

Буц Маргарита Сергіївна
магістрантка факультету фізичної культури, спорту та психології
*Мелітопольський державний педагогічний університет
імені Богдана Хмельницького, Україна*

Наукова керівниця: Зарицька Валентина Василівна
докторка психологічних наук, професорка кафедри психології
*Мелітопольський державний педагогічний університет
імені Богдана Хмельницького, Україна*

ФЕНОМЕН «НОРМАТИВНИХ» СТРАХІВ У ДОШКІЛЬНОМУ ВІЦІ: ФУНКЦІОНАЛЬНЕ ЗНАЧЕННЯ ТА КРИТЕРІЇ ДИФЕРЕНЦІАЦІЇ ВІД ПАТОЛОГІЧНИХ ПРОЯВІВ

Актуальність дослідження дитячих страхів зумовлена зростанням загального рівня тривожності в сучасному соціумі та необхідністю чіткої диференціальної діагностики між етапами нормативного розвитку особистості та початковими проявами психопатології.

Дитячі страхи є невід'ємною частиною психічного розвитку в онтогенезі, виконуючи важливі адаптаційні та захисні функції. У дошкільному віці емоційна сфера дитини характеризується високою пластичністю, що зумовлює появу широкого спектру страхів, які мають нормативний характер. Проте проблема диференціації вікової норми від патологічних проявів залишається однією з найбільш гострих у клінічній психології та педагогіці. Розуміння природи цих страхів дозволяє фахівцям не лише вчасно виявити порушення, а й сприяти гармонійному розвитку особистості дитини.

Еволюційна психологія розглядає страх як базовий механізм виживання. Згідно з концепціями еволюційного розвитку, страх виконує роль інстинктивного охоронця, що сигналізує про потенційну небезпеку. У дошкільника нормативний страх стимулює розвиток уяви та здатності до подолання труднощів. Л. Фелдман Барретт у своїх дослідженнях зазначає, що мозок дитини конструює емоції на основі прогнозів і минулого досвіду, що робить страх важливим інструментом пізнання навколишнього світу [1, с. 215].

Функціональне значення нормативного страху в дошкільному віці виявляється у розвитку механізмів самозбереження та соціальної адаптації. Страх темряви чи незнайомих людей у ранньому віці є природною реакцією на невизначеність, яка сприяє формуванню обережності. О.В. Скрипченко підкреслює, що емоційний розвиток дитини неможливий без переживання всього спектру емоцій, де страх виступає індикатором становлення внутрішньої системи безпеки [2, с. 312].

Особливе місце у вивченні генези дитячих страхів займає еволюційно-когнітивна періодизація, детально описана у працях П. Муріса та К. Ессау. Дослідники встановили, що кожен етап дитинства має специфічні «піки» тривожності, які безпосередньо корелюють із когнітивним дозріванням та розширенням соціального досвіду. Зокрема, у віці 3 років домінують страхи самотності та темряви, що зумовлено розвитком уяви та процесами сепарації. У 5–6 років, внаслідок усвідомлення причинно-наслідкових зв'язків та незворотності часу, на перший план виходять страхи смерті (власної та батьків), війни чи стихійних лих. З початком навчання (7 років) домінуючими стають соціальні страхи: «бути не тим», неспівпадіння з вимогами соціуму та страх оцінювання [3, с. 88–89]. Цей етап є критичним для формування внутрішньої системи безпеки та ціннісного ставлення до життя.

Когнітивний розвиток за Ж. Піаже пояснює появу страху смерті у старших дошкільників як результат формування абстрактного мислення та усвідомлення незворотності часу. Таким чином, поява певних страхів у відповідному віці свідчить про інтелектуальну зрілість дитини. Дж. Каган наголошує на тому, що розвиток когнітивних механізмів дозволяє дитині краще усвідомлювати загрози, що іноді веде до тимчасового зростання рівня тривожності [4, с. 94].

Для практичної діяльності клінічного психолога критично важливим є визначення критеріїв патології страху. Г.Р. Рейдіна та В.В. Яремчук виділяють кілька ключових ознак, за якими страх класифікується як невротичний: невідповідність віковому етапу, надмірна інтенсивність, тривалість понад шість

місяців та значна дезадаптація дитини, що проявляється у порушеннях сну, харчування або соціальної ізоляції [5, с. 143].

