

**Курдибаха О. М.**

*кандидат психологічних наук,  
викладач кафедри психології і педагогіки  
Київського національного університету фізичного виховання  
і спорту України*

## **ОСОБЛИВОСТІ РОБОТИ З ДІТЬМИ З ПОРУШЕННЯМИ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ**

### **WORK FEATURES WITH CHILDREN WITH DISORDERS OF THE EMOTIONAL STATE**

У статті розкрито соціально-психологічні закономірності становлення психічної діяльності в дитячому віці за умов різноманітних стилей виховного процесу, що в подальшому впливають на емоційно-вольову сферу дитини, індивідуально-типологічні закономірності особистості. Охарактеризовано особливості роботи з дітьми з наявними порушеннями емоційного стану.

Виховання емоцій та почуттів у дитини повинно служити перш за все формуванню гармонійної особистості, і одним із показників цієї гармонії є певне співвідношення інтелектуального та емоційного розвитку. Недооцінка цієї вимоги, як правило веде до перебільшеного, одностороннього розвитку якоїсь однієї якості, частіше всього, інтелекту, що ми зараз і спостерігаємо в наш час.

При всебічній взаємодії з оточенням (особливе місце посідає сімейне середовище) – формується елементарна система дитячих цінностей та інтересів, розвивається здатність до саморегуляції, виникає супідрядність мотивів – менш важливі поступаються місцем пріоритетним. Дитина починає у своїх вчинках керуватись моральними (обов'язком, самоповагою, співчуттям), пізнавальними (допитливістю, здивуванням, сумнівам) та естетичними мотивами (почуттям красивого). Страх покарання та прагнення заслужити схвалення поступаються місцем соціальним мотивам. Дедалі більшого значення набувають мотиви досягнення успіху, встановлення контакту з іншими людьми, самоствердження.

Внаслідок постійних дисгармонійних відносин у сімейному середовищі: надмірній критиці, вимогливості, знецінюванні, конфліктах, тощо – процес виховання втрачає свою міцність, стійкість, природність і послідовність, діти відчувають постійний психологічний тиск, дискомфорт, що заважає здоровому функціонуванню в повсякденному житті та виникненні порушень в емоційній сфері. Тому важливо під час виховного процесу врахувати основні компоненти виховного процесу для гармонійного становлення особистості в дитячому віці та допомогти дитині долати труднощі, підтримуючи у складну хвилину.

**Ключові слова:** емоційне неблагополуччя, тривожність, страх, порушення емоційного стану, виховання.

The article reveals the socio-psychological regularities of the formation of mental activity in childhood under the conditions of various styles of the educational process, which subsequently affect the child's emotional and volitional sphere, and the individual typological regularities of the personality. The peculiarities of working with children with existing disorders of the emotional state are characterized.

Education of emotions and feelings in a child should primarily serve the formation of a harmonious personality, and one of the indicators of this harmony is a certain ratio of intellectual and emotional development. Underestimation of this requirement, as a rule, leads to an exaggerated, one-sided development of some one quality, most often, intelligence, which we are currently observing in our time.

With comprehensive interaction with the environment (a special place is occupied by the family environment) – an elementary system of children's values and interests is formed, the ability to self-regulate develops, subordination of motives occurs – less important ones give way to priority ones. The child begins to be guided in his actions by moral (duty, self-respect, compassion), cognitive (curiosity, surprise, doubt) and aesthetic motives (sense of beauty). Fear of punishment and the desire to earn approval give way to social motives. Motives for achieving success, establishing contact with other people, and self-affirmation are gaining more and more importance.

As a result of constant disharmonious relationships in the family environment: excessive criticism, demandingness, devaluation, conflicts, etc., the upbringing process loses its strength, stability, naturalness and consistency, children feel constant psychological pressure, discomfort, which interferes with healthy functioning in everyday life and the emergence of violations in emotional sphere. Therefore, it is important during the educational process to take into account the main components of the educational process for the harmonious formation of the personality in childhood and to help the child overcome difficulties by supporting him in a difficult moment.

