

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ЛІНГВІСТИКИ ТА СОЦІАЛЬНИХ КОМУНІКАЦІЙ
КАФЕДРА ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

ДОПУСТИТИ ДО ЗАХИСТУ

Завідувач випускової кафедри

_____ Е. В. Лузік

«_____» _____ 2021 р.

ДИПЛОМНА РОБОТА

(ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА)

ВИПУСКНИКА ОСВІТНЬОГО СТУПЕНЯ «БАКАЛАВР»

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітньо-професійна програма «Практична психологія»

**Тема: «Вплив батьківсько-дитячих взаємин на прояви тривожності у дітей
старшого дошкільного віку»**

Виконавець: студентка групи 426 Хорощак Юлія Богданівна

Керівник: кандидат педагогічних наук, доцент Смолінчук Лариса Симонівна

Нормоконтролер:

Бородінова Л. Ю.

(підпис)

КИЇВ 2021

НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет лінгвістики та соціальних комунікацій
Кафедра педагогіки та психології професійної освіти
Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки
Спеціальність 053 «Психологія»
ОПП «Практична психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач кафедри
_____ Е. В. Лузік
« ___ » _____ 2021 р.

ЗАВДАННЯ

на виконання дипломної роботи

Хорощак Юлії Богданівни

1. Тема дипломної роботи «Вплив батьківсько-дитячих взаємин на прояви тривожності у дітей старшого дошкільного віку» затверджена наказом ректора від «26» березня 2021 р. №483/ст.
2. Термін виконання роботи: з 22.02.2021 до 01.06.2021 р.
3. Вихідні дані до роботи: робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до першого та другого розділів, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків загальним обсягом 69 сторінок, з них обсяг основного тексту 44 сторінки, список використаних джерел нараховує 36 позицій.
4. Зміст пояснювальної записки: Вступ; Розділ 1. Теоретичний аналіз дослідження батьківсько-дитячих взаємин та особливостей прояву тривожності у дітей старшого дошкільного віку; Висновки до першого розділу; Розділ 2. Емпіричне дослідження впливу батьківсько-дитячих взаємин на прояви тривожності у дітей старшого дошкільного віку; Висновки до другого розділу; Висновки; Список використаних джерел та літератури; Додатки.
5. Перелік обов'язкового графічного (ілюстративного матеріалу): 4 таблиці, 1 рисунок.

Календарний план-графік

№ пор.	Завдання	Термін виконання	Відмітка про виконання
1.	Опрацювання та реферування літератури з теми дослідження. Визначення об'єкта і предмета дослідження.	22.02.2021	
2.	Формулювання мети, завдання досліджень. Написання вступу. Складання попереднього плану роботи. Узгодження з керівником.	01.03.2021	
3.	Написання першого розділу. Подання керівникові на перевірку.	01.04.2021	
4.	Написання другого розділу. Подання керівникові на перевірку.	01.05.2021	
5.	Оформлення роботи. Подання керівникові на перевірку.	10.05.2021	
6.	Попередній захист дипломної роботи.	19.05.2021	
7.	Опрацювання зауважень і виправлення недоліків.	30.05.2021	
8.	Подання остаточного варіанта на кафедру для перевірки на академічну доброчесність.	31.05.2021	
9.	Подання дипломної роботи на рецензування.	02.06.2021	
10.	Захист роботи.	15.06.2021	

6. Дата видачі завдання: «22» лютого 2021 р.

Керівник дипломної роботи _____

(підпис керівника)

Смолінчук Л.С.

(П.І.Б.)

Завдання прийняв до виконання _____

(підпис випускника)

Хорощак Ю.Б.

(П.І.Б.)

РЕФЕРАТ

Пояснювальна записка до дипломної роботи «Вплив батьківсько-дитячих взаємин на прояви тривожності у дітей старшого дошкільного віку»: 69 сторінок, 36 використаних джерел та літератури, 4 додатки.

Об'єкт дослідження – тривожність дітей старшого дошкільного віку.

Предмет дослідження – вплив батьківсько-дитячих взаємин на формування рівня тривожності у дітей старшого дошкільного віку.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити особливості впливу батьківсько-дитячих взаємин на рівень тривожності дітей старшого дошкільного віку.

У дипломній роботі розкрито поняття дитячої тривожності, закономірності та особливості її розвитку, розкрито поняття батьківсько-дитячих взаємин та охарактеризовано їх види. А також досліджено взаємозв'язки рівнів тривожності дітей старшого дошкільного віку та типів батьківських ставлень.

Практичне значення роботи полягає у тому, що матеріали дослідження можуть використовувати психологи в дошкільних навчальних закладах під час роботи з дітьми, у яких зафіксовані понаднормові показники рівня тривожності. Розроблену в ході написання дипломної роботи психокорекційну програму можна застосовувати при груповому (сімейному) консультуванні. Також матеріали подані в дипломній роботі використані при написанні статті «Пісочна терапія, як засіб зниження тривожності у дітей старшого дошкільного віку», яка прийнята до друку у збірнику наукових праць Рівненського державного гуманітарного університету «Психологія: реальність та перспективи».

**ТРИВОЖНІСТЬ, СТАРШИЙ ДОШКІЛЬНИЙ ВІК, БАТЬКІВСЬКО-ДИТЯЧІ
ВЗАЄМИНИ, БАТЬКІВСЬКЕ СТАВЛЕННЯ**

ЗМІСТ

ВСТУП	6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕННЯ БАТЬКІВСЬКО-ДИТЯЧИХ ВЗАЄМИН ТА ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ ТРИВОЖНОСТІ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	9
1.1. Концептуальні підходи до вивчення проблеми тривожності у психології.....	9
1.2. Психологічні особливості прояву тривожності у дітей старшого дошкільного віку.....	12
1.3. Характеристика батьківсько-дитячих взаємин.....	15
Висновки до першого розділу.....	20
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ БАТЬКІВСЬКО-ДИТЯЧИХ ВЗАЄМИН НА ПРОЯВИ ТРИВОЖНОСТІ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	22
2.1. Організація дослідження та обґрунтування вибору діагностичних методик.....	22
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження впливу батьківських ставлень на прояви тривожності дітей старшого дошкільного віку.....	24
2.3. Рекомендації щодо профілактики та корекції тривожності дітей старшого дошкільного віку.....	35
Висновки до другого розділу.....	41
ВИСНОВКИ	42
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	45
ДОДАТКИ	48

ВСТУП

Актуальність дослідження. У сучасній психології проблема емоційного розвитку особистості належить до найскладніших та найактуальніших. Особлива увага науковців зосереджена на вивченні емоцій як фундаментальної сфери психічного розвитку людини. Теперішній час – це період непередбачуваності та несподіванок, ми не можемо готувати себе до чогось, або бути впевненим, що наше «завтра» буде схоже на наше «сьогодні». Пандемія, загроза війни, нестабільна політична та економічна ситуація у світі, відсутність контролю за ядерною зброєю – це частина зовнішніх, очевидних причин тривожності сучасних людей. А яку незліченну кількість хвилюючих питань та переживань кожен приховує в собі: не прийняття себе, конфліктні ситуації в сім'ї та на роботі, нереалізованість та невизначеність особистого майбутнього.

Внаслідок тривожної поведінки батьків, стрімко збільшується частка дітей з підвищеним рівнем тривожності, що проявляється в труднощах у спілкуванні, зниженні працездатності та продуктивності, емоційною нестійкістю. Проблема тривожності у дітей актуальна сьогодні, адже дана особливість, спричинює невроз у дітей та ускладнює процес формування їх особистості. Тому корекція рівня тривожності у дітей старшого дошкільного віку є необхідністю за для подолання даного негативного явища та попередження його впливу на становлення особистості на наступних вікових етапах.

Емоційна сфера відіграє важливу роль у психічному розвитку на всіх вікових етапах, але чи не найважливішою вона є в дошкільному віці. Це період долучення дитини до загальнолюдських цінностей, час становлення перших взаємин з людьми, перших переживань і тривог. Дітям цього віку характерні такі психологічні особливості, як надмірна емоційна чутливість до зовнішніх впливів та сильна зовнішня і внутрішня реакція на них; недостатньо розвинена довільність пізнавальної і, особливо, емоційно-вольової сфер; безпосередність сприйняття зовнішнього світу і обмеженість форм адаптивних реакцій на впливи; високий рівень наслідування та емоційного зараження; залежність від оцінок дорослих;

низька здатність протистояти чужій думці тощо. Саме тому в період старшого дошкільного віку тривожність може закріпитись як властивість особистості. На нашу думку, важливим є попередження формування тривожності у дітей старшого дошкільного віку, адже дана якість в період старшого дошкільного віку, ще не до кінця сформована та піддається корегуванню. Оскільки сім'я – це один із могутніх факторів емоційного впливу на дитину, вона впливає на розвиток перцептивної, когнітивної, поведінкової сфер особистості. Від особливостей батьківсько-дитячих взаємин великою мірою залежать формування тривожної поведінки.

Аналіз джерел показав, що більшістю сучасних психологів дитяча тривожність розглядається, як негативне явище розвитку емоційної сфери, яке виникає внаслідок дії безлічі зовнішніх психотравмуючих чинників серед яких важливе місце посідає сім'я та особливості батьківсько-дитячих відносин.

Деструктивні типи батьківського ставлення призводять до постійного переживання дитиною емоційної напруги, яка з часом може перетворитись в стійку особистісну рису – тривожність, а згодом створити багато проблем розвитку особистості. Тому, на нашу думку, тема «Вплив батьківсько-дитячих взаємин на прояви тривожності у дітей старшого дошкільного віку» є актуальною.

Мета дослідження – виявити вплив батьківсько-дитячих взаємин на прояви тривожності у дітей старшого дошкільного віку.

Реалізація поставленої мети передбачається виконанням наступних **завдань**:

1. Здійснити теоретичний аналіз вивчення тривожності дітей старшого дошкільного віку та особливостей батьківсько-дитячих взаємин.
2. Підібрати інструментарій та провести емпіричне дослідження зазначеної проблематики.
3. Здійснити аналіз та інтерпретацію отриманих результатів, виявити вплив батьківсько-дитячих взаємин на прояви тривожності у дітей старшого дошкільного віку.
4. Розробити практичні рекомендації щодо подолання тривожності у дітей старшого дошкільного віку.

Об'єкт дослідження – тривожність дітей старшого дошкільного віку.

Предмет дослідження – батьківсько-дитячі взаємини як чинник прояву тривожності у дітей старшого дошкільного віку.

Методи дослідження:

теоретичні: аналіз, систематизація, класифікація та конкретизація літератури, узагальнення та порівняння теоретичних та емпіричних даних, формулювання висновків.

емпіричні: тестування, психомалюнки, проєктивні методи вивчення особистості.

математичні: непараметричний статистичний критерій Манна-Уїтні.

Для розв'язання поставлених завдань було використано психодіагностичні методики: тест «Вибери потрібне обличчя» Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен, «Сходинок» В. Щура, «Малюнок сім'ї» та «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна.

Практична значущість дипломної роботи полягає у тому, що матеріали дослідження можуть використовувати психологи в дошкільних навчальних закладах під час роботи з дітьми, у яких зафіксовані понаднормові показники рівня тривожності. Розроблену в ході написання дипломної роботи психокорекційну програму можна застосовувати при груповому (сімейному) консультуванні. Також матеріали подані в дипломній роботі використані при написанні статті «Пісочна терапія, як засіб зниження тривожності у дітей старшого дошкільного віку», яка прийнята до друку у збірник наукових праць Рівненського державного гуманітарного університету «Психологія: реальність та перспективи».

Структура та обсяг дипломної роботи. Дипломна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел, що налічує 36 найменувань, додатків на 23 сторінках. Основний зміст роботи викладений на 44 сторінках і містить 4 таблиці та 1 рисунок. Загальний обсяг роботи – 69 сторінок.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕННЯ БАТЬКІВСЬКО-ДИТЯЧИХ ВЗАЄМИН ТА ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ ТРИВОЖНОСТІ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

1.1. Концептуальні підходи до вивчення проблеми тривожності у психології

Однією з найскладніших проблем над якою працюють багато науковців впродовж тривалого часу є емоційні прояви людини. Одна з центральних проблем сучасності – тривожність. З одного боку їй надається значення основного почуття сучасності. З іншого – психічного стану, який викликаний специфічними зовнішніми обставинами, або особистими переживаннями. Чимало вчених працювало над вивченням особливостей даного явища не тільки в галузі психології, а й у психіатрії, фізіології, біохімії, філософії та соціології. Серед видатних науковців варто відмітити: Ф. Перлза, З. Фрейда, К. Хорні, А. Прихожан, В. Кочубей, Ю. Ханіна, А. Дусавицького, Г. Габурєєву, Я. Омельченко та ін [6, 25, 26, 36].

Стан тривоги зараз вивчається як процес, можна проаналізувати етапи його виникнення, порушення відповідних проявів вегетативної нервової системи, розвитку, закономірності змін станів у міру наростання тривоги і її розрядки. При цьому істотне значення надається сприйняттю і інтерпретації індивідом якості фізіологічного збудження, що було вперше сформульовано ще З. Фрейдом [26].

Сучасний видатний російський психолог А. Прихожан розглядає тривожність, як особистісне утворення, яке має когнітивний, емоційний і операціональний аспекти. Вона вважає, що тривожність властива всім людям і є необхідною для оптимального пристосування людини до умов життєдіяльності [26].

Ю. Ханін розділяє тривожність на два види, емоційний стан – ситуативна тривожність, яка виникає «як реакція людини на різні, найчастіше соціально-психологічні стресори» та особистісна тривожність – стійка якість, індивідуально

психологічна характеристика, яка дає уявлення про індивідуальні відмінності у вигляді дії при різних стресорах, вона проявляється в схильності людини сприймати загрозу своєму «Я» у різноманітних ситуаціях і реагувати на ці ситуації включенням ситуативної тривожності [27].

В загальному вигляді тривожність розуміється, як негативне емоційне переживання, пов'язане з передчуттям небезпеки. Тривожність поряд зі страхом і надією розглядається, як особлива, випереджаюча емоція – це і вирізняє її серед інших емоцій. Образно це описав засновник гештальт терапії Ф. Перлз: «...формула тривоги дуже проста: тривога – це пролом між зараз і тоді» [17].

У психологічній літературі термін «тривожність» досить багатозначний. Ним визначають, як певний стан індивіда в певний час, так і стійку властивість людини. Відтак розрізняють ситуаційну тривожність та особистісну тривожність, як рису особистості, пов'язану з генетично детермінованими властивостями людини, що обумовлюють постійно підвищений рівень емоційного збудження, тривоги.

На думку В. Файвишевського тривожність, як рису характеру можна розглядати як задоволення парадоксальної потреби в негативних емоціях [1]. На думку Ю. Тарновського [2], невротичні прояви в поведінці людини є наслідком порушення її адаптації до зовнішніх умов, що спричиняє пограничні розлади, які спостерігаються на межі між нормами психічної діяльності та «істинними» хворобами психіки. До невротичних проявів відносять невміння зосередитись, часті конфлікти з оточенням, збудливість, роздратування, пригніченість.

Таким чином, тривога може бути, як абсолютно нормальним вираженням захисних реакцій організму, прагнення зберегти себе фізично і психологічно, так і, трапляються випадки, коли рівень тривоги стає невідповідним рівню загрози. Тому прийнято виділяти два види тривоги: нормальну та невротичну. Нормальна тривога являється реакцією, яка адекватна об'єктивній загрозі, не запускає механізм витіснення або інші механізми, зв'язані з інтрапсихічним конфліктом, а внаслідок цього людина справляється з тривогою без допомоги невротичних захисних механізмів. Людина може контролювати тривогу на свідомому рівні або ж тривога знижується, коли змінюється об'єктивна ситуація. Нормальна тривога або, як

називає її З. Фрейд, «об'єктивна тривога» властива людям на протязі всього життя [26].

Питання про те, яку конкретну подію людина буде сприймати як загрозу, залежить виключно від особистого досвіду. Така подія стає «умовним стимулом». Це особливо чітко проявляється по відношенню до страхів: вони являються умовно-рефлекторними реакціями на конкретні події, які людина звикла сприймати як небезпеку [23].

Тривога притаманна організму, кожна людина тривожиться в ситуаціях, коли над життєво важливими цінностями нависає загроза. Але що саме для кожної людини є сигналом небезпеки, – визначається переважно досвідом. Особливо важливу роль тут відіграє сімейна ситуація. Сім'я, в свою чергу, являється складовою частиною оточуючого суспільства [18].

