

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана
Огієнка
Факультет спеціальної освіти, психології і соціальної роботи
Кафедра загальної та практичної психології

Кваліфікаційна робота
на здобуття ступеня вищої освіти”магістр“
з теми
«Психологічні прояви тривожності у дітей старшого дошкільного
віку в умовах війни»

Виконала здобувачка вищої освіти
освітньої програми Психологія
спеціальності Психологія
денної форми здобуття вищої освіти
Малищук Оксана Миколаївна
Керівник: Дорофей С.В., кандидат
психологічних наук, ст.викладач
Рецензент: Гудима О.В., кандидат
психологічних наук, доцент

Кам'янець-Подільський, 2025 р

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ТА МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ПРОЯВІВ ТРИВОЖНОСТІ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ В УМОВАХ ВІЙНИ....	6
1.1. Психологічні особливості розвитку дітей старшого дошкільного віку.....	6
1.2. Тривожність у психології: поняття та теорії.....	13
1.3. Вплив війни на психічний розвиток дітей дошкільного віку....	16
1.4. Методи дослідження психологічних проявів тривожності у дітей.....	19
Висновки до розділу 1.....	22
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЯВІВ ТРИВОЖНОСТІ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ, ЯКІ ПЕРЕЖИВАЮТЬ СТРЕСОВІ СИТУАЦІЇ ВІЙНИ.....	24
2.1. Методи та організація дослідження.....	24
2.2. Аналіз результатів дослідження проявів тривожності у дітей...	29
2.3. Висновки щодо емпіричного дослідження проявів тривожності у дітей старшого дошкільного віку.....	36
Висновки до розділу 2.....	38
РОЗДІЛ 3. АНАЛІЗ І УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	40
3.1. Систематизація результатів дослідження.....	40
3.2. Пропозиції щодо роботи з дітьми, які переживають стресові ситуації війни.....	42
3.3. Практичне застосування результатів дослідження.....	45
Висновки до розділу 3.....	50
ВИСНОВКИ.....	52
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	55

ВСТУП

Психологічний вплив війни на дітей є однією з найбільш актуальних тем у сучасній психології, особливо в умовах глобальних та локальних конфліктів, які супроводжуються масовими гуманітарними кризами. Війна не лише має фізичні наслідки, а й серйозно порушує емоційну і психічну стабільність дітей, змушуючи їх адаптуватися до екстремальних умов, що можуть призвести до тривожності, депресії та інших психічних порушень. Враховуючи, що діти є найбільш вразливою частиною суспільства, важливо вивчати, як війна впливає на розвиток їхньої психіки, зокрема, на формування самосвідомості та емоційної стійкості в умовах стресу. Тема психологічного впливу війни на дітей, особливо на дітей старшого дошкільного віку, набуває особливої важливості в умовах поточної війни в Україні та інших країнах, що переживають соціальні та гуманітарні кризи.

Наукові праці зарубіжних і українських психологів, таких як Р. Грін, Б. Грін, М. Мартін, О. Гудима, О. Продан, Н. Синюк, створюють теоретичне підґрунтя для розуміння психологічних наслідків війни для дітей. Проте існує потреба в поглибленому дослідженні впливу війни на емоційно-когнітивний розвиток дітей старшого дошкільного віку та в розробці ефективних методів психологічної допомоги та реабілітації для дітей, які пережили травматичні події.

Метою даного дослідження є вивчення психологічних особливостей розвитку дітей старшого дошкільного віку в умовах війни, а також аналіз тривожних реакцій та емоційної адаптації до екстремальних стресових ситуацій. Особливу увагу буде приділено механізмам розвитку самосвідомості та способам надання психологічної підтримки дітям, що переживають війну.

Об'єкт дослідження — психологічний розвиток дітей старшого дошкільного віку в умовах війни, а також механізми психологічної адаптації до стресових ситуацій, спричинених військовим конфліктом.