**Key words:** emotional distress, anxiety, fear, disturbance of the emotional state, upbringing.

**Вступ.** Процес формування дитячої особистості характеризується не лише інтелектуальним розвитком, тобто, набуттям нових знань і умінь, а й виникненням у малюка нових потреб та інтересів. Навчити маленьку дитину можна лише тоді, коли в неї вдається викликати інтерес і бажання виконати те, що вимагають оточуючі. Виховання у самому широкому

значенні цього слова, має бути основним стержнем, навколо якого будується весь розвиток дитини.

Виховання емоцій та почуттів у дитини повинно служити перш за все формуванню гармонійної особистості, і одним із показників цієї гармонії є певне співвідношення інтелектуального та емоційного розвитку. Недооцінка цієї вимоги, як правило веде до

перебільшеного, одностороннього розвитку якоїсь однієї якості, частіше всього, інтелекту, що ми зараз і спостерігаємо в наш час.

**Виклад основного матеріалу.** Одними з основних завдань реалізації особистісної орієнтованої моделі дошкільної освіти є розвиток у дитини самоактивності, відповідальності, здатності самовизначення у життєвому просторі відповідно до вікових можливостей, з цінністю ставитися до природи, рукотворного світу, людей і самого себе [6].

Структурними компонентами особистості вважають: дитячий світогляд, самосвідомість, базові якості, емоційну сферу, потребно-мотиваційну сферу, вольову сферу.

Під дитячим світоглядом розуміють знання і досвід в дошкільному віці, які дають змогу дитині здобути уявлення про світ, зумовлюють життєві орієнтації, ставлення до навколишньої дійсності та самої себе [5].

Другий складник структури особистості – особиста свідомість, або самосвідомість дошкільника. З нею пов'язане усвідомлення дитиною свого обмеженого місця у житті, своєї причетності до природи, культури, людей. Виникає усвідомлення власних можливостей, дитина починає розуміти, що далеко не всі їй під силу. Закладаються основи самооцінки, образу «Я», елементарної Я-концепції. Дошкільник оцінює свої особистісні якості (позитивні і негативні), своє місце в системі суспільних відносин. Народжується здатність до рефлексії (погляду й аналізу самого себе), децентрації (звільнення від егоїстичних тенденцій), саморегуляції діяльності (виникають зачатки совісті як внутрішньої етичної інстанції).

Третім важливим структурним компонентом дитячої особистості вважають потребно-мотиваційну дошкільника. Протягом дошкільного дитинства розвиваються смислові орієнтації у дошкільника: малюк освоює моральні правила і норми, оволодіває соціально схваленими нормами поведінки, прагне поводитися правильно [7].

Соціально й емоційно нерозвинена дитина характеризується дефектом особистісного зростання, вона не вміє співчувати, позбавлена джерела духовного життя, зосереджена на собі і своїх проблемах. Домірність переживань реальним життєвим подіями та ситуаціями – важливий показник емоційно-соціального розвитку в дошкільному віці, його повноцінного особистісного зростання.

Також невід'ємним складником особистісного зростання дошкільника відіграє вольова сфера, вміння підпорядковувати свою поведінку в досягненні конкретних цілей, долати труднощі на шляху до них. Вона вимагає високих форм орієнтувальної діяльності, вміння діяти цілеспрямовано, регулювати власну активність. На відміну від імпульсивної, довільна поведінка передбачає вміння формувати мету, планувати свої дії, контролювати їх, співвідносити реальне досягнення із задумом. Важливо, щоб дошкільник не лише навчився діяти відповідно до конкретної мети, а й свідомо гальмувати протилежні

наміри, приймати рішення на користь вольового вчинку в ситуаціях вибору, не піддаватися безпосередньому емоційному пориву, керуватися правилами поведінки, діяти цілеспрямовано [3].

Вміння регулювати свою поведінку – це важлива передумова у формуванні життєвої компетентності дошкільника. Також важливим компонентом дитячої особливості є її базові якості, які потрібно виховувати протягом дошкільного дитинства.

Порушення балансу інтелектуального і емоційного розвитку дитини не дає глибоко зрозуміти особливості самого мислення і управління його розвитком, не дозволяє до кінця зрозуміти роль таких сильних регуляторів поведінки дитини, як мотиви та емоції, порушує гармонійний розвиток особистості, оскільки дитина із несформованою емоційною сферою неадекватно реагуватиме на події сьогодення і не приживеться у соціумі.