Оскільки тривога являються реакцією на загрозу, навислу над життєво важливими для існування особистості цінностями, а життя людини починається зі взаємовідносин з близькими людьми. В ранньому дитинстві, життєво важливими цінностями стали ті форми поведінки, які підтримували безпеку дитини в взаємовідносинах зі значимими людьми. Тому взаємовідносини дитини з батьками являються найбільш значним джерелом тривоги; дану теорію підтверджують дослідження науковців. На думку Г. Саллівана, головна роль тут належить матері. Мати не тільки задовольняє всі фізичні потреби дитини, вона також – джерело загального емоційного благополуччя і безпеки. Все те, що ставить під загрозу взаємовідносини матері і дитини, ставить під загрозу і становище дитини в міжособистісному світі. Тому Г. Салліван вважає, що джерелом тривоги являється страх дитини щодо невдоволенням матері. Це побоювання передається за допомогою емпатії задовго до того, як дитина буде в змозі усвідомити схвалення або несхвалення матері [33]. К. Хорні вважає, що базова тривога виникає з конфлікту між залежністю дитини від батьків і ворожим відношенням до них [36]. Деякі дослідники вважають, що джерелом тривоги являється конфлікт між незалежним розвитком особистості дитини і необхідністю встановлювати взаємовідносини з оточуючими людьми.

Дитина, може реагувати на небезпеку трьома способами. Перший варіант являє собою реакцію переляку, природжену рефлекторну реакцію; другий – це тривога, недиференційована емоційна реакція; третій – страх, диференційована емоційна реакція. Реакція переляку з'являється у немовляти дуже рано – вже на першому місяці життя. Ми також говорили, що емоційна реакція, яку можна було б назвати словом «тривога», з'являється пізніше: в експериментах А. Геселла немовлята, які опинилися в закритому просторі, починали відчувати занепокоєність – головним чином, постійно повертаючи голову – з п'ятимісячного віку [11].

При народженні здатність сприймати і виділяти різні стимули розвинена недостатньо, із-за цього немовля не в змозі визначити небезпеку або локалізувати її в просторі. Розвиток нервової системи не тільки дозволяє, наприклад, візуально виявляти сигнал небезпеки, але також збільшує здатність кори головного мозку інтерпретувати стимули. У міру розвитку нервової системи прості рефлекторні реакції відходять на другий план, і все більшого значення набуває емоційна поведінка. Це, в свою чергу, дозволяє дитині краще розрізняти окремі стимули і контролювати свої реакції. Іншими словами, здатність дитини до недиференційованої емоційної реакції, тобто здатності переживати тривогу, з'являється зі зрілістю нервової системи. У процесі подальшого розвитку нервової системи, дитина починає розрізняти окремі стимули, об'єктивізувати джерело небезпеки і реагувати на нього страхом [8].

1.2. Психологічні особливості прояву тривожності у дітей старшого дошкільного віку

Розвиток тривожності у старших дошкільників розглядається в широкому контексті, включаючи такі фактори: соціальна ситуація розвитку дитини, специфіка сімейних відносин та взаємодія педагогів з дітьми при здійсненні різних видів діяльності.

Якщо серед усіх характеристик дитини тривога є значним проявом, то поведінка дошкільника неминуче постане, як прояв страху, а невротичні

особливості можуть з'явитися, як частина панічної поведінки. Самодеструктивне ставлення, риса особистості – невпевненість у собі, що формується в ранньому дитинстві, заважає дошкільнику покладатися на себе та свої сили, вільно висловлювати власну думку та викликає дискомфорт, занепокоєння та страх. Такі діти метушаться, тікають від внутрішнього дискомфорту, пізніше у них формується образа, заздрість і самознищення, що в свою чергу призводить до незадоволення власними діями, іншими людьми та почуття провини. Риса характеру тривожність – це негативне ставлення до життя, коли воно виникає, сприйняття життя дитиною стає сповнене загроз і небезпек [14].

Дитина з низькою самооцінкою завжди не впевнена у собі, схильна до сумнівів та нерішуча. Невпевнена в собі дитина, завжди недовірлива, а підозра створює відсторонення від оточуючих людей. Така дитина боїться людей і чекає нападів, насмішок, образ. Це спричиняє виникнення реакції психологічного захисту у вигляді агресії, спрямованої проти інших [12].

Один із найвідоміших методів, який часто вибирають тривожні діти, ґрунтується на простому висновку: «Щоб нічого не боятися, я повинен змусити їх боятися мене». Маска агресії ретельно приховує страх не тільки від оточуючих, але і від самої дитини. Однак у глибині душі, діти які використовують даний метод психологічного захисту все ще мають той самий страх, розгубленість, невпевненість та відсутність надійної підтримки.

Уникнення спілкування та комунікації з особами, котрі «погрожують» дитині також є вираженням реакції психологічного захисту. Дитина, яка використовує такі методи захисту, зазвичай, поводить себе замкнуто та не активно.

Можливий також варіант, коли дитина знаходить психологічний захист «поринаючи у світ фантазій». Однією із загальних рис, властивих особливо дітям з високим рівнем тривожності, є їхня фантазія. Фантазії, які постійно пов'язані з реальністю, називаються конструктивними (нормальними). Реальні події в житті дитини стимулюють її уяву, а фантазії впливають на реальність – дитина намагається здійснити свої мрії. Проблема тривожних дітей – вони позбавлені цієї можливості, адже, у своїй уяві зображують світ відірваним від реальності. Такі діти

взагалі не мріють про те, що може принести їм задоволення, зацікавити їх, у їхніх думках переважає негатив та тривога за своє життя та безпеку [13].

Ближче до семи й особливо восьми років у емоційному настрої тривожності переважає почуття страху, хвилювання вчинити неправильно, не відповідати загальноприйнятим нормам. Для дошкільників головним джерелом тривог являється сім'я. Надалі, для підлітків така роль сім'ї значно зменшується, проте вдвічі зростає роль школи.

З'ясовано, що інтенсивність переживання тривоги, рівень тривожності у хлопчиків і дівчат різні. У дошкільному й молодшому шкільному віці хлопчики більш тривожні, ніж дівчата. І чим старше діти, тим помітніше ця різниця. Дівчата частіше зв'язують свою тривогу з іншими людьми. До людей, з якими дівчата можуть зв'язувати свою тривогу, відносяться не тільки друзі, рідні, вчителі, дівчата бояться так званих «небезпечних людей» – п'яниць, хуліганів і т.д. Хлопчики ж бояться фізичних травм, нещасних випадків, а також покарань, які можна очікувати від батьків або поза сім'єю: вчителів, директора школи і т. д [14].

У старшому дошкільному віці головною діяльністю є гра та навчання, під час якого дитина взаємодіє з однолітками і старшими за віком та мимовільно порівнює себе з іншими, формує ставлення про себе, що впливає на її психоемоційний стан. Вихователь є впливовим авторитетом для старшого дошкільника, адже він оцінює результати навчання та поведінку. Упродовж періоду навчання та гри дитина порівнює свої успіхи. Тобто, маючи певні успіхи у різноманітних сферах, дошкільник не матиме підвищеної тривожності, адже ідентифікуватиме себе як успішну особистість. Крім цього експериментально підтверджено, ще однією з головних причин формування особистісної тривожності є внутрішній конфлікт, пов'язаний зі ставленням особистості до себе, оцінкою самого себе [20].

Щодо наслідків тривоги, слід зазначити, що ця риса не впливає на інтелектуальний розвиток дитини, але високий рівень тривожності може негативно вплинути на формування дивергентного (тобто творчого, креативного) мислення, оскільки в креативності особливо важливими рисами є такі, як відсутність страху перед новим, невідомим. Також варто зазначити, що тривожність у старших

дошкільників не є стійкою рисою характеру, тому можна істотно знизити її прояв, якщо педагоги й батьки, що виховують дитину, будуть дотримуватися потрібних рекомендацій [21].

1.3. Характеристика батьківсько-дитячих взаємин

Одним з найважливіших факторів, що визначають формування особистості, є сім'я – перша і найважливіша референтна група, в якій формується особистість та відбувається початковий етап її соціалізації. Сім'я має пріоритет у процесі виховання та розвитку дитини з моменту її народження, є засобом передачі інтелектуального багатства, культурних традицій, практичних навичок та вмінь.

Сім'я відіграє життєво важливу роль у житті дитини. Як зазначав С. Ковальов, у сімейних відносинах та у спілкуванні реалізуються потреби людини, а саме: потреба в людських зв'язках, що дає відчуття приналежності до певної групи; потреба у самоствердженні, яке дає людині почуття та реальні докази їх важливості; потреба в прихильності, що дозволяє відчувати любов та турботу; потреба у впевненості в собі, що створює відчуття унікальності та індивідуальності; потреба в орієнтації, передбачена моделлю, за якою можна слідувати [15].

Впродовж усього життя людини сім'я є найближчим мікросоціальним середовищем, яке опосередковує та визначає унікальність життя та є провідним фактором соціалізації.

Риса характеру тривожність, у дітей старшого дошкільного віку розвивається під впливом відносин між членами сім'ї, які слід розглядати з позицій: відносини між батьками та стосунки між батьками та дітьми. Тривожна поведінка дитини залежить від взаємин у сім'ї. Сім'я може бути як позитивним, так і негативним фактором у формуванні рівня тривожності дитини. Це особливий тип команди, який відіграє важливу, довгострокову та життєво важливу роль у формуванні цілісної особистості та впливає на формування рівня тривожності дитини.

На формування рівня тривожності дитини впливають особливості батьківсько-дитячих взаємин, сімейне оточення та психологічний клімат у сім'ї. Любов,

взаємоповага, взаєморозуміння, задоволеність власними стосунками, демократичний, спокійний стиль спілкування, довіра, організованість у сім'ї позитивно впливають на дитину. Водночас суперечливі стосунки між батьками породжують постійну емоційну напругу в сім'ї, викликають у дітей роздратування, тривогу та невпевненість, порушують основи їх соціального розвитку [5].

Значною мірою, психологічна цілісність дитини визначається в ранньому віці. У той час закладаються основи психології особистості. Надалі можна вдосконалити їхню емоційно-ціннісну сферу, формувати певні стандарти поведінки, підвищувати рівень знань, корегувати соціальну спрямованість, але все це відбувається на основі тих рис і якостей, які сформувалися в дитинстві [18].

Аналіз джерел [1; 2; 3] показав, що дитяча тривожність виникає внаслідок дії безлічі зовнішніх психотравмуючих чинників, серед яких найбільше значення має сім'я та особливості батьківсько-дитячих взаємин. Поняття батьківсько-дитячі взаємини досить широке та багатозначне, воно включає наступні складові: батьківські установки і відповідні їм типи поведінки; батьківські позиції; типи батьківських відносин, типи відносин «мати дитина»; типи позитивного і помилкового батьківського авторитету; типи (стилі) виховання дітей; сімейні ролі дитини; стилі спілкування в сім'ї; взаємний зв'язок та взаємозалежність батьків і дитини; батьківське відношення, що включає в себе суб'єктивно-оцінне, свідомо-вибіркове уявлення про дитину та визначає особливості спілкування з дитиною, характер прийомів впливу на неї [22].

Основною складовою батьківсько-дитячих взаємин, що відбиває аспекти емоційного сприйняття дитини, контролю над ним, системи вимог і стилю спілкування батьків з дитиною є батьківське ставлення. Сформований тип відносини батьків до дитини, що характеризується емоційним відкиданням, надмірною вимогливістю і контролем, надмірною прихильністю батьків до дитини і т.п., неминуче визначає розвиток дитячої тривожності. Елементи деструктивних типів батьківського ставлення сприяють постійному переживання дитиною емоційного напруження, яке з плином часу складається в стійку особистісну рису – тривожність, опосередковують багато проблем розвитку особистості.

Існує чимало чинників, які перешкоджають виникненню позитивних батьківсько-дитячих взаємин та формуванню сприятливого соціально-психологічного клімату в сім'ї серед них: підвищення нервової напруги, посилення стресу та екстремальні ситуації, що негативно впливають на психологічний мікроклімат сім'ї; низька загальна та психолого-освітня культура міжособистісних стосунків; зайнятість батьків, особливо матерів, у суспільному виробництві і, як результат, формалізація відносин між дорослими та дітьми; збільшення кількості малозабезпечених сімей; скорочення тривалості та збіднення змісту спілкування в сім'ї; збільшення кількості розлучень, що призводять до одиноких батьків; неблагополучні, суперечливі сім'ї; збільшення кількості антигромадських сімей [8, 22].

У конфліктній сім'ї дитина переживає негативний досвід спілкування, бачить і відчуває ворожість до батьків і не має позитивного досвіду взаємодії. На думку С. Ковальова, нормальному розвитку особистості дитини в сім'ях з конфліктами заважають такі фактори: дитина росте в умовах суперечливих, неузгоджених вимог матері та батька; духовна атмосфера позбавлена любові, спокою та підтримки, тобто всіх тих умов, які необхідні для гармонічного психологічного розвитку дитини та формування довірливого ставлення до світу. У сім'ях з негативними батьківсько-дитячими взаєминами у дитини зростає ризик нервово-психічних захворювань; підвищується некерованість поведінки; пристосованість знижується; посилюються моральні недосконалості; дитина не засвоює набір універсальних норм; часто у неї виникають суперечливі почуття до батьків, а іноді навіть ворожість до одного з них [22].

Існує чимало чинників, які негативно впливають на батьківсько-дитячі взаємини, серед них: виховання у формі гіперопіки, неприйняття дитини та не послідовність вимог до дитини – це чинники, які травмують психіку дитини та призводять до невротичних розладів у дітей. Щодо даної теорії визначено також групи факторів, які призводять до розвитку високого рівня тривожності та невротизації дітей дошкільного віку.

До факторів першої групи належать такі характеристики батьківських стосунків: мимовільна компенсація за їх невідповідний досвід; несвідоме проектування особистих проблем на дітей; підвищена тривога батьків; нездатність розвивати емоційні, щирі та справедливі стосунки з дітьми через надмірний егоцентризм, раціоналізм, турботу та песимізм.

До факторів другої групи можна віднести: нерозуміння своєрідності особистісного розвитку дитини; відмова від дитини; невідповідність запитів і очікувань батьків можливостям та потребам дітей; негнучкість батьків по відношенню до дітей; непослідовність у стосунках з дітьми; непослідовність у стосунках між батьками.

Факторами третьої групи є: афективність – роздратування батьків, невдоволення, тривога та страх тощо; страх у стосунках з дітьми, а саме – страх, хвилювання, паніка у всьому, надмірна турбота, страшні передчуття, бажання зробити все для дитини; домінування у стосунках з дітьми – категоричні судження, бажання підкорити дитину, нав'язування думок і рішень, постійний контроль, застосування покарань, у тому числі фізичних; гіперсоціальний характер освіти – підвищена принциповість, надмірна вимогливість, нетерпимість до недоліків; недовіра до здібностей дітей; недостатня чутливість батьків; суперечності у відносинах з дітьми [5].

Неправильна вибудована батьками стратегія взаємодії може вплинути на формування високого рівня тривожності дитини. Таким чином, В. Гарбузов виділяє три типи неправильного виховання, яке практикується батьками дітей з невротичними розладами: емоційне відштовхування, гіперсоціальний тип та егоцентричний тип. Вони відрізняються рівнем захисту, а саме зусиллями та увагою, яку приділяють дітям. Існує два типи проекції, які можуть призвести до труднощів: гіпозахист та гіперзахист [7].

Перший тип – виховання за типом відмови (відсутність батьківської любові до дітей). У сім'ях, де практикується такий тип виховання, як правило, застосовується надмірний контроль над дитиною, застосовуються покарання, включаючи тілесні покарання, а також недостатня увага дітям, нав'язує певний тип поведінки

(правильний з точки зору батьків). У такій сім'ї дитина не відчувається комфортно і спокійно. Наслідком такого виховання може бути виникнення конфліктних ситуацій з дітьми, оскільки в характері формуються такі характеристики, як впертість, непохитність, егоїзм, а у дітей низька самооцінка. Це може призвести до взаємного відчуження, тобто відмови батьків від дитини та неприйняття дитиною своїх рідних. Дитина, яка зростає у постійних конфліктах, відчуває байдужість з боку дорослих (не відчуває психологічного захисту та підтримки), або ж навпаки повністю залежна від батьків, поводить себе відповідно до батьківських норм та зазнає покарання (фізичні та психологічні) відчуватиме ворожість до навколишнього світу та тривожність за своє життя. Можемо сформулювати гіпотезу, що діти відторгненні батьками, які зростають без батьківської любові та прийняття будуть мати високий рівень тривожності.

