

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД
«ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ К. Д. УШИНСЬКОГО»
ФАКУЛЬТЕТ ДОШКІЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ДОШКІЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ
НАУКОВА ЛАБОРАТОРІЯ «ПЕДАГОГІЧНІ ОСНОВИ ПРОФЕСІЙНОЇ
ПІДГОТОВКИ ВИХОВАТЕЛІВ»
НАУКОВЕ ТОВАРИСТВО СТУДЕНТІВ, АСПІРАНТІВ, ДОКТОРАНТІВ І
МОЛОДИХ ВЧЕНИХ

**«ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ СТАЛОГО РОЗВИТКУ ОСВІТИ:
ЄВРОПЕЙСЬКИЙ ТА НАЦІОНАЛЬНИЙ ВИМІРИ»**

збірник наукових статей
за матеріалами Всеукраїнської науково-практичної
конференції молодих учених

Одеса 2025

УДК: 37.014.5:005.941(4+477)
З-13

Рекомендовано до друку Вченою Радою
Державного закладу «Південноукраїнський національний
педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»
(протокол № 5 від 30.10.2025 року)

Наукові статті друкуються в авторському варіанті

З-13

Забезпечення сталого розвитку освіти: європейський та національний виміри: збірн. наук. статей. Одеса : Видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2025. 144 с.

УДК: 37.014.5:005.941(4+477)

©ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД
«ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ К. Д. УШИНСЬКОГО»

*Марія Вікторівна Савченкова,
асистент кафедри дошкільної педагогіки,
Єлизавета Сергіївна Алуатська,
студентка факультету дошкільної педагогіки та психології,
Державний заклад «Південноукраїнський національний
педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»,
вул. Старопортофранківська, 26, м. Одеса*

ПРОФІЛАКТИКА СТРАХІВ У ДОШКІЛЬНОМУ ВІЦІ ЯК СКЛАДОВА ЕМОЦІЙНОГО РОЗВИТКУ ДИТИНИ

Формування емоційного здоров'я дитини є ключовим завданням сучасної психології, педагогіки та медицини. Особливої уваги заслуговує вивчення дитячих страхів як одного з найпоширеніших і найбільш чутливих емоційних станів у дошкільному віці. Дослідники сходяться на думці, що дитячі страхи мають як біологічну, так і соціокультурну основу, і є важливим показником емоційного благополуччя дитини.

Упродовж останніх років низка українських вчених досліджувала феноменологію дитячих страхів, їх причини та шляхи подолання. Зокрема, Є. Кремінська у своїх методичних рекомендаціях акцентує увагу на значущості емоційної підтримки дитини з боку дорослих та небезпеці використання страху як засобу виховання. Страхи можуть виникати внаслідок непродуктивних виховних стратегій та браку емоційної безпеки в сімейному середовищі [1].

Важливість розуміння страху як адаптивної емоційної реакції, яка може трансформуватися у дезадаптивну форму за умов хронічного стресу або відсутності підтримки. Страхи, згідно з цією позицією, є важливими індикаторами психологічного стану дитини, що відображають її досвід, сприйняття світу та стосунки з дорослими [2].

Високий рівень стресостійкості, сформований у дитини внаслідок підтримуючої взаємодії з дорослими, істотно знижує ризик розвитку тривожних станів. Сучасна практика акцентує увагу не лише на усуненні страхів як симптомів, а й на формуванні психологічних ресурсів, що дозволяють дитині адаптуватися до стресових ситуацій.

Крім того, Н. Прокопченко звертає увагу на роль символічної репрезентації страхів у дошкільному віці. Дитина часто не здатна вербалізувати свої емоції, однак через образи у казках, іграх або творчості вона виводить внутрішні переживання назовні, що полегшує їх подолання [4].

Особливу увагу до взаємозв'язку між соціальними умовами та страхами приділяє Л. Лановик, яка досліджує дитячі страхи у контексті соціальних і біологічних чинників. Вона зазначає, що у сучасних умовах

війни, економічної нестабільності та порушення звичного способу життя підвищується тривожність дітей, що проявляється, зокрема, у страхах самотності, втрати, темряви або розлуки [3].

Н. Прокопченко у своїй роботі розглядає казкотерапію як один із найбільш ефективних методів подолання страхів у дошкільному віці. Метафорична мова казки сприяє символічному опрацюванню тривожних переживань, допомагає дитині знайти ресурси для подолання внутрішньої напруги [4]. Дослідження Л. Стецюк, присвячене корекційній роботі з дітьми військовослужбовців, демонструє, що цілеспрямовані психологічні програми можуть істотно зменшити рівень страхів та тривожності у дітей, які пережили стресові ситуації [5].

Дитячі страхи слід розглядати не лише як феномен, що підлягає корекції, а як маркер загального емоційного клімату, в якому перебуває дитина. Ефективне профілактичне втручання має базуватися на принципах партнерства, безпечності, емоційної підтримки та диференційованого підходу до особистісних особливостей дошкільника.

З метою вивчення ефективності впровадження цілеспрямованих заходів щодо профілактики дитячих страхів було проведено експериментальне дослідження, що включало три етапи: констатувальний, формувальний та контрольний. Дослідження здійснювалося на базі закладу дошкільної освіти міста з урахуванням різноманітних соціальних характеристик сімей вихованців.

Метою першого етапу було виявлення характеру та інтенсивності дитячих страхів, що переважають у вибраній віковій категорії (5–6 років). Вибірка становила 25 дітей, із них 14 дівчаток і 11 хлопчиків. Для забезпечення валідності дослідження були використані такі методики: методика діагностики дитячих страхів за Л. Павловою; анкетування батьків; картки спостереження педагогів.