Навчально-виховний процес в дитячому віці є важливий компонент для зростання гармонійної особистості. Організуючи таку діяльність працівники закладів дошкільної освіти мають враховувати вікові, індивідуально-типологічні особливості та емоційно-вольову сферу дітей.

Особливої уваги та індивідуального підходу потребують дітки із значно вираженими особливостями в поведінці: гіперактивні, сором'язливі, агресивні, тривожні, надмірно боязкі, тощо. Слід зазначити, що діти з певними особливостями поведінки мали тривалі труднощі, неочікувані негативні емоційні переживання, що сприяли розвитку у дітей загального емоційного неблагополуччя.

Емоційне неблагополуччя – це негативне емоційно-забарвлене почуття, що виникає в результаті невдач у різних ситуаціях чи видах діяльності, з якими дитина не в змозі справитись. Найбільш гостро і стійко негативні емоційні переживання виникають у дитини під час негативно-забарвленого ставлення до неї оточуючих, особливо батьків, вихователів, однолітків. Це проявляється у вигляді різних емоційних переживань: образи, гніву розчарування тощо та може в подальшому провокувати порушення емоційного стану у вигляді страху, тривоги.

Емоційне неблагополуччя, пов'язане зі складностями в спілкуванні з іншими людьми, може призводити до різних типів поведінки. Це може проявлятися в тому, що діти невірноважені, швидко збуджуються, здатні до спалахів гніву, образи, конфліктів, агресії, тривожності, страхів. Також в поведінці може виявлятися стійке негативне ставлення до спілкування. Діти надмірно ображаються і тримають цю образу в своєму серці тривалий час, уникають спілкування і з часом зовсім відмовляються ходити на гуртки, в дошкільні заклади, гратись з однолітками.

Одним із компонентів, які заважають та можуть викликати у дитини порушення емоційного стану та в подальшому призводити до стійких дитячих страхів є тривожність. Тривожність – це емоційний стан, який виражається у прояві тривоги, безпредметного та безпричинного страху. Потрапляючи у складну

ситуацію, дорослій людині не завжди вдається визначити, як малюк поводитиметься в ній, але основною характеристикою тривожної дитини є чисельні безпідставні страхи.

Страх – це природна реакція організму людини, яка життєво необхідна для регулювання та безпеки людини. Тому важливо розуміти та вміти відрізнити страхи, які є перебігом нормального розвитку дитини (такі страхи з часом самостійно зникають), від страхів у дітей із емоційним неблагополуччям. На думку Якобсон Т. М., страх як і інші неприємні відчуття (гнів, страждання) не є однозначно «шкідливими» для дитини. Будь-яка емоція виконує певну функцію і дозволяє дитині та дорослому орієнтуватися в навколишньому світі. Так, страх захищає людину від зайвого ризику під час переходу вулиці, на відпочинку, на річці тощо [8].

Страх регулює діяльність, поведінку, він є переживанням необхідним для нормального функціонування психіки, що потребує і неприємних, навіть «гострих» емоцій. Як показують дослідження, діти самі викликають у себе емоцію страху, що підтверджує у них наявність цієї потреби. Відмічено, що іноді діти, зібравшись увечері разом, починають розповідати страшні історії, причому з гострим емоційним завершенням.

Якщо батьки забезпечують дітям «теплинні» умови, захищають від будь-яких неприємностей, навіть найпростіших, не дають змоги проживати різні негативні переживання, то це здебільшого призводить до «розгладження» психічного апарату, якому необхідні переживання різної інтенсивності та в подальшому зменшенні стресостійкості.

Дитячі страхи – це звичайне явище для розвитку, що мають важливе значення для дитини. Кожен вид страху з'являється в певному віці, і з часом зникає, наприклад: у дитинстві часто дітки бояться залишитися на самоті, бояться незнайомих людей, висоти, великих тварин, неіснуючих казкових персонажів – це відбувається тому, що цей період збігається в тимчасовому відношенні зі стрибком у психомоторному розвитку дитини; приклад, із початком самостійної ходьби, коли дитина починає впізнавати своїх близьких, поява чужої, незнайомої особи може викликати у неї страх.