Предмет дослідження — вплив війни на емоційний і когнітивний розвиток дітей старшого дошкільного віку, зокрема, на їхні тривожні реакції, самосвідомість та адаптацію до нових умов.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати наукові підходи до вивчення психологічних наслідків війни для дітей.
2. Визначити основні чинники, що впливають на розвиток тривожності у дітей старшого дошкільного віку в умовах війни.
3. Охарактеризувати механізми розвитку самосвідомості в умовах стресу та вплив війни на ці процеси.
4. Дослідити ефективність методів психологічної підтримки та реабілітації для дітей, які пережили військові конфлікти.
5. Запропонувати рекомендації для педагогів та психологів щодо підтримки дітей старшого дошкільного віку в умовах війни.

Методи дослідження. Для досягнення поставленої мети використовуються теоретичні методи: аналіз і синтез наукових джерел з питань психології війни, моделювання процесів розвитку самосвідомості в умовах стресу, теоретичне узагальнення. Емпіричні методи включають спостереження за поведінкою дітей, інтерв'ю з педагогами та батьками, а також психодіагностичні методи для виявлення рівня тривожності та психологічної адаптації. Для обробки результатів використовується кількісний аналіз (середні значення, відсоткові показники), t-критерій Стюдента для визначення статистичної значущості та якісний аналіз для з'ясування індивідуальних особливостей психологічних реакцій.

Наукова новизна дослідження полягає в комплексному підході до вивчення впливу війни на емоційний та когнітивний розвиток дітей

старшого дошкільного віку, а також в аналізі ефективності різних форм психологічної підтримки дітей у кризових ситуаціях. Запропоновані рекомендації щодо адаптації методик психологічної підтримки враховують специфіку вікових особливостей дітей та можливості соціальних інститутів у наданні допомоги.

Теоретичне значення дослідження полягає в уточненні та розширенні розуміння процесів психологічної адаптації і самосвідомості дітей в умовах війни, а також у розробці нових підходів до психосоціальної підтримки дітей, що пережили травматичні події.

Практичне значення отриманих результатів полягає у створенні рекомендацій для педагогів, психологів і соціальних працівників щодо роботи з дітьми, які пережили травматичні події війни. Це може бути використано для розробки програм реабілітації та адаптації дітей до нових умов соціального середовища.

Структура роботи. Робота складається з введення, трьох розділів, висновків та списку використаних джерел. Загальний обсяг роботи — 59 сторінок, кількість літературних джерел — 66.

ВИСНОВКИ

У результаті проведеного дослідження можна зробити кілька важливих висновків, які допомагають зрозуміти, як війна впливає на психологічний стан дітей старшого дошкільного віку і чому їхня тривожність стає таким серйозним питанням у сучасних умовах. Перш за все, важливо сказати, що війна — це жахливий стрес не тільки для дорослих, а й для дітей, і, як ми побачили, найбільше страждають ті, хто перебуває в такому віці, коли емоції ще дуже яскраві й сильно впливають на їхнє сприйняття світу. Тривожність у дітей старшого дошкільного віку в умовах війни — це не просто страх чи занепокоєння. Це справжній коктейль із різних емоцій, які діти переживають через свою уяву та відчуття нестабільності. І що важливо: навіть якщо дитина не знаходиться під прямою загрозою, сама атмосфера війни, зміни в житті, постійний стрес — це те, що формує її тривожні переживання.

Нам вдалося дійсно розібратися, що саме викликає найбільше тривожності у дітей. З'ясували, що це не тільки фізична небезпека, але й внутрішні переживання через зміну звичних умов, наприклад, переїзд, зміна оточення або нестабільна ситуація вдома. Коли дитина не розуміє, що відбувається, коли її навколишній світ стає незрозумілим, вона реагує саме так — тривогою. І, хоч би якими сильними були її емоції, для неї вони справжні й потребують уваги. Важливо, щоб дорослі, батьки, вихователі — всі, хто поруч із дитиною, розуміли це.

