

ПРИНИМАЕМ ТАКИМ, КАК ЕСТЬ. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА И ПУТИ ЕГО УКРЕПЛЕНИЯ В УСЛОВИЯХ УЧРЕЖДЕНИЙ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Преподаватель кафедры
общей и детской психологии БГПУ

Чеснокова Е.П.

Проблема психологического здоровья приобретает особую актуальность сегодня, когда укрепление данного вида здоровья детей рассматривается не только как основная цель работы психологической службы государственного образования (Н.И. Гуткина, И.В. Дубровина, Я.Л. Коломинский, Н.Н. Толстых и др.), но и наряду с укреплением физического здоровья как задача первостепенной важности дошкольного образования. Термин «психологическое здоровье» введен в научный лексикон относительно недавно. И.В. Дубровина отмечает, что данное понятие характеризует личность в целом, то, что находится в тесной связи с высшими проявлениями человеческого духа [1,2]. Необходимым условием психологического здоровья выступает полноценное психическое, личностное развитие [2].

Представляет интерес антропологический подход к решению проблемы психологического здоровья детей (В.И. Слободчиков, А.В. Шувалов). В данной концепции максима психологического здоровья понимается как интеграл жизнеспособности и человечности индивида, проявляющийся в ориентации на приобщение к родовой человеческой сущности, субъективности (способности превращать собственную жизнедеятельность в предмет практического преобразования) [4].

Разнообразны подходы к определению понятия психологического здоровья, пониманию его сущности, изучению его проявлений. Сторонники адаптационной модели здоровой личности при характеристике психологического здоровья акцентируют внимание на «гармонии» - гармонии как внутри человека, так и между человеком и окружающей средой. Основная же функция психологического здоровья, согласно такому его пониманию, – поддержание активного динамического баланса между организмом и средой во всех ситуациях, прежде всего – в трудных, сложных, требующих мобилизации ресурсов личности. При этом за норму психологического здоровья (образ, служащий ориентиром при организации работы по его достижению) принимается наличие определенных личностных характеристик, позволяющих не только адаптироваться к обществу, но и, развиваясь самому, содействовать его развитию (для сравнения: норма психического здоровья – отсутствие патологии, симптомов, мешающих адаптации человека в обществе). Адаптационной модели соответствует и концепция О.В.Хухлаевой, в которой психологическое здоровье рассматривается как система, состоящая из аксиологического (ценностного),

инструментального и потребностно-мотивационного компонентов. Положив в основу такой критерий, как взаимодействие с окружающей средой, адаптацию ребенка к социуму, О.В.Хухлаевой выделены и описаны 3 основных уровня психологического здоровья у детей: креативный, адаптивный, ассимилятивно-аккомодативный [5].

Сегодня существует необходимость разработки системного подхода к определению содержания психологического здоровья, его критериев и уровней развития. В данном исследовании структура психологического здоровья человека рассматривается как система, имеющая свою специфику в каждом возрастном периоде. Наименее разработанной является проблема структуры психологического здоровья детей дошкольного возраста.

Мы предлагаем *модель психологического здоровья ребенка дошкольного возраста*, включающую в себя следующие структурные компоненты:

1. *оптимизм;*
2. *эмоциональное благополучие: преобладание положительных эмоций над отрицательными, выраженность чувства защищенности, доверия к миру; гармония во внутриличностном и межличностном пространстве;*
3. *позитивное самовосприятие и самопринятие;*
4. *социальный интерес, позитивное принятие других и эмпатия;*
5. *зачатки рефлексии;*
6. *склонность к творчеству, ее проявления в «специфически детских» видах деятельности.*

Данное исследование было направлено на изучение психологического здоровья и его связи с межличностными отношениями со сверстниками у детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в детском саду и детском доме.

В исследовании использовались следующие методы: социометрический эксперимент (методики «У кого больше?» (Я.Л. Коломинский) и «Краски в подарок на день рождения» (Е.А. Панько, М. Кашляк)), аутосоциометрический эксперимент (вариант «Дом» Я.Л. Коломинского), проективный тест (рисуночные методики «Дом-Дерево-Человек» (Дж. Бак) и «Несуществующее животное», тесты Люшера, Розенцвейга, авторская методика «Принятие сверстника в совместную деятельность»), опрос, наблюдение.

