

Олена Василівна Завгородня доктор психологічних наук, провідний науковий співробітник Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України (м. Київ)

Лариса Борисівна Макіна психолог ДНЗ № 541 (м. Київ)

Тетяна Сергіївна Сущинська кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри прикладної психології та логопедії Бердянського державного педагогічного університету (м. Бердянськ)

ЕМОЦІЙНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ТА ЕКСПРЕСІЯ ДОШКІЛЬНИКІВ

Суттєвим чинником емоційних проблем дитини виступають неконструктивні емоційно-експресивні практики родини, в якій росте дитина. Ці практики можуть бути традиційними для сім'ї, постійно відтворюватися, передаватися від старшого покоління до молодшого, також можуть бути надбані в результаті травматичних переживань (Sorrento 2009). Неконструктивні емоційно-експресивні родинні практики можуть бути модифіковані новим поколінням за формою, не втрачаючи своєї деструктивної суті, але можуть і суттєво змінитися в позитивному напрямку, стати більш конструктивними, різноманітними і творчими. Емоційне неблагополуччя дитини зазвичай сигналізує (як «симптом») про проблеми родини (які можуть бути приховані для дослідника); водночас дитина може виступати не тільки жертвою таких прихованих проблем, але й стати агентом позитивних змін, зокрема, це стосується експресивних практик.

У широкому сенсі психологічне благополуччя можна охарактеризувати як стан оптимального освоєння переживань, внутрішньої інтегрованості і конструктивного самовираження в життєвій практиці. Критеріями психологічного благополуччя людини, незалежно від віку, можуть бути такі характеристики: допитливість, інтерес до різних форм життя, особливо до живих істот; пізнавально-творча діяльність (відповідно до індивідуальних і вікових можливостей), самомотивація життєвої практики (переважання внутрішньої мотивації над зовнішньою), збалансованість часової перспективи,

конструктивність життєвої практики (деструктивний компонент підпорядкований конструктивному), позитивний благодотворний вплив на оточення. Відповідно, характеристики психологічного неблагополуччя – це байдужість, пасивність, переважання зовнішньої мотивації, деформація часової перспективи, страх самовираження, руйнівний вплив на оточення (Завгородня, 2007).

Дитина демонструє відносно психологічне благополуччя в умовах, що забезпечують гармонізацію імпульсів її внутрішньої реальності (потреб, прагнень) з зовнішніми вимогами. Втрата психологічного благополуччя пов'язана з появою (або хронічною наявністю) в житті дитини зовнішніх проблем і / або внутрішніх ускладнень, непідсильних (непосильних) для неї. У цьому контексті важливо ввести поняття посильних (підсильних) і непосильних (непідсильних) труднощів і ускладнень. Підсильними труднощами, ускладненнями є ті, з якими дитина може впоратись, водночас набути досвід копінгу, стати більш компетентною. Непідсильними є труднощі, з якими дитина не може впоратися, що викликає в неї почуття безпорадності, страх самовираження, а також потребу відгородитися від внутрішньої реальності як джерела болісних переживань. Індивідуальні відмінності психологічного благополуччя залежать від рівня здібностей (в тому числі інтраперсональних, важливих для оволодіння внутрішньою реальністю), а також окремих «слабких ланок», сфер підвищеного ризику, наприклад, у зв'язку з акцентуаціями характеру. Відповідно, те, що під силу для однієї дитини, непосильно для іншої. Підсильні труднощі і протиріччя «зміцнюють» дитину, оскільки вони сприяють збагаченню її досвіду та розвитку її власних технологій подолання руйнівних впливів. Профілактика психологічного неблагополуччя полягає не в створенні тепличних умов (оберігання дитини від труднощів, протиріч, складних переживань), а в тому, щоб приділяти увагу внутрішньому світу дитини, створювати сферу емпатійної співучасті і допомоги, вчасно відкриваючи свій конструктивний досвід дитині, тим самим сприяючи розвитку її інтраперсональних здібностей. Критично важливими для