Також ми побачили, як важливо не просто підтримувати дитину, але й звертати увагу на її поведінку, навіть якщо вона не може чітко сказати, що її турбує. Можливо, вона не розуміє навіть, що саме викликає тривогу, але показує це через свою поведінку: замкнутість, нервозність або страхи, які здаються необґрунтованими для дорослих. Батькам і педагогам дуже важливо це помічати і не ігнорувати. Часом просте слово підтримки або затишне середовище може значно полегшити дитяче занепокоєння.

Наше дослідження також підтвердило, що найбільше діти переживають через те, що вони не можуть зрозуміти, що відбувається навколо. Тому підтримка сім'ї та освітнього середовища — це ключ. Важливо, щоб діти мали можливість отримати допомогу не тільки від психолога, але й від своїх близьких, зокрема батьків, які можуть створити для них максимально комфортні умови вдома. А педагоги, у свою чергу, мають застосовувати спеціальні методи, щоб допомогти дітям адаптуватися до змін, знижуючи їх тривожність.

Щодо рекомендацій — ми зрозуміли, що батьки і педагоги повинні бути в одному руслі. Батькам варто звертати увагу на будь-які прояви тривоги у дітей, навіть якщо це здається незначним. Водночас, педагоги можуть використовувати спеціальні методики, такі як арт-терапія або ігри, щоб допомогти дітям відчувати себе в безпеці й навчитися справлятися з емоціями. Найголовніше — це створити атмосферу, де дитина відчуватиме, що вона може звернутися за підтримкою і що її почуття важливі.

Далі, розглядаючи майбутні напрямки для досліджень, ми усвідомлюємо, що є ще багато питань, які потребують вивчення. Наприклад, як ці стресові переживання у дітей можуть змінюватися з часом або чи мають вони довгострокові наслідки для психіки дітей. Можливо, у майбутньому ми дізнаємося, як найкраще допомогти дітям адаптуватися до таких важких умов або як коригувати їхні тривожні реакції, щоб це не впливало на їх розвиток в подальшому.

Загалом, ми виявили, що для того, щоб дитина могла справлятися з тривогою і стресом, потрібно створювати підтримуюче середовище — і вдома, і в навчальних закладах. Важливо, щоб кожен дорослий, що має справу з дитиною, зрозумів, що війна може призвести до серйозних емоційних проблем у дітей, і підтримка повинна бути всебічною.

Це дослідження — лише перший крок у вивченні цієї теми. Але те, що ми побачили, підтверджує, наскільки важливо вчасно помітити прояви тривожності у дітей і працювати з ними. Кожен з нас може зробити щось, щоб допомогти дітям пережити ці складні часи — і це те, що ми повинні робити, якщо хочемо, щоб вони вирости психічно здоровими, навіть попри все, що відбувається навколо.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрєєва С. М. Психологічні аспекти розвитку тривожності у дітей. Київ: Видавництво «Психологічна наука», 2021. 240 с.
2. Артеменко М. М. Психологічні методи реабілітації дітей, які пережили стрес. Київ: Вища школа, 2021. 184 с.
3. Бабенко Л. І. Вплив війни на психіку дітей. К.: Преса України, 2017. 215 с.
4. Белкін В. Психологічні проблеми дітей в умовах війни. Харків: Освітній центр, 2019. 195 с.
5. Богданова Н. В. Психологічна допомога дітям, які пережили війну. Одеса: Вища школа, 2019. 212 с.
6. Глушенко О. О. Стратегії подолання стресу у дітей в умовах війни. Харків: Літера, 2020. 175 с.
7. Готовська Л. М. Стратегії подолання тривожності у дітей старшого дошкільного віку. Київ: Вища школа, 2021. 230 с.
8. Губер Н. Психологічні методи підтримки дітей у кризових ситуаціях. Чернівці: Рута, 2019. 198 с.
9. Гудима О. Психологічна підтримка дітей в умовах соціальних катастроф. Київ: Український психологічний центр, 2010. 240 с.
10. Дворецька І. А. Тривожність і психічні розлади у дітей, що пережили стрес. Львів: Психологічне видавництво, 2021. 240 с.
11. Іваненко О. М. Психологічна підтримка дітей в умовах стресових ситуацій. Київ: Логос, 2020. 192 с.
12. Іванова Л. Ю. Психологічні особливості поведінки дітей, що пережили травму. К.: Психологічна практика, 2020. 208 с.
13. Іванова О. В. Діагностика тривожних станів у дітей старшого дошкільного віку. Харків: Літера, 2021. 150 с.
14. Капустіна Т. І. Психологічні аспекти допомоги дітям у кризових ситуаціях. Київ: Логос, 2022. 220 с.