Психологическому здоровью воспитанников детского сада и детского дома характерны как общие, так и специфические черты. Общими являются: выраженность доверия к себе (что обусловлено преобладанием аффективного компонента над когнитивным в самооценке старших дошкольников), наличие таких нарушений, как высокая тревожность и трудности общения (что связано со спецификой социальной ситуации развития шестилеток).

Специфическими нарушениями психологического здоровья воспитанников детского дома являются незащищенность и депрессивность, чувство неполноценности, переживание своего бессилия, боязни неуспеха, неуверенность в себе, низкая степень самостоятельности, активности, стремления к самоутверждению.

*Отклонения в состоянии эмоционального благополучия детей
(по результатам теста «Д-Д-Ч» (модификация Беляускаса))*

Группа	Симптомокомплексы								
	Незащищенность	Тревожность	Недоверие к себе	Чувство неполноценности	Враждебность	Конфликтность	Трудности в общении	Депрессивность	Всего
Детский сад	1,1	1,9	0,6	0,4	0,8	0,7	1,7	0,2	0,9
Детский дом	2,5	2,6	0,7	1	1,1	0,9	2,4	1,2	1,5
Итого в среднем	1,8	2,3	0,7	0,7	0,9	0,8	2	0,7	1,2

Значительно более низкий уровень эмоционального благополучия воспитанников детского дома (в сравнении с их сверстниками из детского сада) обусловлен бедностью социальной среды, отсутствием возможности личностного контакта со значимым взрослым, собственного пространства, условий для проявления и утверждения своей самости.

В исследовании была установлена тесная связь между межличностными отношениями со сверстниками и психологическим здоровьем детей. Дошкольникам с высоким социометрическим статусом и высокой степенью удовлетворенности межличностными отношениями со сверстниками, принимаемым большинством сверстников в совместную деятельность, оцениваемым ими как дружелюбные, соответствуют преимущественно высокий уровень эмоционального благополучия, отсутствие концентрации на самозащитных реакциях, уверенность в себе. Большинству детей с низким социометрическим статусом, низким уровнем

удовлетворенности взаимоотношениями, не принимаемым сверстниками в совместную деятельность, оцениваемым ими как недружелюбные, характерен дефицит эмоционального благополучия, защищенности, уверенности в себе.

Наиболее дружелюбны, открыты для совместной деятельности дети, которые удовлетворены своими взаимоотношениями со сверстниками. Негативное отношение к сверстникам, нежелание принимать их в совместную деятельность связаны с депривацией потребности ребенка в принадлежности к референтной малой группе, принятии и признании, дружеских отношениях.

Межличностные отношения со сверстниками и эмоциональное благополучие находятся в значительно более тесной связи друг с другом в группах детского сада, нежели в группах детского дома, что объясняется более высокой эмоциональной насыщенностью, напряженностью взаимоотношений дошкольников из детского сада в сравнении с взаимоотношениями воспитанников детского дома. Однако статус «изолированного», непринятие сверстниками наиболее негативно сказывается на психологическом здоровье старших дошкольников из детского дома, что является следствием ограниченных возможностей общения, наличием лишь единственной группы, в которую воспитанники детского дома реально включены и имеют возможность личностного общения, самореализации, признания и установления близких, эмоционально насыщенных, отношений.

С целью укрепления психологического здоровья детей, оптимизации взаимоотношений в дошкольной группе была разработана и апробирована *система работы* [3], базирующаяся на следующих *принципах*:

- субъектности, опоры на внутренние ресурсы ребенка;
- индивидуализации и дифференциации;
- природосообразности и амплификации (обогащения) развития;
- системности и целостности;
- жизненного оптимизма;
- оптимального педагогического взаимодействия, сотрудничества;
- недирективности.

Система включает в себя деятельность в следующих *направлениях*:

- создание в дошкольной группе атмосферы безопасности и защищенности, доверия к миру, окружающим людям.

Для этого важно принятие ребенка таким, какой он есть, проявление искренней заинтересованности в нем, «безусловного положительного внимания» (К.Роджерс).

Саша (4 г.), возвращаясь домой из детского сада, на вопрос мамы о том, как у него сегодня прошел день в детском саду, ответил так: «Хорошо, конечно же. Ведь Полина Викторовна (воспитатель) мне как мама в детском саду».

