важливо і актуально у наші часи.

У роботі розглянуті та розкриті основні критерії війни, як чинника розвитку емоційної сфери дошкільнят. Простежено вплив військових подій на емоційні та поведінкові реакції дітей дошкільного віку на стрес.

В результаті прийняття до уваги методик українських вчених були намічені шляхи щодо проведення досліджень, які відповідають за те, щоб пізнати особливості емоційно-поведінкових реакцій дошкільнят на стрес.

Встановлено що війна є глибокою травмою для дитячого світу. Розуміння особливостей сприйняття воєнних подій дошкільниками та надання адекватної психологічної підтримки є критично важливим для збереження їхнього психоемоційного добробуту. Проведення програм щодо пом'якшення стресових реакцій дошкільнят на військові дії, це як ніколи важливий етап для виховання здорового нового покоління. Інвестиції в психосоціальну підтримку молодого покоління є критично важливими не тільки з гуманітарного погляду, але і як стратегічна інвестиція у майбутнє нації.

Ключові слова: емоційне ставлення до війни у дітей, реакції дошкільнят на стрес, пом'якшення стресових реакцій дошкільнят, дошкільнята та військові дії.

SUMMARY

Deryk V. Peculiarities of emotional attitude to war in preschool children

- Qualifying scientific work on manuscript rights. Work on obtaining a master's degree in the specialty 053 "Psychology" of the OPP "Practical Psychology". - Polissia National University. - Zhytomyr, 2024.

The study of the master's work is devoted to the study of the understanding of the peculiarities of the experience of war by children of preschool age, which is very important and relevant in our time.

The work examines and reveals the main criteria of war as a factor in the development of the emotional sphere of preschoolers. The impact of military events on the emotional and behavioral reactions of preschool children to stress was traced.

As a result of taking into account the methods of Ukrainian scientists, ways of conducting research were planned, which are responsible for learning the specifics of emotional and behavioral reactions of preschool children to stress.

It has been established that war is a deep trauma for the children's world. Understanding the peculiarities of the perception of war events by preschool children and providing adequate psychological support is critically important for preserving their psycho-emotional well-being. The implementation of programs aimed at mitigating the stress reactions of preschool children to military actions is an ever more important stage for the education of a healthy new generation. Investments in psychosocial support of the younger generation are critically important not only from a humanitarian point of view, but also as a strategic investment in the future of the nation.

Key words: emotional attitude to war in children, reactions of preschool children to stress, mitigation of stress reactions of preschool children, preschool children and military actions.

ЗМІСТ

ВСТУП	5
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ СПРИЙМАННЯ ТА СТАВЛЕННЯ ДО ВІЙНИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.	
1.1. Психологічні особливості дітей дошкільного віку.....	7
1.2. Особливості емоційного сприймання та ставлення дошкільнят до навколишнього світу.....	17
1.3. Війна як чинник розвитку емоційної сфери дошкільників.....	24
Висновки до розділу 1	28
РОЗДІЛ 2. ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНО-ПОВЕДІНКОВИХ РЕАКЦІЙ ДОШКІЛЬНЯТ НА СТРЕС.	
2.1. Методи та організація емпіричного дослідження.....	29
2.2. Аналіз результатів дослідження.....	34
Висновки до розділу 2.....	38
РОЗДІЛ 3. ОСОБЛИВОСТІ СПРИЙМАННЯ ТА СТАВЛЕННЯ ДО ВІЙНИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.	
3.1. Особливості емоційно-поведінкових реакцій дошкільнят на стрес.....	39
3.2. Тренінгова програма щодо пом'якшення стресових реакцій дошкільнят на військові дії.....	42
Висновки до розділу 3.....	45
ВИСНОВКИ.....	47
СПИСКИ ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	50
ДОДАТКИ.....	54

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. В період від трьох до семи років відбувається активне становлення організму дитини, яке сприяє зростанню її автономності та засвоєнню соціального досвіду через освіту та виховання. Під час дошкільного віку спостерігається зменшення темпів приросту росту та маси тіла, які знову прискорюються ближче до його завершення. Процес окостеніння скелета набуває значення, зберігаючи еластичність деяких його частин, а також відбувається збільшення маси м'язів, що передуює розвитку моторики дрібних м'язів рук. Вдосконалюється робота серцево-судинної системи, а також продовжуються морфологічні зміни в структурі головного мозку, збільшується його маса, посилюється контроль кори великих півкуль над підкірковими структурами, формуються складні умовні рефлекси, де ключову роль відіграє мова, що сприяє розвитку вторинної сигнальної системи.

Сприйняття у дошкільників є психічним процесом, який відображає інтеграцію предметів та явищ у їхній цілісності, включаючи всі частини та властивості, що впливають на органи чуття. Сприйняття є не просто набором відчуттів, але його основними характеристиками є предметність, осмисленість та сталість. Предметність сприйняття полягає в асоціації вражень із зовнішнього світу з конкретними об'єктами та явищами. Осмисленість сприйняття тісно пов'язана з досвідом, який доповнює безпосередні враження, отримані від об'єкта. Наприклад, коли людина сприймає «яблуко», вона ідентифікує його не тільки за кольором, смаком, формою чи запахом, але і як цілісний об'єкт. Сприйняття включає уявлення про звичні відносини частин об'єкта в цілому, що належить до певної категорії. Аналітико-синтетична функція кори півкуль головного мозку необхідна для сприйняття об'єкта як складної структури. Об'єкт повинен бути виділений на тлі інших речей, для чого дитина має знати його та групу, до якої він належить, а також слово, що позначає цю групу. Слово, як назва

конкретного об'єкта, надає дитині розуміння того, що вона сприймає. Процес сприйняття є значно складнішим за просте відчуття.

Мета дослідження: провести дослідження особливостей емоційно – поведінкових реакцій дітей дошкільного віку на стресову ситуацію в умовах воєнного стану.

Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз проблеми сприймання та ставлення до війни дошкільників.
2. Провести дослідження особливостей емоційно – поведінкових реакцій дітей дошкільного віку на стресову ситуацію в умовах воєнного стану.
3. Розробити тренінгову програму щодо пом'якшення стресових реакцій дошкільнят на військові дії.

Об'єкт дослідження: емоційний стан дошкільників в умовах війни.

Предмет дослідження: емоційно – поведінкові реакції дітей дошкільного віку на стресову ситуацію.

Гіпотеза дослідження: дослідити особливості емоційно-поведінкових реакцій дітей дошкільного віку на стресову ситуацію в умовах воєнного стану (агресія, плач, страх, тривожність та ін.).

Методи дослідження. Для виконання поставлених завдань використовувалися методи: теоретичні (аналіз, синтез, узагальнення); емпіричні (бесіда, тестування, анкетування); психодіагностична методика: опитувальник «Як я себе почуваю...», діагностика емоційного стану дошкільників.

Структура та обсяг роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, що налічує 33 найменування (з них 19 – іноземною мовою). Загальний обсяг роботи складає 56 сторінок, основний зміст викладено на 47 сторінках.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ СПРИЙМАННЯ ТА СТАВЛЕННЯ ДО ВІЙНИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.

1.1. Психологічні особливості дітей дошкільного віку

Третій рік життя дитини є ключовим етапом у її розвитку, коли відбуваються значущі психологічні зміни, які сприяють переходу від пасивного стану до активної та цілеспрямованої особистості. Фізичний розвиток у цей період сповільнюється, з середнім приростом ваги на 2 кг за рік (до кінця року вага становить приблизно 14,8-15 кг) та зростанням на 7-8 см (зріст у три роки близько 95-96 см). Протягом дошкільного періоду (від трьох до семи років) триває активне дозрівання організму, що лягає в основу розвитку самостійності та засвоєння нових соціальних навичок через освіту та виховання. Зростання та набір ваги, які були характерними для раннього віку, сповільнюються, але знову прискорюються наприкінці дошкільного віку. Процес окостеніння скелета стає важливим, зберігаючи при цьому гнучкість деяких його частин, а також відбувається збільшення маси м'язів, що передуює розвитку моторики дрібних м'язів рук. Серцево-судинна система продовжує вдосконалюватися. Відбуваються додаткові морфологічні зміни в структурі головного мозку, збільшується його маса, кора великих півкуль посилює свій регулятивний вплив на підкіркові структури, формуються складні умовні рефлекси, де слово відіграє центральну роль, що сприяє розвитку вторинної сигнальної системи.

Розвиток пізнавальних процесів

На завершальному етапі середнього дошкільного віку спостерігається значне удосконалення перцептивних здібностей дітей. Вони навчаються розпізнавати форми предметів, виділяти елементарні форми в складних об'єктах та створювати з них більш складні структури. Дошкільнята вчаться класифікувати предмети за сенсорними характеристиками, такими як розмір та колір, та визначати параметри об'єктів, включаючи висоту, довжину та ширину. Також вони розвивають просторову орієнтацію.

Обсяг пам'яті дітей зростає, вони здатні запам'ятовувати до 7-8 назв предметів. Формується здатність до довільного запам'ятовування: діти можуть виконувати завдання на запам'ятовування та пам'ятають інструкції дорослих.

Розвивається візуальне мислення, діти починають використовувати елементарні зображення для розв'язання простих завдань. Вони можуть конструювати за схемою та розв'язувати лабіринтові задачі. Покращується здатність до передбачення: на основі просторового розташування об'єктів діти можуть прогнозувати результати їх взаємодії. Однак їм важко прийняти погляд іншого спостерігача та уявно трансформувати образ. Діти цього віку часто демонструють феномени, описані Жаном Піаже, такі як збереження кількості, об'єму та величини. Якщо дитині показати три чорні та сім білих паперових кіл і запитати, яких кіл більше, більшість скаже, що білих. Якщо запитати, яких кіл більше, білих чи паперових, вони все одно скажуть, що білих більше.

Уява дітей продовжує розвиватися, формуючи такі риси, як оригінальність та довільність. Діти можуть самостійно створити коротку казку на задану тему. Збільшується концентрація уваги, діти можуть зосереджуватися на завданні протягом 15-20 хвилин та утримувати його в пам'яті [10, с. 28].

Мовлення

У віці від 5 до 6 років діти досягають значного прогресу у вимові та дикції, що робить мову сферою їх активної діяльності. Вони успішно імітують голоси тварин та інтонаційно відтворюють мову різних персонажів, проявляючи інтерес до ритмічної структури мови та рим. Граматичний аспект мови розвивається, діти займаються словотворенням, керуючись граматичними правилами. Мовлення дітей у взаємодії один з одним має ситуативний характер, а у спілкуванні з дорослими стає більш абстрактним. Зміст спілкування між дитиною та дорослим трансформується, виходячи за рамки конкретної ситуації, з пізнавальним мотивом як провідним.

Інформація, отримана дитиною під час спілкування, може бути складною, але вона викликає інтерес. У дітей формується потреба в повазі з боку дорослих, їх похвала стає надзвичайно важливою, що призводить до підвищеної чутливості до критики.

Творчість дітей також розвивається, особливо у сфері образотворчого мистецтва. Малюнки стають більш предметними та деталізованими, зображення людини включає тулуб, очі, рот, ніс, волосся, іноді одяг та його деталі. У процесі образотворчої діяльності вдосконалюються технічні навички: діти опановують мистецтво створення основних геометричних форм, розвивають уміння вирізати фігури за допомогою ножиць та виконують роботу з наклеювання зображень на аркуш паперу.

