

# «ТЭМП... І АДЛЕГЛАСЦЬ»,

**АБО ЭМПАТЫЯ ВА ЎЗАЕМААДНОСІНАХ З ДЗІЦЕМ  
ЯК ФАКТАР СТАНАЎЛЕННЯ ПСІХАЛАГІЧНА ЗДАРОВАЙ АСОБЫ**

ФАРМІРАВАННЕ гарманічна развітай асобы дзіцяці традыцыйна прызнаецца асноўнай задачай мэтанакіраванага выхаваўчага працэсу. У апошнія гады дадзенае палажэнне набывае новае гучанне, яго сэнс пашыраецца і канкрэтызуецца за кошт з'яўлення ў псіхалага-педагагічным лексіконе тэрміну «псіхалагічнае здароўе». Агульнапрызнана, што гарманічнае развіццё асобы магчыма толькі пры ўмове захавання псіхалагічнага здароўя. Пры гэтым у якасці безумоўнага паказчыка псіхалагічнага здароўя разглядаецца пэўны комплекс канструктыўных асобасных якасцей, якія належаць індывіду.

Псіхалагічна здаровая асоба характарызуецца адкрытасцю, пазітыўным светапоглядам, адчувальнасцю, упэўненасцю ў сабе, актыўнасцю, адказнасцю, здольнасцю прымаць сябе і прызнаваць каштоўнасць і унікальнасць акружаючых, наяўнасцю этычнай сістэмы каштоўнасцей, імкненнем спрыяць развіццю іншых людзей і з найменшымі стратамі адаптавацца да зменлівых умоў жыцця. Разумеючы пад псіхалагічным здароўем

*«дынамічную сукупнасць псіхічных уласцівасцей чалавека, якія забяспечваюць гармонію паміж патрэбнасцямі індывіда і грамадства»,* вучоныя прызнаюць уплыў мноства аб'ектыўных і суб'ектыўных фактараў на захаванне гэтага ломкага балансу. Для псіхалагічнага здароўя асобы дзіцяці найбольш значымі заканамерна лічацца фактары асяроддзя.

***Развітая эмпатыя бацькоў і педагогаў у многім вызначае характар і змест іх узаемаадносін з дзецьмі, даючы даросламу магчымасць зразумець і аказаць неабходную дапамогу, а дзіцяці — упэўнена ісці па шляху развіцця і асобаснага станаўлення без шкоды для псіхалагічнага здароўя.***

Крыніцы развіцця аднаго з асноўных паказчыкаў псіхалагічнага здароўя, — упэўненасці ў сабе, — знаходзяцца ў раннім узросце. Вынікам гэтага ўзроставага перыяду павінна стаць фарміраванне аўтаномнасці, самастойнасці. Перад бацькамі і педагогамі ўстае нялёгкае задача: свечасова даць волю дзіцяці настолькі, наколькі яно гэтага хоча. Не памыліца ў выбары неабходных «тэмпі і адлегласці» даросламу дапаможа жаданне і развітая здольнасць арыентавацца ва ўнутраным свеце дзіцяці як у сваім уласным, безумоўна прымаючы ўсе перамены. Захаванне такой умовы дае магчымасць арганізаваць узаемаадносіны з дзіцем такім чынам, каб яны не толькі спрыялі плённым змяненням, якія звязаныя з усведамленнем сябе як асобнай, адносна незалежнай асобы, але і валодалі пэўным псіхатэрапеўтычным эфектам, палягчае сітуацыю псіхалагічнага крызісу, у якой нараджаецца новая асоба.

У дашкольным узросце фарміруюцца наступныя якасці асобы, якія з'яўляюцца паказчыкамі яе псіхалагічнага здароўя: аптымізм, здольнасць да фантазіравання, творчасці, актыўнасць, ініцыятыўнасць, уменне адекватна выражаць уласныя пачуцці, успрымаць і ўлічваць у сваіх

паводзінах інтарэсы іншых людзей. Складанасць гэтага перыяду ў тым, што дашкольнік не толькі аб'ектыўна мае патрэбу ў прыняцці акружаючымі, але актыўна і свядома імкнецца быць прызнаным, у той ці іншай ступені адаптуючы свае паводзіны ў адпаведнасці з чаканнямі дарослых. Развіццё эмацыянальнай дэцэнтрацыі адкрывае новыя, больш шырокія магчымасці для засваення дзіцем сацыяльнага, у тым ліку і маральнага вопыту. На плечы бацькоў і педагогаў кладзецца адказнасць за захаванне яго індывідуальнасці.

Па-першае, асоба дашкольніка яшчэ не валодае дастатковай сталасцю, каб абараніць сябе ад часам траўміруючых абставін успрымаемага ўнутранага свету дарослага.

Па-другое, дзіця часам імкнецца прыстасавацца, прымаючы ўнутраную пазіцыю бацькоў ці педагога ва ўрон уласнай, маючы патрэбу быць прынятым бліжкім дарослым. У дашкольным узросце важна сфарміраваць здольнасць разумець і паважаць свае ўласныя пачуцці, жаданні і інтарэсы.

Падрэбнае разглядванне прычын адхіленняў у асобным развіцці дзяцей і крыніц парушэння іх псіхалагічнага здароўя дазваляе зрабіць выснову, што асноўная праблема ў тым, як дзіця ўспрымаецца бліжкімі дарослымі. «Прынятыя» дзеці маюць значна больш шанцу на станаўленне гарманічнай асобы, якая вызначаецца псіхалагічным здароўем.

Эфектыўнасць і плённасць сітуацыі «прыняцця» чалавека шырока абмяркоўваецца сёння ў межах сучаснай гуманістычнай псіхалогіі і паспяхова прымяняецца ў самаею псіхатэрапеўтычнай практыцы. Правамернасць такога падыходу тлумачыцца наступным чынам: «першапачатковыя траўмы кліентаў узніклі таму, што тыя, хто некалі клапаціўся пра іх, аказаліся няздольнымі суперажываць іх рэчаіснасці, спачуваць ёй». Інакш кажучы, дарослыя, якія ўзялі на сябе адказнасць за развіццё канкрэтнага дзіцяці, праяўлялі недастаткова эмпатыі ва ўзаемаадносінах з ім.

На думку Карла Рэнсама Роджэра, амерыканскага псіхатэрапеўта, занавальніка гуманістычнай псіхалогіі, эмпатыя з боку іншага вучыць чалавека быць эмпатычным да сябе, усведамляць свае перажыванні, аказвае рашаючы ўплыў на яго самапавагу.

Развітая эмпатыя бацькоў і педагогаў у многім вызначае характар і змест іх узаемаадносін з дзецьмі, даючы даросламу магчымасць зразумець і аказаць неабходную дапамогу, а дзіцяці — упэўнена ісці па шляху развіцця і асобаснага станаўлення без шкоды для псіхалагічнага здароўя.



**Ала Віктарыіна КАВАЛЕЎСКАЯ,** асістэнт кафедры. На выдатна скончыла СШ № 51 г. Мінска (1988 г.) і факультэт пачатковых класаў МДП імя М. Горкага (1992 г.). Працавала ў школе, вучылася ў аспірантуры Нацыянальнага інстытута адукацыі. На факультэце дашкольнага выхавання з 1994 года, завяршае працу над дысертацыяй.