- развитие у детей оптимизма, насыщение их жизни позитивными эмоциями.

Катя (3 г.) потеряла своего игрушечного динозаврика на прогулке. Плачет. Воспитатель: «Наверно, динозаврик решил попутешествовать по садику, полюбоваться красивыми цветами у нас на клумбах. Ему понравится у нас в саду, правда? А ты пока поиграй с его братиком – динозавриком, который живет у нас в группе. Он уже давно хочет с тобой подружиться и ждет, когда ты возьмешь его на ручки. Посмотри, как он тебе улыбается».

- формирование у дошкольников позитивной «Я-концепции», повышение у них уровня позитивного самопринятия.

Дети собираются домой в раздевалке и делятся с родителями радостью. Вика: «Меня сегодня похвалили за то, что я хорошо дежурила». Света: «А меня – за то, что я на музыкальном занятии красиво танцевала». Саша: «А меня вообще сегодня назначили воспитателем по чтению, потому что я уже хорошо умею читать. Теперь я буду детям помогать». «А я, - говорит Дима, - сегодня на прогулке очень хорошо убирал опавшие листья, и мне сказали: «Молодец!»» Каждый ребенок вспомнил, за что сегодня похвалил его воспитатель. Никто не почувствовал себя обделенным позитивным вниманием педагога.

- развитие у детей коммуникативно-речевых способностей, невербальных средств общения; социального и эмоционального мышления;
- развитие произвольности в общении;
- развитие творчества дошкольников (в «специфически детских» видах деятельности, общении);
- сотрудничество и сотворчество с семьями воспитанников в интересах психологического здоровья детей;
- приобщение к психологической культуре всех участников педагогического взаимодействия.

Необходимым условием сохранения и укрепления психологического здоровья детей является приобщение к психологической культуре педагогов дошкольных учреждений – как на этапе подготовки студентов к будущей профессиональной деятельности, так и на этапе последипломного образования и самообразования педагогов. С целью повышения уровня профессиональной психологической культуры студентов – будущих педагогов, стимулирования у них интереса к проблеме психологического здоровья детей, разработке путей его укрепления, а также укрепления психологического здоровья самих студентов на факультете дошкольного образования начала функционировать студенческая научно-исследовательская лаборатория, основное содержание работы которой составит изучение различных аспектов проблемы психологического здоровья дошкольника и семьи и путей его формирования.

С целью повышения уровня профессиональной психологической культуры педагогов была разработана и внедрена на базе МОИРО программа спецкурса «Психологическое здоровье ребенка и его укрепление в условиях дошкольного учреждения» для педагогов учреждений дошкольного образования. Новизна программы заключается в определении

приоритетности профилактической работы, обеспечении безопасности психологическому здоровью в образовательном пространстве, рассмотрении приобщения педагогов к профессиональной психологической культуре как необходимого условия сохранения и укрепления психологического здоровья детей.

Внедрена также система работы с заместителями заведующих по основной деятельности, которая проводилась в форме семинара с элементами тренинга «Психологическое здоровье субъектов педагогического взаимодействия» на методическом объединении заместителей заведующих по основной деятельности Фрунзенского района г. Минска.

Привлечение внимания педагогов, находящихся на различных ступенях профессионального развития, к проблеме психологического здоровья детей, профилактики возникновения его нарушений, осуществления работы по его укреплению является одним из наиболее важных направлений личностно-ориентированного дошкольного образования.

Литература

1. Гуткина Н.И., Дубровина И.В., Толстых Н.Н., Прихожан А.М. Психическое здоровье школьников. психологический аспект // Народное образование, 1998, № 2. – С. 108 – 113.
2. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы // Под ред. И.В.Дубровиной. - 4-е изд. - Екатеринбург: Деловая книга, 2000. - 176 с.
3. Семенова, Е.М. Психологическое здоровье ребенка и педагога: пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошкольного образования / Е.М.Семенова, Е.П.Чеснокова; под ред. проф. Е.А.Панько - Мозырь: Белый Ветер, 2010. – 174 с.
4. Слободчиков В.И., Шувалов А.В. Антропологический подход к решению проблемы психологического здоровья детей // Вопросы психологии, 2001, № 4. – С. 91 – 105.
5. Хухлаева О.В. Формирование психологического здоровья младших школьников. Дис... - докт. педагог. наук. М. 2001.