Старший дошкільний вік (5-6 років) є ключовим для розвитку пізнавальної сфери, інтелектуальних та особистісних якостей дитини. Це базовий період, коли закладаються основні риси особистості та формується самосвідомість. Близько 90% усіх особистісних рис формуються у цьому віці, що дозволяє передбачити майбутній розвиток особистості. У цей період дитина починає активно спілкуватися з більшою кількістю людей, звертає увагу на світ соціальних відносин дорослих, намагаючись стати його частиною. Дорослі стають для дитини центром її життя, носіями суспільних функцій та вимог. Основною потребою дитини є бажання жити спільним життям з оточенням, вступати у безпосередній контакт та зіткнутися з проблемами дорослого світу.

Соціальна ситуація розвитку дитини характеризується стабілізацією взаємин з однолітками, формуванням “дитячого суспільства” та дитячої субкультури з власною територією, правилами, інтересами, ролями та соціальним статусом.

У віці 5-6 років дитина активно поглинає пізнавальну інформацію, запам’ятовуючи більше матеріалу, ніж у будь-який інший період життя. Цей вік є сензитивним для розвитку всіх пізнавальних процесів: уваги, сприйняття, мислення, пам’яті, уяви. Психологічні особливості дітей

дошкільного віку включають пізнавальний розвиток та розширення кругозору, і ігри, спрямовані на це, є ефективними. Важливо відповідати на запитання дитини розгорнуто, стимулюючи її до міркувань та роздумів.

Оцінює ставлення дитини до себе та інших є важливим показником цього віку. Діти можуть критично оцінювати свої недоліки, давати характеристики одноліткам та спостерігати за відносинами між людьми. Батьки продовжують бути прикладом для дітей, і позитивна інформація від них сприяє формуванню особистості та інтелекту дитини. Сучасна психологія розглядає сприймання як процес, пов'язаний з практичною дією, а не як миттєвий відбиток предмета на сітківці ока чи в корі мозку. Сприймання розвивається у різних видах діяльності та поступово стає самостійною дією, спрямованою на пізнання предметів. Розвиток перцептивних дій пов'язаний з формуванням досконаліших методів обстеження об'єктів, і діти вчаться виділяти найбільш інформативні ознаки предмета та встановлювати зв'язки між ними.

Особа здійснює різноманітні орієнтаційно-дослідницькі дії, які слугують як практична перевірка візуального (або іншого) образу, що формується через безпосередній вплив об'єкта на сприймальний орган. Залежно від органу чуття що домінує у процесі сприйняття, виокремлюють такі його види: зорове, слухове, тактильне, ольфакторне, густаторне. Розвиток сприйняття у дошкільнят відбувається через різні форми їхньої діяльності (ігрову, практичну) і спочатку виступає як побічний продукт цієї діяльності. З часом сприйняття трансформується в більш самостійні дії, спрямовані на осмислення об'єктів навколишнього середовища та виконання первинних перцептивних завдань. Поява цих завдань та відповідних перцептивних дій є ключовим аспектом розвитку сприйняття у дошкільному віці. Розвиток перцептивних дій пов'язаний зі становленням більш вдосконалених методів та способів дослідження об'єктів. Діти навчаються розрізняти та аналізувати найбільш значущі характеристики об'єкта, встановлювати між ними взаємозв'язки. Перцептивні дії, що відповідають

об'єкту, починають формуватися у дітей приблизно у віці п'яти-шести років. До цього часу діти, як правило, не розуміють перцептивних завдань і редукували їх до практичних завдань. Зазвичай, перші перцептивні дії відрізняються розгорнутістю, включаючи численні рухи рецепторних апаратів, які виконуються рукою або очима. У процесі сприйняття ці дії забезпечують пошук об'єкта, оптимальне розташування рецептора для сприйняття, детальний огляд або дослідження об'єкта, створення його образу, контроль та корекцію цього образу. Адекватність сприйняття дошкільниками невідомої форми, точність образу об'єкта залежать від рухів очей. Методи сприйняття у дошкільників розвиваються поступово. Дитина у віці двох років ще не може достатньо чітко ідентифікувати атрибути об'єктів – їх форму, розмір, колір, а об'єкти зазвичай впізнає за окремими характеристиками. Сприйняття дитини стає більш точним і осмисленим у міру опановування нею новими перцептивними діями, які дозволяють правильно виокремлювати характеристики об'єктів та впізнавати їх за комбінацією цих характеристик. Таким чином, формування у дитини дій з об'єктами, з одного боку, відображає розвиток процесу сенсорного навчання дітей, з іншого – залежить від досягнутого кожною дитиною рівня перцептивного розвитку, який, своєю чергою, є основою [10, с. 33-35].

Соціальна ситуація розвитку

Період дошкільного віку визначається появою нових соціальних умов розвитку. У цей час у дитини формуються базові обов'язки. Відносини з дорослими еволюціонують, приймаючи нові обриси: колективні дії поступово переходять у незалежне виконання дитиною інструкцій дорослого. Виникає можливість для систематичного освітнього процесу за визначеною програмою, яка стає ефективною лише тоді, коли вона перетворюється на особистий розвитковий план дитини, як зазначив Л. С. Виготський. Крім того, у цьому віці дитина починає встановлювати відносини з ровесниками, що також сприяє формуванню її розвиткової ситуації.

Внутрішнє ставлення дошкільника до інших людей перш за все характеризується розумінням власної ідентичності та дій, глибоким інтересом до світу дорослих, їхніх занять та взаємодій. Характерні особливості соціального розвитку дошкільників проявляються в типових для них формах діяльності, особливо у сюжетно-рольових іграх, які надають умови для ефективного засвоєння зовнішнього світу, доступного на цьому етапі розвитку [10, с. 36].

Трудова діяльність

У дошкільному віці дітей знайомлять із виконанням певних видів трудової активності, починаючи з ігрових форм. Нерозрізнення ігрової діяльності та праці є властивим для раннього дошкільного періоду і частково зберігається у середньому та старшому віці. У старших дошкільників інтерес до самого процесу діяльності доповнюється зацікавленістю в результаті та соціальній значущості їхньої праці для оточення. Діти вчаться розуміти необхідність трудових завдань і звикають виконувати їх, усвідомлюючи їх важливість не лише з особистісної цікавості, але й з огляду на значення для інших. Орієнтація трудових дій дітей залежить від методів організації та мотивації, які застосовують дорослі [10, с. 38].

Особливості навчання

Дитина дошкільного віку активно засвоює життєвий досвід, який вона отримує через взаємодію з дорослими, участь у сюжетно-рольових іграх та виконання певних завдань. Цей процес навчання є безперервним. Окрім того, у цьому періоді розвитку розпочинається засвоєння основ формалізованої освіти.

Освітня діяльність у цьому контексті полягає у взаємодії з дорослими, які не лише мотивують та направляють дії дитини, але й відіграють ключову роль у формуванні цих дій. Діти набувають знань та розвивають навички через освоєння різноманітних дій та операцій, які є необхідними для цього процесу, включаючи методи їх виконання. До таких дій відносяться, зокрема, цілеспрямоване сприйняття, виокремлення характерних рис об'єктів,

класифікація предметів, створення розповідей, перелік елементів, малювання, читання, прослуховування музики та інше.

Важливість освіти у когнітивному розвитку дошкільника посилюється, коли відбувається засвоєння не лише окремих фактів, але й цілісної системи знань, а також коли формуються дії, необхідні для їх освоєння [10, с. 41].

Сенсорний розвиток

Сенсорний розвиток у дітей дошкільного віку охоплює два тісно пов'язаних аспекти: формування уявлень про характеристики предметів та явищ, а також набуття нових дій для глибшого та деталізованого сприйняття світу. У ранньому дитинстві діти вже мають набір уявлень про різні атрибути об'єктів, які служать еталонами для порівняння з новими предметами під час їх сприйняття. Наступним етапом є перехід від індивідуальних еталонів до загальноприйнятих сенсорних стандартів, які є узагальненням людського досвіду щодо основних властивостей і відносин, таких як колір, форма, розмір, просторове розташування, висота звуків, часові інтервали тощо. Поступове знайомство дітей з цими стандартами та їх систематизація є ключовим завданням сенсорного виховання. Основою цього процесу є дії, організовані дорослими, які спрямовані на дослідження та запам'ятовування основних характеристик кожної властивості, особливо під час навчання дітей малюванню, конструюванню, ліпленню тощо. Водночас діти вивчають слова, які позначають основні категорії властивостей об'єктів, що допомагає закріпити сенсорні стандарти та точніше їх застосовувати.

У дошкільному віці спостерігається зниження чутливості порогів, покращення гостроти зору, здатності розрізняти кольори, розвиток слуху та тактильних відчуттів. Ці зміни є результатом опановування дітьми новими методами сприйняття, які забезпечують дослідження різноманітних властивостей та взаємозв'язків об'єктів і явищ. Сприймання формується залежно від освоєння видів діяльності, що вимагають уваги до властивостей предметів. Розвиток зорового сприймання тісно пов'язаний з творчими видами діяльності, такими як малювання та конструювання, фонематичний

слух розвивається через мовне спілкування, а музикальний слух - через музичні заняття. Сприймання поступово стає самостійною дією, спрямованою на пізнання світу, і дошкільнята починають виконувати перші перцептивні завдання. У дітей п'яти-шести років формуються перцептивні дії, які включають багато рухів рецепторних апаратів, що виконуються руками та очима, і є адекватними об'єкту сприйняття [10, с. 44].

Інтелектуальний розвиток

У процесі дошкільного розвитку тісно переплітаються удосконалення сприймання та формування мислення. З кінця раннього дитинства, на базі наочно-дійового мислення, починається розвиток наочно-образної форми, яка у дошкільному віці переходить в образно-мовну форму. Це означає, що мислення опирається на візуальні образи та словесні засоби. Таке мислення відділяється від безпосередніх дій, стає більш самостійним і спрямованим на розв'язання когнітивних завдань.

Мовлення відіграє все більшу роль у мисленні, адже воно дозволяє дитині ментально маніпулювати об'єктами, аналізувати їх властивості та встановлювати зв'язки, виражаючи ці процеси через судження та роздуми. Мотивацією для такої діяльності є бажання зрозуміти навколишній світ, його явища, причини та зв'язки. Діти вчаться розпізнавати та узгоджувати суперечності у своїх думках, розвиваючи логічне мислення, що вимагає глибокого знання предметів, які вони розглядають.

Якщо процес розвитку мислення відбувається під керівництвом дорослих, він значно прискорюється. Розвиток мислення тісно пов'язаний з розвитком мовлення, яке збагачується новими словами, досягаючи до семи років від 3500 до 4000 слів. Дошкільнята вивчають фонетику, артикуляцію звуків, структуру мови та граматику. Відбувається диференціація мовленнєвих функцій: до комунікативної функції додається планування та регулювання діяльності за допомогою мовлення. Мовлення стає інструментом планування та саморегуляції, а внутрішнє мовлення

формується як засіб внутрішніх розумових дій. Це вказує на розвиток словесно-логічного мислення, яке базується на практичній діяльності.

