

провідних університетів світу, що стирає межі між провідним закладом освіти та студентом удома, забезпечуючи рівний доступ до сучасної наукової картини світу.

Важливим аспектом нашого дослідження є розробка системи критеріїв і показників сформованості природничо-наукової картини світу, що враховує мотиваційно-ціннісний та когнітивний компоненти. Застосування цифрових технологій дозволяє персоналізувати темп навчання та спосіб подачі матеріалу, що є базовою вимогою інклюзивного підходу. Зокрема, використання програмних середовищ для обробки результатів експерименту спрощує технічну частину роботи, дозволяючи студенту зосередитися на аналізі фундаментальних законів природи.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок. Використання цифрових технологій є потужним інструментом інклюзії, що забезпечує формування цілісної природничо-наукової картини світу через візуалізацію, інтерактивність та адаптивність навчального процесу. Теоретичне обґрунтування та розробка методики, що інтегрує ці засоби, дозволяє підвищити ефективність підготовки майбутніх фахівців у закладах фахової передвищої освіти. Перспективи подальших розвідок полягають в експериментальній перевірці розробленої методики на базі провідних фахових коледжів України.

Список використаних джерел

1. Інклюзивна освіта: навчальний посібник. / Порошенко М.А. - Київ: ТОВ «Агентство «Україна»», 2019. - 300 с.
2. Labster: Virtual Labs for Science. URL: <https://www.labster.com> (дата звернення: 18.04.2024).
3. PhET Interactive Simulations. University of Colorado Boulder. URL: <https://phet.colorado.edu> (дата звернення: 18.04.2024).
4. Scilab: Free and open source software for numerical computation. URL: <https://www.scilab.org> (дата звернення: 18.04.2024).

Олександра Рижкова

здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, спеціальність 231 Соціальна робота, Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка

Ольга Сорока

доктор педагогічних наук, професор,

БЕЗПЕЧНЕ СЕРЕДОВИЩЕ ЯК ЧИННИК ЗНИЖЕННЯ ДИТЯЧИХ СТРАХІВ

У статті проаналізовано роль безпечного середовища у процесі корекції дитячих страхів. Увагу акцентовано на психосоціальній теорії розвитку Е. Еріксона, теорії прив'язаності Дж. Боулбі. Представлено напрями соціально-психологічної реабілітації.

Ключові слова: *страх, дитячий страх, безпечне середовище,*

У сучасний період суспільних змін, що відбуваються на тлі воєнних подій, супроводжуються соціальною нестабільністю та вимушеною міграцією, проблема збереження психоемоційного благополуччя дітей набуває особливої наукової та практичної значущості. Діти як вразлива категорія населення гостро реагують на дестабілізуючі чинники середовища. Найбільш поширеними психологічними наслідками спричинених бойовими діями для дітей є підвищений рівень тривожності, страхи, фобії. Часто у таких дітей спостерігаються страхи, порушення сну, зниження апетиту, прояви агресії або, навпаки, замкненість. Не виключено й виникнення посттравматичного стресового розладу (ПТСР), який потребує професійної допомоги. [7, с. 7]

Аналіз наукових джерел свідчить, що проблема дитячих страхів є предметом міждисциплінарного вивчення та ґрунтовно розкрита у працях зарубіжних і вітчизняних дослідників, зокрема Е. Еріксон, Дж. Боулбі, Л. Виготський, які обґрунтовують визначальну роль соціального середовища у формуванні базового відчуття безпеки, довіри до світу та розвитку емоційно-вольової сфери дитини. Відповідно до положень теорії прив'язаності та психосоціального розвитку, дефіцит стабільного та підтримуючого середовища виступає одним із ключових чинників формування стійких страхів і тривожних станів.

Профілактика негативних емоційних станів, що були спричинені війною є поняттям, що в загальному значенні являє собою попередження впливу стресових реакцій на особистість. Проте варто вказати на багатоаспектність процесу профілактики, адже описуючи даний феном кожен з науковців концентрується на формуванні окремих його складових, таких як резильєнтність, адаптивність, управління стресом, саморегуляція

та самоконтроль, збереження ресурсного стану особистості, запобігання емоційному вигоранню [6, с. 124].

Передусім слід зазначити, що у науковому дискурсі безпечне середовище розглядається як багатовимірна категорія, яка включає фізичний, психологічний та соціальний компоненти. Йдеться не лише про відсутність об'єктивних загроз життю та здоров'ю дитини, але й про створення умов для емоційного комфорту, передбачуваності та стабільності соціальних взаємодій. Відтак, безпечне середовище виступає основою формування базового почуття захищеності, що зумовлює рівень емоційної стабільності дитини.

Згідно з положеннями психосоціальної теорії розвитку Е. Еріксон, на ранніх етапах онтогенезу формується базова довіра до світу, яка безпосередньо залежить від якості середовища, у якому перебуває дитина. Дефіцит безпеки, емоційної підтримки та стабільності спричиняє формування базової недовіри, що проявляється у підвищеній тривожності, страхах та труднощах соціальної адаптації [2, с. 21]. Таким чином, забезпечення безпечного середовища виступає не лише умовою гармонійного розвитку, але й превентивним механізмом виникнення страхів.

Важливим аспектом є також положення теорії прив'язаності Дж. Боулбі, відповідно до якої стабільний емоційний зв'язок із значущим дорослим забезпечує дитині відчуття захищеності. Наявність надійної прив'язаності дозволяє дитині ефективніше долати стресові ситуації, знижує рівень страху та сприяє формуванню адаптивних стратегій поведінки [1, с.53]. У свою чергу, відсутність такого зв'язку або його порушення посилює вразливість дитини до страхів і тривожних станів.