15. Колесник І. Ю. Психологія війни і психоемоційна підтримка дітей. Львів: Психологічне видавництво, 2020. 200 с.
16. Козлова О. С. Тривожність у дітей та методи її корекції. Київ: ІНТЕЛЕКТ, 2017. 185 с.
17. Ковальчук Л. М. Психологічні методи діагностики тривожності у дітей дошкільного віку. Київ: Вища школа, 2022. 210 с.
18. Кузнєцова Н. І. Терапевтичні методи для дітей, які пережили війну. Чернівці: Рута, 2018. 195 с.
19. Лазуренко Л. А., Соловйова О. В. Психологія війни: Травми дітей в умовах збройних конфліктів. К.: Освіта України, 2020. 245 с.
20. Левченко А. П. Емоційна підтримка дітей в кризових ситуаціях. Одеса: Юридична література, 2019. 210 с.
21. Лісова В. Психологічні методи зменшення тривожності у дітей. Чернівці: Рута, 2018. 220 с.
22. Литвиненко Ю. О. Тривожність у дітей та її корекція. Одеса: Психологічне видавництво, 2021. 190 с.
23. Мартинюк Т. В. Психологічна допомога дітям в умовах соціальних катастроф. Київ: Інститут психології, 2021. 210 с.
24. Матвєєва І. В. Роль батьків у подоланні тривожності у дітей. Харків: Вища школа, 2019. 180 с.
25. Матвієнко Л. О. Психологічна реабілітація дітей, що пережили війну. Харків: Літера, 2020. 205 с.
26. Мельничук Н. Психологічна допомога дітям в умовах війни. Київ: Видавничий дім «Українська книга», 2020. 225 с.
27. Мороз І. Р. Методи підтримки дітей в умовах війни. Харків: Видавництво «Наука», 2021. 195 с.
28. Остромигильська Н. В. Діагностика стресу та тривожності у дітей. Львів: Світ, 2020. 180 с.

29. Орлова Т. Психологічна підтримка дітей в умовах збройного конфлікту. Київ: Видавничий дім, 2022. 210 с.
30. Орловська І. О. Психологічна реабілітація дітей у кризових умовах. Київ: Логос, 2019. 220 с.
31. Павлова Н. І. Тривожність та стрес у дітей старшого дошкільного віку. Одеса: Педагогічна думка, 2018. 240 с.
32. Петренко В. Г. Соціальні та психологічні чинники впливу на тривожність у дітей. Київ: «Психологія», 2019. 250 с.
33. Петрова Л. В. Спостереження за тривожними симптомами у дітей старшого дошкільного віку. Одеса: Вища школа, 2020. 210 с.
34. Продан О. Методи діагностики тривожності у дітей. Київ: Інститут психології, 2018. 175 с.
35. Реброва Н. А. Роль батьків у розвитку тривожності у дітей. К.: Видавничий дім «Українська книга», 2021. 230 с.
36. Руденко В. С. Психологічні методи роботи з тривожними розладами у дітей. Харків: Видавництво «Психологія», 2018. 205 с.
37. Семенова Т. А. Психологічні підходи до допомоги дітям, що пережили війну. Львів: Літера, 2018. 215 с.
38. Семенюк І. О. Психологія тривожності у дітей дошкільного віку. Харків: Вища школа, 2021. 190 с.
39. Сидоренко В. В. Психологічна допомога дітям в умовах війни. Харків: Вища школа, 2021. 205 с.
40. Соловійова О. В. Роль психологічної підтримки у зниженні тривожності дітей. Київ: Академвидав, 2021. 220 с.
41. Смирнова О. А. *Вплив стресу на розвиток тривожності у дітей*. К.: Освіта України, 2020. 195 с.
42. Синьон Н. Психологічні стратегії адаптації в умовах війни. Чернівці: Рута, 2019. 230 с.