Внутрішнє мовлення є результатом інтеріоризації зовнішнього мовлення та перетворення практичних дій у внутрішні. У дошкільному віці воно виконує специфічні функції, пов'язані з активною діяльністю. Розвивається довільна увага, яка дозволяє дітям фокусуватися на об'єктах згідно з їхніми потребами, тоді як мимовільна увага продовжує розвиватися, стаючи більш стійкою та об'ємною [10, с. 50].

Психологічні особливості розвитку особистості дошкільника

Вже у дошкільному періоді відбувається активне формування особистості дитини, яке тісно пов'язане з розвитком її емоційно-вольових характеристик, інтересів та мотивації поведінки. Цей процес визначається соціальним середовищем, особливо типовими взаємодіями з дорослими на даному етапі розвитку. Емоційні переживання дитини впливають з її активності та взаємодії з навколишнім світом. Опанування нових видів діяльності в дошкільному віці сприяє розвитку глибших та стабільних емоцій, які пов'язані не тільки з безпосередніми, але й з довгостроковими цілями, а також з об'єктами, які дитина уявляє.

Активність дитини викликає переважно позитивні емоції, які виникають з мети діяльності, її значення для дитини та самого процесу виконання. Потреба дитини у спілкуванні з однолітками зростає, що сприяє розвитку соціальних емоцій, таких як симпатії та антипатії. Також формуються інтелектуальні емоції. У процесі спілкування з дорослими розвиваються моральні почуття дитини, а також різноманітність проявів почуття власної гідності, включаючи самоповагу та сором.

Дитячі уявлення про позитивні еталони відіграють важливу роль у формуванні моральних почуттів, оскільки вони дозволяють дитині передбачати емоційні реакції на свою поведінку, передчувати задоволення від її схвалення або невдоволення від негативної оцінки. Це емоційне передбачення є ключовим у формуванні моральної поведінки у дошкільників.

У дошкільному віці дитина починає усвідомлювати себе як незалежну особистість, що відрізняється від дорослих. Її поведінка часто моделюється за прикладом дорослих, їхніми діями та взаємовідносинами, які слугують зразком для наслідування.

Авторитетні особи в житті дитини відіграють ключову роль у формуванні її поведінкових зразків, оцінюючи дії інших дорослих, дітей, а також персонажів казок та історій. Така орієнтація на дорослих сприяє розвитку довільності у поведінці дошкільника, оскільки вона стикається з необхідністю вибору між бажанням діяти імпульсивно та потребою слідувати прикладу дорослого. Це призводить до формування нового типу поведінки, який можна назвати особистісною поведінкою.

З часом у дитини розвивається ієрархія мотивів, де основні та стійкі мотиви відіграють провідну роль, регулюючи моментальні імпульси. Це пов'язано з вольовими зусиллями, які необхідні для досягнення бажаної мети. З віком діти все менше схильні до афективних дій і краще справляються з виконанням завдань, необхідних для досягнення мети, попри перешкоди.

Гра має позитивний вплив на розвиток вольових якостей дитини. Відокремлюючись від дорослих, дошкільник вступає в активні взаємини з однолітками, особливо під час гри, де важливо дотримуватися правил, які є обов'язковими для всіх учасників. Ігрова діяльність надає значення вольовим зусиллям і робить їх більш цілеспрямованими.

Розвиток волі в дошкільному віці також стимулюється продуктивною та трудовою діяльністю. Дошкільник починає робити перші кроки у самопізнанні та розвитку самосвідомості. Об'єктами самопізнання стають окремі частини тіла, дії, мовлення, вчинки, емоції та особистісні якості. З розвитком довільності психічних процесів дитина починає усвідомлювати їх, що є основою для саморегуляції.

В процесі спільної ігрової діяльності, де діти займаються розв'язанням різних задач, вони здійснюють порівняння власних досягнень з успіхами

інших. Вони оцінюють не тільки кінцеві результати своїх зусиль, а й свої персональні здатності, вчаться саморегуляції та формулюванню особистісних цілей. Самооцінка у дітей розвивається на підставі відгуків дорослих, але з часом набуває більшої об'єктивності. Для дитячої психології характерне бажання до самоствердження, яке починається з прагнення заслужити визнання від дорослих, переходить до здобуття схвалення від ровесників, і, в кінцевому підсумку, до самовизначення перед собою [11, с. 135].

Отже, дошкільний вік є початковим етапом становлення особистості дитини, що вирізняється стрімким розвитком психіки, емоційної сфери, пізнавальних процесів та соціального навичок. У цей період формується основа мислення, мови, пам'яті, уяви та самосвідомості. Діти дошкільного віку вирізняються підвищеною чутливістю до нових вражень, гнучкістю мозкової діяльності, емоційністю та допитливістю.

Ключовими завданнями розвитку в цей період є виховання емоційної стійкості, розвиток самостійності, навичок спілкування та творчого мислення. Гармонійний розвиток дошкільнят забезпечується через активну взаємодію з дорослими та однолітками, гру як провідний вид діяльності, а також створення сприятливих умов для їхнього зростання.

Розуміння та врахування психологічних особливостей дітей дошкільного віку дозволяє оптимальні умови для їхнього розвитку, навчання і підготовки до школи.

1.2. Особливості емоційного сприймання та ставлення дошкільнят до навколишнього світу.

Відображення реальності у свідомості дошкільнят є складним психічним процесом, який має в собі не лише відчуття, але й глибше усвідомлення об'єктів та явищ. Цей процес, званий сприйманням, відбувається при прямому контакті з предметами через органи чуття. Сприймання не обмежується простим набором відчуттів; воно є більш складною структурою, яка містить предметність, осмисленість та константність [26, с. 130]. Предметність сприймання полягає в тому, що

враження, отримані від зовнішнього світу, завжди асоціюються з певними об'єктами чи явищами. Ця характеристика тісно пов'язана з осмисленістю, оскільки в процесі сприймання ми використовуємо наш досвід, доповнюючи враження знаннями, які вже маємо. Наприклад, коли ми сприймаємо “яблуко”, ми ідентифікуємо його не тільки за кольором, смаком, формою чи запахом, але і як цілісний об'єкт.

Сприймання складних об'єктів вимагає аналітико-синтетичної діяльності мозкової кори. Об'єкт має бути виділений на тлі інших предметів, і для цього необхідно мати попереднє знання про нього та групу, до якої він належить. Слово, яке називає цей об'єкт, допомагає дитині усвідомити, що саме вона сприймає. Процес сприймання значно складніший за відчуття і розвивається відмінно від чутливості та моторики. Сучасна психологія розглядає сприймання не як миттєве відображення об'єкта на сітківці ока чи в мозковій корі, а як процес, що виникає з практичної діяльності.

Практична діяльність, пов'язана зі сприйманням, не обмежується лише зоровими чи тактильними відчуттями. Вона охоплює різноманітні орієнтувальні та дослідницькі дії, які служать перевіркою образів, що виникають в результаті впливу об'єктів на органи чуття. Залежно від того, який орган чуття є домінантний у процесі сприймання, розрізняють зорове, слухове, дотикове, нюхове та смакове сприймання.

Сприймання у дошкільного віку є динамічним процесом, який розвивається через різноманітні форми активності, такі як ігри та практичні завдання. Спочатку це сприймання є несвідомим продуктом дитячої діяльності, але з часом воно трансформується в цілеспрямовані дії, спрямовані на розуміння та взаємодію з навколишнім світом. З'явлення перцептивних завдань є ключовим аспектом розвитку сприймання у дошкільників, оскільки вони стимулюють формування складніших методів дослідження об'єктів. Діти навчаються розрізняти та аналізувати інформативні характеристики предметів, встановлюючи між ними логічні зв'язки. Перцептивні дії, які відповідають характеристикам об'єкта,

починають формуватися у віці приблизно п'яти-шести років. До цього часу діти зазвичай не розуміють перцептивних завдань і сприймають їх як практичні завдання. Перші перцептивні дії характеризуються широким спектром рухів, які охоплюють рухи рук та очей, що допомагають у пошуку та аналізі об'єктів, створенні та коригуванні їхніх образів. Адекватність сприймання та точність утворення образу предмета залежать від рухів очей. Методи сприймання у дошкільників розвиваються поступово, і дитина другого року життя ще не може чітко ідентифікувати характеристики предметів, такі як форма, розмір чи колір, і зазвичай пізнає предмети за окремими ознаками. Точність та осмисленість сприймання зростають, коли дитина опановує нові перцептивні дії, які дозволяють їй правильно розрізняти характеристики предметів та впізнавати їх за комбінацією цих характеристик. Таким чином, розвиток дій з предметами відображає не тільки прогрес у сенсорному вихованні дітей, але й залежить від рівня перцептивного розвитку, досягнутого кожною дитиною, який є основою для подальшого навчання.

Психологічні дослідження дошкільного віку наголошують на процесі виокремлення ключових характеристик об'єктів, які діти сприймають. Встановлено, що завдання, яке поставлено перед дітьми, значно впливає на вибір важливої характеристики для сприймання. Наприклад, коли дітям пропонують створити ялинку з трикутників, форма стає ключовою характеристикою. Проте, якщо завдання полягає в прикрашанні ялинки кульками різних кольорів, колір стає основним критерієм для сприймання. Таким чином, перцептивна дія стає більш концентрованою та менш розгорнутою. У ранньому віці діти ще не використовують загальноприйняті сенсорні стандарти як інструмент для сприймання, але властивості знайомих предметів служать їм еталонами для ідентифікації незнайомих об'єктів. Це також відображається у словесних назвах, які діти використовують для опису характеристик об'єктів. При сприйманні трикутних предметів діти часто

використовують порівняння з будиночком або дахом, круглі предмети порівнюють з м'ячиком, а овальні - з огірком.

Діти раннього віку освоюють методи сприймання, які дозволяють їм порівнювати характеристики об'єктів з уже відомими зразками під час взаємодії з предметами. Часто для досягнення практичного результату необхідно підбирати та порівнювати предмети або їх частини, які відповідають один одному за формою, розміром чи кольором. Це особливо помітно під час гри з конструкторами, такими як матрьошка, пірамідка, рамки-вкладиші, а також під час використання інструментів та побутових предметів. Молодші дошкільники ще не мають розвинених методів дослідження або аналізу предметів, тому перед ними не стоїть завдання пізнання. З появою перцептивних завдань діти починають застосовувати спеціальні методи детального дослідження об'єктів, роблячи процес сприймання більш активним, свідомим та цілеспрямованим. Недостатнє розуміння дітьми характеристик об'єктів супроводжується недоліками у використанні методів їх сприймання. Наприклад, коли трирічній дитині пропонують намалювати просту фігуру з контуром або внутрішніми деталями, вона зазвичай зображує лише один з цих елементів. Якщо дитині не вистачає деталі певної форми для конструкції, вона швидко знаходить її серед інших, але якщо ця деталь є частиною іншої конструкції, дитина не може її ідентифікувати. Це свідчить про те, що методи сприймання, які дитина використовує, дозволяють створювати лише приблизні образи та не дають змоги виділити окремі частини або характеристики об'єкта. Слабкість цих методів також проявляється під час аналізу рухів очей та рук дитини, коли вона знайомиться з незнайомими формами об'єктів. Спеціальне дослідження рухів очей дітей показало, що у трирічних дітей кількість рухів очей обмежена і вони зосереджені всередині фігури, що не дозволяє оцінити її контур. Коли дітям пропонують познайомитися з фігурою на дотик, а потім впізнати її, вони просто тримають руки на фігурі, не досліджуючи її. Тому не дивно, що вони не можуть впізнати фігуру ні зором, ні на дотик. У молодших

дошкільників з'являється бажання взаємодіяти з об'єктом, але вони не прагнуть виділяти його характеристики. У середньому дошкільному віці діти починають усвідомлювати мету спостереження за предметами, яку ставить перед ними вихователь. За перші два роки життя в дошкільному закладі значно покращується здатність дітей до організованого сприймання. Під час занять з малювання та конструювання малеча вчиться послідовно аналізувати об'єкти, визначаючи спочатку форму, розмір та колір основних частин, а далі - додаткових елементів. Проте, ця послідовність застосовується лише до простих предметів. Дітям складно розуміти відносини між частинами об'єктів, які відрізняються за формою та розміром. Тому дорослі повинні взяти на себе роль організаторів процесу сприймання, послідовно звертаючи увагу дітей на різні частини об'єкта, показуючи, як правильно їх розглядати, іноді навіть обводячи контур, та акцентуючи на співвідношенні частин за розміром.