Не менш значущим є фактор передбачуваності та структурованості середовища. Як свідчать результати сучасних психологічних досліджень, наявність чітких правил, стабільного режиму дня та послідовності у поведінці дорослих сприяє зниженню рівня невизначеності, яка є одним із ключових тригерів страху. Дитина, яка перебуває у прогнозованому середовищі, відчуває контроль над ситуацією, що істотно знижує інтенсивність тривожних переживань.

Крім того, соціальний вимір безпечного середовища передбачає наявність позитивних міжособистісних взаємодій із однолітками та дорослими. Підтримуючі соціальні зв'язки сприяють формуванню почуття приналежності, зменшують рівень ізолюваності та виступають ресурсом подолання страхів. У цьому аспекті особливого значення набуває діяльність освітніх і соціальних інституцій, які мають забезпечувати

інклюзивний, толерантний та психологічно безпечний простір для розвитку дитини.

Основними напрямками соціально-психологічної реабілітації особистості виступають:

1) психофізіологічний - процес комплексної діагностики, що дозволяє визначити наявність або відсутність психотравми, ідентифікувати її особливості, здійснивши відповідне якісне психодіагностичне дослідження за допомогою широко відомих методик;

2) психокорекційний - психотерапевтичне втручання, що здійснюється шляхом застосування відповідних технік, серед яких когнітивна психотерапія, трансактний аналіз, психодрама, ауторелаксаційні техніки тощо;

3) соціально-психологічний - індивідуальні консультації з метою подолання кризових станів, психологічний дебрифінг, а також соціально-психологічні тренінги екзистенційної спрямованості.

Усі вищеперераховані заходи, на думку авторів, мають реалізувати основну мету психологічної допомоги та профілактики стресу війни, якою виступає відновлення та підтримка психічного здоров'я [3, с.172].

За результатами теоретичного аналізу проблеми ми встановили, що формування та підтримка безпечного середовища є визначальним чинником у зниженні рівня страху у дітей різного віку. Доведено, що безпечне середовище, яке охоплює фізичні, емоційні та соціальні компоненти, забезпечує базове відчуття захищеності, стабільності та передбачуваності, що, у свою чергу, зменшує прояви тривожності та страху.

Узагальнення наукових підходів (зокрема положень теорії психосоціального розвитку Е. Еріксон) дає підстави стверджувати, що саме в умовах емоційної безпеки формується базова довіра до світу як фундамент психічного благополуччя дитини. Відсутність або дефіцит безпечного середовища, навпаки, підсилює страхи, сприяє розвитку невротичних реакцій і ускладнює процес соціалізації.

Встановлено, що ефективність зниження страхів значною мірою залежить від таких характеристик середовища, як емоційна підтримка з боку значущих дорослих, стабільність і структурованість повсякденного життя, можливість вільного вираження емоцій та наявність позитивних соціальних взаємодій. Саме комплексний вплив зазначених чинників забезпечує формування у дитини навичок емоційної саморегуляції та підвищує її психологічну резильєнтність.

Таким чином, можна стверджувати, що забезпечення безпечного середовища є не лише умовою зниження рівня страху у дітей, але й стратегічним напрямом соціально-педагогічної діяльності, спрямованої на збереження психічного здоров'я та гармонійного розвитку особистості.

Список використаних джерел:

1. Джон Боулбі. Loss. Нью-Йорк: Random House, 1998.
2. Ерік Еріксон. Childhood And Society. Нью-Йорк: Random House, 1995. 397 с.
3. Зливков В. Л., Лукомська С. О., Котух О. В. Надання психологічної допомоги мирному населенню під час війни. Забезпечення психологічної допомоги в секторі Сил оборони України: збірник тез всеукраїнського міжвідомчого психологічного форуму. 2022. №3 (12). С. 171-173.
4. Ігумнова О. Б. Засоби когнітивно-поведінкової терапії у роботі з дітьми, що пережили травмуючі ситуації. Актуальні питання теорії та практики психолого- педагогічної підготовки майбутніх фахівців : тези доповідей X Всеукраїнської науковопрактичної конференції (14 квітня 2022 р.). Хмельницький, 2022. С. 24–26.
5. Кочарян О.О. Тілесно-орієнтована терапія для дітей, що пережили воєнні події. Львів: Видавництво ЛНУ, 2022.
6. Петухова І.О., Заушнікова М.Ю., Каськов І.В. Психологічне благополуччя особистості в умовах війни. Вісник Національного університету оборони України, 2023. № 73(3). С.124–129.
7. Растроста Г. Б. Психологічна допомога дитині у психотравмуючій ситуації. Методичний посібник. Суми: НВВ КЗ СОІППО, 2018. 64 с.
8. Технології забезпечення психічного здоров'я та благополуччя освітнього персоналу в умовах війни та післявоєнного відновлення: монографія / за ред.Л.М. Карамушки. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2024. 288 с.

Вікторія Щербакова,

менеджерка у соціальній сфері,

Харківський обласний благодійний фонд «Соціальна служба допомоги»,

м. Харків

Тетяна Рагозіна,

менеджерка у соціальній сфері,

Харківський обласний благодійний фонд «Соціальна служба допомоги»,

м. Харків

Валентина Костіна,