

МІСЬКОВ ГЕННАДІЙ ВАСИЛЬОВИЧ,
аспірант Інститут спеціальної педагогіки
і психології імені Миколи Ярмаченка НАПН України,
(Київ, Україна)

ТРИВОЖНІСТЬ І СТРАХИ ДІТЕЙ

У ДІАГНОСТИЧНИХ ХАРАКТЕРИСТИКАХ

Тривожність і страх – це базові емоційні реакції, які мають захисну природу. Проте в умовах воєнного конфлікту ці стани набувають патологічних ознак, особливо у дітей з особливими освітніми потребами (ООП) [1,2,5]. Нами проаналізовано вікові, типологічні та психосоціальні особливості прояву страхів у таких дітей, а також сучасні методи психодіагностики [3,4] й інтерпретації отриманих даних.

У нормі страхи мають вікову динаміку: наприклад, у дітей до 6 міс. — страх втрати опори, у 3-річних — темрява та розлука з батьками, у 7–10 років — страх смерті, самотності, монстрів. Підлітки 12–14 років переживають страх соціальної неприйнятності, невдач у навчанні, сексуальних труднощів тощо [3]. Втім, у дітей з ООП ці страхи мають інший рівень інтенсивності й специфіки. Так, на тлі нейропсихологічних порушень або сенсорних обмежень зростає ризик порушення адаптації до стресогенних факторів. Серед найпоширеніших сучасних травмівних страхів: повітряна тривога, темрява, відсутність рідних поруч, гучні звуки, ізоляція.

У дослідженні використовувалися валідні психодіагностичні інструменти методик State-Trait Anxiety Inventory (Spielberger, Gorsuch & Lushene, 1970) [2], спостереження за поведінкою й фізіологічними реакціями (Velykodna et al., 2023) [4] та ін. Здійснюється аналіз й оцінка характеристик страху з урахуванням рівня тривожності від віку, гендеру, соціального контексту та стану безпечного середовища. На основі отриманих діагностичних матеріалів складено “Мапу страхів дітей з особливими освітніми потребами” (Рис.) з урахуванням: типу

страху (фізичний, соціальний, екзистенційний), рівня його прояву (інтенсивність, частота), соціального фону (стан родини, досвід переселення, наявність підтримки).

МАПА СТРАХІВ ДІТЕЙ З ООП



Рис. Узагальнена мапа страхів дітей з ООП під час воєнного стану

Серед когорти діагностичних критеріїв тривожності визначено:

- а) фізіологічні реакції (судоми, порушення сну, соматичні скарги);
- б) емоційно-поведінкові (плаксивість, страх темряви, агресія, регресивні дії);
- в) когнітивні (розгубленість, труднощі концентрації, уникнення відповідальності).

За результатами дослідження встановлено, що в умовах воєнного стану діти з ООП демонструють підвищену чутливість до непередбачуваних подій, яка формує основу для розвитку тривалих тривожних розладів, що, безумовно,

потребує систематично організованої психодіагностики, адаптивних втручань, психоедукації і для батьків/опікунів, і для дітей з урахуванням специфіки їхнього вікового, сенсорного розвитку і функціонування.

Таким чином, тривожність і страх у дітей з ООП мають діагностично значущі параметри, що виявляються через соматичні, емоційні та поведінкові маркери і дозволили узагальнити мапу страхів у дітей означеної категорії. Було помічено, що підвищений ризик розвитку невротичних станів ускладнює адаптацію в умовах війни. Своєчасна діагностика, підтримка безпечного середовища та залучення родини потребує вчасної психодіагностики фахівців, адаптивних втручань, психоедукації, що є критичними чинниками зниження психоемоційного функціонування у дітей, задоволення їх потреб у безпеці.

Список літературних джерел:

1. Малинович, Л., Кульбіда С., Міськов Г. (2023). Створення доступного мовного середовища для дошкільників: необхідність і виклики. *Особлива дитина : навчання і виховання*, 112(4), 95-118. <https://doi.org/10.33189/ectu.v112i4.158>
2. Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. (1970). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (Self-Evaluation Questionnaire)*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
3. Токарчук А, Коваль І. (2024). Підвищений рівень тривожності у дітей і підлітків свідків воєнного конфлікту: порівняльний аналіз, прогноз. 30 Вересень 2024. Режим доступу <https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/540>
4. Velykodna, M., Deputatov, V., Horbachova, O., Miroshnyk, Z., Mishaka, N. (2023). Providing Inclusive Primary School Education for Children with Special Educational Needs in Wartime Ukraine: Challenges and Current Solutions. *Journal of Intellectual Disability - Diagnosis and Treatment*, 11(2), 109–123. <https://doi.org/10.6000/2292-2598.2023.11.02.5>

5. Міськов, Г. В. (2023). Діти і війна: досвід екстреної психологічної допомоги. *Освіта осіб з особливими потребами: шляхи розбудови*, 2(25), 155-169. <https://spp.org.ua/index.php/journal/article/view/262>

МЯКУШКО ОКСАНА ІВАНІВНА,
кандидат психологічних наук,
Інститут спеціальної педагогіки та психології імені Миколи
Ярмаченка НАПН України,
(Київ, Україна)

ЗАСПОКІЙЛИВІ СТРАТЕГІЇ І ТЕХНІКИ ДЛЯ УЧНІВ З РОЗЛАДАМИ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОГО РОЗВИТКУ

Розлади інтелектуального розвитку, порушення фізичного та інші проблеми психофізичного розвитку часто супроводжуються появою поведінкових та емоційних проблем. Тож розуміння того, як допомогти учням з порушеннями інтелекту справлятися зі своїми емоціями, може значно вплинути на якість їхнього життя. Особливої актуальності ці знання набувають на тлі тривалої дії стресогенного та такого, що породжує негативні емоції чинника, яким тепер є воєнні дії в Україні.

На сьогодні одним з загальноприйнятих напрямів вирішення поведінкових проблем в учнів із ООП в школі та вдома є їх навчання стратегіям заспокоєння (coping strategies) для керування своїми емоціями та поведінкою [2]. М. Аргайл визначає «рівновагу, спокій та гармонію» навіть в якості одного з чотирьох складових компонентів комунікативної компетентності (як антитезу соціальної тривожності).

Разом з тим встановлено, що учні із ООП відчують труднощі із саморегуляцією (більшості з них важко протистояти відволіканню, зосереджуватися на одній справі, ефективно планувати та організовувати свою