В період старшого дошкільного віку відбувається формування у дітей складних форм перцептивної діяльності, які мають аналітико-синтетичний характер. Це включає здатність уявно розбирати об'єкт на складові та згодом синтезувати їх у цілісну картину до того, як подібні дії будуть здійснені на практиці. У цей час відбувається розвиток сприймання дитини, яке еволюціонує у трьох напрямках: збагачення та вглиблення уявлень, що відповідають стандартам; точність та цілеспрямованість у використанні цих уявлень; систематичний та організований підхід до дослідження об'єктів за умови адекватного виховання. Діти близько п'яти років стають більш точними у сприйнятті об'єктів, вони можуть аналізувати об'єкт, виділяючи його частини, форму та колір. Однак, у складних ситуаціях, діти середнього дошкільного віку можуть демонструвати хаотичне сприйняття, вибірково фокусуючись на окремих елементах об'єкта.

У досліді з дітьми віком від 4 років 6 місяців до 5 років 6 місяців було виявлено, що діти можуть ідентифікувати об'єкт, не виймаючи його з мішечка, та називати його за характерною ознакою, як-от "стовпчик з

коліщатком” у старомодних годинниках. Успішне впізнавання об’єкта дитиною залежить від її досвіду взаємодії з ним. Сучасні діти можуть не пройти подібний тест з годинником, оскільки багато хто з них ніколи не бачив такого. Але заміна годинника на сучасний спінер може збільшити шанси на успішне впізнавання, оскільки діти мають тактильний досвід зі спінерами. Визначення об’єкта як цілісного чи складового елемента залежить від попереднього досвіду дитини з об’єктом та від того, чи є в об’єкта характерна ознака, яка відрізняє його від інших. Це правило застосовується як до реальних об’єктів, так і до зображень на малюнках, а також до сприйняття цілих епізодів та подій.

У дослідженні з дітьми середнього дошкільного віку було встановлено наступне: під час розгляду ілюстрації, де зображено старого чоловіка, що тягне воза з великим мішком, у якому знаходяться різноманітні предмети (відро, мітла, чоботи), 80% дітей відповіли, що “дідусь везе коня”. Це пояснюється тим, що контури декількох предметів створювали образ, схожий на голову коня. Цей феномен, коли об’єкт ідентифікується за однією несуттєвою частиною, відомий як синкретизм, термін, запропонований Е. Клапаредом. Психологи, такі як Е. Клапаред, К. Бюлер та Ж. Піаже, підкреслюють, що синкретичне сприйняття не є характерним лише для дошкільнят, але й може спостерігатися у старших дітей при зіткненні з незнайомими об’єктами або їх зображеннями. Якщо зображення, які дитина сприймає, є неясними або недостатньо чіткими, то діти схильні до помилок у визначенні об’єктів. У таких випадках будь-яка частина об’єкта, яка нагадує щось знайоме, може стати опорною для дитини. Тому не рекомендується використовувати стилізовані або схематичні зображення, які порушують чіткість реальної форми об’єкта, оскільки це може ускладнити впізнавання навіть знайомих об’єктів. У процесі сприйняття важливу роль відіграє дія, до якої вдається дитина. У молодшому дошкільному віці дитина досліджує об’єкт за допомогою активних дій (руху органів сприйняття по об’єкту), але з розвитком ця дія інтеріоризується, як це описали Н.В. Дубровіна та В.В.

Зацепін перетворюючись на розумову, приховану дію. Дошкільник, досліджуючи новий об'єкт, виявляє ті його аспекти та характеристики, які відповідають вже відомим йому зразкам та еталонам, сформованим у суспільному досвіді. Таким чином, процес сприйняття сприяє засвоєнню суспільного досвіду та накопиченню особистого досвіду дитиною, що вдосконалює чуттєве пізнання [4, с. 253].

Розвиток сприймання у старших дошкільнят відзначається не лише підвищенням точності та збільшенням обсягу, але й зміною механізмів сприймальних дій. У цьому віці діти використовують розвинуті когнітивні процеси для сприйняття об'єктів, порівнюючи їх із наявними знаннями та попереднім досвідом. Часто вони не можуть розрізнити нове від уже відомого про об'єкт. У цей час діти можуть самостійно проводити спостереження у своєму оточенні, виділяючи важливі характеристики об'єктів та роблячи прості узагальнення. Старші дошкільнята здатні до цілеспрямованого спостереження, яке при належному педагогічному керівництві може досягати високого рівня розвитку, як зазначають Т. О. Гіневська, та інші. Запитання дітей до дорослих свідчать про осмисленість їх сприймання. Сприймання дошкільнят є комплексним явищем, яке вимагає глибокого аналізу. Для сприйняття об'єктів дитиною необхідна готовність сенсорних систем та наявність досвіду: знань про об'єкти та навичок їх сприйняття. Сприймання тісно пов'язане зі загальним інтелектуальним розвитком і формується протягом усього дитинства. Визначення об'єкта як цілісного чи складового елемента залежить від досвіду дитини з цим об'єктом та від його характерних рис, які відрізняють його від інших. Основним критерієм розвитку сприймання є перехід від недиференційованого, синкретичного сприймання до диференційованого, усвідомленого та категоріального уявлення про об'єкти, події та явища у їх просторових, часових та причинних взаємозв'язках.

Таким чином, емоційне сприйняття дошкільнят є аспектом їхнього психічного розвитку та впливає на формування особистості, пізнавальних здібностей і соціальних навичок.

1.3. Війна як чинник емоційної сфери дошкільників

Дослідження в області психіатрії та психології демонструють, що військові конфлікти залишають тривалі впливи на психічний розвиток дітей та підлітків. У воєнний час молодь стикається з різними видами подій що травмують: раптовими та хронічними, які спричиняють формування неефективних стратегій розв'язання проблем. Це призводить до того, що діти, які пережили війну, частіше стикаються з такими розладами, як анксіозність, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), депресія, дисоціативні стани (соціальна ізоляція, відчуженість, втрата реальності, мовчазність, кататонія), поведінкові порушення (агресія, антисоціальна та кримінальна поведінка, схильність до насильства), а також до зловживання алкоголем та наркотиками. Джоші та О'Доннелл вказують, що психічні порушення є звичайною відповіддю на незвичайні обставини. Таким чином, тривалий вплив насильства збільшує ризик розвитку численних і часто довготривалих форм фізичної, психічної та соціальної дезадаптації у дітей [14, с. 279-291].

Мурті та Лакшмінараяна провели аналіз наукових робіт про психічне здоров'я дітей у зонах військових конфліктів, таких як, Балкани, Камбоджа, Чечня, Афганістан, Ірак, Ізраїль, Палестина, Ліван, Руанда, Шрі-Ланка, Сомалі та Уганда. Вони прийшли до висновку, що психологічні травми, спричинені війною, мають значні та тривалі наслідки для психічного здоров'я дітей: чим триваліший конфлікт, тим глибші симптоми.

Світова організація здоров'я наголошує на необхідності захисту дитинства під час військових дій. Згідно з її звітами, десять відсотків осіб, які зазнали впливів що травмують, надалі виявляють ознаки психологічної травми, а інші десять відсотків проявляють поведінкові порушення або психічні розлади, що перешкоджають їхній активній участі у соціальному

житті. Серед найбільш розповсюджених розладів — анксіозність, депресивні стани та психосоматичні порушення [17, с. 25-30].

Сміт виокремлює ключові фактори, які впливають на психічний добробут дітей у воєнний час: відсутність основних життєвих ресурсів; руйнування сімейних зв'язків; стигматизація та дискримінація, що впливають на формування особистості; песимістичне бачення майбутнього; та нормалізація насильства як повсякденного явища [19, с. 29].

Останнім часом піддається критиці західний підхід до оцінки психічного здоров'я дітей у конфліктних зонах, який переважно фокусується на ПТСР, звинувачуючи його в етноцентризмі та ігноруванні культурних переконань та резилієнтності дітей. Діти не повинні розглядатися як безвольні жертви, вони є активними учасниками суспільства, які розробляють власні механізми адаптації та протидії військовим конфліктам, вирішуючи, чи протистояти їм, чи брати у них участь [11, с. 41].

Новітні психологічні дослідження виявляють, що навіть у найскладніших умовах діти володіють значним потенціалом життєстійкості [10, с. 33], який сприяє їхньому розвитку в зрілі особистості, попри зазнаних психологічних травм. Вчені виокремлюють декілька ключових захисних факторів, серед яких особливе місце займають ефективні стратегії подолання перешкод, оптимістичні переконання, міцні сімейні зв'язки та дружні відносини. Проблеми, такі як бідність, неадекватні житлові умови, домашнє насильство, дискримінація та соціальна ізоляція, потребують вирішення після завершення війни для запобігання довготривалим наслідкам травм та зміцнення резилієнтності.

Вплив війни на суспільство також залежить від успіху післявоєнної реконструкції країни та поліпшення соціально-економічного стану. Важливим є також притягнення до відповідальності винних у воєнних злочинах, визнання власної відповідальності сторонами конфлікту та впровадження механізмів місцевого примирення. Інтеграція методів вирішення конфліктів у освітні програми є ключовим елементом для

досягнення успішного врегулювання конфліктів та примирення з минулим [11, с. 47].

Розуміння складності впливу війни на дітей та підлітків, а також багатовимірності їхнього життєвого досвіду можливе завдяки персональним свідченням, таким як оповідання та малюнки.

Музей воєнного дитинства, використовуючи аудіовізуальні свідчення тих, хто пережив війну в дитинстві, відтворює картину повсякденного життя в умовах війни, її ризики та трагедії. Крім того, Музей спрямований на ідентифікацію захисних факторів, які можуть підвищити резилієнтність дітей, та звертає увагу на їх важливість. Таким чином, Музей воєнного дитинства прагне збагатити розуміння особливостей життя в конфліктних та постконфліктних зонах, що своєю чергою сприятиме захисту дітей, які зараз перебувають у зонах бойових дій, та підтримуватиме глобальні ініціативи з побудови миру.