Страх, як і будь-яке переживання, є позитивним та наявним в кожній людині незалежно від віку, він виконує специфічні функції, які потрібні для виживання. Патологічний страх заважає виконувати повсякденні функції, перешкоджає спілкуванню, розвитку особистості та психіки, призводить до соціальної дезадаптації, а згодом може призводити до проблем з ментальним здоров'ям.

Страх може бути як самостійним порушенням (наприклад, наслідком сильного переляку від зустрічі з великою собакою), так і проявом яких-небудь порушень особистості дитини. Особливу чутливість щодо страхів, старші дошкільники виявляють за наявності частих конфліктних взаємин між батьками. Під час різноманітних ігор у таких діток спостерігається надмірна тривожність. У сімейних

відносинах, де взаємини батьків оцінюються як безконфліктні, дружні, прояв тривожності у таких діток характеризується, як своєрідним емоційним відгуком на дискомфортну чи конфліктну ситуацію в сім'ї, який швидко минає та не призводить до порушень в емоційній діяльності.

Часто батьки, маючи свої різноманітні побутові проблеми чи внаслідок внутрішньої конфліктності, тривожності, недовірливості та неприйняття себе – наполегливо і безкомпромісно намагаються створити ідеальний образ своєї дитини, зобов'язуючи і вимагаючи від неї те, на що самі нездатні. Батьки хворобливо реагують на невідповідність своїх очікувань, підсилюючи при цьому психологічний вплив на дитину, удаючись до різноманітних покарань. Такий процес виховання втрачає свою міцність, стійкість, природність і послідовність, діти відчувають постійний психологічний тиск, дискомфорт, що заважає здоровому функціонуванню в повсякденному житті.

Фізичні покарання найчастіше трапляються у владних, психологічно нестійких батьків, які постійно підганяють дітей, зганяють на своїх дітях роздратування, втому, незадоволеність і т. д. Слід зазначити, що тривожній дитині важко перенести не тільки фізичний біль, а особливо етичну несправедливість стосовно неї, нерозуміння, відсутність співчуття і допомоги. При цьому, чим інтенсивніше покарання, тим більше психогенно-обумовлених поведінкових порушень. Великий вплив фізичних покарань на особистість відіграє в молодшому дошкільному віці, часто він супроводжується боротьбою з активністю дітей, як проявом їх темпераменту, відчуттям власного «Я», що формується. В подальшому таким діткам важко відчувати власне «Я», свої бажання, потреби та часто відмічається занижена самооцінка, агресивність або ж навпаки замкнутість, тощо.

Спілкування дитини з батьками, що засновані на надмірній турботі (гіпертурботі) за її життя, здоров'я і т. д., де на постійній основі обмежується самостійність, супроводжуються виникненням у дитини відчуттям беззахисності, невпевненості, може виникати в подальшому надмірна тривожність характеру, боязкість та страх.

Існує безліч способів, які допомагають регулювати емоційний стан дитини, звільняючись від полону емоцій та почуттів, які заважають. Важливо враховувати вік дитини, індивідуально-психологічні особливості. Одним із чудових способів боротьби із дитячими страхами та проявами тривожності є підвищення самооцінки дитини, яка зміцнюється шляхом емоційної підтримки, обіймів, дружньою розмовою, тощо, а не методом порівнянь досягнень дитини з іншими однолітками. Дієвішим та безпечнішим методом буде порівняння досягнення дитини з її ж результатами, виявленими, наприклад, тиждень тому.

Чудовий спосіб впливу на емоційну сферу дитини при її порушеннях, виявляється в художній літературі. Враховуючи вікові та індивідуальні особливості дитини та правильно підібраний, спільно про-

читаний із дорослим твір чи казка, навчить дитину висловлювати свою тривогу і страх. І навіть якщо вона приписує їх не собі, а вигаданому героєві, то це допоможе позбутися емоційного напруження від внутрішнього переживання та заспокоїть дитину.