Гіперсоціальний тип також належить до першого типу проєкції. При гіперсоціальному типі батьки зосереджуються на здоров'ї дитини, соціальному статусі та очікуваннях успіху і часто недооцінюють індивідуальні психологічні особливості дитини. Як результат, невідповідність вимог до здібностей дитини та спроба догодити кожному призводить до страху перед труднощами та невдачами. Страх, невпевненість і негативна самооцінка призводять до соціальної ізоляції та залишають дитину сам на сам зі своїми проблемами та труднощами. Такі діти позбавлені самостійності та нездатні приймати власні рішення, відчувають переживання перед найменшими труднощами, в добре знайомих місцях та серед близьких людей така дитина почуватиметься спокійно, проте коли їй доводиться виходити із зони комфорту, це викликає значні переживання, можемо висунути гіпотезу, що у таких дітей також буде висока тривожність.

Егоїстичний тип («сімейний ідол») належить до другого типу проєкції. Відмінною рисою цього типу неправильного виховання є нав'язування думки, що дитина надзвичайна і неординарна. Батьки захоплюються її надуманими талантами і перебільшують її здібності та навички. Як результат, егоїстичні схильності, надмірна самооцінка та істеричні реакції закріплюються в характері дитини. Дитина, що виховувалася в сім'ї з такою стратегією поведінки не має складнощів у

спілкуванням з іншими людьми, як з дорослими так і однолітками, проте в разі не прийняття її переконань та ідей іншими, це викликає емоційну реакцію. Можемо припустити, що така дитина буде мати середній, або високий рівень тривожності.

Кожен тип неналежного виховання має свою специфіку через певні фактори, але наслідки виховних стратегій вражають своєю сутністю. Неможливість батьків сформувати сприятливі психологічні умови для дитини може призвести до глибоких порушень у взаєминах з дітьми, які можуть призвести до нервово-психічних розладів, зокрема до високого рівня тривожності у дітей дошкільного віку. Стиль взаємодії з дитиною є репродуктивним, тобто багато в чому репродукує стиль комунікації, який застосовувався у дитинстві батьків, тому особливості виховання дитини можуть дати про себе знати в її подальшому житті, коли вона стане дорослою і створить власну сім'ю [7].

Можемо підсумувати, що батьківсько-дитячі взаємини чинять значний вплив на формування особистості дитини, а особливо на формування рівня тривожної поведінки дитини дошкільного віку, що в свою чергу може стати причиною невротизації дитини старшого дошкільного віку.

Висновки до першого розділу

Проаналізувавши дослідження українських та зарубіжних науковців проблеми тривожності дітей старшого дошкільного віку та особливостей батьківсько-дитячих взаємин, ми дійшли висновку, що в сучасній психології немає одностайної думки, щодо цих феноменів.

Так, А. Прихожан, розглядає тривожність, як особистісне утворення, яке має когнітивний, емоційний і операціональний аспекти; Ю. Ханін аналізує тривожність в двох аспектах: як емоційний стан – ситуативна тривожність та, як особистісну характеристику – особистісна тривожність; Ю. Тарновський – як наслідок порушення адаптації до зовнішніх умов. Тривожність у дітей старшого дошкільного віку проявляється у вигляді агресії, низької самооцінки, замкнутості, фантазуванні та уникненні спілкування. З'ясовано, що чинниками, які впливають на формування

тривожності у дітей старшого дошкільного віку є: соціальна ситуація розвитку дитини, взаємодія педагогів з дітьми в процесі виконання різних видів діяльності, особливості батьківсько-дитячих взаємин та внутрішній конфлікт дошкільника, пов'язаний зі ставленням особистості до себе, оцінкою самого себе. З'ясовано, що тривожність у старшому дошкільному віці не є стійкою характеристикою та піддається коригуванню.

Отже, незважаючи на різні підходи більшість науковців розглядають тривожність дітей старшого дошкільного віку як негативне явище розвитку емоційної сфери, що формується внаслідок дії зовнішніх психотравмуючих чинників, серед яких особливе місце посідає сім'я та батьківсько-дитячі взаємини.

Нами також було детально розглянуто феномен бататківсько-дитячих взаємин, встановлено, що дане поняття дуже широке та багатозначне та включає – батьківські установки і відповідні їм типи поведінки; батьківські позиції; типи батьківських відносин, типи відносин «мати дитина»; типи позитивного і помилкового батьківського авторитету; типи (стилі) виховання дітей; сімейні ролі дитини; стилі спілкування в сім'ї; взаємний зв'язок та взаємозалежність батьків і дитини; батьківське відношення, що включає в себе суб'єктивно-оцінне, свідомо-вибіркове уявлення про дитину та визначає особливості спілкування з дитиною, характер прийомів впливу на неї. Нами було зазначено, що основною складовою батьківсько-дитячих взаємин, що відбиває аспекти емоційного сприйняття дитини є батьківське ставлення.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ БАТЬКІВСЬКО-ДИТЯЧИХ ВЗАЄМИН НА ПРОЯВИ ТРИВОЖНОСТІ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Організація дослідження та обґрунтування вибору діагностичних методик

Для визначення впливу батьківсько-дитячих взаємин на формування тривожності дітей старшого дошкільного віку нами було проведено емпіричне дослідження.

Мета емпіричного дослідження полягала в перевірці впливу особливостей батьківсько-дитячих ставлень на рівень тривожності дітей старшого дошкільного віку.

Основними завданнями емпіричного дослідження було:

1. Підготувати організацію дослідження та підібрати методичний інструментарій для визначення рівня тривожності дітей старшого дошкільного віку та типу батьківського ставлення.
2. Провести діагностику та аналіз отриманих результатів.
3. Застосувати метод математичної обробки для формування висновків дослідження
4. На основі отриманих результатів розробити практичні рекомендації для профілактики тривожності дітей старшого дошкільного віку.

З метою діагностики нами було використано дві групи психодіагностичних методик. Перша група методик спрямована на діагностику дітей: проєктивний тест для оцінки рівня тривожності «Вибери потрібне обличчя» Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен; методика «Сходинки» В. Щура, спрямована на визначення рівня самооцінки та проєктивна методика «Малюнок сім'ї» для встановлення особливостей дитячо- батьківських стосунків [29].

Друга група методик була спрямована на діагностику дорослих, а саме діагностична методика – «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна.

За допомогою п'яти шкал, визначалися різні аспекти батьківського ставлення, а саме:

1) «Прийняття – відторгнення». Ця шкала висловлює собою загальне емоційно негативне (відкидання) або емоційно позитивне (прийняття) ставлення до дитини;

2) «Кооперація». Ця шкала висловлює прагнення дорослих до співпраці з дитиною, прояв з їх боку щирої зацікавленості та участь у справах дитини;

3) «Симбіоз». Питання цієї шкали орієнтовані на те, щоб з'ясувати, чи прагне дорослий до єднання з дитиною або, навпаки, намагається зберегти між дитиною і собою психологічну дистанцію. Це своєрідна контактність дитини і дорослої людини;

4) «Авторитарна гіперсоціалізація». Дана шкала характеризує те, як дорослі контролюють поведінку дитини, наскільки вони демократичні або авторитарні з нею;

5) «Інфантилізація (маленький невдаха)». Ця шкала показує, як дорослі ставляться до здібностей дитини, до його і недоліків, успіхів і невдач [29].

Емпіричне дослідження здійснювалося в умовах навчального процесу у дошкільному навчальному закладі №32 міста Сміли. Респондентами стали 40 дітей старшої групи віком від 5 років 6 місяців до 6 років 10 місяців. 50% досліджуваних – дівчатка, 50% – хлопці. 25% (10 осіб) дітей живуть у не повних сім'ях, де батьки проживають порізно, та дитина проводить час окремо з кожним з батьків, та 5 % (2 особи) втратили одного з батьків, та виховуються одним дорослим. Також нами було тестовано 40 дорослих – це батьки досліджуваних дітей, 100% досліджуваних – жінки. Експеримент проводився в звичайній групі з дітьми, які не мають вад мовлення, чітко формулюють свої думки та активні у спілкуванні.

Діагностика дітей відбувалася в групах по 20 чоловік, протягом двох днів. В перший день нами було проведено методику «Вибери потрібне обличчя» Р. Теммл,

М. Доркі, В. Амен та «Сходинки» В. Щура на наступний день дошкільникам було запропоновано виконати методику «Малюнок сім'ї».

Тестування дорослих відбувалося індивідуально протягом тижня. Батькам було надано роздрукований варіант бланку теста-опитувальника «Батьківського ставлення до дітей» А. Варги, В. Століна для визначення ставлення до дитини дошкільного віку.

Психологічні тести дозволили отримати індивідуальні показники рівня тривожності, самооцінки дошкільників, з'ясувати особливості сімейних взаємин (у сприйнятті дитини) та визначити стиль ставлення до дітей та процесу виховання у дорослих.

Отримані в ході дослідження результати наводимо в розділі 2.2.

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження впливу батьківських ставлень на прояви тривожності дітей старшого дошкільного віку

В ході діагностики нами було застосовано чотири психодіагностичні методики: тест «Вибери потрібне обличчя» Р. Теммла, М. Доркі, В. Амен, «Сходинки» В. Щура, «Малюнок сім'ї» та «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна. Бланки методик та ключі до їх обробки подано у Додатку А даної дипломної роботи.

В процесі проведення методики Р. Теммла, М. Доркі, В. Амен «Вибери потрібне обличчя» на визначення рівня тривожності, ми з'ясували, що 70% дітей мають середній рівень тривожності, 30% – високий рівень, низький рівень нами виявлено не було. Показники тривожності старших дошкільників наведено в таблиці 2.2.1.

Результати визначення тривожності за методикою «Вибери потрібне обличчя» Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен

Рівень тривожності	Високий рівень тривожності	Середній рівень тривожності	Низький рівень тривожності
Кількість дошкільників (у %)	30%	70%	—

Згідно отриманих даних, можемо констатувати, що у опитаних нами дітей переважає середній рівень тривожності, діти не відчують себе захищеними, турбуються з приводу самотності та негативних взаємин з батьками і однолітками, та час від часу, ситуативно, відчують тривогу, переживання з цього приводу, не часто ідуть першими на контакт та проявляють ініціативу. Спокійно поведуть себе під час початкової, ігрової діяльності та спілкування. Третя частина опитаних нами дітей мають сформований високий рівень тривожності, який проявляється у труднощах адаптації, відчутті дискомфорту в незнайомому оточенні, постійному почутті тривоги та небезпеки. Діти з високою тривожністю переживають страхи, як реальні, так і надумані та мають складнощі у спілкуванні. А дітей з низьким рівнем тривожної поведінки нами визначено не було. Результати дослідження подано у Додатку Б.

Після проведення другої методики на виявлення рівня самооцінки ми отримали такі результати: у 60% досліджуваних виявлено завищену самооцінку, у 40 % адекватну, а заниженої самооцінки виявлено не було. Результати дослідження рівня самооцінки дошкільників наведено в таблиці 2.2.2.

Результати визначення рівня самооцінки за методикою «Сходінки» В. Щура

Рівень самооцінки	Завищена самооцінка	Адекватна самооцінка	Занижена самооцінка
Кількість дошкільників (у %)	60%	40 %	—

Результати даної методики показують, що у більшій половині опитаних виявлена завищена самооцінка, що говорить про те, що діти не роздумуючи, ставлять себе на найвищу сходинку; проявляють себе демонстративно, орієнтуються не на досягнуте та власні можливості, а на бажане. Для завищеної самооцінки дошкільника властиві стійкість і недостатня адекватність. Це зумовлене особливістю самосвідомості, яка полягає в тому, що Я-образ повністю співпадає з соціально схвалюваними рисами. Дошкільник творить свій образ відповідно до особистих уявлень про моральні, естетичні та фізичні якості людини. Його емоційно-ціннісне ставлення до себе сформоване з повним переконанням того, що він бездоганний. Такі діти не здатні сприймати критику, зауваження та поради, вони без проблем йдуть на контакт з оточуючими, але мають проблеми у спілкуванні, бо не рахуються з потребами інших. Люблять управляти оточуючими. Від них часто можна почути: «Я – найкращий!». У таких дітей підвищена конкурентність, агресивність та конфліктність.

У меншій половині досліджуваних виявлена адекватна самооцінка, це означає, що у дитини сформоване адекватному відношенні до своїх успіхів та невдач, добре обміркувавши, така дитина обирає 2-у або 3-ю сходинку, пояснює свої дії, посилаючись на реальні ситуації і досягнення. Такі діти розуміють, що робити помилки – це природно кожній людині, вони не прагнуть до досконалості. Вони хочуть досягти кращих результатів, але не прагнуть стати неперевершеними. В них збалансована самокритичність і впевненість у собі. Осіб із заниженою самооцінкою виявлено не було. Результати дослідження подано у Додатку Б.

За для визначення близькості взаємин в сім'ї та особливостей дитячо-батьківських зв'язків нами було проведено методику «Малюнок сім'ї». За результатами методики та паралельним опитуванням дітей нами було виявлено, що за оцінкою дітей у 90 % – позитивні (теплі) взаємини у сім'ї, у 10 % – нейтральні показники, стосунки не відрізняються сильними проявами теплоти, близькості, негативні (холодні) взаємостосунки нами виявлені не були. Отримані дані подано в таблиці 2.2.3.

**Результати визначення особливосте взаємин у сім'ї за методикою
«Малюнок сім'ї»**

Особливості взаємин у сім'ї	Позитивні (близькі) стосунки	Нейтральні	Негативні (віддалені) стосунки
Кількість дошкільників (у %)	90%	10%	–

Майже всі діти проживають в повних сім'ях, стосунки між членами сім'ї відрізняються теплотою та довірою, люди зображені на близькій відстані, тримаючись за руки, це говорить про психологічне благополуччя, включеність дитини в сім'ю та довіру. Переважно всі намалювали себе між батьками, підтверджує тісні зв'язки в сім'ї. Атмосфера – щаслива, дружня, любляча, адже на обличчях зображені позитивні емоції та малюнки розфарбовано яскраво. Ієрархія в сім'ї у більшості побудовано вірно, це можна визначити проаналізувавши розміри людей (тато, мама – більші, діти – менші).

Незначна частина досліджуваних намалювала своїх рідних віддалено, це може говорити про «дистанцію», яку дитина відчуває у житті і проявляє її на зображенні, що свідчить про відсутність уваги, або напружені стосунки. Також на таких малюнках є темні кольори та штрихування, інші люди та предмети, в цих випадках можна говорити про наявність проблем у сімейних стосунках. Результати дослідження подано у Додатку Б.

Аналізуючи результати, за методикою «Опитувальний батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна, ми виявили:

За шкалою «прийняття – відторгнення» середні показники присутні майже у всієї вибірки матерів (90%), що свідчить про те, що в досліджуваних переважає в основному позитивне ставлення до дитини. Дорослі приймають дитину, але не завжди поважають і визнають її індивідуальність, не до кінця поділяють її інтереси, підтримують плани, не проводять достатньо часу з дитиною. 10% респондентів

отримали низькі бали за цією шкалою, що вказує на те, що батьки відчують щодо своєї дитини переважно негативні почуття: роздратування, злість, відчай, інколи навіть ненависть. Як правило, такі батьки низько оцінюють здібності своєї дитини, порівнюють її з іншими дітьми.

Високі бали за шкалою «кооперація» показали 60% респондентів. При цьому стилі батьки виявляють інтерес до того, що цікавить дитину, високо оцінюють здібності дитини, схвалюють самостійність й ініціативу дитини, намагається бути з нею на рівних. Середній показник за шкалою «кооперація» виявлено у 35% матерів, низький – у 5%, такі батьки навпаки обмежують ініціативу та самостійність, ставлять себе на позицію вище, «над дитиною», намагаються встановити рамки при взаємодії з дитиною.

Відсоткові показники за шкалою «симбіоз» розподілилися так: у більшості матерів (60%) виявлено середні показники. Цей факт свідчить про те, що матері намагаються бути ближче до дитини, задовольнити її основні (розумні) потреби, оберігають її від неприємностей. Низькі бали за цією шкалою виявлено у 35% респонденті це свідчить про те, що дорослий, навпаки, встановлює значну психологічну дистанцію, мало турбується про дитину. Це своєрідна безконтактність дитини та матері. 5% матерів мають високий рівень прив'язаності у стосунках із дитиною.