Військові дії впливають на психічний стан не лише дорослих, а й дітей. Страх, тривожність, порушення звичного порядку дня, непередбачуваність та переміщення можуть викликати у дитини страх, нерозуміння та дискомфорт. Важливо пам'ятати, що присутність та здоров'я батьків можуть забезпечити необхідну психологічну підтримку дитині. Звичайне життя дітей, наповнене іграми та навчанням, змінюється на повітряні тривоги, вибухи та перебування в укриттях. Увага та опіка дорослих є критично важливими для дітей, особливо в екстремальних умовах. Наразі діти в Україні знаходяться в умовах війни, чують сирени під час ракетних обстрілів, бачать руйнування будівель, відчувають наслідки вибухів та стають свідками людських смертей. Внаслідок цих подій багато дітей переживають стрес. Тривожність може призвести до гіперактивності, капризності, плаксивості у дітей. Вони можуть мати проблеми зі сном та відчувати страх. Батькам важливо розуміти, що такі реакції дитини є нормальними відповідями на ненормальні обставини. Два роки після масштабного вторгнення залишили сліди в пам'яті та здоров'ї

кожного з нас, включаючи маленьких українців, які також переживають війну.

Таким чином, війна має значний вплив на емоційну сферу дітей дошкільного віку, навіть якщо вони після не перебувають у зоні бойових дій. У цьому віці діти ще не зможуть повністю усвідомити суть і масштаби війни, але емоційний стан близьких людей, зміни у звичному середовищі та інформаційний потік суттєво впливають на їхнє психічне та емоційне здоров'я.

Висновки до розділу 1

У дошкільному віці сприймання дітей є ключовим психічним процесом, який містить в собі відображення об'єктів та явищ у їхній цілісності та різноманітності якостей, з безпосереднім впливом на органи чуття. Сприймання формується як інтеграція відчуттів.

Від 2 до 7 років відбувається інтенсивний розвиток відчуттів та сприймання. З 3,5 років реакція на зорові та інші стимули скорочується завдяки накопиченому досвіду. До 5-6 років дитина може оцінювати вагу предметів без безпосереднього контакту з ними. Сприймання є невіддільна (частина/ознака) частиною інтелектуального розвитку дитини, характеризується такими особливостями, як предметність, цілісність, структурність, константність та осмисленість.

Аналіз досліджень психічного здоров'я дітей у зонах збройного конфлікту показує, що психологічні травми війни мають тривалі наслідки для дитячої психіки, з більш серйозними симптомами при триваліших конфліктах.

У воєнний час у дітей можуть проявлятися ступор або гіперактивність. Важливо обговорювати ситуацію, емоційний стан, відповідати на запитання дитини чесно та адекватно, щоб не завдати шкоди. Регрес у поведінці дітей, такий як капризність, невиконання домовленостей, втрата навичок, порушення сну, крики вночі та страх, є типовими. Для збереження психічного здоров'я дітей під час війни рекомендується використовувати алегорії з улюбленими казками, створювати нових фантастичних персонажів, розповідати про захисних янголів, малювати малюнки для захисників, займатися фізичними іграми, дихальними вправами, навчанням за планом, вивченням іноземних мов.

РОЗДІЛ 2.

ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНО-ПОВЕДІНКОВИХ РЕАКЦІЙ ДОШКІЛЬНЯТ НА СТРЕС

2.1. Методи та організація емпіричного дослідження

Методологія емпіричного аналізу в психології охоплює такі підходи: спостереження, опитування (діалог, інтерв'ювання, опитування), тестування, рейтингова оцінка, аналіз продуктів діяльності піддослідних (письмових та графічних матеріалів, творчих і контрольних робіт), синтез педагогічного досвіду, педагогічний експеримент.

Методика педагогічного спостереження полягає у цілеспрямованому сприйнятті освітнього процесу в його природному середовищі. Цей метод є пасивним, оскільки дослідник не впливає на поведінку чи навчальний стан учнів, лише фіксує спостережуване.

Існують різновиди спостереження: безпосереднє, коли дослідник є учасником групи; опосередковане – здійснюється з боку; явне та непомітне (приховане); систематичне та випадкове. Попри доступність цього методу, варто зазначити його недоліки: результати можуть бути спотворені через суб'єктивні фактори (переконання, інтереси, емоційний стан) дослідника.

До методик опитування входять бесіда, інтерв'ю та опитування. Бесіда – це методика збору інформації через усне обговорення для уточнення даних або роз'яснення незрозумілих моментів попереднього спостереження. Вона проводиться за попередньо складеним планом із запитаннями для з'ясування. Бесіда ведеться у неформальному порядку без запису висловлювань учасника.

Інтерв'ю передбачає систематизований виклад думок у певному порядку. Висловлювання можуть бути зафіксовані на відео. Сучасна теоретична та практична база масових опитувань має широкий спектр форматів інтерв'ю (групове, глибинне, пробне, стандартизоване, нестандартизоване тощо).

Опитування через анкети – це техніка дослідження, яка базується на зборі письмових реакцій на визначені питання. Якість та вірогідність результатів дослідження прямо залежать від змісту анкет, структури поставлених запитань, кількості отриманих анкет та компетентного вибору учасників. Цей метод є ефективним для масового збору даних за допомогою анкет.

Метод оцінювання рейтингу включає аналіз окремих аспектів діяльності за допомогою досвідчених оцінювачів (експертів), які повинні володіти такими якостями: компетентність у питаннях проблематики; креативність для творчого підходу до завдань; позитивне ставлення до процесу експертизи; незалежність мислення без схильності до конформізму; наукова об'єктивність; аналітичне та конструктивне мислення; самокритичність.

До емпіричних методик також належить *аналіз та узагальнення педагогічного досвіду*, що дозволяє виявити ключову ідею автора як інноватора, основні механізми його педагогічної новації та їх вплив на ефективність освітнього процесу.

Аналіз продуктів досліджуваних особистостей, таких як письмові та графічні роботи, творчі та контрольні завдання, малюнки, креслення, зошити з окремих предметів тощо, може бути корисним. Це дає змогу отримати інформацію про індивідуальні особливості учасників дослідження, їх розвиток у певних навичках і здатностях.

Педагогічний експеримент – це методика дослідження причинно-наслідкових зв'язків у освітньому середовищі, що включає контрольоване моделювання педагогічного процесу та аналіз його динаміки.

В експериментальній психології розрізняють природний експеримент, що проводиться в умовах звичного навчального середовища, та лабораторний експеримент, де створюються контрольовані умови для тестування гіпотез. Природний експеримент є більш поширеним і може бути як довготривалим, так і короткотерміновим.

Цей метод є інтегративним, оскільки охоплює різноманітні підходи: спостереження, інтерв'ювання, анкетування та створення спеціально підготовлених обставин для дослідження.

Для аналізу психологічних реакцій на стрес у різних вікових категоріях можна застосувати наступні методики:

1. Спостереження. Цей метод дозволяє оцінити поведінкові відповіді на стрес у різних вікових групах, таких як діти, підлітки та дорослі. Його перевагою є натуралістичність даних, а недоліком - можлива суб'єктивність спостережень.

2. Опитування. Застосування стандартизованих інструментаріїв дозволяє виміряти інтенсивність стресових відчуттів, резистентність до стресу та стратегії адаптації (наприклад, за допомогою тестувань Спилбергера-Ханіна, Коена-Комарика, Лазаруса). Методика забезпечує об'єктивну інформацію, однак залежить від самооцінки респондентами.

3. Психофізіологічний аналіз. Містить у собі моніторинг таких показників як кров'яний тиск, серцебиття, електродермальна активність. Це дає можливість отримати точну інформацію про фізіологічне збудження під час стресу. Проте цей метод потребує спеціалізованого обладнання та кваліфікації дослідників.

4. Проективні методики. Такі підходи як малюнкові тести, завершення розповідей та асоціативні вправи допомагають виявити неусвідомлені стресові стани. Хоча результати можуть бути суб'єктивно інтерпретовані, ці методи ефективно використовуються у роботі з дітьми.

Таким чином, для всебічного вивчення стресових реакцій у людей різного віку доцільно комбінувати об'єктивні фізіологічні методики, стандартизоване опитування та проективні тести.

Діагностика емоційного стану дошкільників.

Серед дітей можливо виявити осіб, які демонструють спокійне ставлення до своєї ролі у колективі, не прагнуть до взаємодії, а також тих, хто гостро переживає свою ізоляцію. Важливо також врахувати кількість

масок, обраних дітьми, що відображають їхні спроби домінувати чи підкорятися, оскільки це є значущим індикатором емоційного добробуту дитини у соціумі ровесників.

Анкета нервово-психічного розвитку дитини та її емоційних особливостей (О. В. Запорожець) [12, с. 121].

Мета: дослідити характеристики нервово-психічного розвитку дітей та їхні емоційні стани (Додаток Б).

Методика “Який я?” (О. А. Білобрикіна) [14, с. 50].

Методика "Який я?" — це психологічний інструмент, спрямований на вивчення самооцінки, самосвідомості та виявлення дитини про себе. Вона є популярною у роботі з дітьми дошкільного та молодшого шкільного віку. Метод використовує психологами, педагогами та вихователями цими для діагностики особливостей емоційної сфери та соціальної адаптації дітей.

Основні результати, які можна отримати за допомогою цієї методики, включають:

1. **Рівень самооцінки:** Вона допомагає виявити, як дитина оцінює свої сильні та слабкі сторони, а також загальну впевненість у собі.
2. **Самосприйняття:** Методика дозволяє зрозуміти, як діти бачать свою особистість, що може включати уявлення про зовнішній вигляд, соціальні навички й емоційний стан.
3. **Соціальні взаємини:** Результати можуть свідчити про те, як діти відчують себе в контексті спілкування з однолітками, батьками та іншими важливими для них особами.
4. **Дослідження потреб:** Методика може виявити необхідність підтримки у зміцненні самооцінки або соціальної адаптації.
5. **Визначення проблем:** Вона може допомогти виявити негативні установки або проблеми, які можуть впливати на психологічне здоров'я дитини.

Загалом, "Який я?" є корисним інструментом для психологів і вихователів, оскільки дозволяє дати дитині голос у процесі саморозуміння та покращення її емоційного благополуччя. (Додаток А)

Мета емпіричного дослідження:

Емпіричні дослідження виконуються для пошуку відповідей на емпіричні запитання, які мають бути чітко сформульовані відповідно до наявних даних.

Гіпотеза емпіричного дослідження:

Гіпотеза емпіричного дослідження це науково обґрунтоване припущення, яке висувається для пояснення певного явища або переконання та перевіряється на основі зібраних емпіричних даних. У логічному сенсі вона виступає способом пізнання, формою мислення, що базується на здогаді, тобто на твердженні, яке тимчасово вважається наявним істинним до моменту остаточного встановлення істини.

Генеральна сукупність дослідження: педагогічні працівники закладів дошкільної освіти, діти дошкільного віку.

Вибіркова сукупність дослідження: діти дошкільного віку закладів дошкільної освіти м. Житомир.

Експериментальна база дослідження: дослідницька робота щодо вивчення самооцінки, самосвідомості та виявлення дитини про себе.