Рухливі ігри для дітей з підвищеним компонентом тривожності та страху допомагають позбутись від надмірного напруження, адже таким чином у грі дитина проживає надмірні емоції, таким чином звільняючись від них. Отже, це допомагає дитині позбутися напруження в реальному житті.

Ще один із дієвих методів корекції емоційних порушень, відіграє мистецтво в усіх його проявах, особливо образотворче мистецтво, де дитина за допомогою різних способів: ліплення, малювання і т.д. звільняється від надмірних негативних переживань. Особливості цієї техніки полягають в тому, що при надмірних негативних переживаннях, потрібно залучати дорослих, щоб дитина відчувала безпечно середовище. Діяти потрібно обережно, тому, що іноді сама думка про малювання страху може здаватися дитині нестерпною. Буває й так, що лише через декілька днів дитина наважується викласти на папері свій страх. У такому разі, можна намалювати страх батькам, педагогам чи психологу, при цьому дитина підказуватиме їм чи правильно вони малюють. Можна малювати разом на одному аркуші свої варіанти страху. Після того, як страх намальований, слід обов'язково похвалити дитину, відсвяткувати цю перемогу. На зворотному боці малюнка можна запропонувати їй намалювати метод боротьби з цим страхом, як вона з ним може впоратися. Після того, як малюнок намальований, його необхідно знищити на очах у дитини: порвати, спалити, замкнути

на ключ у ящик тощо. Цей процес може тривати декілька днів, але в жодному разі не слід спинятися на досягнутому. Заняття з малювання страхів повинні тривати не більше ніж півгодини в дружній та спокійній атмосфері, що не припускає жодних конфліктів.

Релаксаційні та дихальні вправи допомагають врегулювати біохімічні процеси в організми, тим мамим стишуючи тривогу, страх, гнів, агресію та інші надмірні емоційні прояви. При цьому дитина поступово навчається саморегуляції та вчиться в конструктивний спосіб взаємодіяти з навколишнім світом.

**Висновки.** Таким чином, особливості розвитку емоційної сфери дітей залежать від комплексу різномісних факторів, які чинять систематичний вплив на дитину, формуючи її внутрішній світ: інтелектуальну, мотиваційну, емоційно-вольову сфери. Всі фактори умовно можна розділити на основні та другорядні: основні, наприклад сімейні взаємовідносини, навчання, виховання, а інші другорядні, які формуються з урахуванням життєвого шляху кожної дитини. Емоційний стан та розвиток в дитячому віці виходить з головних умов: любові, підтримки, в допомозі долати труднощі, дисципліні, безпечній прив'язаності, що забезпечують ефективність процесу навчання і виховання та загалом формують особистість. Високі моральні, етичні та інтелектуальні почуття, що характеризують розвинену дорослу людину, здатні надихнути її на великі справи, не даються дитині у готовому вигляді від народження. Вони виникають і розвиваються впродовж дитинства під впливом соціальних умов життя, навчання і виховання, насиченого різними емоціями.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Вовчик-Блакитна О.О. Сучасний дошкільник: особливості емоційного розвитку. Обдарована дитина. 2007. № 4. С. 23–37.
2. Гаркавенко А. Розмаїтий світ емоцій. Дошкільне виховання. 2008. №12. С. 28–29.
3. Дуткевич Т.В. Дошкільна психологія. К.: ЦУЛ. 2007. 391 с.
4. Карпенко Н.В. Психокорекція та психопрофілактика страхів у дошкільників. Психолог. газета. 2006. № 7. С. 3–31.
5. Козіна Л. Я вчуся керувати собою. Психолог. №11. 2006. С. 3–15.
6. Кочерга О. Дитячі страхи, неврози, темперамент. Психолог. 2002. № 12. С. 2–5.
7. Поніманська Т.І. Люди і я. Світ дорослих як чинник соціалізації особистості дитини. Дошкільне виховання. 1999. № 8. С. 14–15.
8. Чому дітям страшно: Домашня школа. Розкажіть онуку. 2002. № 3. С. 66–68.
9. Щербаківа Т. Зняття тривожності і страхів у дошкільників: (Психокорекція). Шкільний світ. 2005. № 16. С. 21–27.
10. Якобсон П.М. Проблеми психології почуттів. К. 1988. 127 с.