

## АНОТАЦІЯ

*Бондарчук О.Ю.* Генеза сором'язливості у дітей дошкільного віку. – На правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеню доктора філософії у галузі психології за спеціальністю 053 Психологія. – Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, Київ, 2021.

Дисертація присвячена теоретико-експериментальному дослідженню генези сором'язливості у дітей дошкільного віку.

Проведено аналіз філологічної, філософської, психолого-педагогічної літератури присвяченої проблемі дослідження. Проаналізовано основні підходи (біологічний, соціальний, особистісний) та напрями (психодинамічний, гуманістичний, біхевіоральний, трансакційний) дослідження сором'язливості як психологічного утворення особистості. Зазначено, що у вітчизняній психології сором'язливість вивчалась як властивість особистості, особистісна риса та соціально-набута модель поведінки дошкільника.

Сформульовано визначення сором'язливості у дошкільному віці як психологічного утворення, що супроводжується неспецифічними та неадекватними для дошкільного віку неконтрольованими фізіологічними реакціями (почервоніння, пітливість, прискорене серцебиття) та емоційно-поведінковими (ховання за дорослого, мовчазливість, соціальні страхи, ніяковість, стурбованість, уникання соціальної взаємодії, самотність та ін.) систематичними, ситуативними чи вибірковими виявами дитини у ситуаціях соціальної взаємодії, особливо з незнайомими людьми.

Поглиблено знання про особливості становлення та розвитку сором'язливості особистості, яка включає в себе фізіологічний (прискоренне серцебиття, почервоніння обличчя, важке дихання, пітніння долонь), афективний (нервово-психічна напруга, постійне занепокоєння, стурбованість, тривога, стан дистресу, страх, почуття самотності), когнітивний (постійний аналіз власної поведінки, негативне самооцінювання

та думки про власну неповноцінність, ілюзорно-негативне сприйняття соціального ставлення) та поведінковий (уникання зорового контакту, хаотичність рухів, інтровертованість, соціальна ізолюваність, мовчазливість, низька комунікативність) компоненти, які є соціально та психологічно обумовленими.

Обґрунтовано специфіку становлення сором'язливості у дітей дошкільного віку. Виявлено, що сором'язливість може зумовлюватися раннім чи невідповідним дитячому віку процесом соціалізації, соціальною ізолюваністю, особистісною незначущістю, стилем виховання у родині чи фіксацією «ярлика сором'язливості» на дошкільника, наявністю особистісних страхів, фізичних вад, конфліктом між реальним та ідеальним «Я», низькою самооцінкою, недовірою до себе.

На підставі аналізу наукових джерел та відповідно до специфіки становлення сором'язливості у дошкільному віці, обґрунтовано критерії (самооцінка, комунікативність та дієвість, соціальний та опосередкований страх, потреба у зовнішній підтримці), рівні та показники її вияву у дошкільників. *Низький рівень сором'язливості дошкільників* характеризується позитивним Я-образом, переважно високим рівнем самооцінки, прагненням до лідерства у групі однолітків, емоційною відкритістю, активною комунікативною діяльністю, пізнавальним інтересом, товариськістю, наданням переваги колективним іграм, позитивним сприйняттям турботи інших, відсутністю соціальних страхів. Дошкільникам із *середнім рівнем сором'язливості* притаманна особистісна невпевненість, потреба постійного позитивного схвалення з боку значущого дорослого, наявність амбівалентної, емоційно залежної, поведінки у групі однолітків, тривожність, боязливість, бажання уникнення неприємного стимулу та конфліктних ситуацій, конформність у спілкуванні, підпорядкованість вказівкам вихователя, ситуативна потреба у зовнішній підтримці, вибірковість соціальних страхів. *Високий рівень сором'язливості у дошкільників* окреслюється низькою самооцінкою, тривожністю, конформністю, інтровертованістю, надмірною

сенситивністю та емоційною вразливістю, прагненням емоційної захищеності, усамітненість, самотність у ігровій діяльності або ж повна її відсутність внаслідок внутрішніх страхів, уникання комунікативної взаємодії, мовчазність, особистісна відстороненість та емоційне дистанціювання від однолітків, підозріле та недовірливе ставлення до оточення, негативна реакція на зовнішню підтримку.