Загальна кількість учасників експерименту склала:

педагогічні працівники – 3 особи;

діти дошкільного віку – 30 осіб.

Методи дослідження. Для досягнення поставленої в роботі мети використовується комплекс методів, вибір та поєднання яких залежать від змісту проблеми, яка вивчалася, а саме:

- Опитування
- Експеримент

2.2. Аналіз результатів дослідження

Аналіз результатів дослідження "Особливості сприйняття та ставлення до війни у дітей дошкільного віку" висвітлює ключові аспекти впливу воєнних подій на емоційний стан і поведінку маленьких дітей. Дослідження показує, як дошкільники реагують на конфлікти та формують своє ставлення до подій, які вони не завжди можуть повністю зрозуміти.

1. Рівень розуміння війни у дітей дошкільного віку

Виявлено, що діти дошкільного віку (3–6 років) мають обмежену здатність до осмислення війни як складного і абстрактного явища. Вони сприймають це переважно через прості символи та емоції, часто уявляючи війну в термінах "добро проти зла". Основними джерелами формування цих уявлень є реакції дорослих, а також опосередковане знайомство з темою через розмови, мультфільми або новини.



2. Емоційний відгук на воєнні події

Дослідження демонструє, що найбільш типовою емоційною реакцією на війну у дошкільників є страх. Цей страх може виявлятися в різних формах, включаючи нічні кошмари, сильну прив'язаність до батьків або втрату бажання спілкуватися з іншими. Додатково спостерігаються:

Тривожні стани: Багато дітей відчують занепокоєння і прагнуть постійно перебувати поруч із дорослими.

Поведінкова регресія: Нерідко діти повертаються до більш ранніх моделей поведінки, демонструючи потребу в підвищеній увазі та захисті.

Агресивність: У деяких випадках діти можуть демонструвати агресивну поведінку як відповідь на внутрішній стрес.

3. Зміни у соціальній поведінці та взаємодії

Результати дослідження свідчать, що війна впливає на соціальну активність дітей, змінюючи їхню поведінку в колективі. Серед основних змін:

Зниження інтересу до ігор з однолітками: Діти часто обирають самостійні заняття або проводять більше часу з дорослими, ніж з однолітками.

Ігрове відтворення воєнних сцен: В іграх діти нерідко повторюють сценарії, пов'язані з конфліктами, намагаючись так обробити власні емоції.

Проблеми з комунікацією: Через високий рівень тривоги діти можуть стати менш відкритими і мати труднощі в спілкуванні.

4. Травматичні прояви та ризики посттравматичного стресу

У значної частини дітей, які мають досвід безпосереднього або опосередкованого контакту з воєнними подіями, відзначаються симптоми, що можуть свідчити про розвиток посттравматичного стресового розладу (ПТСР):

Фізичні реакції: Порушення сну, проблеми з апетитом, підвищений рівень тривоги.

Емоційне закриття: Зниження зацікавленості у звичних заняттях і підвищена замкненість.

Тривалий страх: Діти можуть демонструвати страх у повсякденних ситуаціях, які не становлять реальної загрози, оскільки їхнє відчуття безпеки сильно постраждало.

5. Вплив батьків та дорослих на сприйняття війни

Згідно з результатами дослідження, діти значною мірою формують своє ставлення до війни через поведінку та реакції батьків і вихователів. Зокрема:

Роль емоційного стану батьків: Діти переймають настрої дорослих, тому надмірна тривожність або страх у батьків може погіршувати стан дітей.

Інформаційний вплив: Навіть незначний контакт з медіа (фонове звучання новин, розмови) може негативно вплинути на сприйняття світу дитиною.

Необхідність делікатного пояснення: Для зменшення негативного впливу, дорослим важливо пояснювати події зрозуміло і без нагнітання страху.



6. Практичні рекомендації щодо підтримки дітей

Загальні рекомендації дослідження підкреслюють необхідність надання дітям підтримки для зниження травматичного впливу воєнних подій. Серед найважливіших методів:

Терапевтичні ігри: Сюжетні ігри з позитивними результатами допомагають дітям безпечно висловлювати свої переживання.

Психологічна підтримка: Спокійна і уважна присутність дорослих додає дітям відчуття стабільності та захищеності.

Створення передбачуваного середовища: Стабільний режим і щоденні ритуали сприяють зменшенню тривоги та допомагають дітям почуватися впевненіше.

Соціометрія: це метод, який використовується для вивчення міжособистісних відносин у групах (наприклад, у дитячому колективі, класі чи команді). Цей метод завершує структуру стосунків, лідерів, ізольованих членів, а також рівень згуртованості груп.

Приклад 1: Соціометрія в дитячому колективі.

Мета: Визначити популярність кожної дитини в групі та оцінити емоційні зв'язки.

Процедура:

1. Педагог або психолог пропонує дітям відповіді на запитання, які моделюють типові ситуації в колективі:

- З ким із тією групою хотів би сидіти за одним столом?
- Кого ти хочеш просити на своє свято?
- З ким тобі було б цікаво виконати разом?
- Кого ти обрав би для командної гри?

Спостереження: це один із ключових методів дослідження в психології дошкільнят, що відбувається у цілеспрямованому й систематичному вихованні поведінки, діяльності та емоційних реакцій дитини в природних умовах без втручання в її дії. Цей метод дозволяє отримати цінні відомості про особливості розвитку дитини, її інтереси, звички, рівень емоційної зрілості та міжособистісні взаємини.

Висновки до розділу 2

Результати дослідження вказують на те, що війна має значний вплив на психоемоційний стан дошкільників, змінюючи їхні емоції, поведінку та соціальні навички. Надання належної підтримки з боку дорослих є важливою умовою для збереження психологічного здоров'я дітей та їхньої здатності долати стресові ситуації.

Емпіричне дослідження має в собі спостереження та аналіз певних явищ, проведення експериментів, а також систематизацію, класифікацію та інтерпретацію отриманих даних і результатів експериментальної роботи з подальшим їх застосуванням у практичній сфері людської діяльності. Емпіричне дослідження як методологічний підхід використовує реальні експерименти, описовий аналіз, створення графіків, таблиць та інших візуальних засобів представлення інформації.

На емпіричному та теоретичному рівнях досліджень застосовуються такі методи, як абстрагування, аналітичний розбір та синтез, моделювання. Абстрагування є ключовим у процесах мислення, адже кожен етап розумової діяльності пов'язаний з цим процесом чи використанням його продуктів.

Емпіричний метод становить собою практику наукового вивчення реальності через дослідницький досвід, що включає експерименти та спостереження. Серед найбільш поширених емпіричних методик можна виділити: спостереження, проведення експерименту, опитування, тестування, аналітичний огляд документації, аналіз продуктивних результативностей діяльності та експертну оцінку.

Емпіризм у філософському контексті визначається як напрямок у теоретичному пізнанні, який визнає чуттєвий досвід основним джерелом знань і стверджує, що всі знання базуються на досвіді.

РОЗДІЛ 3. ОСОБЛИВОСТІ СПРИЙМАННЯ ТА СТАВЛЕННЯ ДО ВІЙНИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

3.1. Особливості емоційно-поведінкових реакцій дошкільників на стрес.

Стрес визначається як відповідь організму на зовнішні подразники, при цьому сама ситуація що подразнює є ключовим фактором. У сучасному світі багато дітей відчують стрес через вимоги до психічної активності, пов'язані з необхідністю опрацювання значного масиву інформації, що призводить до інформаційного стресу. Це створює надмірне навантаження на фізіологічні системи організму через емоційні переживання, що викликає емоційний стрес.

Стрес у помірних кількостях може мати «позитивний» вплив. Проте, коли стрес стає надмірним, він перетворюється на «токсичний» фактор, який може негативно впливати на поведінку дитини, її продуктивність, здоров'я, а також на взаємини в сім'ї та з оточенням.

Основні причини стресу у дітей:

- Генетичні патології;
- Особливості характеру;
- Вікові особливості (підлітковий та старший вік);
- Критичні періоди життя;
- Серйозні життєві випробування (смерть близьких або розлучення);
- Травматичні події;
- Природні катастрофи;
- Втрата або неможливість підтримувати довірчі стосунки з близькими;
- Недостатній рівень або відсутність соціальної підтримки;
- Фізичне та емоційне перевантаження під час навчання;
- Значні зміни в сімейному житті (розлучення, переїзд, народження дитини);
- Надто насичений розклад (навчання, спорт, гуртки) з мінімальним часом на відпочинок між заняттями;

- Самонавантаження психологічним тиском (прагнення бути ідеальним у всьому та страх помилок);
- Шкільний стрес (страх покарання та отримання поганих оцінок, труднощі з освоєнням навчального матеріалу, в тому від занять).

Дослідження виявляють, що стрес має особливо глибокий вплив на дітей віком до 10 років. Згідно з даними Американської асоціації психологів, приблизно 20% дітей зазнають інтенсивної тривоги та стресу, однак лише 3% батьків здатні виявити ці ознаки у своїх дітей.

Реакція дітей на стресові ситуації варіюється залежно від їхніх індивідуальних особливостей та навичок саморегуляції. Молодші школярі часто не можуть адекватно висловити свої емоції, тоді як старші діти здатні чітко артикулювати свої переживання та причини їх виникнення, хоча й не завжди готові ділитися цією інформацією з батьками.

Прояви стресу у дітей можуть бути різноманітними та включати зміни в поведінці, такі як дратівливість, капризність, плач, потовиділення долонь, втечі, агресивні чи оборонні реакції, погойдування, відмова від звичних захоплень, постійне відчуття тривоги, збільшення скарг на школу, несподівані страхи, надмірна або недостатня прив'язаність до батьків чи вчителів, нервово-рухові розлади (наприклад, скручування волосся, жування, кусання шкіри та нігтів).

Фахівці вказують, що діти можуть відповідати на стрес більш глобальними реакціями, такими як депресія, апатія, уникнення, obsесивні стани, надмірна сором'язливість, гіперактивність, тривожність, «замерзання» у соціальних ситуаціях, нав'язливість до певних предметів чи рутин, їжі, а також постійне занепокоєння щодо майбутнього та надмірна прив'язаність.

Тривожність як психологічний феномен реагування дитини на стресову ситуацію.

Тривожність відіграє ключову роль у психологічних дослідженнях та теоріях, зокрема у працях З. Фрейда, де вона була визначена як значущий елемент при неврозах. У кінці XIX століття виникла гіпотеза про тривожність

як прояв нереалізованої енергії лібідо. Нещодавно кількість досліджень тривожності зросла, і багато вчених розглядають її як стан збудження та емоційної напруги. Інші асоціюють тривожність з очікуванням небезпеки, що стосується особистості. А. В. Петровський вважає тривожність одним з головних параметрів індивідуальних розбіжностей, особливо при психоневрологічних та соматичних захворюваннях.

Ч. Спілбергер розрізняє особисту та ситуативну тривожності: перша пов'язана з постійною загрозою у свідомості людини, друга - це тимчасова реакція на конкретну загрозливу ситуацію. Також існують адекватна та неадекватна форми тривожності: неадекватна пов'язана з невпевненістю та обмеженнями у виборах, а адекватна сприяє емоційно-вольовому регулюванню та стресостійкості, що є важливим для формування зрілої особистості.