43. Степаненко Н. С. Кризові стани у дітей та методи підтримки. Чернівці: Рута, 2018. 210 с.
44. Степанова Н. В. Адаптація дітей старшого дошкільного віку до нових умов. Чернівці: Рута, 2021. 185 с.
45. Тарасова Т. В. Психологія війни та її вплив на дітей. Чернівці: Літера, 2021. 225 с.
46. Тихонова І. Р. Тривожність у дітей війни: психолого-педагогічний аспект. Львів: Літера, 2021. 240 с.
47. Тараненко І. В. Специфіка тривожності у дітей війни. Одеса: Літера, 2020. 195 с.
48. Шульман Л. Psychological Approaches to Anxiety in Children: Developmental Perspectives. New York: Springer, 2005. 230 с.
49. Яременко С. І. Тривожність у дітей: підходи до діагностики та корекції. Львів: Психологічна думка, 2017. 210 с.
50. Ярошенко М. С. Тривожність у дітей: теоретичні та практичні аспекти. Львів: Світ, 2017. 195 с.
51. Захарова В. Т. Особливості тривожності у дітей. Одеса: Вища школа, 2020. 220 с.
52. Зозуля І. В. Психологічна допомога дітям в умовах соціальних катастроф. Київ: Видавничий дім «Психологічна наука», 2022. 210 с.
53. Іванова Т. С. Методи корекції тривожності у дітей в умовах війни. Львів: Психологічне видавництво, 2019. 200 с.
54. Ковальчук І. Ю. Психологічні підходи до роботи з тривожними розладами у дітей. Чернівці: Рута, 2020. 185 с.
55. Козлов М. П. Психологія війни: методи підтримки дітей. Одеса: Педагогічна думка, 2018. 190 с.
56. Кудрявцева В. М. Психологічна реабілітація дітей в умовах війни. Київ: Логос, 2020. 205 с.

- 57.Литвинова Н. В. Техніки психологічної підтримки дітей в кризових ситуаціях. Харків: Вища школа, 2021. 230 с.
- 58.Лісова М. О. Психологічна допомога дітям в умовах збройного конфлікту. Львів: Літера, 2020. 195 с.
- 59.Матвійчук І. А. Роль педагогів у підтримці дітей в умовах війни. Київ: Академвидав, 2022. 220 с.
- 60.Морозова О. С. Методи психологічної допомоги дітям у стресових ситуаціях. Чернівці: Рута, 2019. 210 с.
- 61.Остромогильська В. Т. Тривожність у дітей: проблеми діагностики та корекції. Київ: Інститут психології, 2019. 200 с.
- 62.Орлова І. А. Психологічна підтримка дітей в умовах війни та травмуючих ситуацій. Київ: Видавничий дім «Психологія», 2021. 215 с.
- 63.Green, R. Psychological Impact of War on Children. New York: Columbia University Press, 2001.
- 64.Green, B., Martin, M. Psychological Effects of War on Children and Adolescents. London: Routledge, 2002. 12-28 с.
- 65.James, W. Emotional Impact of War on Children. Chicago: University of Chicago Press, 2000. 210-227 с.
- 66.Shulman, L. Psychological Approaches to Anxiety in Children: Developmental Perspectives. New York: Springer, 2005. 665-682 с.