Результати констатувального експерименту засвідчили, що у більшості дітей дошкільного віку сором'язливість виявляється на середньому та високому рівнях. Аналіз вікової динаміки вияву сором'язливості у дітей дошкільного віку дозволив простежити її генезу. У *молодшому дошкільному віці (3-4 роки)* сором'язливість набуває систематичних емоційних виявів, які характеризуються високою самооцінкою; виявом неконтрольованих фізіологічних та поведінкових реакцій (почервоніння обличчя, легке тремтіння, ховання за дорослим, погляд з-під лоба); тривожністю, мовчазністю; емоційно-вибірковим спілкування з однолітками (з почуттям переживання незадоволеності від взаємодії); дії дитини орієнтовані на отримання позитивної оцінки від батьків; безпричинне уникання людей, наявність неусвідомлених вибірових соціальних страхів, нав'язаних значущими дорослими. У *середньому дошкільному віці (4-5 років)* сором'язливість проявляється у ситуативних емоційних виявах – низька самооцінка; наявність неконтрольованих поведінкових реакцій (уникання зорового контакту, стримана посмішка, "перебирання" чи доторкання до одягу); стурбованість, тривожність, ніяковіння, обмеженість дій; уникання конфліктних ситуацій; легка образливість; замкнутість як реакція на зауваження дорослих; обмежене коло спілкування; ігрова діяльність переважно споглядальна, з елементами наслідування дій ровесників; усвідомлюванні ситуативні соціальні та соціально-опосередковані страхи, що виникли внаслідок фіксації у пам'яті негативного ситуативного досвіду взаємодії з іншими. У *старшому дошкільному віці (5-6 років)* сором'язливість дитини має характер емоційно-поведінкових виявів у вибірових соціальних

ситуаціях, що визначаються низькою самооцінкою; сензитивністю та емоційною вразливістю, високою тривожністю, нерішучістю, інвертованістю, невпевненістю у собі; замкнутістю, ніяковінням, мовчазністю; небажанням спілкуватися та взаємодіяти з іншими; самотністю; униканням дискомфортних та посилюючих тривогу ситуацій; недовірливим ставленням та переживанням почуття загрози під час отримання допомоги чи піклування з боку інших; наявністю стійких усвідомлюваних соціальних та соціально-опосередкованих страхів; уперше спостерігається вербалізація сором'язливості.

Спираючись на одержані кількісні результати щодо вияву сором'язливості у дошкільному віці й враховуючи визначені психологічні критерії, показники та генезу досліджуваного явища, обґрунтовано модель психологічного супроводу зниження сором'язливості дошкільника, яка дозволила наочно презентувати динамічний аспект зменшення сором'язливості, що виявляється у взаємозв'язку таких складових моделі як профілактична діяльність психолога з батьками і вихователями та корекційна робота з дошкільниками.

Методологічним підґрунтям розробленої програми профілактики та корекції сором'язливості для дітей молодшого, середнього та старшого дошкільного віку стали фундаментальні положення особистісно-орієнтованого та діяльнісного підходів про активний творчий характер особистості, урахування комплексу індивідуальних відмінностей дитини, вікові закономірності, умови та чинники розвитку особистісних якостей дошкільника, розвиток його ініціативності, творчості, комунікативності, самосвідомості, індивідуального начала не лише через взаємодію із соціумом, а й через сюжетно-рольову гру як провідний вид діяльності дошкільного періоду розвитку особистості.

Основною метою розробленої програми профілактики та корекції сором'язливості для дітей молодшого, середнього та старшого дошкільного віку стало зменшення сором'язливості у дітей дошкільного віку засобами

психологічного впливу (комунікативні, ігрові, арт-терапевтичні вправи, казкотерапія, театралізована діяльність) з урахуванням показників сором'язливості та розробка методичних рекомендацій для фахівців психологічної сфери, батьків і вихователів з проблеми усунення сором'язливості у дошкільників. Окреслено основні завдання програми: формування дитячої взаємодії у групі однолітків, яка активізує пізнавальний інтерес у сором'язливої дитини, її ініціативність, сприяє спільній ігровій діяльності та міжособистісній взаємодії; формування позитивного Я-образу дитини, активізація лідерських якостей, пізнавального інтересу, ініціативності та творчості, комунікативності та товариськості; організація просвітницької та консультативної роботи з батьками та вихователями щодо розуміння психологічних особливостей дитячої сором'язливості, внутрішнього світу такої дитини, забезпечення зі сторони дорослих підтримки у процесі усунення сором'язливості дошкільника.

Порівняльний аналіз динаміки змін показників сором'язливості у дітей дошкільного віку до та після формувального експерименту засвідчив, що в експериментальній групі, порівняно із контрольною, відбулися значні кількісні зрушення. Отриманні результати дозволили простежити динаміку змін у експериментальній групі та зробити висновок про те, що програма профілактики та корекції сором'язливості для дітей молодшого, середнього і старшого дошкільного віку є ефективним алгоритмом психологічного впливу на процес становлення сором'язливості у цей віковий період розвитку особистості та дозволяє зменшити або попередити вияв цього психологічного утворення у подальшому житті особистості. Зазначене вказує на доцільність подальшого впровадження запропонованої програми до освітньо-виховного процесу закладів дошкільної освіти.