За шкалою «Авторитарна гіперсоціалізація» 10% матерів мають високі бали. Це вказує на те, що дорослий веде себе надто авторитарно щодо дитини, вимагаючи від неї повної слухняності, і ставлячи її в суворі дисциплінарні рамки. Нав'язує дитині свою волю, не в змозі стати на бік дитини. За свавілля дитину суворо карають. Батьки стежать за соціальними досягненнями дитини і вимагають соціального успіху. Вони добре знають дитину, її індивідуальні здібності, звички, думки, почуття. 55% матерів показали середні показники за цією шкалою, що вказує на менший, але все ж таки присутній контроль за діями дитини з боку дорослого, причому він має більш адекватний, природній, не патологічний характер. Ці показники є найкращим варіантом оцінки педагогічних здібностей дорослого за цією шкалою. Низькі бали отримали 35% матерів, у яких контроль за діями дитини

практично відсутній. Відсутність контролю може негативно позначатися на навчанні і вихованні дітей.

Середні показники за шкалою «маленький невдаха» – 20%. Дорослі вважають дитину в окремих ситуаціях невдахою і ставляться до неї як до неінтелектуальної, не враховують її вікові особливості. Інтереси, захоплення, думки і почуття дитини вважаються дорослими недостатньо серйозними, і вони часто, хоча і не завжди, ігнорують їх. У таких батьків може простежуватися прагнення інфантилізувати свою дитину, приписати їй особистісну і соціальну неспроможність. Такі дорослі інколи бачать свою дитину меншою, ніж вона є насправді, не довіряють дитині й вважають її відкритою до негативних впливів. Низькі бали було виявлено у 80% матерів, тобто жінки вірять в успішне майбутнє власних дітей та дають проявляти самостійність у нескладних завданнях. Високих показників виявлено не було. Кількісні результатами за даною методикою подано в таблиці 2.2.4.

Таблиця 2.2.4

**Результати визначення батьківського ставлення за методикою
«Опитувальник батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна**

Шкала	Високі показники	Середні показники	Низькі показники
Прийняття-відторгнення	–	95%	5%
Кооперація	60%	35%	5%
Симбіоз	5%	60%	35%
Авторитарна гіперсоналізація	10%	55%	35%
Маленький невдаха	–	20%	80%

Всі дорослі заперечили твердження «Моя дитина часто не приємна мені» та «Я часто ловлю себе на ворожому ставленні до дитини», також ніхто з батьків не погодився з реченням «Інколи мені здається, що я ненавиджу свою дитину» це говорить про те, що зі шкали «прийняття-відторгнення» ніхто з батьків не погодився з категоричними твердженнями, які б викликали питання у нас щодо прийняття дитини у сім'ї. Жоден з батьків не підтвердив, що «Дитина не досягне успіхів у

житті», та що «Дитина не спроможна що-небудь зробити самостійно, а якщо і зробить, то обов'язково не так» це вказує, на той факт, що всі батьки вірять в успіхи своїх дітей, а перемоги вважають заслугами, а не випадковостями. Тільки двоє досліджуваних вказали, що «Потрібно якомога довше тримати дитину осторонь від реальних життєвих проблем, якщо вони її травмують» та, що «Я намагаюся виконати всі прохання моєї дитини», саме вони ввійшли у 5% високих показників за шкалою «Симбіоз», що вказує на відсутність психологічної дистанції з дитиною та бажання батьків огородити дитину від всіх можливих неприємностей. Кількісні показники за даною методикою результати подано на рисунку 2.2.1.

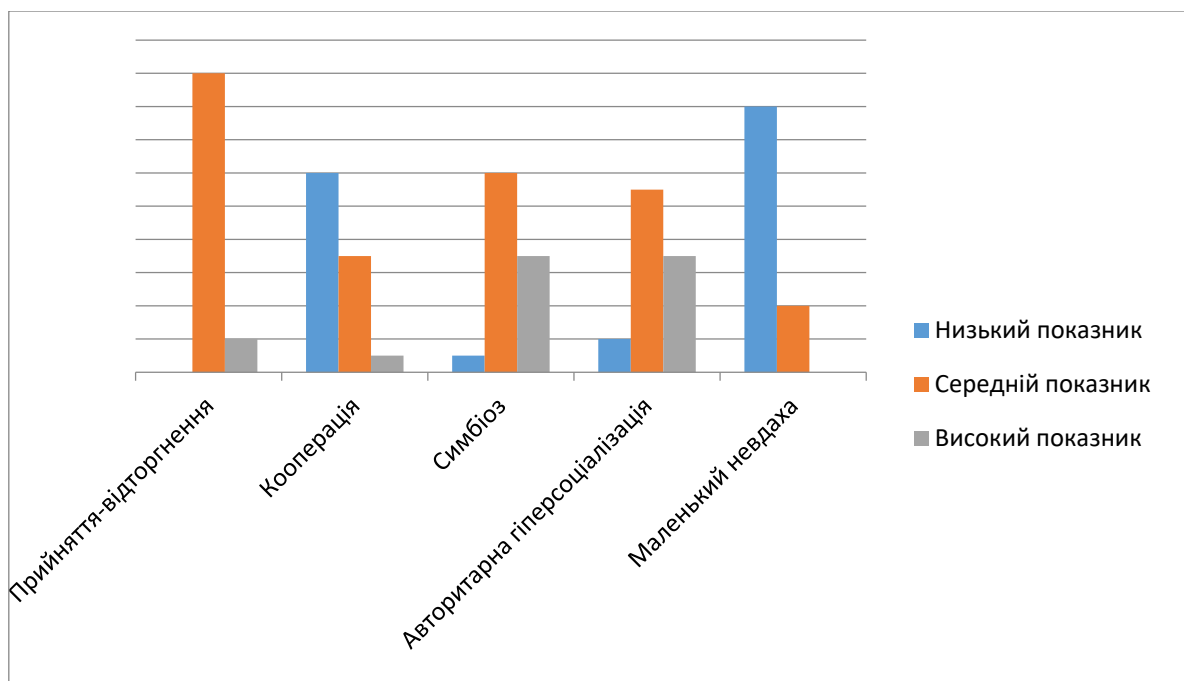


Рис. 2.2.1. Результати визначення батьківського ставлення за методикою «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна

Згідно рисунку можна побачити, що майже всі батьки мають середні показники за шкалою «прийняття-відторгнення», що виявляється в позитивному ставленні і прийнятті дитини, визнанні її індивідуальності. Середні показники також переважають у шкалах «симбіоз» та «авторитарна гіперсоціалізація», це значить що переважна частина батьків встановлюють психологічно прийнятну дистанцію, яка комфортна, як для дітей, так і для батьків, та що контроль у більшості сімей визначається складністю ситуації, в якій перебуває дитина та

небезпечністю умов, адже дорослі добре знають здібності та особливості поведінки своєї дитини. Високі показники кооперації засвідчують той факт, що батьки в більшій мірі намагаються спілкуватися з дітьми на рівних, заохочуючи ініціативність та самостійність. Низькі показники за шкалою «маленький невдаха» показують, що батьки вірять в успіхи дітей, а невдачі вважають випадковостями. Отримані результати за даною методикою подано у Додатку Б.

З метою визначення кореляції між рівнем тривожності дітей старшого дошкільного віку та стилем батьківського ставлення (тест-опитувальник «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна) застосовали непараметричний статистичний критерій Манна-Уїтні.

Універсальність використання методу рангової кореляції U – Манна-Уїтні проявляється в тому, що він належить до непараметричних показників зв'язку між змінними, вимірними у ранговій шкалі.

Використовується для оцінювання розбіжностей між двома незалежними вибірками за будь-якою ознакою, яка вимірюється кількісно при цьому вибірки різняться за кількістю досліджуваних.

Застосуємо критерій Манна-Уїтні до результатів дослідження, отриманих після проведення тесту «Вибери потрібне обличчя» Р. Теммла, М. Доркі, В. Амен, спрямованого на визначення тривожної поведінки дітей старшого дошкільного віку та результатів методики «Опитувальника батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна, яка визначає батьківське ставлення. Математичну обробку ми здійснювали за допомогою програми для обробки даних. Кількісні показники математичної обробки подано в Додатку В. Використання даного критерію дозволило визначити статистичну достовірність наявності взаємозалежності в показниках рівня тривожності дітей та особливостями батьківсько-дитячих стосунків в сім'ях, узагальнені результати нами надано у додатку В.

Так, між результатами за методикою «Вибери потрібне обличчя» Р. Теммла, М. Доркі, В. Амен та показниками за шкалою «Прийняття-відторгнення» (методика «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна). У показниках рівня тривожності та показниками за шкалою «прийняття відторгнення» $U_{emp} = 532$ при p

$\leq 0,05$; Імперичне значення критерію потрапило в зону незначущості. Приймаємо нульову гіпотезу. Відмінностей не виявлено. Даний результат підтверджує гіпотезу про те, що позитивне ставлення, прийняття дитини такою, яка вона є, повага, визнання дитячої індивідуальності, підтримка інтересів та допомога в реалізації планів дитини пливає на відчуття захищеності та безпеки дитини. Якісне проведення часу разом з дитиною, проявлена любов та турбота спорює позитивний вплив на розвиток здорової особистості дитини та формування адекватно рівня тривожної поведінки.

Між рівнем тривожної поведінки дітей старшого дошкільного віку та результатами за шкалою «Маленький невдаха» (методика «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна) $U_{\text{емп}} = 112$ при $p \leq 0,05$; Імперичне значення критерію потрапило в зону незначущості. Прийнято нульову гіпотезу. Відмінностей не виявлено. Що констатує взаємозв'язок між рівнем тривожності дитини та підтримкою дорослого. Віра в сили дитини, зацікавленість інтересами, думками, захопленнями та почуттями дитини надає їй відчуття комфорту та захищеності, знижує тривожність та додає впевненості у власні сили. А ставлення батьків до дитини, як до не достатньо інтелектуально розвиненої особи, ігнорування бажань навпаки створює відчуття самотності та беззахисності у дитини, підвищує рівень тривожності.

Щодо аналізу взаємозалежності між показниками рівня тривожності та показниками за шкалою «Симбіоз» (методика «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна). $U_{\text{емп}} = 404$ при $p \leq 0,05$; Імперичне значення критерію також потрапило в зону незначущості. Прийнято нульову гіпотезу. Відмінностей не виявлено. Можемо підтвердити, що становлення комфортної психологічної дистанції між батьками та дитиною, задоволення потреб та піклування про дитину знижує рівень тривожності. І навпаки значна психологічна дистанція, або її відсутність створюють у дитини почуття беззахисності та залежності, такі дії батьків сприяють формуванню високого рівня тривожної поведінки у дітей старшого дошкільного віку.

Застосувавши обраний нами критерій до результатів отриманих за методикою «Сходинки» В. Щура та показниками за шкалою «Прийняття-відторгнення» (методика «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна), можемо зазначити, що $U_{emp} = 247$ при $p \leq 0,05$; Імперичне значення критерію потрапило в зону незначущості. Приймаємо нульову гіпотезу. Відмінностей не виявлено. Отриманий результат математичної обробки доводить, що прийняття батьками дитини, проявлення любові та турботи формують у дитини високий рівень самооцінки і навпаки, дорослий, який відчуває по відношенню до дитини в основному негативні почуття: роздратування і злість, вважає дитину невдахою, не вірить в її майбутнє, низько оцінює його здібності і нехтує дитиною сприяє формуванню низької самооцінки у дитини, що в свою чергу впливає на підвищення рівня тривожності та замикання дитини у собі, складнощі з демонстрацією власних емоцій та переживань.

Здійснивши математичну обробку показників самооцінки та результатів за шкалою «Маленький невдаха» (методика «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна), з'ясували, що $U_{emp} = 304$ при $p \leq 0,05$; Імперичне значення критерію потрапило в зону незначущості. Приймаємо нульову гіпотезу. Відмінностей не виявлено. Це означає, що обезцінення батьками інтересів та бажань дитини понижують самооцінку, а віра в успіхи дитини, підтримка у конфліктних ситуаціях, взаємодія та допомога при вирішенні хвилюючих питань навпаки розвивають у дошкільника адекватне сприйняття себе та нормальну самооцінку.

Застосувавши критерій Манна-Уїтні до показників рівня самооцінки та результатів за шкалою «Симбіоз» (методика «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна), $U_{emp} = 209$ при $p \leq 0,05$; Імперичне значення критерію потрапило в зону незначущості. Приймаємо нульову гіпотезу, відмінності у вибірках вважаємо не значними. Констатуємо, що встановлення психологічної дистанції негативно впливає на самооцінку дитини, а формування близьких, довірливих та підтримуючих взаємин чинить позитивну дію на прийняття та самооцінку дошкільника.

Застосувавши критерій Манна-Уїтні до результатів за проективною методикою «Малюнок сім'ї» та результатів за шкалою «Прийняття-відторгнення» (методика «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна), $U_{emp} = 76$ при $p \leq 0,05$; Імперичне значення критерію потрапило в зону незначущості. Приймаємо нульову гіпотезу, відмінності у вибірках вважаємо не значними. Математичний аналіз підтверджує взаємозв'язок між ставленням батьків до дитини та психологічним комфортом дитини в сім'. Аналізуючи результати респондентів можна з точністю констатувати, що 95 % батьків, які повністю приймають свої дітей, турбуються та проявляють в достатній кількості любов та тепло сповна забезпечують комфортну психологічну атмосферу в сім'ї, адже майже всі (90%) дітей виконуючи малюнок сім'ї, зобразили її позитивно, намалювали всіх членів своєї родини, використали яскраві кольори, дотримувалися логічних розмірів персонажів (батьки більші, діти менші), промальовували всі частини тіла та міміку.

Аналізуючи результати критерію Манна-Уїтні за результатами проективної методики «Малюнок сім'ї» та показників за шкалою «Маленький невдаха» (методика «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна), $U_{emp} = 18$ при $p \leq 0,05$; Імперичне значення критерію потрапило в зону незначущості. Приймаємо нульову гіпотезу, відмінності у вибірках вважаємо не значними. Досліджувані нами дорослі проказали вкрай низькі результати за даною шкалою, що підтверджує позитивні результати дітей за методикою «Малюнок сім'ї». По малюнках дітей, можна прослідкувати позитивні взаємини у родинах, більшість дітей зобразили всіх своїх близьких поряд, або тримаючись за руки, декілька респондентів зобразило людей нашаровуючи один на одного, що говорить про тісні стосунки, довіру та близькість з батьками. На обличчях зображених людей в більшості малюнках були промальовані посмішки та широкі, великі очі – що є індикатором почуттів дитини, дитина так бачить та сприймає своїх рідних.

Здійснивши обробку за критерієм Манна-Уїтні показники результатів проективної методики «Малюнок сім'ї» та результати за шкалою «Симбіоз» (методика «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна), $U_{emp} = 86$ при $p \leq 0,05$; Імперичне значення критерію потрапило в зону незначущості.

Приймаємо нульову гіпотезу, відмінності у вибірках вважаємо не значними. Більше половини батьків показали середні показники за даною шкалою, це проявляється в достатній психологічній дистанції, батьки слідкують за дітьми, піклуються та забезпечують всім необхідним, проте дають достатньо свободи для самовираження та самостійності, в безпечних умовах для даного віку, що сприяє формуванню адекватного рівня поведінки та позитивних батьківського-дитячих взаємин.

Таким чином, нами була встановлена наявність кореляційних зв'язків між стилем батьківського ставлення та рівнем тривожності дітей старшого дошкільного віку. Виходячи з цього можна сказати, що рівень тривожності дітей формується під впливом батьківсько-дитячих взаємин та ставлення батьків. Так, у переважній більшості дітей з низьким рівнем тривожності батьки демонструють низькі показники за шкалою «авторитарна гіперсоналізація» та «маленький невдаха». А у дошкільників з наявним середнім рівнем тривожної поведінки батьки демонструють середні показники за шкалою «прийняття-відторгнення» та «симбіоз».

2.3. Рекомендації щодо профілактики та корекції тривожності дітей старшого дошкільного віку

На основі результатів емпіричного дослідження нами було визначено зв'язок між рівнем тривожності дітей старшого дошкільного віку та батьківсько-дитячими ставленнями. Тому, на нашу думку, профілактика та корекція тривожності у старшому дошкільному віці має носити комплексний характер та реалізуватися в трьох напрямках, а саме: психологічній підтримці тривожних дітей, у психологічній роботі з батьками та спільній груповій роботі батьків і дітей.

I. Психологічна підтримка тривожних дітей здійснюється з метою корекції особистісної тривожності дитини. Головними завданнями даного напрямку роботи є – навчити дітей способам зняття внутрішньої напруги; розвивати позитивну самооцінку через вміння приймати себе; формувати здатність усвідомлювати свої емоції і розуміти емоції інших людей; оптимізувати спілкування з однолітками:

розвивати емпатію, співчуття до оточуючих, вміння рахуватися з іншими; формувати позитивний образ сім'ї та батьків. Ми пропонуємо в ході роботи застосовувати методи психогімнастики та ігри. Можна запропонувати дитині заняття такого роду: прогулянки, співи, танці, програвання стресових ситуацій. Це допоможе дітям набувати досвід впевненої поведінки (через проживання уявних стресових, лякаючих ситуацій), різнобічного аналізу ситуації, позитивної взаємодії з ровесниками та дорослими.

