

Рівненський державний
гуманітарний університет

Студентський дайджест

Збірник наукових матеріалів
здобувачів вищої освіти

№ 6
2022

Рівненський державний гуманітарний університет
Психолого-природничий факультет

Студентський дайджест

збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти

Випуск 6

Рівне, 2022

Студентський дайджест : збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти.
Випуск 6. Рівне : РДГУ, 2022. 136 с.

Головний редактор :

Павелків Роман Володимирович – доктор психологічних наук, професор, перший проректор, завідувач кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету

Виконавчий редактор :

Корчакова Наталія Вікторівна – доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету.

Члени редакційної колегії :

Павелків Віталій Романович – доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри загальної психології та психодіагностики, декан психолого-природничого факультету Рівненського державного гуманітарного університету.

Безлюдна Валентина Іванівна – кандидат педагогічних наук, доцент, професор кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету.

Юрчук Олена Сергіївна – здобувач ступеня PhD кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету за спеціальністю 053 «Психологія».

*Друкується за рішенням Вченої Ради РДГУ
(протокол № 11 від 24 листопада 2022 р.)*

3. Ковшар О. В., Бойко С. П. Аналіз феномену «готовність дітей старшого дошкільного віку до нової соціальної позиції «школяр». *Актуальні проблеми сучасної дошкільної та вищої освіти* : зб. наук. доп. С. 135–141.

4. Курчатова А. В., Вегера Т. М. Мотиваційна готовність дітей старшого дошкільного віку до навчання у школі: співвідношення ключових понять. *Молодий вчений*. 2022. № 9 (109). С. 78–81.

5. Черопіта А. Р. Готовність до навчання в контексті новоутворень дошкільного віку. *Актуальні проблеми психології*. 2013. Вип. 31. Т. 7. С. 273 – 280. URL: <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v7/i31/36.pdf> (дата звернення: 24.11.2022).

УДК: 159.942 – 053.4

ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ВПЛИВУ СТРЕСУ НА РОЗВИТОК ДИТИНИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Сірак Олена, здобувач ОС «бакалавр»

спеціальності 012 «Дошкільна освіта», 2 курс, РДГУ

Науковий керівник: Березюк Т. П., кандидат психологічних наук, доцент

Постановка проблеми. Стрес це невід’ємна частина сучасного життя. Діти сьогодення перебувають у постійному стресі, що викликаний повсякденними турботами, випадковими сварками з родичами, невтішними діагнозами лікарів, війною, смертю близьких. Травмуючі події впливають на поведінку, настрій, психічний та фізіологічний розвиток, можуть виступати тригерами різноманітних хвороб.

У сучасних реаліях від фахівців міждисциплінарної команди вимагається оволодіння інноваційними психолого-педагогічними, методичними компетентностями в галузі вікової та педагогічної психології, що матиме вагомий внесок під час корекційного супроводу процесу подолання стресових станів у дітей та учнів.

Мета дослідження: аналіз психологічних підходів до вивчення особливостей впливу стресу на розвиток дитини дошкільного віку.

Виклад основного матеріалу дослідження: Стрес – це реакція організму на подразники, а подразники – це ситуації. Більшість дітей зараз перебувають у стресі. Це пояснюється тим, що фізіологічні системи організму перевантажуються під впливом емоційних факторів (емоційний стрес) [4].

Проблеми впливу стресу на організм людини вивчали психологи, соціологи, фізіологи, медики (Г. Єберлейн, Р. Бернс, Л. Кижасєв-Смик, Л. Дика, Г. Гребенюк, В. Денісов, Т. Циганчук та інші), які виділили наступні види стресу (табл. 1) [5]. В умовах сьогодення емоційною реакцією на військові події на сході країни у дітей та дорослих може бути травматичний стрес. Травматичний стрес – це нормальна реакція на ненормальні події (події, що виходять за межі звичайного життєвого досвіду людини). За даними сучасних психологічних досліджень, коло людей, що можуть пережити травматичний стрес, досить широке. До нього входять не тільки безпосередні учасники подій, але й члени їхніх сімей, а також ті, що були поруч з подією, або спостерігали за нею через ЗМІ, або навіть чули розповіді про події. Особливо це стосується дітей з огляду на обмеженість їхнього життєвого досвіду, вразливість і незрілість дитячої психіки [1, с. 15].