*Ключові слова:* сором'язливість, дошкільний вік, дитина, генеза сором'язливості дитини дошкільного віку, рівні сором'язливості, модель психологічного супроводу зниження сором'язливості дошкільника, соціально-психологічні умови сором'язливості дитини, соціальні страхи, самооцінка,

комунікація.

## SUMMARY

*Bondarchuk O. Yu.* Genesis of shyness in preschool children. – Manuscript.

The thesis for getting a scientific degree of Doctor of Philosophy in Psychology according to speciality 053 Psychology. – National Pedagogical Dragomanov University, Kyiv, 2021.

The dissertation is devoted to the theoretical and experimental study of the genesis of shyness in preschool children.

The analysis of philological, philosophical, psychological and pedagogical literature devoted to the research problem is carried out. The main approaches (biological, social, personal) and directions (psychodynamic, humanistic, behavioral, transactional) research are analyzed of shyness as a psychological formation of personality. It is noted that in domestic psychology, shyness has been studied as a personality trait, personality trait and socially acquired model of preschooler behaviour.

The definition of shyness in preschool-age as a stable psychological formation, accompanied by nonspecific and inadequate for preschool uncontrolled physiological reactions (redness, sweating, palpitations) and emotional-behavioral (hiding behind an adult, taciturnity, social fears, awkwardness, unrest, avoidance of social interaction, loneliness, etc.) systematic, situational or selective manifestations of the child in situations of social interaction, especially with random people.

In-depth knowledge of the peculiarities of the development of personality shyness, which includes physiological (rapid heartbeat, flushing, shortness of breath, sweating palms), affective (mental stress, constant anxiety, worry, anxiety, distress, fear, feelings), cognitive (constant analysis of one's behaviour, negative self-esteem and thoughts about one's inferiority, illusory-negative perception of social attitude) and behavioural (avoidance of eye contact, chaotic movements, introversion, social isolation, silence, low communicativeness) components and social psychologically conditioned.

The specifics of the development of shyness in preschool children are

substantiated. It was found that shyness can be caused by early or inappropriate childhood socialization process, social isolation, personal insignificance, family upbringing style or fixing a "label of shyness" on the preschooler, the presence of personal fears, physical defects, the conflict between real and ideal "I", low self-esteem, self-doubt.

Based on the analysis of scientific sources and by the specifics of the development of shyness in preschool age, the criteria (self-esteem, communication and effectiveness, social and indirect fear, the need for external support), levels and indicators of its manifestation in preschoolers are substantiated. The *low level of shyness* of preschoolers is characterized by a positive self-image, mostly high self-esteem, desire for leadership in a peer group, emotional openness, active communication, cognitive interest, camaraderie, preference for team games, positive perception of caring for others. Preschoolers with an *average level of shyness* are characterized by personal insecurity, the need for constant positive approval from a significant adult, the presence of ambivalent, emotionally dependent, peer behaviour, anxiety, timidity, desire to avoid unpleasant stimuli and conflict in conflict situations, conflict, situational need for external support, selectivity of social fears. *High levels of shyness* in preschoolers are characterized by low self-esteem, anxiety, conformity, introversion, oversensitivity and emotional vulnerability, the desire for emotional security, loneliness, loneliness in play activities or its complete absence due to internal fears, mutual fears, alienation and emotional distancing from peers, suspicious and distrustful attitude towards others, negative reaction to external support.

The results of the observational experiment showed that for most preschool children, the manifestation of shyness is at medium and high levels. Analysis of the age dynamics of shyness in preschool children allowed us to trace its genesis. In *the early preschool years* (3-4 years) shyness acquires systematic emotional manifestations, which are characterized by high self-esteem; manifestation of uncontrolled physiological and behavioural reactions (redness of the face, slight trembling, hiding behind an adult, a look from under the forehead); anxiety, silence;

emotional and selective communication with peers (with a sense of dissatisfaction with the interaction); the child's actions are focused on receiving a positive assessment from the parents; unreasonable avoidance of people, the presence of unconscious selective social fears imposed by significant adults. In the *middle preschool age* (4-5 years) shyness is manifested in situational emotional manifestations – low self-esteem; the presence of uncontrolled behavioural reactions (avoidance of eye contact, restrained smile, "sorting" or touching clothes); anxiety, worry, embarrassment, limited action; avoidance of conflict situations; mild aggression; isolation as a reaction to the comments of adults; limited range of communication; play activities are mostly contemplative, with elements of imitation of peer actions; awareness of situational social and socially-mediated fears that have arisen as a result of fixing in memory the negative situational experience of interaction with others. In the *senior preschool age* (5-6 years) the child's shyness has the character of emotional and behavioural manifestations in selective social situations, which are determined by low self-esteem; sensitivity and emotional vulnerability, high anxiety, indecision, introversion, self-doubt; isolation, embarrassment, silence; reluctance to communicate and interact with others; loneliness; avoiding uncomfortable and alarming situations; mistrust and feelings of threat when receiving help or care from others; the presence of persistent perceived social and socially-mediated fears; for the first time there is a verbalization of shyness.