На нашу думку, психопрофілактика як соціально-психологічне явище також має бути реалізована в умовах, які є максимально наближеними до комфортних. Насамперед, діти мають відчувати безумовну емоційну та фізичну підтримку зі сторони близьких дорослих, спочатку від батьків та рідних, а потім від педагогів. Не менш важливим є співчуттям та толерантне ставлення ровесників, відчуття поваги та зацікавленості зі сторони однолітків. Дружна психологічна атмосфера у групі дошкільного навчального закладу чинить значний вплив на нормалізацію рівня тривожності. Цьому сприятимуть демократичні, гуманні стосунки між членами колективу, повага до особистісних якостей, індивідуальних відмінностей, збагачення та розвиток механізмів самосвідомості, акцент на індивідуальних формах комунікації, наповнення доброзичливістю стосунків між учасниками освітнього процесу, формування вольової поведінки та моральних рис дітей. Досягнення почуття захищеності, комфорту неможливо без зняття емоційного напруження дошкільника. Тому це ще один із напрямків роботи з профілактики тривожності. Зважаючи на той факт, що прояви тривожності у 5-7 років не є стійкими, варто спрямувати зусилля на розвиток позитивної самооцінки, на формування самоповаги та виховання впевненої поведінки. Варто також забезпечувати успіх у значущій і цікавій діяльності, сприяти встановленню рівня домагань дитини через усвідомлення власних здатностей, а також розуміння раціонального ризику у будь-якій справі.

В ході роботи нами було розроблену психокорекційну програму з використанням методів пісочної терапії, спрямовану на зниження тривожної поведінки та підвищення самооцінки дітей старшого дошкільного віку.

Впровадження ігор та вправ з використанням піску в процес психокорекції сприяє зняттю психоемоційного напруження, розвитку навички вербалізації почуттів та бажань, позбавленню емоційно-негативних переживань і страхів, удосконаленню навички самоконтролю та саморегуляції. Основні види вправ були спрямовані та розслаблення (знаття емоційних переживань), звільнення від страхів та переживань, розвиток навички вербалізації почуттів, встановлення позитивного емоційного стану та роботу над тактильно-кінетичною чутливістю.

Мета даної корекційно-розвивальної програми полягає в здійсненні профілактики тривожності; знятті емоційного та тілесного напруження, забезпеченні можливостей для формування адекватної самооцінки (Додаток Д).

II. Психологічна робота з батьками тривожних дітей має здійснюватися з метою корекції негативних батьківських ставлень. Дана діяльність має бути спрямована на формування ставлення до дитини як до повноцінної особистості і рівного партнера через усвідомлення батьками позитивних якостей дитини; розвиток здатності розуміти і приймати дитину такою, як вона є; формування в батьках ціннісного ставлення до емоційного життя дитини, пробудження емпатії; навчання «бачити світ» очима дитини; навчання батьків способам активного слухання; навчання батьків способам внутрішнього напруження, підвищення власної самооцінки; розширення знань батьків про психічні порушення в дитячому віці та про особливості тих чи інших виховних стратегій. Ми пропонуємо організувати роботу з батьками тривожних дітей у вигляді тренінгу.

Ми також виокремили вісім практичних рекомендацій для батьків щодо нормалізації рівня тривожності дітей старшого дошкільного віку:

1. Забезпечення безумовної емоційної та фізичної підтримки дітям. Ніколи не варто сварити дитину за те, що вона посміла гніватися на вас, або не виправдала ваші очікування. Навпаки в цей момент проявіть всю любов та теплоту по відношенню до неї, адже в момент коли дитина «не заслуговує» цього прояв батьківської підтримки найбільш необхідний. Допоможіть дитині усвідомити і сформулювати свої претензії до вас. І тільки тоді, коли ваші емоції згаснуть, розкажіть дитині про те, як ви переживали, коли вона виявляла свій гнів. Знайдіть

разом із нею найкращий варіант виходу з подібної ситуації, заплануйте як ви будете діяти наступного разу, коли виникне необхідність висловити свої претензії.

2. Уважне ставлення до потреб та інтересів дитини. Варто звертати особливу увагу на особисті інтереси та потреби, адже так дитина проявляє свою індивідуальність та розвивається. Крім того, інтереси дитини часто формуються під впливом однолітків, тому отримання бажаного вплине на формування дружних взаємин в колективі.

3. Похвала і підтримка своїх дітей. При вихованні тривожних дітей, варто звертати особливу увагу на підвищену чутливість до зовнішнього оцінювання. Не варто акцентувати увагу на невдачах, краще налаштовувати дитину на впевненість в її успіху та можливостях. Ні в якому разі не потрібно порівнювати дитину з її однолітками, лише з власним результатом. Крім цього, варто виховувати змалечку правильне ставлення до результатів своєї діяльності, вміння опосередковано ставитися до власних успіхів та невдач, здатність бути готовим до невірних дій, використовувати їх для свого розвитку та зросту, адже саме в помилках, незручностях та невідомостях являється навчання.

4. Заохочення ініціативи дітей. Нехай дитина буде лідером усіх починань, але також покажіть, що інші можуть бути краще її. У старшому дошкільному віці у дитини природнім є прояв та розвиток самостійності. Дитина даний період прогне до реалізації власного «я», у неї формується відповідальне ставлення за власні дії, головна справа батьків направити дитину, допомогти в пошуку вірного напрямку та методу за допомогою якого можна проявити себе.

5. Розвиток комунікативних здібностей дітей. Дуже часто у дітей з підвищеним рівнем тривожності, наявна скутість у висловлюваннях та поведінці тому, щоб позбутися скутості (замкнутості), потрібно допомагати дитині розслаблятися, знімати напругу за допомогою рухливих ігор, музики, спортивних та творчих вправ, можна також запропонувати дитині залучити казкових персонажів, іграшки або домашніх улюбленців. Дуже ефективним є проведення вправи-експерименту, на прямих сміливості, рішучості, що полягає в психоемоційному ототожненні дитини себе з персонажем, якому притаманна сміливість. Дитина

приміряючи, впевнену поведінку буде звикати до неї та розвивати потрібні якості у собі, що позитивно впливатиме на її емоційно-вольові характеристики. А гра, де дитині потрібно уявити себе занепокоюною, дає змогу емоційно відкинути пригніченість і страх, оцінити їх як характеристики ігрових персонажів, а не власні, і на основі психологічного «розтотоження» з носієм негативних переживань позбутися власних страхів та тривожності. Для того щоб допомогти дитині звільнитися від негативних емоцій та остаточно усунути боязкість, варто можна запропонувати ефективну гру «Чарівний мішечок». Перед грою батькам необхідно оговорити з дитиною, який у неї зараз настрій, що вона відчуває, можливо, ображена на когось. Потім запропонувати дитині скласти у «чарівний мішечок» усі негативні емоції: страх, злість, сум тощо. Потім наповнена торбинка викидається. Можна запропонувати дитині інший варіант такої гри – де «чарівний мішечок» буде наповнений різними позитивними рисами такими як: сміливість, винахідливість, товариськість тощо, а дитина може собі взяти ті якості, які побажає.

6. Створення умови для нормалізації рівня самооцінки дитини. На формування адекватної самооцінки дитини впливає оцінка батьків та їхні висловлювання. Варто хвалити дитину, не тільки коли помітний результат, а й за старання та спроби на шляху до нього. Не потрібно ставити завищених вимог. Дайте дитині можливість мати свої обов'язки, для вас це можуть бути буденні справи, а для дитини, щось нове та невідоме, не прагніть вирішувати за неї всі проблеми, але і не перевантажуйте її тим, що їй непосильно. Нехай дошкільник працює над доступними йому завданнями і насолоджується від самостійно зробленого. Навчіться відчувати тонку межу між перехвалюванням дитини та похвалою, коли дитина дійсно цього заслуговує, коли їй особливо потрібна ваша підтримка та схвалення.

7. Уникнення психотравмуючих ситуацій. Уникайте виникнення зайвих, необов'язкових психотравматичних для дитини ситуацій, не примушуйте виступати на сцені перед аудиторією, якщо ви помічаєте, що дитині це приносить дискомфорт та труднощі. Враховуйте індивідуальні можливості вашої дитини, не жадайте від неї того, що вона не зможе виконати. Якщо дитині важко дається будь-яку завдання,

краще зайвий раз підтримайте та допоможіть їй, а при досягненні навіть найменших успіхів похваліть. Не давайте доручень, пов'язаних із підвищеною відповідальністю, особливо – за інших дітей, або молодших за віком, адже це буде зайвим фактором стресу.

8. Послідовність в діях. Спілкуючись з дитиною будьте послідовними у своїх діях, не забороняйте дитині без будь-яких причин те, що дозволяли їй раніше, не підривайте авторитет інших значимих для неї людей, працюйте спільно, будьте командою, адже у вас одна ціль – щаслива, впевнена у собі дитина. Довіряйте дитині та будьте самі повністю відвертими з нею, сприймайте дитину такою, яка вона є, будьте надійною підтримкою та опорою, яку дитина відчуває. Будьте близьким другом, якому можна довіритися. Якщо ви незадоволені поведінкою своєї дитини це ще не привід відмовляти їй у любові та підтримці. Забезпечте дитині атмосферу тепла і довіри у сім'ї, і тоді вам не треба буде довго чекати, щоб побачити всі її таланти, різноманіття позитивних якостей, особистісне зростання та становлення.

III. Важливими видом роботи, на який психолог має звертати особливу увагу є спільна групова робота батьків і дітей з метою закріплення дітьми і батьками отриманих знань, умінь, навичок у спільній діяльності. Така діяльність спрямована на формування навичок активної взаємодії між батьками та дітьми та створення довірливих стосунків. Ми рекомендуємо працювати в цьому напрямку за допомогою методів арт-терапії.

Висновки до другого розділу

З метою дослідження впливу батьківсько-дитячих взаємин на рівень тривожності дітей старшого дошкільного віку нами було обрано наступні психодіагностичні методики: тест «Вибери потрібне обличчя» Р. Теммла, М. Доркі, В. Амен для визначення рівня тривожної поведінки, «Сходинки» В. Щура для діагностики самооцінки, «Малюнок сім'ї» для визначення особливостей сімейних взаємин та методика «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варга і В. Століна.

В емпіричному дослідженні взяло участь 40 дітей – віком від 5 років 6 місяців до 6 років 10 місяців та 40 дорослих – батьки досліджуваних дітей.

За результатами тесту «Вибери потрібне обличчя» Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен у більшості дітей було діагностовано середній рівень тривожності, у третини – високий рівень, низький рівень взагалі не виявлено. Щодо результатів за методикою «Сходинки» В. Щура, то більша половина досліджуваних показали високий рівень самооцінки, а менше половини адекватний, заниженої самооцінки нами виявлено не було. Методика «Малюнок сім'ї» дозволила нам виявити у переважній більшості позитивні взаємини з батьками, нейтральні стосунки з рідними були виявлені у незначній кількості дітей (10%), а негативні взаємини нами виявлені не були. Спираючись на результати методики «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна, можемо стверджувати, що у більшості батьків середні показники за шкалою «прийняття-відторгнення» та високі за шкалою «кооперація».

Після проведення діагностики, обробки та аналізу отриманих результатів нами була проведена статистична обробка отриманих даних статистичним критерієм Манна-Уїтні. Результати статистичної обробки підтвердили нашу гіпотезу про наявність взаємозв'язку між рівнем тривожності дитини та батьківським ставленням. Між результатами методики «Вибери потрібне обличчя» Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен та шкалами «прийняття-відторгнення», «симбіоз» та «маленький невдаха» (методика «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варга і В. Століна) було виявлено існування кореляційних на рівні $p \leq 0,05$. А прокорелювавши результати даних шкал «прийняття-відторгнення», «симбіоз» та «маленький невдаха» з результатами за методиками «Малюнок сім'ї» та «Сходинки» В. Щура, наші результати підтвердилися, адже зв'язок підтвердився, на рівні $p \leq 0,05$.

Враховуючи отримані результати, нами було визначено, що батьківське ставлення має вагомий вплив на формування рівня тривожності у старшому дошкільному віці. Так, діти з високим рівнем тривожності виховуються в сім'ях де батьки практикують гіперконтроль, проявляють по відношенню до дитини негативні почуття: роздратування, злість, розчарування, або навіть ненависть, обезцінюють

досягнення дитини та встановлюють значну психологічну дистанцію з дитиною, що стає на заваді повноцінному розвитку особистості дитини. В сім'ях, де батьки не устанавлюють психологічну дистанцію між собою та дитиною, намагаються завжди бути ближчим до дитини, задовольняють всі розумні потреби, цікавляться інтересами дитини та заохочують ініціативу, діти почуваються у безпеці, відчують підтримку та турботу батьків та не проявляють ознак високої тривожності.

Для підтримки батьків у дітей яких виявлені ознаки тривожної поведінки нами було сформульовано рекомендації щодо зниження та корекції тривожності дітей. Також ми зазначили, що ефективно можна здійснювати психологічну підтримку, якщо працювати в трьох напрямках: робота з дитиною, з батьками та спільно з батьками та дітьми. В процесі пошукової діяльності було з'ясовано, що одним із засобів впливу на становлення адекватної самооцінки та нормалізації рівня тривожності виступає пісочна терапія.

ВИСНОВКИ

В результаті проведеного теоретичного дослідження нами було охарактеризовано феномен тривожності, висвітлено та проаналізовано чинники, які здійснюють значний вплив на виникнення тривожності у дітей старшого дошкільного віку, проаналізовано особливості прояву тривожності, зазначено наслідки тривожної поведінки. Розкрито сутність процесу формування та вияву тривожності та його впливу на подальший розвиток особистості дитини. Створено перелік ефективних рекомендацій батькам для подолання та профілактики розвитку тривожності у дітей старшого дошкільного віку.

У процесі емпіричного дослідження нами була проведена діагностика рівня тривожності та самооцінки дітей старшого дошкільного віку та типу батьківського ставлення. Було проведено дослідження, в якому взяло участь сорок дітей старшого дошкільного віку та їх батьки. Для дослідження ми обрали чотири методики, а саме тест «Вибери потрібне обличчя» Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен, методика «Сходинок» В. Щура, проєктивна методика «Малюнок сім'ї» та «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна.

В результаті проведеної діагностики, ми виявили, що у третій частині дітей наявний високий рівень тривожності, у більшій половині середній рівень тривожної поведінки. У переважній більшості досліджуваних високий рівень самооцінки. Стосунки у сім'ї майже у всіх респондентів ми діагностували, як позитивні. Щодо результатів дорослих, то за шкалою «прийняття-відторгнення» майже всі досліджувані показали середні результати, за шкалою «маленький невдаха» у переважній більшості батьків діагностовано низькі результати, а за шкалами «симбіоз» та «авторитарна гіперсоналізація» більше половини батьків продемонстрували середні показники.

У результаті математично-статистичної обробки отриманих даних було визначено, що існує прямий зв'язок між рівнем тривожності дітей старшого дошкільного віку та типом батьківського ставлення. Нами була проведена статистична обробка отриманих даних за допомогою статистичного критерію

Манна-Уїтні. Результати статистичної обробки підтвердили нашу гіпотезу. Між показниками тривожності та показниками за шкалами «прийняття-відторгнення», «симбіоз» та «маленький невдаха» (методика «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна) було виявлено існування кореляційних зв'язків на рівні $p \leq 0,05$. Опрацювавши показники за шкалами «прийняття-відторгнення», «симбіоз» та «маленький невдаха» та результати за методиками «Малюнок сім'ї» та «Сходи» В. Щура, зв'язок підтвердився, на рівні $p \leq 0,05$.

Згідно з отриманими результатами ми дійти до висновку, що у дітей, батьки яких проявляють емоційно позитивне ставлення, зацікавлені у взаємодії, проявляють повагу та визнають індивідуальність, рівень тривожності буде на середньому, або низькому рівні. А у дітей, авторитарних, вимогливих та незацікавлених батьків, виникатимуть проблеми з тривожною поведінкою.