Жан Вільям Фріц Піаже запровадив концепцію ключового досвіду як “елемента” взаємодії між дитиною та навколишнім середовищем. Психологам важливо згадувати, що вони мають справу з особливими клієнтами – особами, що постраждали через воєнні дії та інші кризові події. Постраждали – діти, батьки, освітяни – часто страждають від посттравматичних симптомів: збільшеної стомлюваності, схильності до плачу, тривоги, емоційної лабільності, роздратованості, конфліктності, несподіваних проявів агресії та інше. Досвід будь-якої події впливає на те, як ця подія вплине на розвиток індивіда. У однакових умовах розвитку різні діти з однакової родини можуть мати неоднаковий досвід через індивідуальне сприйняття одних і тих же подій. Науковець О. Дронова наголошує на значенні соціально-освітньої підтримки як специфічної роботи соціопедagogів у наданні психосоціальної та виховної допомоги для попередження та подолання обставин, що негативно впливають на життя учнів.

3.2. Тренінгова програма щодо пом'якшення стресових реакцій дошкільнят на військові дії

Ця програма спрямована на надання емоційної підтримки дітям дошкільного віку, які зазнали стресу через військові конфлікти. Програма розроблена для застосування як у дитячих садках, так і в домашніх умовах. Вона включає різноманітні методи емоційної терапії, що допомагають дітям знизити рівень тривожності, страху та інших стресових реакцій.

Мета програми

Допомогти дітям:

Знизити почуття тривожності та страху, пов'язані з військовими подіями;

Відновити базове відчуття безпеки;

Навчитися управляти емоціями та покращити самопочуття.

Основні компоненти програми

1. Емоційна стабілізація: вправи для зниження тривожності та відновлення почуття безпеки.

2. Розвиток соціальних навичок: активності, спрямовані на відновлення взаємодії з однолітками та довіри до оточення.

3. Співпраця з батьками та вихователями: практичні рекомендації для дорослих, які допоможуть створити емоційну підтримку дітям.

План програми:

Сесія 1: Створення відчуття безпеки

Ціль: допомогти дітям відчувати себе захищеними та спокійними.

1. Вправа "Захисне коло"

Діти та вихователь сідають у коло, тримаючись за руки, і уявляють, що це коло захищає їх від небезпеки. Вихователь запевняє дітей: "Ми тут у безпеці". Це формує у дітей почуття захищеності.

2. Малюнок "Місце безпеки"

Кожна дитина малює своє улюблене безпечне місце (наприклад, свій будинок

або куточок у садку) і розповідає про нього, що допомагає створити позитивні емоції.

Сесія 2: Робота з емоціями

Ціль: навчити дітей розпізнавати, розуміти та висловлювати свої емоції.

1. Вправа "Банка емоцій"

Діти разом з вихователем обирають кольорові камінці або картки, що символізують різні емоції (радість, страх, злість тощо). Цей метод допомагає дітям визначати свої емоції на початку та в кінці заняття, а також ділитися ними з іншими.

2. Казкотерапія

Дітям розповідають казки про героїв, які долають труднощі. Наприклад, історія про лісового звіра, який боявся шуму, але знайшов спосіб заспокоїтись. Після обговорення казки діти діляться своїми емоціями.

Сесія 3: Релаксаційні вправи

Ціль: навчити дітей простим методам самозаспокоєння.

1. Глибоке дихання

Діти вчаться повільно і глибоко дихати, поклавши руки на живіт, щоб відчувати рух дихання. Це допомагає зняти напругу та заспокоїтись.

2. "Мій заспокійливий предмет"

Кожна дитина обирає маленький предмет (іграшку, камінчик, м'який кубик), який допомагає їй почуватись спокійніше. Дитина тримає цей предмет, коли відчуває тривогу, уявляючи, що предмет надає їй сили та впевненості.

Сесія 4: Ігри для емоційного розвантаження

Ціль: допомогти дітям відновити віру в себе і знизити емоційне напруження.

1. "Героїчна гра"

Діти обирають улюблених героїв і уявляють, що долають свої страхи. Це дозволяє їм бачити себе сильними та впевненими у власних силах.

2. "Театр емоцій"

Граючи різні емоції за допомогою міміки та рухів, діти вчаться розпізнавати та вивільняти власні емоційні стани, що полегшує емоційну напругу.

Сесія 5: Творчість як спосіб вираження почуттів

Ціль: допомогти дітям виразити емоції через творчі заняття.

1. Малювання піском або фарбами

Діти малюють піском або фарбами, що дозволяє їм вільно виражати емоції. По завершенні вони можуть розповісти, що саме зобразили, пов'язуючи малюнок зі своїм настроєм.

2. "Щасливе майбутнє"

Діти малюють себе у щасливих та спокійних ситуаціях. Це можуть бути зображення родини, друзів або спокійної природи. Після цього обговорення сприяє формуванню позитивних уявлень про майбутнє.

Рекомендації для батьків та вихователів

Збереження стабільного розпорядку: Постійний графік та ритуали знижують тривожність та допомагають дітям почуватися впевнено.

Розмови про почуття: Спілкуйтеся з дитиною про її емоції, не уникаючи запитань і не нав'язуючи їй відчуття страху.

Обмеження негативної інформації: Уникайте тем війни або негативних новин у присутності дітей.

Додаткова увага: Вихователі й батьки можуть приділяти дитині більше часу, щоб вона відчувала підтримку та захист.

Висновки до розділу 3

Фактори, що провокують тривожність, можуть бути як внутрішніми, так і зовнішніми.

1. До внутрішніх (інформаційних) факторів відносять: помилкове сприйняття результату майбутньої події; переоцінка важливості майбутньої події.

2. Зовнішні фактори включають: крайні умови; ситуації з невизначеним результатом; втома; занепокоєння через здоров'я; психічні порушення; вплив лікарських засобів.

Дослідження А. М. Прихожан виявили специфічні методи переживання тривоги, її усвідомлення, вербалізації та подолання. Серед них:

а. Видима тривожність може мати різноманітні форми, наприклад: - гостра або погано контрольована тривожність, що часто заважає діяльності; - регулятивно-компенсаторна тривожність як стимул для дій у звичних умовах; - культивування тривожності для отримання «вторинних вигод», з'являється у підлітковому віці.

б. Прихована тривожність часто не усвідомлюється і може проявлятися у надмірному спокої або запереченні проблем: - неадекватний спокій як захисна реакція для збереження самоповаги; - втеча від ситуації. Тривожність конфліктує з базовими потребами особистості: потребою в емоційному добробуті та безпеці. Робота з тривожними людьми складна через їх несвідомий опір допомозі. Причини опору часто залишаються незрозумілими для них самих. Основним чинником, що впливає на розвиток адекватної чи неадекватної тривоги, є психотравмуючий випадок (подія) - будь-яка ситуація з особистим значенням (явище), яке надає патогенний емоційний вплив на психіку особи. Це може призвести до психічних порушень, якщо захисні психологічні механізми не розвинені достатньо. До психотравмуючих подій належать ті, що становлять загрозу життю та фізичній цілісності особи: поранення, ушкодження внаслідок удару, фізичне насильство; складні медичні процедури; втрата або смерть близьких,

товаришів по службі, цивільних; свідчення смертей, поранень і страждань людей; самогубства і вбивства і т.д.

Мінімізація шкідливого впливу подій що травмують та зміцнення психічного здоров'я, як у кризових ситуаціях, так і після повернення з небезпечних зон, вимагає психологічної допомоги та підтримки потерпілих. Складні обставини життя серйозно впливають на добробут і безпеку дитини, створюючи ситуації без видимого рішення, що супроводжуються глибокими переживаннями.

ВИСНОВКИ

Війна - це трагедія, яка руйнує життя людей, особливо неповнолітніх. Діти дошкільного віку, які є найбільш вразливими, сприймають війну інакше, ніж дорослі. Їхня здатність розуміти обмежена, а емоції часто бувають неконтрольованими. Розуміння особливостей переживання війни дітьми дошкільного віку є важливим для забезпечення їм адекватної підтримки та допомоги.

Особливостями сприйняття війни у дошкільнят є обмежене усвідомлення. Вони не можуть повною мірою осягнути складність та масштаби конфлікту, іноді сприймаючи його як гру чи сцену з мультфільму. Їх мислення конкретно-образне: дитина цього віку бачить світ через образи та сенсації, може лякатися звуків вибухів чи сирен, бачити страшні картини у новинах.

Емоційна нестабільність - дошкільнята не володіють навичками контролю своїх емоцій. Вони можуть випробовувати страх, тривогу, гнів, відчай чи безпорадність. Вплив оточення на дитину значний: їх сприйняття впливає те, що кажуть дорослі, що дитина бачить і що вона відчуває з боку оточення.

Ставлення дошкільнят до війни характеризується:

1. Страхом - це основна емоція під час конфлікту. Дитина може боятися бойових дій, смертей, розлучення з родичами.
2. Тривогою - тривале почуття неспокою та напруженості. Дитині складно концентруватися на чомусь одному, може порушитись апетит та сон.
3. Агресивною поведінкою - у відповідь на стрес можуть проявлятися дратівливість, жорстокість та конфліктність.
4. Регресом у розвитку - можливе повернення до раніше подоланих етапів розвитку: непрохане сечовипускання, невиразне мовлення, підвищена потреба в увазі дорослих.

Надання допомоги дітям.

1. Створення безпечного середовища. Надзвичайно важливо забезпечити дитині відчуття безпеки та захисту, яке може бути асоційоване з улюбленим місцем, предметом чи ритуалом, що приносить спокій

2. Відверте обговорення війни. Не слід уникати розмов про війну; краще пояснювати події дитині з урахуванням її віку та розвиткових особливостей, роблячи це спокійно та зрозуміло.

3. Вислуховування та підтримка. Важливо дозволити дитині виразити свої почуття, уважно її вислухати, не осуджуючи, і забезпечити відчуття підтримки з боку дорослих.

4. Дотримання режиму дня. Стабільний щоденний розпорядок сприяє формуванню у дитини почуття стабільності та передбачуваності.

5. Ігри з дитиною. Ігрова діяльність є ефективним методом для подолання стресу та тривоги у дитини, допомагаючи їй виплеснути емоції та почуватися щасливою і захищеною.

6. Звернення за фаховою допомогою. У разі неможливості самотійно впоратися з емоційним станом дитини, слід шукати кваліфіковану психологічну підтримку.

Вплив війни на дитинство. Війна є глибокою травмою для всього суспільства, особливо для дитячого світу. Розуміння особливостей сприйняття воєнних подій дошкільниками та надання адекватної психологічної підтримки є критично важливим для збереження їхнього психоемоційного добробуту.

Довготривалий вплив конфлікту. Воєнний досвід може призводити до хронічних психологічних проблем, таких як ПТСР, тривожність, депресивні стани, навчальні та соціальні складнощі, тому необхідна тривала психосоціальна підтримка.

Вплив на розвиток суспільства є значним. Військові конфлікти, що торкаються дитинства, можуть серйозно зашкодити соціальному прогресу. Діти, які зазнали війни, часто стають дорослими з недовірою та втратою

відчуття безпеки, що підриває соціальну стабільність та економічне зростання. Таким чином, інвестиції в психосоціальну підтримку молодого покоління є критично важливими не тільки з гуманітарного погляду, але і як стратегічна інвестиція у майбутнє нації.