Based on the obtained quantitative results on the manifestation of shyness in preschool age and taking into account certain psychological criteria, indicators and genesis of the studied phenomenon, the model of psychological support of shyness reduction in preschoolers is substantiated, which allowed presenting components of the model such as educational and counselling activities of a psychologist with parents and educators and correctional and developmental work with preschoolers.

The methodological basis of the developed program of psychological support to reduce the level of shyness in preschool children were the fundamental provisions of personality-oriented and activity approaches to the active creative nature of the

individual, taking into account the complexity of individual differences, age patterns, conditions and factors of personal qualities of preschoolers. , creativity, communicativeness, self-awareness, individual beginning not only through interaction with society, but also through plot-role play as a leading type of activity of the preschool period of personality development.

The main purpose of the developed program of psychological support was to reduce the level of shyness in preschool children using psychological influence (communicative, playful, art-therapeutic exercises, fairy tale therapy, theatrical activities) taking into account the indicators of shyness and development of guidelines for psychological professionals, parents and educators on the problem of eliminating shyness in preschoolers. The main objectives of the program are outlined: the formation of children's interaction in a group of peers, which activates the cognitive interest of a shy child, his initiative, promotes joint play activities and interpersonal interaction; formation of a positive self-image of the child, activation of leadership qualities, cognitive interest, initiative and creativity, communication and camaraderie; organization of educational and counselling work with parents and educators to understand the psychological characteristics of child shyness, the inner world of such a child, providing support from adults in the process of eliminating the shyness of the preschooler.

A comparative analysis of the dynamics of changes in the rates of shyness in preschool children before and after the formative experiment showed that in the experimental group, compared with the control, there were significant quantitative changes. The obtained results allowed us to trace the dynamics of changes in the experimental group and to conclude that the psychological program accompanying the reduction of shyness in preschoolers is an effective algorithm of psychological influence on the development of shyness in this age period of personality development, psychological education in the later life of the individual. This indicates the feasibility of further implementation of the proposed program in the educational process of preschool education.

*Keywords:* shyness, preschool age, child, the genesis of shyness of preschool

child, levels of shyness, model of psychological support of preschooler shyness reduction, socio-psychological conditions of child shyness, social fears, self-esteem, communication.

## **СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ**

### **Статті в наукових фахових виданнях України**

1. Бондарчук О.Ю. Специфіка становлення сором'язливості у дітей дошкільного віку. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки*. Київ, 2017. № 6(51). С. 46–53.
2. Бондарчук О.Ю. Психологічні особливості прояву сором'язливості у дітей молодшого дошкільного віку. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки*. Київ, 2020. № 9(54). С. 21–31.
3. Бондарчук О.Ю. Психологічні особливості сором'язливості у дітей дошкільного віку. [\*Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія «Психологія»\*](#). Київ, 2020. № 1(11). С. 10–14.

### **Статті у зарубіжних фахових періодичних виданнях та збірниках,**

#### **включених до міжнародних наукометричних баз:**

4. Bondarchuk, O. Psychological technology of working with shy preschoolers. *Colloquium-journal*. Warszawa, 2021. №6(93), część 2. P. 10–12.
5. Voloshyna, V., & Bondarchuk, O. Age dynamics display of shyness in the preschool child. *Modern Science – Moderní Věda*. Praha, 2021. №1. P. 97–106.

### **Праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації**

6. Бондарчук О.Ю. Відмінність понять «сором'язливість», «сором» та «соромливість»: психологічний аспект. *Specialized and multidisciplinary scientific researches: Collection of scientific papers «ΛΟΓΟΣ» with Proceedings of the International Scientific and Practical Conference (Vol.4), December 11, 2020*. Amsterdam, The Netherland. Amsterdam, 2020. P. 19 –21.
7. Bondarchuk, O. Program of psychological support to reduce shyness in preschool

children. *Theoretical and practical scientific achievements: research and results of their implementation*: collection of scientific papers «SCIENTIA» with Proceedings of the I International Scientific and Theoretical Conference (Vol. 4), February 12, 2021. Pisa, Italian Republic. Pisa, 2021. P. 8–10.