Згідно з результатами дослідження нами було надано рекомендації батькам, щодо зниження загального рівня тривожності та підвищення самооцінки дітей, які полягали в формуванні довірливих стосунків з дитиною, постій підтримці та фокусуванні на досягненнях та позитивних моментах діяльності дитини. Відстороненні дитини від ситуацій суперництва та порівняння її вчинків та результатів тільки з власними. Значна доля нашої уваги при написанні рекомендацій батькам була присвячена створенню теплої та люблячої атмосфери в сім'ї, за для цілісного становлення особистості дитини. А також нами було розроблено психокорекційну програму для дітей старшого дошкільного віку з використанням методів піщаної терапії, яка спрямована на зниження загального рівня тривожності та напруги.

Таким чином, ми вважаємо, що мета дослідження була досягнута, а його завдання виконаними, проте хочемо додати, що дане дослідження не висвітлює всі аспекти даної проблеми. Подальші перспективи дослідження ми вбачаємо у проведенні емпіричних досліджень з великими вибірками (>100 респондентів), дослідженні гендерних та соціальних аспектів впливу батьківського ставлення на рівень тривожності дітей старшого дошкільного віку.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Алексеев А. В. Ознай себя, или Ключ к резервам психики. 1995. 407 с.
2. Буянов М. И. Тайны детской психотерапии. Москва. Прометей. 1990. 361 с.
3. Бодалев А.А. Психология общения. – М.: Педагогика. 1996 . 256 с.
4. Божович Л.И. Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды / под ред. Д.И. Фельдштейна. – М.: Педагогика, 1995. 209 с.
5. Волошина В.В., Волинська Л.В., Лохвицька Л.В. Розвиток пізнавальних інтересів у дошкільників та молодших школярів. – Киев: НПУ ім. Д.Драгоманова, 2003. 214 с.
6. Габуреева, Г. Ш. Основные аспекты проблемы тревожности в психологии. Тонус. 2000. 156 с.
7. Гарбузов В. И. Неврозы и психотерапія. Санкт-Петербург : Сотис. 2001. 242 с.
8. Горностай П.П. Психология личности: Словарь-справочник. / ред. изд.: П.П. Горностая, Т.М. Титаренко, И.А.Грабская. – Киев : Рута . 2001. 320 с.
9. Дерманова И. Б. Диагностика эмоционально-нравственного развития. СПб. 2002. С. 60–64.
10. Емельянов Ю. Н. Социально-психологическое проектирование в педагогике. 1997. 260 с.
11. Захаров А. И. Дневные и ночные страхи у детей. СПб. 2000. С. 112.
12. Захаров А.И. Как преодолеть страхи у детей. – М.: Педагогика. 1986. 109 с.
13. Изард К.Э. Страх и виды тревожности. Тревога и тревожность. Ред. изд. В. М. Астапова. СПб. 2008. С 109–123.
14. Исурина Г.Л. Динамика системы отношений больных неврозами в процессе групповой психотерапии. Л., 1982. С 57-63.
15. Ковалев С.В. Психология современной семьи. М.: Просвещение. 1988. 184 с.

16. Козлюк О. А. Роль сім'ї у вихованні гуманістичної спрямованості спілкування дітей старшого дошкільного віку. Збірник наукових праць Бердянського державного педагогічного університету (Педагогічні науки). Бердянськ: БДПУ – № 3. 2010. С. 87–91.
17. Колосова С.Л. Детская агрессия. СПб. 2004. 224 с.
18. Кононко О.Л. Соціально-емоційний розвиток особистості (в дошкільному дитинстві). К. 2004. 255 с.
19. Краткий психологический словарь / ред. изд. А.В.Петровского, М.Г. Ярошевского. М.: Политиздат. 1985. 292 с.
20. Липкина А.И. Самооценка школьника. М.: Просвещение. 1976. 116 с.
21. Липкина А.И., Рыбак Л.А. Критичность и самооценка в учебной деятельности. М.: Просвещение. 1968. 218 с.
22. Люблинская А.А. Детская психология. М.: Просвещение. 1971. С. 384–409.
23. Немов Р.С. Психология: В 3-х т. М.: ВЛАДОС, 2001. Т. 1. 631 с.
24. Общение детей в детском саду и семье / ред. изд. Т.А.Репиной, Р.Б.Стеркиной. – М. 1990. 268 с.
25. Омельченко Я. М. Психологічна допомога дітям з тривожними станами. – 2-ге вид. К.: Шк. Світ. 2011. 112 с.
26. Прихожан А.М. Тревожность детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. М.: МПСИ; Воронеж: «Модек». 2000. 246 с.
27. Петровский А. В. Возрастная и педагогическая психология. М. 1999. 147 с.
28. Петровская Л. А. Компетентность в общении. М.: МГУ. 1986. 216 с.
29. Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика. Самара. «Бахрах». 2000. С. 248–256.
30. Раттер М. Помощь трудным детям М.: Прогресс. 1987. 424 с.
31. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога. В 3-х т. М.: ВЛАДОС. Т. 1. 2003.
32. Рогов Е.И. Настольная книга психолога. В 3-х т. М.: ВЛАДОС. 2001. Т. 2. 529 с.

33. Салливан Г.С. Интерперсональная теория в психиатрии. М.: КСП; СПб.: Ювента. 1999. 346 с.

34. Спилбергер Ч.Д. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги. Тревога и тревожность: хрестоматия / ред. изд. В.М. Астапова; Ч.Д.Спилбергер. СПб. 2008. С. 85–99.

35. Уотс А. У. Психотерапия. Восток и Запад. / ред. изд. А. Могилянская. М. Тонус. 1997. 199 с.

36. Хорни К. Тревожность . Тревога и тревожность / ред. изд.: В.М. Астапова. СПб. Диалектика. 2019. С. 166 – 181.

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

Тест «Вибери потрібне обличчя» Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен

Мета. Виявити рівень тривожності дитини.

Обладнання. Серія малюнків із 14 картинок у двох варіантах (для хлопчиків і для дівчат). Кожен малюнок сюжетно передає типovu для життя дитини ситуацію.

Інструкція. «Подивись уважно на картинку. Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини — сумне чи веселе? Вибери». Вибір дитиною відповідного обличчя і його словесних висловлювань фіксується у спеціальному протоколі.

Аналіз результатів. Потрібно здійснити кількісний та якісний аналіз інформації, зафіксованої у протоколі.

Якісний аналіз передбачає уважне вивчення висловлювань дитини, що фіксуються у другому стовпчику спеціального протоколу. На основі такого аналізу робляться висновки про емоційний досвід спілкування дитини з людьми, які її оточують, і той слід, який цей досвід залишив у душі дитини. Особливо високе проєктивне значення щодо цього мають малюнки серії 4, 6, 14 та 2, 7, 9, 11. Діти, які дають нечіткі пояснення до цих малюнків, з більшою ймовірністю одержать високий ІТ (індекс тривожності).

Кількісний аналіз може бути виражений як у балах, так і у відсотках;

$IT = (\text{кількість емоційно-негативних виборів}/14) * 100\%$

Рівні:

Низький - бали - 0-1; IT - 0-7,2 %.

Середній - бали - 2-5; IT - 14,3-35,7 %.

Вище середнього - бали - 6-7; IT - 42,9-50 %.

Високий бали - 8 і більше; IT - 57,1 % і більше.

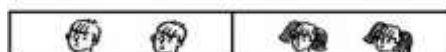
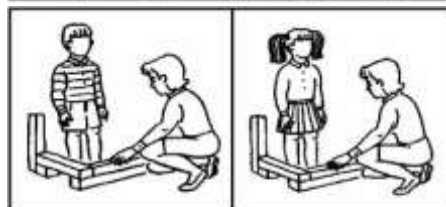
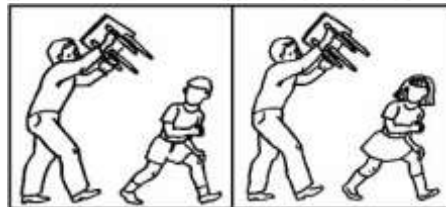
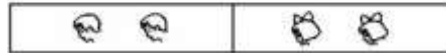
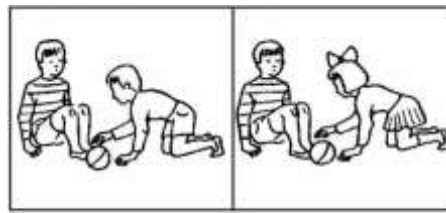
Протокол

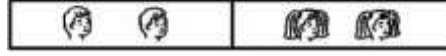
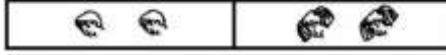
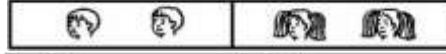
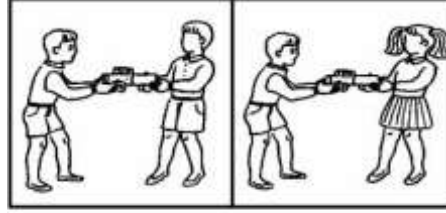
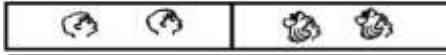
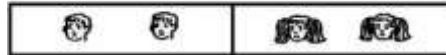
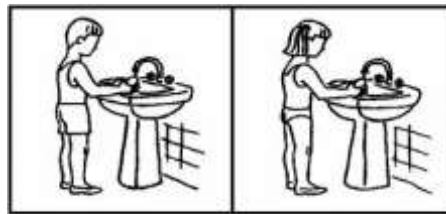
Ім'я дитини

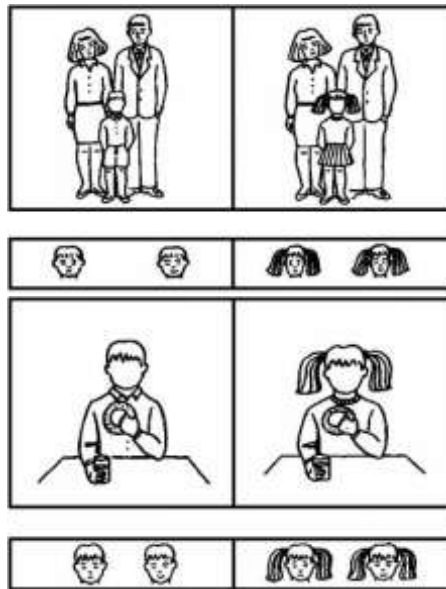
Вік дитини

Номер і зміст малюнка	Висловлювання дитини	Вибір дитини	
		веселе обличчя	сумне обличчя
1. Гра з молодшими дітьми.			
2. Дитина і мати з дитиною.			
3. Об'єкт агресії.			
4. Одягання.			
5. Гра зі старшими дітьми.			
6. Укладання спати на самоті.			
7. Умивання.			
8. Догана.			
9. Ігнорування.			
10. Агресивний напад.			
11. Збирання іграшок.			
12. Ізоляція.			
13. Дитина з батьками.			
14. Їжа на самоті.			

Картки для діагностики рівня тривожності







Методика «Сходинок» В. Щура

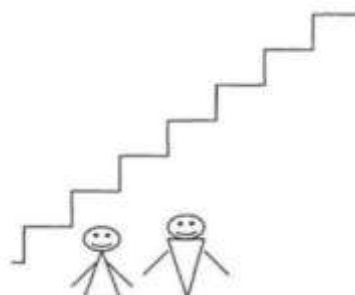
Мета. Визначити рівень самооцінки дитини.

Обладнання. Дитині пропонуються шість вертикальних відрізків однакової довжини. Можна використати замість відрізків драбинку з п'яти сходів, де верхня сходинка – позитивна оцінка, а нижня – негативна.

Інструкція. Психолог запитує «Якщо всіх дітей розставити на цих сходинок, то на трьох верхніх сходинок опиняться хороші діти: розумні, добрі, сильні, слухняні – чим вище, тим кращі (показати сходинку: «хороші», «дуже хороші», «найкращі») . А на трьох нижніх сходинок опиняться погані діти – чим нижче, тим гірші («погані», «дуже погані», «найгірші»). На середній сходинці діти не погані і не хороші. Покажи, на яку сходинку ти поставиш себе. Поясни чому?» Після відповіді дитини, її запитують: «Ти такий насправді чи хотів би бути таким? Познач, який ти насправді і яким хотів би бути». «Покажи, на яку сходинку тебе поставила б мама». Використовується стандартний набір характеристик: «хороший – поганий», «добрий – злий», «розумний – дурний», «сильний – слабкий», «сміливий – боягузливий», «найстаранніший – найнедбаліший». Кількість характеристик можна скоротити. У процесі обстеження необхідно враховувати, як дитина виконує завдання: вагається, роздумує, аргументує свій вибір. Якщо дитина не дає жодних пояснень, їй слід задати уточнюючі запитання: «Чому ти себе сюди поставив? Ти завжди такий?» т.д.

Аналіз результатів. Перш за все, звертають увагу, на яку сходинку дитина сама себе поставила. Вважається нормою, якщо діти ставлять себе на сходинку «дуже хороші» і навіть «найкращі» діти. У будь-якому випадку це повинні бути верхні сходинки, оскільки положення на будь-якій з нижніх сходинок (а вже тим більше на найнижчій) говорить не про адекватну оцінку, але про негативне ставлення до себе, невпевненість у власних силах.

Матеріал для методики «Сходинок» В. Щура



Проективна методика «Малюнок сім'ї»

Мета. З'ясувати особливості сімейних взаємин (у сприйнятті дитини).

Обладнання. Аркуш паперу (кладеться перед дитиною горизонтально), простий олівець, різнокольорові олівці та гумка.

Інструкція. «Намалюй, будь ласка, свою сім'ю». Не слід давати які-небудь вказівки чи уточнення. На запитання, які може поставити дитина, типу «Кого треба малювати, а кого не треба?», «Треба намалювати всіх?», «А дідуся малювати треба?» і т.д., відповідати слід схвально, наприклад: «Малюй так, як тобі хочеться».

Процедура. Дитині дають простий олівець середньої м'якості, набір кольорових олівців, гумку і стандартний чистий аркуш паперу формату А4. Використання будь-яких додаткових інструментів виключається.

Аналіз результатів. Найбільш достовірними вважаються такі особливості малюнка сім'ї: послідовність зображення членів сім'ї, склад зображеної сім'ї, відстань між окремими її членами, величина і ретельність їх промальовування.

Послідовність зображення членів сім'ї свідчить про їх ролі в ній або значимості і (або) авторитетності для дитини. Першим зображується, як правило, або той, хто найбільш емоційно значущий, або член сім'ї, якого дитина боїться, але вважає головним у сім'ї.

У тому випадку, коли дитина малює себе близько з першим по порядку зображення членом сім'ї, який при цьому ретельно промальований, декорований, можна зробити висновок, що саме до нього дитина найбільш прив'язаний. Якщо дитина малює себе на віддалі від першої зображеного члена сім'ї, намальованого до того ж схематично або редукувати, взагалі не малює себе або зображує останнім, то, швидше за все, з цим членом сім'ї у нього пов'язані найбільш негативні емоції, на яких він свідомо чи несвідомо акцентує свою увагу.

Коли дитина зображує першим себе, це, швидше за все, свідчить про те, що він відчуває себе центром сім'ї, її основним членом, навколо якого будуть розташовуватися всі інші. Таке припущення підтверджується в тому випадку, якщо дитина ставить себе на піднесення, детально промальовує власне зображення. Бувають випадки, коли такий малюнок є компенсаторним і показує неблагополуччя дитини. Зображення першими тварин або предметів говорить про неблагополучної сімейної ситуації або про недостатню довіру дитини до психолога.

Якщо фігура матері малюється останньої, можна припустити, що дитина ставиться до неї негативно. Необхідно розуміти, що таке ставлення може бути ситуативним (обумовленим, наприклад, сваркою) або стійким. Зображення останніми інших членів сім'ї не інтерпретується як показник таких відносин.

Зображення сім'ї у повному складі розглядається як один з показників сприятливій сімейній ситуації, але може свідчити про неї тільки в поєднанні з іншими показниками. Присутність в малюнку не проживають в сім'ї дорослих або неіснуючих тварин може говорити про проблемність сімейних взаємин, вираженої потреби в більш теплих емоційних відносинах, нестачі уваги, розмитому поданні про сім'ю, потреби в спілкуванні з однолітками.

Методика «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна

Мета. Визначити тип батьківського ставлення.

Обладнання. Бланк методики, ручка.

Інструкція. На кожне твердження дайте відповідь «так» або «ні».

Аналіз результатів здійснюється за допомогою ключа до тесту.

Ключ до тесту.

Прийняття-відштовхування: 3, 4, 8, 10, 12, 14, 15, 16, 18, 20, 24, 26, 27, 29, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 49, 52, 53, 55, 56, 60.

Образ соціальної бажаності поведінки: 6, 9, 21, 25, 31, 34, 35, 36.

Симбіоз: 1, 5, 7, 28, 32, 41, 58.