психологічного благополуччя дитини є періоди різкого зростання зовнішніх труднощів і стрімкого ускладнення і зростання суперечливості внутрішнього світу. Особистісний розвиток дитини дошкільного віку значною мірою залежить від її близького оточення. Згідно з концепцією Т. Таппа, існують відмінності, а іноді й суперечності між, з одного боку, соціальною адаптацією і соціалізацією і, з іншого – персоналізацією, що забезпечує можливість самореалізації особистості. У навчально-виховному процесі адаптація і соціальна інтеграція не повинні витіснити персоналізацію (Тарр, 1988). Необхідність адаптації до дисгармонійного мікросоціального середовища, зокрема, обтяженого значними психологічними проблемами родинного оточення, може привести до втрати дитиною автентичності, уповільнити її вольовий і творчий розвиток, а також деформувати її емоційність. Я. Корчак підкреслював цю небезпеку: «...зробити дитину зручною, послідовно, крок за кроком, ми намагаємося заглушити, придушити, знищити все, що є волею дитини і свободою її духу, виявом її вимог і намірів. Гречна, слухняна, гарненька, зручна дитина, і немає думки, що вона буде внутрішньо безсила і духовно слабка». Форсування підготовки до школи також може мати негативний вплив на психологічне благополуччя дитини, коли підготовка здійснюється без урахування вікових та індивідуальних особливостей дошкільника, без звернення до гри, казки, руху і образу. Батьки можуть знецінювати все зазначене, ставлячи перед дитиною завдання, ніяк не пов'язані з її бажаннями та ініціативою. Ми розглядаємо емоційний розвиток дитини як процес ускладнення і збагачення емоційної сфери в її змістовних і інструментальних вимірах, включаючи розширення можливостей довільного творчого вираження своїх почуттів (Завгородня, Гордова, 2010).

Емоційне благополуччя базоване на первинній довірі дитини до світу, на стійкому позитивно-емоційному самосприйманні, є провідною складовою суб'єктивного відчуття благополуччя, описаного А. Фернкхелем, П. Хайвенном (Fernkhel, Khayven, 2001).

Для вивчення особливостей емоційної сфери дітей та виявлення випадків емоційних проблем досліджено 108 дітей (52 хлопчиків, 56 дівчаток), які відвідували дитячі садки (ДОЗ) №541 (Київ), №1 і №41 (Бердянськ). В ході дослідження використано методи: спостереження, бесіди, тест «Будинок-Дерево-Людина» (Дж. Бук), тест «Дитячої тривожності» (R. Temple, M. Dorkey, V. Amen), модифікована карта спостереження (Д. Стотт), модифікації тесту М. Люшера, методики А. Прихожан, шкали Т. Дембо – С. Рубінштейн. Модифікації методик (колірного тесту М. Люшера, методики «Намалюй себе» А. Прихожан, шкали Т. Дембо – С. Рубінштейн) здійснювалися з урахуванням досвіду психодіагностичної роботи з дітьми дошкільного віку проводилися під час і в контексті гри «Я в чарівному місті». Пропозиція психолога створити «чарівне місто» на аркуші паперу (в якому почуття людей відображаються в кольорах їх капелюхів та інших предметів одягу) спрямована на те, щоб зробити тестові завдання цікавими для дитини, створити умови для їх виконання, а також дозволило спостерігати емоційні реакції дітей під час тестування. Бесіда з дитиною використовувалася на різних етапах дослідження для встановлення позитивного емоційного контакту з дитиною, залучення в спільну ігрову діяльність, емпатійного слухання дитини, мотивації до виконання завдань, допомоги в словесному позначенні різних почуттів, роз'яснень.

Також вивчалася здатність дітей висловлювати свої почуття (інструментальна складова емоційної сфери). Акцент був зроблено на невербальній тілесно-руховій експресії. Вивчення здатності до довільного невербального самовираження дітей проводилося на основі діагностичної процедури, розробленої Т. Сущинською (2016).

Дані, отримані в емпіричному дослідженні, вказують на такі тенденції: у 36% дітей спостерігається високий рівень тривожності, у 22% – агресії, у 23% – депресії, а у 20% дітей – високий рівень емоційно позитивних станів. Емоційне благополуччя – це стійке домінування позитивних емоційних станів (щастя, радість), яке не виключає негативних емоцій, якщо вони конструктивно виражені (наприклад, у творчій грі). У свою чергу, емоційне неблагополуччя – це стійке переважає негативних емоційних станів

дитини, пов'язане з недовірою до самого себе і світу (Завгородня, Гордова, 2010). Узагальнення даних дало змогу виявити таке співвідношення рівнів емоційного благополуччя дітей: 22,4% – високий рівень (емоційно благополучні діти); 37% – середній (недостатньо емоційно благополучні); 40,6% – низький (емоційно неблагополучні діти). Високий рівень передбачає відносно низькі показники негативних емоційних станів і відносно високі – позитивних; середній – невисокі показники тривожності, депресії, агресії, й водночас – низькі показники позитивних емоцій (також занадто мінливі показники емоцій різного забарвлення, що свідчить про вираженість амбівалентних станів); низький рівень передбачає відносно високі показники емоційно негативних станів і відносно низькі – позитивних.

