

УДК 159.9:331(043.2)

Олександра КЕНЯ

Національний авіаційний університет, м.Київ

ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ ТРИВОЖНОСТІ ТА СТРАХІВ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Під тривожністю в психології розуміють схильність людини переживати тривогу, тобто емоційний стан, що виникає в ситуаціях незвичної небезпеки і проявляється в очікуванні неблагополучного розвитку подій.

А.М. Прихожан визначає тривожність як «переживання емоційного дискомфорту, пов'язане з очікуванням неблагополуччя, з передчуттям небезпеки». На думку А.М. Прихожан, «закріплення та посилення тривожності відбувається за механізмом «психологічного кола», що веде до накопичення і поглиблення негативного емоційного досвіду, який породжуючи, у свою чергу, негативні прогностичні оцінки і визначаючи багато в чому модальність актуальних переживань, сприяє збільшенню та збереженню тривожності» [3].

Підвищена тривожність впливає на всі сфери психіки дитини: афективно-емоційну, комунікативну, морально-вольову, когнітивну.

Середовище, в якому зростає дитина, може впливати на її розвиток тривожності та страхів у дітей старшого дошкільного віку. Низка чинників в середовищі може викликати та підтримувати тривожні стани у дітей, тоді як інші чинники можуть сприяти їх зменшенню або уникненню. Один із чинників, який може викликати тривожність та страхи у дітей старшого дошкільного віку, - це несприятливе родинне середовище. Наприклад, конфлікти в родині, насильство, або розлучення батьків можуть спричинити тривогу та страх у дітей. Іншим чинником, який може викликати тривогу та страх у дітей є соціальне середовище. Діти можуть почуватися тривожними або напруженими через негативні взаємодії з однолітками, відчуття неуваги чи виключення з групи.

Психологічна корекція тривожності та страхів у дітей старшого дошкільного віку - це актуальна та важлива тема досліджень в галузі психології.[1]. Деякі перспективи подальших досліджень включають: 1)Вивчення впливу різних методів психологічної корекції на розвиток дитини: Для вивчення ефективності різних методів корекції тривожності та страху можна проводити дослідження, які включають порівняння результатів застосування різних методів та визначення найбільш ефективних. 2)Дослідження психологічних механізмів, які лежать в основі тривожності та страху у дітей : Дослідження таких механізмів може

допомогти краще зрозуміти причини тривожності та страху у дітей старшого дошкільного віку і розробити більш ефективні методи корекції. 3) Вивчення впливу різних чинників середовища на тривожність та страх у дітей : середовище, в якому дитина зростає, може впливати на її тривожність та страх. Дослідження впливу різних чинників, таких як сімейна обстановка, навчальний процес, соціальне середовище тощо, можуть допомогти краще зрозуміти ці механізми. 4) Вивчення взаємозв'язку між тривожністю та страхом та іншими розладами психіки у дітей старшого дошкільного віку: Вивчення цього взаємозв'язку може допомогти краще зрозуміти, як тривожність та страх можуть впливати на розвиток інших розладів психіки у дітей.

Прояви тривожності та страхів у дітей старшого дошкільного віку можуть бути різними. Це можуть бути плач, скарги на біль, боязнь, нервові тикання, нездорове збудження або, навпаки, застій та інші прояви. Часто, діти можуть приховувати свої страхи та тривогу, тому важливо розуміти, що прояви цих станів можуть бути дуже індивідуальними та не завжди очевидними.[2].

Отже, для успішної корекції тривожності та страхів у дітей старшого дошкільного віку, важливо зрозуміти причини та прояви цих станів. Тільки після цього можна звернутися до психологічних методів корекції та розробити індивідуальний план дій для кожної дитини.

Список літератури

1. Діагностика стану тривоги та особистісної тривожності у дітей та підлітків / Упоряд. Ю.Л. Ханін. - Вільнюс, 1988.
2. Кононко О.Л. Соціально-емоційний розвиток особистості.– К: Освіта, 1988.
3. Кириллова Є.А., Беляєва Є.Е. Тривожна дитина. - Харків: Видавнича група "Основа", 2012. - 192 с.

*Науковий керівник: Леся ХОМЕНКО-СЕМЕНОВА,
канд. педаг. наук, доцент*