Авторитарна гіперсоціалізація: 2, 19, 30, 48, 50, 57, 59.

«Маленький невдаха»: 9, 11, 13, 17, 22, 28, 54, 61.

Порядок підрахунку тестових балів.

При підрахунку тестових балів за всіма ознаками враховується відповідь "вірно".

Високий тестовий бал по відповідним шкалам інтерпретується як:

- відштовхування
- соціальна бажаність
- симбіоз
- гіперсоціалізація
- інфантилізація

Тестовий матеріал (питання):

1. Я завжди співчуваю дитині.
2. Я вважаю своїм обов'язком знати все, що думає моя дитина.
3. Я поважаю свою дитину.
4. Мені здається, що поведінка моєї дитини значно відхилилась від норми.
5. Потрібно як надалі тримати свою дитину від реальних життєвих проблем, якщо вони його травмують.
6. Я відчуваю до дитини почуття прихильності.
7. Гарні батьки відокремлюють дитину від труднощів життя.
8. Моя дитина часто неприємна мені.
9. Я завжди намагаюсь допомогти своїй дитині.
10. Буває так, що знущання над дитиною має велику користь.
11. Я відчуваю смуток по відношенню до дитини.
12. Моя дитина нічого не досягне в житті.
13. Мені здається що діти знущаються над моєю дитиною.
14. Моя дитина часто робить такі вчинки, які окрім смута нічого не варта.
15. Для своїх років моя дитина незріла.
16. Моя дитина веде себе погано, щоб досадити мені.
17. Моя дитина всмоктує в себе як погане як «губка».
18. Мою дитину важко навчити гарним манерам при всьому бажанні.
19. Дитину треба тримати в рамках, тоді з неї вийде порядна людина.
20. Я люблю коли, друзі моєї дитини приходять до нас у гості.
21. Я приймаю участь в вихованні своєї дитини.
22. До моєї дитини «клеїться» все погане.
23. Моя дитина не досягне успіху у житті.
24. Коли в компанії розмовляють про дітей, мені соромно, що дитина не така грамотна, як мені хотілось.
25. Я жалію свою дитину.
26. Коли я порівнюю свою дитину з однолітками, вони здаються мені доросліше за поведінкою, і за судженнями.
27. Я з задоволенням проводжу вільний час зі своєю дитиною.

28. Я часто жалію про те, що моя дитина росте та дорослішає, і з задоволенням згадую її маленькою.
29. Я часто ловлю себе на ворожому ставленні до дитини.
30. Я мрію, про те, щоб моя дитина досягла всього того, чого я не зміг досягти в житті.
31. Батьки повинні пристосуватися до дитини, а не лише вимагати цього від нього.
32. Я намагаюсь виконати всі побажання моєї дитини.
33. При прийнятті родинною рішень слід враховувати думку дитини.
34. Я дуже цікавлюсь життям дитини.
35. У конфлікті з дитиною я часто можу признати, що дитина має рацію.
36. Діти рано дізнаються, що батьки можуть помилятися.
37. Я завжди враховую думку дитини.
38. Я з дитиною підтримую дужні стосунки.
39. Головна причина капризів моєї дитини — егоїзм, упертість и лінь.
40. Не можливо нормально відпочити, якщо проводити відпустку з дитиною.
41. Найголовніше, щоб у дитини було спокійне та безтурботне дитинство.
42. Іноді мені здається, що моя дитина не здатна на гарні вчинки.
43. Я розподіляю захоплення своєї дитини.
44. Моя дитина може вивести з себе кого завгодно.
45. Я розумію смуток своєї дитини.
46. Моя дитина часто роздратовує мене.
47. Виховання дитини – постійна трата нервів.
48. Суворі дисципліна у дитинстві розвиває твердий характер.
49. Я не довіряю своїй дитині.
50. За вимогливе ставлення до дитини, діти дякують потім.
51. Іноді мені здається, що я не навиджу свою дитину.
52. В моїй дитині більше недоліків, ніж достоїнств.
53. Я поділяю інтереси своєї дитини.
54. Моя дитина не в змозі щось зробити самостійно, а якщо і зробить, то обов'язково не так.
55. Моя дитина виростає непристосована до життя.
56. Моя дитина подобається мені така, яка є.
57. Я добре слідкую за станом здоров'я моєї дитини.
58. Часто я пишаюся своєю дитиною.
59. Дитина не повинна мати секретів від батьків.
60. Я не високої думки про якість моєї дитини і не скриваю від неї це.
61. Багато, щоб дитина дружила з тими дітьми, які подобаються її батькам.

**Результати дослідження за методикою «Вибери потрібне обличчя»
Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен**

Респондент	Вісоткові показники за методикою «Вибери потрібне обличчя» Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен
1	60%
2	60%
3	60%
4	70%
5	70%
6	60%
7	60%
8	60%
9	60%
10	60%
11	60%
12	60%
13	40%
14	40%
15	40%
16	40%
17	40%
18	40%
19	40%
20	30%
21	30%
22	30%
23	30%
24	30%
25	40%
26	40%
27	40%
28	40%
29	45%
30	45%
31	45%
32	45%
33	45%
34	35%
35	45%
36	45%
37	45%
38	40%
39	40%
40	40%

Результати дослідження за методикою «Сходинки» В. Щура

Респондент	Кількісна оцінка по показнику за методикою «Сходинки» В. Щура
1	1
2	1
3	1
4	1
5	1
6	1
7	1
8	1
9	1
10	1
11	1
12	1
13	1
14	1
15	1
16	1
17	1
18	1
19	1
20	1
21	1
22	1
23	1
24	1
25	3
26	3
27	3
28	2
29	2
30	3
31	2
32	2
33	2
34	2
35	3
36	3
37	3
38	2
39	2
40	2

Результати дослідження за методикою «Малюнок сім'ї»

Респондент	Результати за методикою «Малюнок сім'ї»
1	Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове.
2	Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове.
3	Зображені всі члени сім'ї та близькі родичі (бабуся, дідусь). Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Також зображені додаткові об'єкти – будинок, дерево. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове.
4	Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове. Крім членів сім'ї промальовані домашні тварини та дерева. Можна прослідкувати ідентифікацію себе з кимось з батьків своєї статі (мамою).
5	Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове. Простежується близькість з братом та ідентифікація з братом та татом.
6	Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове. Простежується тісний психологічний контакт між батьками, вони тримаються за руки та ідентифікація з братом та татом.
7	Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове. Також зображені додаткові об'єкти – будинок, автомобіль.
8	Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове. Крім членів сім'ї промальовані домашні тварини та дерева. Також зображені додаткові об'єкти – будинок, автомобіль.
9	Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове. Більше за всіх на малюнку дитина виділяє свою фігуру, ретельно прорисовані деталі та використані яскравіші кольори.
10	Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове. Також зображені додаткові об'єкти – будинок, автомобіль, дерева. Можна прослідкувати ідентифікацію себе з кимось з батьків своєї статі (татом).

11	<p>Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове.</p> <p>Більше за всіх на малюнку дитина виділяє свою фігуру, ретельно прорисовані деталі та використані яскравіші кольори.</p>
12	<p>Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове.</p> <p>Прослідковується тісний психологічний контакт, персонажі тримаються за руки, відсутня дистанція.</p>
13	<p>Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове.</p>
14	<p>Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове.</p> <p>Також зображені додаткові об'єкти – будинок, гойдалка. Можна прослідкувати ідентифікацію себе з кимось з батьків своєї статі (татом).</p>
15	<p>Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове.</p> <p>Простежується тісний психологічний контакт між батьками, вони тримаються за руки та ідентифікація з сестрою.</p>
16	<p>Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове.</p>
17	<p>Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове.</p> <p>Крім членів сім'ї промальовані домашні тварини та дерева.</p> <p>Також зображені додаткові об'єкти – будинок, автомобіль.</p>
18	<p>Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове.</p> <p>Прослідковується тісний психологічний контакт, персонажі тримаються за руки, відсутня дистанція.</p>
19	<p>Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове.</p> <p>Прослідковується тісний психологічний контакт, персонажі тримаються за руки, відсутня дистанція.</p>
20	<p>Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове.</p> <p>Також зображені додаткові об'єкти – будинок, м'яч, велосипед.</p> <p>Можна прослідкувати ідентифікацію себе з кимось з батьків своєї статі (татом).</p>
21	<p>Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове.</p>

22	Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове. Прослідковується тісний психологічний контакт, персонажі тримаються за руки, відсутня дистанція.
23	Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове. Також зображені додаткові об'єкти – будинок. Можна прослідкувати ідентифікацію себе з кимось з батьків своєї статі (татом).
24	Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове. Крім членів сім'ї промальовані домашні тварини та дерева. Можна прослідкувати ідентифікацію себе з кимось з батьків своєї статі (мамою).
25	Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове. Простежується близькість з братом та ідентифікація з братом та татом.
26	Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове.
27	Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове. Простежується близькість з братом та ідентифікація з братом та татом.
28	Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове. Простежується близькість з братом та сестрою та ідентифікація з братом та татом.
29	Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове.
30	Зображені всі члени сім'ї та близькі родичі (бабуся, дідуть). Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Також зображені додаткові об'єкти – будинок, дерево. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове.
31	Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове.
32	Зображені всі члени сім'ї та близькі родичі (бабуся, дідуть). Єдність загальної структури зображення. Люди зображені правильного масштабу. Також зображені додаткові об'єкти – будинок, дерево. Відсутність пауз, стирання намальованого та штрихування. Зображення різнокольорове.
33	Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури

	зображення. Порушений масштаб. Перемальовування окремих об'єктів, виникнення пауз під час малювання, наявність штрихування. Зображення різнокольорове. Персонаж (брат) віддалений від сім'ї, це може говорити про дистанцію, яку дитина помічає і виділяє її.
34	Зображені всі члени сім'ї, проте над лінією землі(ніби в повітрі). Єдність загальної структури зображення. Порушений масштаб. Перемальовування окремих об'єктів, виникнення пауз під час малювання, наявність штрихування. Зображення різнокольорове. Персонаж (мама) віддалений від сім'ї, це може говорити про дистанцію, яку дитина помічає і виділяє її.
35	Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Порушений масштаб. Перемальовування окремих об'єктів, виникнення пауз під час малювання, наявність штрихування. Зображення різнокольорове. Один персонаж (тато) зображений вище за інших.
36	Зображені всі члени сім'ї, наявна дистанція між персонажами (розірваність членів сім'ї). Єдність загальної структури зображення. Порушений масштаб. Перемальовування окремих об'єктів, виникнення пауз під час малювання, наявність штрихування. Зображення різнокольорове.
37	Зображені всі члени сім'ї, проте над лінією землі(ніби в повітрі). Єдність загальної структури зображення. Порушений масштаб. Перемальовування окремих об'єктів, виникнення пауз під час малювання, наявність штрихування. Зображення різнокольорове.
38	Зображені всі члени сім'ї, наявна дистанція. Єдність загальної структури зображення. Порушений масштаб. Перемальовування окремих об'єктів, виникнення пауз під час малювання, наявність штрихування. Зображені додаткові предмети – будинок, автомобіль. Зображення різнокольорове. Один персонаж (тато) зображений вище за інших.
39	Зображені всі члени сім'ї. Єдність загальної структури зображення. Порушений масштаб. Перемальовування окремих об'єктів, виникнення пауз під час малювання, наявність штрихування. Зображення різнокольорове. Персонаж (тато) віддалений від сім'ї, це може говорити про дистанцію, яку дитина помічає і виділяє її.
40	Зображені всі члени сім'ї, наявна дистанція. Єдність загальної структури зображення. Порушений масштаб. Перемальовування окремих об'єктів, виникнення пауз під час малювання, наявність штрихування. Зображення різнокольорове.

**Результати дослідження за методикою «Опитувальник батьківського ставлення»
А. Варги і В. Століна**

Респондент	Шкала «Прийняття – відторгнення»	Шкала «Кооперація»	Шкала «Симбіоз»	Шкала «Авторитарна гіперсоціалізація»	Шкала «Інфантиліза ція»
1	20	9	7	6	1
2	18	8	7	6	2
3	22	9	3	6	1
4	18	8	4	6	0
5	15	8	4	2	0
6	12	8	4	3	2
7	17	8	4	4	1
8	18	8	4	4	0
9	17	8	4	4	1
10	21	7	3	5	2
11	20	9	5	5	1
12	12	7	3	4	0
13	17	9	5	4	2
14	18	7	5	5	1
15	17	8	5	4	2
16	21	8	4	4	0
17	20	8	4	4	2
18	20	8	4	4	1
19	18	8	4	4	2
20	22	8	4	3	2
21	18	8	4	3	0
22	22	9	5	3	2
23	22	9	5	3	1
24	21	9	5	4	1
25	17	5	4	4	2
26	18	6	4	5	1
27	17	6	2	0	1
28	21	6	2	2	1
29	20	6	2	0	0
30	20	6	2	1	0
31	18	5	2	0	2
32	18	5	2	2	4
33	19	5	2	1	3
34	17	6	2	2	4
35	17	4	2	1	4
36	16	6	2	2	3
37	20	6	2	1	3
38	19	6	2	2	3
39	8	1	1	2	3
40	9	1	1	1	3

**Ранжування результатів за методиками: «Вибери потрібне обличчя» Р. Теммл,
М. Доркі, В. Амен, «Сходинки» В. Щура та «Малюнок сім'ї»**

Респондент	Тест «Вибери потрібне обличчя» Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен	Методика «Сходинки» В. Щура	Методика «Малюнок сім'ї»
1	3	2	2
2	3	2	2
3	3	3	1
4	3	3	1
5	3	3	1
6	3	3	1
7	2	3	1
8	2	3	1
9	2	3	1
10	2	2	1
11	2	3	1
12	2	3	1
13	2	2	1
14	2	3	1
15	2	3	1
16	2	2	1
17	2	2	1
18	2	2	1
19	2	2	1
20	2	3	1
21	3	2	2
22	3	2	2
23	3	3	1
24	3	3	1
25	3	3	1
26	3	3	2
27	2	3	2
28	2	3	2
29	2	3	1
30	2	2	1
31	2	3	1
32	2	3	2
33	2	2	1
34	2	3	1
35	2	3	1
36	2	2	1
37	2	2	1
38	2	2	1
39	2	2	1
40	2	3	1

Дослідження кореляційних зв'язків

Математична обробка здійснювалася за допомогою статистичного критерію Манна-Уїтні на онлайн платформі (<https://math.semestr.ru/>).

	Тест «Вибери потрібне обличчя» Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен	Методика «Сходінки» В. Г. Щур	Методика «Малюнок сім'ї»
Шкала «Прийняття – відторгнення» (методика «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна)	Uemp = 532 при $p \leq 0,05$. Приймаємо нульову гіпотезу.	Uemp = 247 при $p \leq 0,05$. Приймаємо нульову гіпотезу.	Uemp = 76 при $p \leq 0,05$. Приймаємо нульову гіпотезу.
Шкала «Маленький невдаха» (методика «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна)	Uemp = 112 при $p \leq 0,05$. Приймаємо нульову гіпотезу.	Uemp = 304 при $p \leq 0,05$. Приймаємо нульову гіпотезу.	Uemp = 18 при $p \leq 0,05$. Приймаємо нульову гіпотезу.
Шкала «Симбіоз» (методика «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варги і В. Століна)	Uemp = 404 при $p \leq 0,05$. Приймаємо нульову гіпотезу.	Uemp = 209 при $p \leq 0,05$. Приймаємо нульову гіпотезу.	Uemp = 86 при $p \leq 0,05$. Приймаємо нульову гіпотезу.

Психокорекційна програма зниження рівня тривожності дітей старшого дошкільного віку

Завдання:

1. Зниження загального рівня тривожності.
2. Вербалізація почуттів, які дитина буде переживати під час занять.
3. Удосконалення навички саморегуляції та самоконтролю.
4. Актуалізувати почуття страху, позбуватися емоційно-негативних переживань і страхів.
5. Формування позитивного самосприйняття й підвищення упевненість дитини у власних силах.

Перелік методів і форм роботи, які будуть використовуватися під час занять: групова ігротерапія, пісочна терапія.

Обладнання: ящик з піском, іграшки, геометричні форми, різні «чарівні камінці» предмети; магнітофон, запис із спокійною музикою.

Очікувані результати:

1. Зниження загального рівня тривожності у дітей старшого дошкільного віку.
2. Розвиток здатності дітей проговорювати свої почуття, переживання та вподобання.
3. Покращення володіння навиком контролю та регуляцією власної поведінки.
4. Формування адекватної самооцінки та позитивного само сприйняття.
5. Релаксація дошкільників.