Стрес викликається зовнішніми та внутрішніми подразниками. Основними поштовхами до виникнення стресу у дитини можна важити: нездорові спадкові чинники; індивідуально-особистісні ознаки; роки та кризи; смерть чи розлука з рідними; катаклізми; втрата довіри до свого близького оточення; відсутність підтримки з боку рідних; фізичні та емоційні перевтоми. Ознаками стресу є: недорозвиток мовлення; агресивна поведінка; погано зосередженість; дитині важко довіряти людям; невпевненість у собі; важко заводять друзів; часті істерики які супроводжуються криком та плачем; відчуття тривожності і страху;

дитина потребує уваги до себе; проблеми з шлунково-кишковим трактом; розлади сну; замкнутість; дратівливість тощо [5].

Таблиця 1

Класифікація видів стресу

| Вид стресу | Характеристика |
|----------------------|--|
| Емоційний | - широке коло змін психічних та поведінкових проявів, що супроводжуються вираженими неспецифічними змінами біохімічних, електрофізіологічних показників та іншими реакціям; - стан напруги чи перенапруження процесів метаболічної адаптації головного мозку, провідних до захисту або пошкодження організму на різних рівнях його організації за допомогою єдиних нейрогуморальних і внутрішньоклітинних механізмів регуляції. |
| Психологічний | - обумовлене «загрозою» емоційне переживання, яке впливає на здатність людини досить ефективно здійснювати свою діяльність; |
| Інформаційний | - виникає в ситуаціях інформаційного перевантаження, коли людина не виконує завдання, не встигає приймати вірні рішення в необхідному темпі певної відповідальності за наслідки прийнятих рішень) |

Діти дошкільного віку й учні загальноосвітніх навчальних закладів мають специфічні реакції на переживання травматичних подій. Дітям, які пережили психологічну травму, досить важко усвідомити, що з ними сталося. Це насамперед пов'язано з їхніми віковими особливостями, їм не вистачає соціальної та психологічної зрілості, життєвого досвіду. Дитина часто не в змозі повністю усвідомити сенс того, що відбувається, вона просто запам'ятовує саму ситуацію і свої переживання в цю мить. Інтенсивність переживань може бути дуже висока для дитини, і вона стає надзвичайно вразливою. Травмовані діти висловлюють свої почуття, пов'язані з пережитим, через поведінку. Так, у дітей дошкільного віку від 4 до 6 років відзначається прагнення до одноманітних ігор, з використанням предметів, що мають стосунок до психотравми. Спектр посттравматичних симптомів у дітей охоплює зміни на фізіологічному, емоційному, когнітивному і поведінкових рівнях [1, с. 18].

Стреси впливають на зміну та розвиток індивідуально-особистісних якостей дитини, яка формується під дією стресорів. При цьому діагностується більш або менш стійкий набір візуальних рис, які обумовлено впливом травми. Проте необхідно зазначити, що окремі стреси мають позитивний вплив на подолання дитячих комплексів – фобія спілкування, страх перед великою аудиторією – і дають можливість набути поведінкових умінь та навичок поведінки в тій чи іншій ситуації [4].

Стресові ситуації безпосередньо впливають на формування особистості дітей, виконують важливу роль у процесі їх соціалізації, коли визначається індивідуальна смислова життєва позиція та формуються стереотипи реагування. Імовірність виникнення стресових психічних розладів, особливо неврозів, залежить від частки стресових факторів, що впливають на дітей, що також важливо у дорослій житті. На думку дослідників, у дитинстві через погану поведінку батьків, їх авторитарність, нетерпимість до інакомислення, надмірну критичність, надмірну вимогливість до дитини, образливість, погані настрої, песимізм або, навпаки, особа має багато відхилень від норма [3].