Результати засвідчили, що 100% дітей мали щонайменше один домінуючий страх, а у 68% зафіксовано високий рівень тривожності. Найпоширенішими були страхи темряви (72%), розлуки з батьками (56%) та покарання (48%). Значущими виявились також страх самотності (44%) і страх перед тваринами (32%). Статистичний аналіз виявив більшу вираженість страхів у дівчаток, а також у дітей з неповних сімей.

На основі результатів було розроблено профілактичну програму, адаптовану до трьох рівнів тривожності. Програма включала: ігрову терапію: моделювання типових «страшних» ситуацій у формі сюжетно-рольових ігор; казкотерапію: обговорення з дітьми терапевтичних казок, які демонструють позитивний досвід подолання страхів; арт-терапію: зображення страхів через малювання, пластилін та інші творчі форми; психогімнастику: вправи на тілесну релаксацію, дихальні практики; тренінги для батьків: ознайомлення з природою дитячих страхів, навчання

методам підтримки та емоційного реагування.

Формувальний етап тривав три місяці. Результати повторного дослідження засвідчили значне зниження частоти й інтенсивності страхів: страх темряви знизився до 40%, страх розлуки – до 32%, страх покарання – до 28%. Особливо високий ефект виявлено серед дітей з початково високим рівнем тривожності.

Через три місяці після завершення програми було проведено контрольний зріз із використанням тих самих методів діагностики. У більшості дітей позитивна динаміка збереглася, хоча деяке зростання страхів зафіксовано у зв'язку з повторними впливами зовнішніх факторів (зміна сімейної ситуації, соціальні події). Зокрема: страх темряви зріс до 46% (проти 72% на початку); страх розлуки – до 36% (проти 56%); страх покарання – до 30% (проти 48%). Найстабільнішими результатами відзначились діти, які демонстрували активну включеність у заняття, а також ті, чий батьки брали участь у тренінгах. Отже, ефективність програми безпосередньо залежить від цілісного залучення сім'ї до процесу емоційного розвитку дитини.

Проблема дитячих страхів є складною, багатовимірною та вимагає комплексного підходу. Виявлено, що ключовими чинниками виникнення страхів є емоційна нестабільність у сім'ї, недосконалі виховні впливи, переживання дитиною травматичних подій, а також когнітивна незрілість. Науковці наголошують на необхідності ранньої діагностики страхів, залучення батьків до корекційної роботи, використання арт- та казкотерапевтичних методів, а також міждисциплінарного підходу у профілактиці дитячої тривожності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Кременська Є. А. Психологічні чинники виникнення та подолання дитячих страхів: методичні рекомендації. Тернопіль: ТНЕУ, 2017. 36 с.
2. Психологічна основа проявів дитячих страхів. *Соціальні науки*. 2019. №2. С. 45–53.
3. Лановик Л. М. Дитячі страхи як норма і патологія у контексті соціальних та біологічних чинників : матеріали наукової конференції ТНТУ. Тернопіль: ТНТУ, 2023. URL: <https://elartu.tntu.edu.ua/handle/lib/41962> (дата звернення: 20.05.2025).
4. Прокопченко Н. Д. Казкотерапія як засіб корекції дитячих страхів у дошкільному віці. *Педагогічна освіта: теорія і практика*. 2023. № 4(52). С. 89–96.
5. Стецюк Л. В. Подолання дитячих страхів та розвиток емоційної стабільності дітей військовослужбовців: корекційно-розвивальна програма. Ізяславський НВК, 2018. 28 с.

Мардарова І. К., Корепанова К. В.	101
ТЕХНОЛОГІЯ ФОРМУВАННЯ РУХОВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТАРШИХ ДОШКІЛЬНИКІВ В УМОВАХ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО ПРОСТОРУ	
Мардарова І. К., Максимова І. С.	106
ТЕХНОЛОГІЯ ФОРМУВАННЯ ІГРОВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТАРШИХ ДОШКІЛЬНИКІВ ЗАСОБАМИ ОСВІТНЬО-ЦИФРОВОГО СЕРЕДОВИЩА	
Мардарова І. К., Маламен С. В.	111
ФОРМУВАННЯ СТАТЕВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ДІТЕЙ СЕРЕДНЬОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ІГОР З ПРАВИЛАМИ	
Мардарова І. К., Тарасенко А. В.	116
РОЗВИТОК ДОСЛІДНИЦЬКИХ НАВИЧОК СТАРШИХ ДОШКІЛЬНИКІВ У ПРОЦЕСІ ПРОЄКТУВАННЯ	
Мардарова І. К., Шимкова В. В.	121
ФОРМУВАННЯ МОРАЛЬНОЇ СВІДОМОСТІ ДІТЕЙ ПЕРЕДШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ПЕДАГОГІЧНИХ СИТУАЦІЙ	
Постоян Т. Г.	126
ФОРМУВАННЯ СОЦІАЛЬНО-КОМУНІКАТИВНИХ НАВИЧОК У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ КЕРІВНИКІВ ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ	
Савченкова М. В., Алуатська Є. С.	131
ПРОФІЛАКТИКА СТРАХІВ У ДОШКІЛЬНОМУ ВІЦІ ЯК СКЛАДОВА ЕМОЦІЙНОГО РОЗВИТКУ ДИТИНИ	
Саріна А. М.	134
ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ВИХОВАТЕЛІВ ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ: НОРМАТИВНО-ПРАВОВІ ЗАСАДИ ТА АКТУАЛЬНІ НАПРЯМКИ	