Бесіди з вихователями показали, що як симптоми емоційного неблагополуччя дитини вони розглядають деструктивну поведінку; розгальмованість, постійні конфлікти, агресію; емоційну нестійкість, лабільність, неадекватність експресії (міміка, пози, жести не відповідають реальній ситуації); страх, коли дитина сильно боїться всього незвичного; також – пасивність, апатію, пригніченість. Педагоги відзначають, що кожна дитина виявляє свої емоції по-різному. Деякі емоційно неблагополучні діти проявляють апатію, байдужість, відсутність зовнішнього вираження емоцій; у інших дітей – неконтрольовані буйні емоційні вияви, діти не стримують роздратування, злість тощо. Діти, які переживають гнів, злість або страх, пригніченість, зазвичай відчувають себе нещасними, не надто коханими, часто самотніми.

Ми також вивчали тілесно-рухову експресію дітей як невербальну експресію найбільш природну для дитини, доступну без спеціальної підготовки (музичної, художньої тощо). Згідно з нашими спостереженнями, здатність дітей дошкільного віку висловлювати свої почуття має різні форми; діти використовують пантоміму і міміку різною мірою свідомо, довільно і оригінально. Деякі діти можуть пояснити, як виразити ті чи інші емоції за допомогою міміки і рухів тіла. Це можуть бути рухи, пов'язані з досвідом емоційно значущих ситуацій в житті дитини або інших людей, персонажів казок або фільмів – міміка і пантоміма, що відповідають прийнятим в культурі моделям вираження певних емоцій або їх індивідуалізовані варіації. Діти

також можуть висловлювати свій поточний стан, демонструвати рухи (міміку і пантоміму), не пов'язані із завданнями психолога. Рухи дитини можуть бути хаотичними, некерованими, розгальмованими; також може спостерігатися невиразність, обмеженість, бідність рухів дитини, чий спроби самовираження систематично придушувались оточенням. Довільне невербальне вираження емоційних станів передбачає здатність дитини спостерігати себе і інших, постійну практику самовираження, сформованість базових емоційно-виразних рухових комплексів. 20,4% дітей показали високий рівень здатності до вільної невербальної експресії, 30,6% – середній, 49,2% – низький.

Діти з низьким рівнем здатності до вільної невербальної експресії часто демонструють рухи, які не відповідають завданню. Для них важко показати (на прохання психолога) певну емоцію. Уникають самовираження в іграх, можуть відмовлятися від завдань, пов'язаних з вираженням себе. Їх рухи переважно мимовільні і не усвідомлені, репертуар рухів обмежений.

Діти із середнім рівнем здатності до вільної невербальної експресії показують недостатність виразних засобів; Використовується переважно міміка, виразність обличчя, тіло часто залишається нерухомим. Рухи не повністю відповідають заданому дослідником образу (з певним емоційним змістом, наповненням), але про цей зміст можна здогадатися. Неповне, часткове входження в роль, непослідовність рухів, міміки, пантоміми. До середнього рівня також часто експерти зараховували дуже рухливих нестримних дітей. Такі діти зазвичай мають суперечливі результати: деякі завдання виконують добре, деякі – ніяк не можуть виконати (загальні результати мають тенденцію до середніх значень).

Діти з високим рівнем здатності до вільної невербальної експресії показують різноманітне, оригінальне вираження емоцій за допомогою виразів обличчя, пантоміми, вокалізації. Вони використовують прийняті в культурі засоби, експресивні моделі або їх індивідуалізовані варіації, відповідні творчим завданням. Перформенс (показ) здійснюється засобами всього тіла. Діти виявляють пластичну творчість, артистизм, яскравість створюваних

образів. Вони здатні сприймати свої емоції і реакції свого тіла, символізувати переживання засобами тілесної експресії, таким чином передавати інформацію про свій досвід іншим. Показані ними (на прохання психолога) емоційні стани персонажів легко зрозуміти. Для хлопчиків простіше зображати стенічні негативні стани: гнів, лють, для дівчат – астенічні (сум, образу). Істотних відмінностей у дівчат і хлопчиків в експресії позитивних емоцій не спостерігалися. Слід зазначити, що показники невербальної експресії 5-річних дітей (1,34) не сильно відрізняються від показників 6-річних (1,46) (як у старших, так і молодших дітей спостерігалися значні індивідуальні відмінності). Це говорить про те, що здатність до довільної невербальної експресії не розвивається сама по собі з віком незалежно від умов в родині і в дитячому садку; а форсування підготовки до школи в старших групах дитячого садка, також додаткові заняття, які батьки організують для своїх дітей вечорами і на вихідних, не сприяють розвитку експресивності дошкільнят, а навпаки можуть гальмувати її розвиток. Водночас серед емоційно благополучних дітей більше половини (58,3%) показали високий рівень експресивних здібностей, тоді як більшість дітей з емоційними проблемами показали низький рівень таких здібностей (66,6%).