Коли у дитини вже є стрес, подолати його дошкільнику важко самим, тому потрібна допомога батьків, у деяких випадках й допомога психолога. Рідні можуть допомогти поговоривши з дитиною (зрозуміти що її турбує, підтримати); пограти (провідним видом діяльності дітей дошкільного віку є гра, тому фізичні вправи на свіжому повітрі природним чином знімають стрес, випускаючи гормони гарного самопочуття); необхідно бути зразком

для наслідування (рідні мають бути зразком здорової поведінки, робити все щоб тримати себе під контролем під час стресу); тримайте вашу дитину в курсі очікуваних змін, таких як робота або переїзд; варто слідкувати за тривалістю сну [6].

Одним з сучасних підходів щодо вивчення стресостійкості («резилієнс») у дітей, які постраждали під час військових конфліктів, є так званий соціоекологічний підхід Ю. Бронфенбреннер, 979 р.), що базується на впливі соціального середовища, в якому зростає дитина, на її розвитку, і виокремленні різних рівнів цього впливу. Автор стверджує, що індивідуум у своєму онтогенетичному розвитку розташовується на першому рівні – мікросистемі, яка охоплює його безпосередні активності, набір соціальних ролей і всі міжособистісні стосунки у певному контексті (сім'я, школа тощо). Наступний рівень – мезосистема описує взаємодію двох чи більше таких контекстів (наприклад, взаємовідносини між родиною, школою і групою однолітків). Своєю чергою, зазначені контексти співіснують у межах ширшої субсистеми – екзосистеми, з якою дитина хоча і не взаємодіє безпосередньо, проте вона, навпаки, має значний вплив на саму дитину і її розвиток (наприклад, місце роботи батьків). Врешті, макросистема репрезентує цілісність у вигляді культури або субкультури, що охоплює три нижчих рівні мікро-, мезо-, і екзосистеми. Актуальні застосування цієї теоретичної концепції до розуміння проблем дітей, які перебувають у несприятливих життєвих обставинах, фокусуються на взаємному впливові факторів ризику і факторів захисту на різних рівнях соціоекологічної моделі, а саме сім'ї, школі тощо [1, с. 17].

Висновки. Можна зробити висновок, що стрес у дітей дошкільного віку – це гіперсензитивна неврологічна та психологічна гіперактивність дитини, що характеризується негативними емоціями та страхами, підвищенням наявного рівня особистісної тривожності та зниженням функціонування організму. Симптоми стресу у дітей дошкільного віку можуть проявлятися на когнітивно-емоційному, поведінковому та фізіолого-вегетативному рівнях. Здатність дошкільника до адаптаційних поведінкових зусиль підвищує його ймовірність уникнути почуття безпорадності та проявити стійкість у стресових ситуаціях. І навпаки, чим сильніше відчуття безпорадності у дошкільників, тим вищий ризик розвитку симптомів стресу.

Список використаних джерел

1. Корекційно-розвиткова програма формування стійкості до стресу в дітей дошкільного віку та школярів «Безпечний простір» : навч.-метод. посіб. / С. О. Богданов та ін. Київ : НаУКМА, ГЛПФ Медіа, 2017. 208 с.
2. Макаренко О., Вінс В., Ходос О. Психолого-педагогічні особливості прояву стресу у молодших школярів. *Соціальна психологія*. № 6. 2008. С. 122–130.
3. Наугольник Л. Б. Психологія стресу : підр. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. 324 с.
4. Петьков В. А. Психологічні особливості впливу стресу на загальний розвиток дитини. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*, 2015. № 6 (37). С. 33–36.
5. Погорілко С. В. Психологічна допомога людині в стані стресу. *Психологічна допомога: від кризи до ресурсу. Матеріал. III Всеукр. наук.-практ. форуму (21–26 квітня 2020 р., м. Суми) / за заг. ред. А. В. Вознюк. Суми : НВВ КЗ СОШПО, 2020. С. 128–130.*
6. Прохоренко К. О. Психологічні особливості подолання стресу у дітей молодшого шкільного віку. Кваліф. роб. осв. ступ. – бакалавр. Київ : Національний університет «Києво-Могилянська академія», 2021. 102 с.