Г.Р. Рейдіна пропонує порівняльний аналіз, який дозволяє чітко диференціювати ці стани за п'ятьма основними параметрами:

- Вікова відповідність: Нормативний страх завжди узгоджується з еволюційною періодизацією (наприклад, страх смерті у 6 років), тоді як патологічний є невластивим поточному віку або виглядає як значно «запізніла» реакція на подразники.

- Тривалість прояву: Вікові страхи мають короткочасний, епізодичний характер (зазвичай до кількох місяців). Невротичний же страх вирізняється стійкістю та триває понад пів року.

- Вплив на життєдіяльність: У межах норми страх не стає перешкодою для загального розвитку, гри чи спілкування. Натомість патологія спричиняє глибоку дезадаптацію, що проявляється через порушення апетиту, сну та відмову від соціальних контактів.

- Реакція на логічне переконання: Дитину з нормативним страхом легко заспокоїти раціональним поясненням або залученням до гри. Патологічний страх має ригідний, нав'язливий характер – логічні аргументи дорослих у цьому випадку виявляються неефективними.

- Фізіологічні та соматичні прояви: Норма супроводжується лише помірним і короткочасним напруженням. Для патологічного стану характерні виражені соматичні симптоми: панічні атаки, енурез, тики та інші невротичні прояви.

Патологічний страх, на відміну від нормативного, не піддається логічному заспокоєнню та супроводжується стійкими соматичними реакціями, що робить його ключовим об'єктом для клінічної корекції.

Р.М. Рейпі підкреслює, що патологічний страх є результатом не лише когнітивного дозрівання, а й деструктивного впливу внутрішньосімейних чинників, зокрема батьківської гіперопіки та надмірного контролю, що обмежують автономію дитини [6]. К.А. Ессау, Дж. Лебуше та Т.Х. Оллендік у

своїх лонгітюдних дослідженнях довели, що траєкторія переходу від страху до фобії часто залежить від вродженої емоційної реактивності дитини [7, с. 71]

Для ефективної диференціації типів страху доцільно застосовувати комплексний підхід, що поєднує якісний та кількісний аналіз. Проективні методики, зокрема «Тест тривожності» запропонований Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен, дозволяють виявити не лише наявність конкретних фобій, а й загальний рівень особистісної тривожності та схильність дитини до формування патологічних станів [8]. Кількісна оцінка емоційного фону здійснюється за допомогою розрахунку індексу тривожності (ІТ), який відображає ступінь адаптованості дитини до типових життєвих ситуацій. Стійко високий показник (понад 50%) сигналізує про високу тривожність та ймовірний перехід нормативного страху у стадію невротичного розладу, що потребує негайної психологічної корекції [7, с. 72].

Отже, феномен нормативних страхів є складним багатофакторним явищем. Вони є індикаторами нормального розвитку уяви, інтелекту та системи емоційної регуляції. Завданням фахівців є підтримка дитини на етапах переживання вікових страхів та запобігання їх трансформації в хронічні стани через нормалізацію сімейного середовища та використання методів ігрової та казкотерапії.

Список використаних джерел:

1. Barrett L. F. How Emotions Are Made: The Secret Life of the Brain. Houghton Mifflin Harcourt, 2017. 448 p.
2. Скрипченко О.В., Долинська Л.В., Огороднійчук З.В. та ін. Вікова та педагогічна психологія: навч. посіб. Київ: Каравела, 2015. 448 с.
3. Muris P. Normal and Abnormal Fear and Anxiety in Children and Adolescents. Elsevier, 2007., 614 p.
4. Kagan J. A New View of Emotion and Cognition in Early Childhood. Oxford University Press, 2018. 256 p.

5. Рейдіна Г.Р., Яремчук В.В. Особливості емоційної сфери дітей дошкільного віку. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Педагогіка, соціальна робота. 2018. Вип. 2 (43). С. 142–145.
6. Rapee R. M. Family factors in the development and management of anxiety disorders. *Clinical Child and Family Psychology Review*. 2012. Vol. 15(1). P. 69–80.
7. Essau C. A., Leboucher J., & Ollendick T. H. The developmental trajectories of specific fears in children and adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*. 2017. Vol. 45(1). P. 67–78.
8. Amen E. W., Renison N. A study of the relationship between happiness and anxiety in children by means of a projective technique. *Genetic Psychology Monographs*. 1954. Vol. 50. P. 37–61.