Організація занять: програма розрахована на 6 занять по 30-55 хвилин кожне. Заняття проводиться 2 рази на тиждень.

Кількість учнів у групі: 6-8 осіб.

Форма занять: групова.

Тематичний план

№	Структура заняття	Обладнання	Тривалість
1	– Вправа «Вітаю тебе, пісок!» – Вправа «Піщані візерунки» – Вправа «Закопування секретиків» – Вправа «Переможемо страх»	Ящик з піском, іграшки, геометричні форми, різні «чарівні камінці» предмети; магнітофон, запис із спокійною музикою.	8 хв. 10 хв. 10 хв. 5хв.
2	– Вправа «Змійки» – Вправа «Занурення рук в пісок» – Вправа «Незвичайні сліди» – Вправа «Сімейна гра» – Вправа «Візерунки на піску»	Ящик з піском, Комплект фігурок повинен містити: тварин, рослин, будівлі, транспорт, людей.	5 хв. 5 хв. 5 хв. 10 хв. 10 хв.
3	– Вправа «Чарівний пісок» – Вправа «Відбитки наших рук» – Вправа « Піщаний дощик» – Вправа «Тематичний світ»	Ящик з піском, Комплект фігурок повинен містити: тварин, рослин, будівлі, транспорт, людей.	5 хв. 8 хв. 10 хв. 10хв.
4	– Вправа «Міна» – Вправа «Візерунки» – Вправа «У пісочній країні ідуть дощі» – Вправа «Чарівна країна» – Вправа «Комплімент»	Ящик з піском, вода, розпилювач для води, Комплект фігурок повинен містити: тварин, рослин, будівлі, транспорт, людей.	5 хв. 8 хв. 8 хв. 10 хв. 5 хв.

5	<ul style="list-style-type: none"> – Вправа «Загадкові піщані сліди» – Вправа «Відбитки» – Вправа «Краплини піщаного» – Вправа «Хто до нас приходив?» 	Ящик з піском, вода, розпилювач для води, іграшки, геометричні форми.	<ul style="list-style-type: none"> 5 хв. 5 хв. 10 хв. 10 хв.
6	<ul style="list-style-type: none"> – Вправа «Чарівні камінці» – Вправа «Хто до нас приходив?» – Вправа «Піщаний дощ» – Вправи «Живі камінці» 	Ящик з піском, вода, розпилювач для води, фігурки по вибору, негодящий і природний матеріал; магнітофон, аудіокасети із спокійною музикою.	<ul style="list-style-type: none"> 5 хв. 10 хв. 5 хв. 10 хв.

Заняття 1

Вправа «Вітаю тебе, пісок!»

Мета: встановлення психологічного комфорту, формування навички вербалізації власних відчуттів.

Хід проведення: Психолог від імені феї пропонує «ніжно», а потім «сильно» привітати пісок - різними способами, торкнутися до піску.

1. Діти по черзі торкаються піску однією рукою, потім другою, а потім усіма пальцями одночасно.

2. Діти спочатку легенько стискають кулаки разом з піском, а потім з напругою, після чого повільно висипають його в піщаницю.

3. Діти торкаються піску цілою долонею - всередині, а потім зовні.

4. Діти натирають пісок між пальцями, а потім між долонями.

Діти описують і порівнюють те, що вони відчувають: прохолодно чи тепло, приємно чи дискомфортно.

Вправа «Піщані візерунки»

Мета: психоемоційне розвантаження, корекція психічних процесів.

Хід вправи: Попросіть дітей показувати однакові візерунки на піску, шляхом викладання в певному порядку предметів, наприклад: камінці, жолуді, великі гудзики тощо.

Вправа «Закопування секретиків»

Мета: встановлення психологічного комфорту, корекція психічних процесів.

Хід заняття: Дитині пропонується взяти неглибокий кошик, підійти до столу і вибрати фігурки та предмети, які привернули увагу. Однак можна вибрати лише 5-6 предметів. Потім дитину запрошують у піщаницю і просять «таємно» заховати обрані ним фігури та предмети в пісок. Ще одну дитину (яка не бачила, які «таємниці» закопані в піску) просять знайти їх. Викопаючи деталі, які поступово відкриваються, вгадайте, що там заховано, і опишіть (тобто на дотик розгадати знахідку). Діти по черзі ховають «таємниці» і відгадують одне одного, що заховане в піску.

Вправа «Переможемо страх»

Мета: корекція страху, боязливої, становлення позитивного емоційного стану.

Хід проведення: Дорослий просить дитину намалювати свій страх на мокрому та рівному піску. Потім лие воду на малюнок, поки малюнок не зникне (не «змиється») і знову - чиста, гладка поверхня, страх зник. У тому місці, де був намальований страх, дитина створює «смішну картинку» з матеріалів та фігурок, які вона обрала.

Заняття 2

Вправа «Змійки»

Мета: зняття емоційного напруження

Хід проведення: Візьміть змію за голову або хвіст і протягніть по піску. Тепер візьміться за мотузку, як за ручку, і обережно йдіть по зміїній стежці. Потім можна взяти змію за голову і намалювати візерунки: кружечки, петлі, палички.

Вправа «Занурення рук в пісок»

Мета: підвищення тактильних відчуттів, подолання страхів.

Хід проведення: Занурення під керівництвом дорослого всієї кисті в пісок, а потім обережне розкопування кожного пальця дорослим.

Вправа «Незвичайні сліди»

Мета: зняття емоційного та тілесного напруження, розвиток тактильної чутливості.

Хід проведення: «Ведмеді йдуть» - дитина з силою тисне кулаками і долонями на пісок. «Кролики, що стрибають» - кінчики пальців дитини торкаються поверхні піску і рухаються в різні боки. «Повзають змії» - дитина з розслабленими/напруженими пальцями робить поверхню піску хвилястою (в різні боки). «Біг жуків-павуків» - дитина рухає всіма пальчиками, імітуючи рух комах (можна повністю занурити руки в пісок і зустрітися руками під піском - «привітання жучків»).

Вправа «Сімейна гра»

Мета: розвиток здатності проговорення власних побуттів та бажань.

Хід проведення: Діти представляються членами сім'ї та будують спільний світ, який відображає їх справжнє сімейне становище. Потім «світ оживає» - протягом 5-10 хвилин вам пропонують жити у цьому світі, щоб проаналізувати почуття. Потім вони будують «ідеальний світ» з урахуванням потреб кожного, потім йде дискусія, вибирають мініатюри, які можуть допомогти досягти ідеальні сімейні відносини.

Вправа «Візерунки на піску»

Мета: Зняття напруги, емоційно-негативних переживань і страхів.

Хід проведення: Психолог малює візерунок на папері, а діти відтворюють його на піску. Психолог малює початок шаблону, а діти продовжують або пропонують свою версію малюнку. Психолог: «Зараз ми хочемо спробувати прикрасити наш чарівний дім. Зараз ми будемо малювати візерунки, ви можете використовувати іграшки». Створення власного «світу» та відтворення його на піску повинні бути спонтанними для дитини. Це повинні бути їхні почуття і страхи.

2 етап. Обговорення побудованого світу.

На даному етапі діти повинні розповісти про свій світ, описати місце, персонажів, свій емоційний стан, причини дій та діяльності. Це можна зробити у формі казки.

3 етап. Демонтаж піщаного світу.

Після завершення розповіді та детального обговорення героїв, дитина повинна розірвати власний світ.

Заняття 3

Вправа «Чарівний пісок»

Мета: вербалізація почуттів, розвиток тактильно-кінетичної чутливості, зняття емоційної напруги.

Хід проведення: Психолог: «Перед вами пісок. Чи хотіли б ви занурити в нього руки? (Відповідь дитини). Покладіть руки в пісок і поділіться своїми відчуттями (теплі, сухі, кришаться, просипається крізь пальці). Проміжки між пальцями. Ви відчуваєте тепло власних рук? Які спогади (почуття) вас охоплюють? Чи можете ви щось згадати

Давайте виконаємо такі вправи:

- Проведіть долонями по поверхні піску, роблячи зигзагоподібні та кругові рухи.
- Зробіть ті самі рухи, поклавши долоню на бік.
- робити відбитки кулаків; робити химерні візерунки на поверхні піску краями пальм; Знайдіть схожість з іншими предметами (ромашка, сонечко, травинка, дерево, їжак);
- Кожним пальцем чергуйте праву та ліву руки на поверхні піску (можна згрупувати пальці по два, три, чотири тощо).
- грати на поверхні піску, як на піаніно або клавіатурі комп'ютера;
- Занурте руки в сухий пісок і починайте їх рухати. Спостерігайте за зміною піщаної місцевості.

- Виймайте руки з піску, не роблячи різких рухів. Просто рухайте пальцями і здувайте пісок.

Вправа «Відбитки наших рук»

Мета: Вербалізація почуттів. Зняття емоційної напруги.

Хід проведення: На рівній поверхні піску дитина та дорослий по черзі роблять відбитки рук: зовнішньою та внутрішньою стороною. Важливо, щоб ви тримали руку на піску, злегка натискали на нього і відзначали свої почуття. Дорослий починає гру і розповідає про свої почуття: «Я щасливий. Я відчуваю прохолоду (або тепло) піску. Коли я рухаю руками, я відчуваю дрібні піщинки. А як ти відчуваєшся?»

Вправа «Пісочний дощик»

Мета: зняття м'язової напруги.

Хід проведення: Психолог: «У нашій пісочниці може бути незвичайний піщаний дощ та піщаний вітер. Це дуже гарно. Ви можете влаштувати такий дощ і вітер самостійно.»

Інструкція: Дитина повільно, а потім швидко насипає пісок з кулака в пісочницю, на долоню дорослого, або на свою долоню.

Потім дитина кладе руку на пісок із закритими очима, а дорослий насипає пісок на один з пальців. Дитина повинна вгадати, який саме.

Вправа «Тематичний світ»

Мета: Подолання страхів, вербалізація почуттів.

Хід проведення: Наприклад, дітям доручають побудувати світ «Мій дитячий садок», «Моя школа», «Моя сім'я» тощо (залежно від проблеми). Ви можете вести діалоги між героями та грати в міні-вистави з життєвих подій.

Заняття 4

Вправа «Міна»

Мета: психоемоційне розвантаження, корекція психічних процесів

Хід проведення: Рука однієї дитини перетворюється на міну, вона знаходиться у піску у будь-якому положенні, їй потрібно обережно відкопати не торкаючись до неї.

Вправа «Візерунки»

Мета: психоемоційне розвантаження, корекція психічних процесів

Хід проведення: створення візерунків відбитками пальці, кулачків, долонь.

Вправа «У пісочній країні ідуть дощі»

Мета: Навчитися регулювати м'язову напругу та розслаблення; ознайомити з властивостями вологого піску.

Вправа: Психолог: «У нашій піщаній країні іноді бувають дощі, річки та озера. Хочеш подивитися, як це відбувається?»

Психолог ділить пісок у пісочниці на 2-і частини та зображує способи зволоження піску:

- «Тече струмок» - психолог виливає тонкий струмінь води на частину піску.
- «Дощик мрячить» - психолог зволожує решту піску через дифузор (розсіювач).

Психолог інформує дітей про те, що колір і запах мокрого піску змінилися. Потім діти самостійно змочують пісок. Води має бути достатньо для зволоження, щоб жодна дитина не залила пісок. Потім виконуються вправи, подібні до тих, що застосовували сухий пісок: «Сліди».

Вправа «Чарівна країна»

Мета: зняття напруги, вербалізація почуттів, позбавлення емоційно-негативних переживань і страхів.

Хід проведення: Психолог показує, як:

- ідуть ведмеді (кулаки та долоні сильно натискають на пісок);
- кролики пригають (натискання кінчиками пальців);
- повзання змії (пальці роблять лінії).

1-й етап. Сама дитина показує сліди жуків-павуків; Кішки, собаки; Слона; Жаби; видумана тваринка, яка живе у її чарівному піщаному краї. Істотам можуть придумати імена.

2 етап. Побудуйте свій власний світ.

На цьому етапі дитині пропонується можливість побудувати власний світ, придумати персонажі і країну, в якій вони будуть жити. Після того, як діти закінчать, варто обговорити, яких персонажів вона обрала. Що вони роблять? Як почуваються?

Вправа «Комплімент»

Мета: зняття напруги, корегування самооцінки.

Хід вправи: По черзі діти виходять в коло, а інші учасники хвалять, говорять компліменти та називають гарні якості дитини. Вправа закінчується коли всі побували в колі. В кінці всі обіймаються.

Заняття 5

Вправа «Хто до нас приходив?»

Мета: зняття напруги.

Хід вправи: Психолог: «Мене відвідували жителі піщаних країн. І в той час я сама була на гостинах. Допоможіть мені дізнатися, хто прийшов до мене. «

Дорослий пропонує дитині відвернутися, і в цей момент за допомогою пасочок робить барельєфні або високорельєфні відбитки у вигляді різних тварин. Потім дитина відгадує тварину, яка прийшла в гості.

Потім дитина та вчитель міняються ролями.

Вправа «Відбитки»

Мета: розвивати тактильні відчуття, формування навички коментоване мовлення.

Хід вправи: За допомогою пасочки на вологому піску роблять як барельєфні, так і горельєфні відбитки. Використовуються пасочки у вигляді тварин, транспортних засобів, геометричних фігур різного розміру. Психолог і дитина по черзі роблять відбитки на мокрому піску. Потім за словесною підказкою або за задумом дорослого дитина робить серію відбитків, коментуючи свою роботу.

Вправа «Краплини піщого»

Мета: регуляція м'язового напруження; сприяння психоемоційному та м'язовому розслабленню дитини;

Хід гри: Психолог пропонує дітям влаштувати справжній піщаний дощ, в якому кожна крапля - це маленька піщинка. Дитина закриває очі і кладе руку на пісок розсунувши пальці, дорослий насипає пісок на палець, і дитина називає на який саме палець сипався пісок. Потім вони міняються ролями.

Вправа «Загадкові піщані сліди»

Мета: сенсорний розвиток, розвиток творчої уяви, зняття напруги.

Хід вправи: «Тупотіння слонів» - діти стискають кулаки і долоні і натискають на пісок. «Стрибки кенгуру» - кожна дитина б'є кінчиками пальців по поверхні піску і рухається в різні боки. «Подорож гусениці» - діти з розслабленими або напруженими пальцями роблять поверхню піску хвилястою (в різні боки). «Мурашник» - кожна дитина рухає всіма пальчиками, імітуючи рух комах (можна повністю занурити руки. У піску зустрінися руками під піском - «комашки вітаються»). «Абракадабра» - діти залишають безліч слідів ніг на піску і вигадують ім'я для фантастичної тварини, яка залишила такі сліди (згодом цю тварину можна намалювати і зробити з неї мешканця піщаної землі).

Заняття 6

Вправа «Чарівні камінці»

Мета: регуляція м'язового напруження; сприяння психоемоційному та м'язовому розслабленню дитини;

Хід проведення: Психолог заздалегідь закопує в пісок «чарівні камені добра» (різного кольору). Дитині дають щітку (коли пісок сухий) або руками (коли пісок мокрий) і починають (почерзі) відшукувати «секрети». А викопавши частини камінця, потрібно описати його колір.

Потім потрібно взяти у руку «чарівний камінь добра», потримати його та передати іншим - поділитися з усіма дітьми добром каменю та своєю добротою («камінь добра» передається з рук в руки по колу).

Вправа «Хто до нас приходив?»

Мета: Психоемоційне розслаблення, зняття напруги.

Хід вправи: Психолог просить дітей стати господарями та допомогти жителям піщаної країни будувати будинки. Дітям пропонується вибрати необхідний додатковий матеріал (елементи конструктора, гілки, димоходи тощо). І тоді психолог пропонує кожній дитині розмістити «всіх мешканців пісочниці» у побудованому житлі.

Вправи «Живі камінці»

Мета: психоемоційне розвантаження.

Хід проведення: Психолог розміщує камені на піску в довільному порядку і каже дітям, що ці камені колись були живими істотами, але злий чарівник перетворив їх на камені. Потім вихователь пропонує дітям повернути «живі камені» у справжню форму за допомогою різних паличок, каменів, маленьких іграшок, листя каштана, горіхів, малюнків на піску тощо. Діти добудовують або допрацьовують тварину на піску, прикріпивши до камінчиків різні палички або інші підручні матеріали.

Вправа «Пісочний дощ»

Мета: психоемоційне розвантаження.

Хід проведення: Діти заплющують очі і кладуть долоні на пісок з розведеними пальцями. Дорослий насипає пісок на один з пальців, і дитина називає цей палець (вправу можна робити парами).