Визначено середні показники довільної невербальної експресії у дітей з різним рівнем емоційного благополуччя: найвищі показники довільного вираження руху мали емоційно благополучні діти (2.05), трохи нижче – діти з недостатнім емоційним благополуччям (1,54), найнижчий – емоційно неблагополучні діти (1.24) . Відмінності в показниках першої та третьої груп дітей – статистично значущі ($t = 6,96$, при $p < 0,001$). Виявлений позитивний зв'язок спонукав до розробки та апробації розвивальної програми, спрямованої на підтримку емоційного благополуччя дітей шляхом збагачення їх експресивно-творчої практики. Значними можливості в цьому контексті створюють експресивно-творчі ігри за участю дітей та батьків.

Анотації.

Олена Завгородня доктор психологічних наук, провідний науковий співробітник Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України (м. Київ)

Лариса Макина психолог ДНЗ № 541 (м. Київ)

Тетяна Сущинська кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри прикладної психології та логопедії Бердянського державного педагогічного університету (м.Бердянськ)

ЕМОЦІЙНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ТА ЕКСПРЕСІЯ ДОШКІЛЬНИКІВ

Анотація.

Метою статті є виклад результатів дослідження емоційної сфери дошкільнят і особливостей їх експресивної практики, а також аналіз психологічні умов, сприятливих для емоційного розвитку дітей, беручи до уваги вплив сім'ї. Дослідження засвідчило, що серед досліджуваних дітей емоційно благополучних істотно менше, ніж дітей, що мають емоційні проблеми. Виявлено позитивний зв'язок між розвитком довільної невербальної експресії і рівнем емоційного благополуччя дитини.

Ключові слова:

емоційне благополуччя дитини, емоційний розвиток, експресивні практики в родині, довільна невербальна експресія, запобігання деформації емоційного розвитку.

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ И ЭКСПРЕССИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Елена Завгородня - – доктор психологических наук, ведущий научный сотрудник (Институт психологии имени Г.С. Костюка НАПН Украины, Киев);

Лариса Макина – практический психолог (детский сад № 541, Украина, Киев).

Татьяна Сушинская – кандидат психологических наук, старший преподаватель кафедры прикладной психологии и логопедии Бердянского государственного педагогического университета, Украина, Бердянск.

Аннотация.

Целью статьи является изложение результатов исследования эмоциональной сферы дошкольников и особенностей их выразительной практики, а также анализ психологические условий, благоприятных для эмоционального развития детей, принимая во внимание влияние семьи. Показано, что среди изучаемых детей эмоционально благополучных существенно меньше, чем детей, имеющих эмоциональные проблемы.

Выявлена положительная связь между развитием произвольной невербальной экспрессии и уровнем эмоционального благополучия ребенка.

Ключевые слова.

Эмоциональное благополучие ребенка, эмоциональное развитие, экспрессивные практики в семье, произвольная невербальная экспрессия, предотвращение деформации эмоционального развития.

EMOTIONAL WELL-BEING AND EXPRESSION OF PRESCHOOLS

Olena Zavorodnia - Doctor of Psychology, Leading Researcher of the Laboratory of Methodology and Theory of Psychology (G.S. Kostyuk Institute of Psychology, National Academy of Sciences of Ukraine, Kiev);

Larisa Makina - practical psychologist (pre-school educational institution № 541, Ukraine, Kiev);

Tatyana Sushchinska - Candidate of Psychological Sciences, Senior Lecturer, Applied Psychology and Logopedics Chair, Berdyansk State Pedagogical University, (Ukraine, Berdyansk).

Annotation

The goal of the research is a theoretical and empirical study of the emotional sphere of preschool children and the features of their expressive practice. The psychological conditions favorable for the emotional development of children and ways to prevent its deformation, taking into account the influence of the family, were discussed. It was found out that among the studied children the number of persons with emotional well-being is less than number of children, who have emotional problems. The positive relationship between the development of an arbitrary nonverbal expression and the level of emotional well-being of the child is determined.

Key words.

Emotional well-being of the child, emotional development, expression practices in the family, arbitrary nonverbal expression, prevention of deformation of emotional development.