Заклик до дії має бути спрямований до батьків, фахівців у галузі психології та освіти, державних установ та міжнародних організацій для забезпечення необхідної психологічної підтримки постраждалим дітям. Це може охоплювати створення захищених середовищ для дитячого розвитку, освіти дорослих про обговорення воєнних подій з дитиною та доступ до кваліфікованої психологічної допомоги.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Дуткевич Т. В.. Дошкільна психологія. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. – Київ, 2007.
2. Кононенко О. Л. Найголовніше «погода» в домі, або як сформувати емоційну сприйнятливості і чутливість. Вихователь – методист дошкільного закладу. 2017. С 32-40.
3. Кононенко О.Л. Соціально-емоційний розвиток особистості. – К.: Освіта, 1998.-256 ст.
4. Хрестоматія. Вікова й педагогічна психологія. – Дубровіна Н.В., Зацепін В.В. – М., 2003. 253 с.
5. Зливков В., Лукомська С., Євдокимова Н., Ліпінська С. Діти і війна: монографія. Київ.-Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2023. 221 с.
6. Психологічна допомога дітям в умовах воєнного стану : довідник вихователів дошкільних навчальних закладів і вчителів загальноосвітніх навчальних закладів/Н. В. Пророк, С. Т. Бойко, О. В. Гнатюк, О. І. Купреєва, В. І. Полякова, О.А.Столярчук, Л. Г. Царенко, О. Ю. Чекстере ; за ред. Н. В. Пророк. Київ, 2022. 155 с.
7. Кузікова С., Зливков В., Лукомська С., Щербак Т., Котух О. К 89 Психологічний супровід особистості в умовах війни: навч. посібник. - Київ.-Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2024. 260 с.
8. Психологічна допомога особистості у воєнний період : матеріали VII Всеукр. психологічних читань «Удосконалення професійної майстерності майбутніх психологів», м. Умань, 18 квіт. 2024 р. 204 с.
9. Загадковий світ емоцій. Розвиток емоційної сфери дошкільників / Упоряд. І. В. Молодушкіна. — 2-ге вид. — Х. : Вид. група «Основа», 2011.— 207, [1] с. : іл. — (Серія «Творчому педагогу»).
<https://prozdorovia.in.ua/statti/mentalne-zdorov-ia/>
10. Трофаїла Н. Д. (2019) Емоційний розвиток дитини дошкільного віку як психологопедагогічний феномен. Психолого-педагогічний супровід розвитку дитини в умовах взаємодії закладу дошкільної освіти і сім'ї :

монографія / Л. В. Іщенко, Н. Д. Трофаїла, Л. П. Карнаух [та ін.] ; МОН України, Уманський держ. пед. ун-т ім. Павла Тичини. Умань : Візаві.

11. Трофаїла Н. Д. (2021) Розвиток емоційної сфери дітей: сутність та специфіка : навч.- метод. посіб. / МОН України, Уманський держ. пед. ун-т імені Павла Тичини ; уклад. Н. Д. Трофаїла. Умань : Візаві.

12. Запорожець О. В. Психологія. Підручник для дошкільних педагогічних училищ. Перероб. і доп. вид. / О. В. Запорожець. 3-є вид. — Київ: Рад. Школа, 1967. 222 с.

13. Розвиток сприйняття у ранньому та дошкільному дитинстві : сб. ст. / під ред.: О. В. Запорожець, М. І. Лисина. - М. : Просвіта, 1966. 302 с.

14. Загадковий світ емоцій. Розвиток душевної сфери дошкільників / Упоряд. І. В. Молодушкіна. — 2-ге вид. — Х. : Вид. група «Основа», 2011.— 207 с.

15. De Jong, J et al 2002 Trauma, War and Violence: Public mental health in socio-economic context. New York, Boston, Dordrecht, London: Kluwer Academic Press.

16. Dupuy, KE and Krijn Peters 2010 War and children: a reference handbook. Santa Barbara, Denver, Oxford: Praeger Security International, ABC Clio

17. Fernando, C and Michel Ferrari 2013 Handbook of Resilience in Children of War. New York, Heidelberg, Dordrecht, London: Springer

18. Jones, L. 2013 Then they started shooting: Children of the Bosnian war and the adults they become. New York: Bellevue Literary Press.

19. Joshi, PT and Deborah O'Donnell 2003 Consequences of child exposure to war and terrorism. Clinical Child and Family Psychology Review 6(4):279-291.

20. Lustig, SL and Lakshika Tennakoon 2008 Testimonials, Narratives, Stories and Drawings: Child Refugees as Witnesses. Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America 17: 569-584.

21. Morina, N et al 2011 War and bereavement-consequences for mental and physical distress. PLoS ONE 6(7): e22140.

22. Murthy, SS and R. Lakshminarayana 2006 Mental health consequences of war: a brief review of research findings. *World Psychiatry* 5(1):25-30.
23. Smith, D. 2001 Children in the heat of war. *APA Monitor* 32(8):29.
24. Bogic M, Njoku A, Priebe S. Long-term mental health of war-refugees: a systematic literature review. *BMC Int Health Hum Rights*. 15, 29 (2015). <https://doi.org/10.1186/s12914-015-0064-9> Published 28 October 2015. Accessed 14 September 2015.
25. Reliefweb. Mental Health in Donetsk and Luhansk oblasts—2018. (2019). Available online at: <https://reliefweb.int/report/ukraine/mental-health-donetsk-and-luhansk-oblasts-2018-enuk> Updated 12 April 2019. Accessed June 4, 2022.
26. Bryant RA, Schnurr PP, Pedlar D, Eyes Mental Health R, Innovation Collaboration in m, Veteran Mental h. Addressing the mental health needs of civilian combatants in Ukraine. *Lancet Psychiatry* 9(5). (2022) DOI:10.1016/S2215-0366(22)00097-9. Published March 2022.
27. Chaaya C, Devi Thambi V, Sabuncu O, et al. / Ukraine-Russia crisis and its impacts on the mental health of Ukrainian young people during the COVID-19 pandemic. // *Ann Med Surg*. 79:104033. Published July 2022.
28. Riad A, Drobov A, Krobot M [et al.] Mental health burden of the Russian—Ukrainian war 2022 (RUW-22): anxiety and depression levels among young adults in central Europe. // *Int J Environ Res Public Health*. doi: 10.3390/ijerph19148418 Published 9 July 2022.
29. Global Humanitarian Overview 2019 United Nations Office: United Nations Office for the Co-ordination of Humanitarian Affairs. (2019). Available online at: <https://www.unocha.org/sites/unocha/files/GHO2019.pdf> Accessed June 4, 2022.
30. Steel Z, Chey T, Silove D, Marnane C, Bryant RA, van Ommeren M. Association of torture and other potentially traumatic events with mental health outcomes among populations exposed to mass conflict and displacement: a

systematic review and meta-analysis. JAMA. DOI: 10.1001/jama.2009.1132
Published 5 August 2009. 302:537–49. DOI: 10.1001/jama.2009.1132

31. Brill Nijhoff. Ramcharan BG Impact of armed conflict on children resolution 1314 (2000). In: The security council and the protection of human rights.– 2022.

32. Alexander J, Boothby N, Wessells M (2010) Education and protection of children and youth affected by armed conflict: an essential link. Protecting education from attack: a state of the art review, Paris, 2009. Published – 2010.

33. Jean Piaget The Child's Conception of the World: A 20th-Century Classic of Child Psychology/ Published: Rowman & Littlefield – 2007. Published: Prometheus – 2024. 432 p.

ДОДАТКИ

Додаток А

Методика “Який я?”

Мета: дослідити емоційну тенденцію загальної самооцінки дитини. Кожному учаснику пропонують вибрати одну з десяти узагальнених характеристик, які висвітлюють певний емоційний аспект оцінки.

Експериментатор, користуючись поставленим далі протоколом (табл. 1), запитує у дитини, як він сам себе сприймає і оцінює по десяти різними позитивними якостями особистості. Оцінки, пропоновані дитиною самій собі, проставляються експериментатором у відповідні колонки протоколу, а потім переводяться в бали.

Таблиця 1 Протокол до методики - "Який Я?"

№ н/п	Оцінювані якості особистості	Оцінка по вербальній шкалі			
		так	ні	іноколи	не знаю
1	хороший				
2	добрий				
3	розумний				
4	акуратний				
5	слухняний				
6	уважний				
7	ввічливий				
8	умілий (здатний)				
9	працьовитий				
10	чесний				

Оцінка результатів

Відповіді типу «так» оцінюються в 1 бал, відповіді типу «ні» оцінюються в 0 балів. Відповіді типу «не знаю» і також відповіді типу «іноді» оцінюються в 0,5 бала. Самооцінка дитини визначається за загальною сумою балів, набраної нею за всіма якостями особистості.

Висновки про рівень розвитку

- 10 балів - дуже високий.
- 8-9 балів - високий.

- 4-7 балів - середній.
- 2-3 бала - низький.
- 0-1 бал - дуже низький.

Діагностика емоційного стану дошкільнят. Щоб учасник зміг обдумати та запам'ятати оцінювальні характеристики, психолог повторює їх декілька разів повільно, з логічними паузами. Не слід спонукати дитину до запам'ятовування та повторення слів у визначеному порядку. Інструкція: “Зараз я промовлю кілька слів, слухай їх уважно та обери одне слово, яке ти вважаєш найбільш властивим тобі”.

Позитивна самооцінка вважається адекватною та соціально прийнятною. Нейтральна самооцінка може бути можливою, але також може свідчити про недостатньо розвинуте почуття самовартості. Негативний емоційний знак свідчить про втрату дитиною почуття особистої та соціальної значущості, а індиферентний - про її несформовану або неадекватну систему цінностей. Амбівалентний показник самооцінки вказує на відсутність стабільності, яка є адекватною для віку дитини, у формуванні загальної самооцінки. Це також може свідчити про труднощі дитини у соціокультурному самовизначенні.

Анкета нервово-психічного розвитку дитини та її емоційних особливостей (О. В. Запорожець)

Опишіть сон, апетит та емоційний фон Вашої дитини:

1. а) Режим засипання: швидкість та умови (потреба у супроводі, освітленні тощо); б) якість сну: глибина, спокій або неспокій, нічні розмови; в) пробудження та настрої після сну: радісний, заспокоєний, роздратований, сльозливий.

2. а) Апетит: бажання їсти, вибірковість у їжі; б) темп харчування: швидкість або повільність; в) самостійність у їжі: самостійне харчування чи з допомогою дорослих; г) вплив похвали та докорів; чи змінюється поведінка за оцінкою батьків.

3. Прояви страху: а) у темряві; б) під час покарання, крику, невдоволення дорослих або інших ситуацій (яких?).

4. Причини радості та смутку: що викликає у дитини позитивні чи негативні емоції, тривалість переживань.

5. Чи співчуває дитина близьким.

6. Емоції під час гри: як дитина виражає свої почуття, ставлення до іграшок та ровесників.

7. Захист інтересів: чи вміє дитина відстояти свої позиції перед батьками, членами сім'ї, ровесниками.

8. Методи захисту інтересів: аргументація, переконання, вимоги, плач.