

УДК 373.2(015.31:793.4/7)

UDC 373.2(015.31:793.4/7)

## ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА И МЕТОДЫ ЕГО ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ОЦЕНКИ

## EMOTIONAL WELL-BEING OF CHILDREN OF PRESCHOOL AGE AND METHODS OF ITS PEDAGOGICAL ASSESSMENT

Го Кэ,  
аспирант кафедры методик  
дошкольного образования Белорусского  
государственного педагогического  
университета имени Максима Танка

Guo Ke,  
Postgraduate Student of the Department  
of Methods of Preschool Education  
Belarusian State Pedagogical University  
named after Maxim Tank

Поступила в редакцию 21.05.19.

Received on 21.05.19.

В статье представлен аналитический обзор теоретических подходов к проблеме эмоционального благополучия детей, объединяющий различные аспекты жизни ребенка (социальный, поведенческий, эмоциональный). Рассмотрены основные показатели эмоционального благополучия, выделены критерии, которые можно использовать для улучшения качества жизни воспитанников: материальное благополучие семьи, состояние здоровья и безопасность детей, взаимодействие с другими людьми, особенности поведения. Показана роль двигательной деятельности, как средства выражения ребенком собственных переживаний. Осуществлен подбор методик для диагностики эмоционального благополучия, приводятся данные эмпирического исследования состояния эмоционального благополучия детей старшего дошкольного возраста. Оценка эмоционального благополучия (проведена с учетом психологических особенностей детей в привлекательной форме игры, рисования, рассматривания картинок в условиях возрастающего интереса современных исследований к качественной диагностике развития ребенка.

*Ключевые слова:* эмоциональное благополучие, эмоциональное самочувствие, эмоции, положительный фон настроения, адекватная тревожность, психическая и телесная деятельность, психологическое здоровье, диагностика, дети дошкольного возраста.

The article presents an analytical review of theoretical approaches to the problem of emotional well-being of children, combining various aspects of a child's life (social, behavioral, emotional). The main indicators of emotional well-being are considered, and criteria that can be used to improve the quality of life of pupils are highlighted: the material well-being of the family, the health and safety of children, interaction with other people, behavior. The role of motor activity is shown as a means of expressing a child's own experience. The selection of methods for the diagnosis of emotional well-being has been carried out; empirical data on the state of emotional well-being of children of preschool age are given. In the situation of the increasing modern research interest to the qualitative diagnosis of child development, the evaluation of emotional well-being was carried out by taking into account the psychological characteristics of children in an attractive form of play, drawing and viewing pictures.

*Keywords:* emotional well-being, emotional well-being, emotions, positive mood, adequate anxiety, mental and physical activity, psychological health, diagnostics, children of preschool age.

**Введение.** В настоящее время актуализируются задачи осмысления особенностей психического развития детей, в частности, их эмоционального благополучия, обеспечивающего положительные результаты общения, обучения в школе, социализации. Педагогический работник дошкольного образования должен обеспечить безопасность жизни детей, сохранить их здоровье. Это возможно на фоне прогрессивных изменений в образовательном процессе, определяющих создание новых видов предметно-развивающей среды, развитие личностного интереса ребенка к окружающему миру. В этих условиях эмоциональное благополучие детей приобретает самостоятельный статус, отражающий влияние социума.

Проблема эмоционального благополучия детей стала изучаться учеными сравнительно недавно. В большинстве исследований раскрыты поведенческие и эмоциональные характеристики воспитанников, которые соотносятся с понятием «эмоциональное самочувствие». Оно проявляется в хорошей адаптации детей к условиям окружающей среды, приемлемых способах самоутверждения, оптимистическом настрое, доброжелательном отношении к другим людям, способности к эмоциональному сопереживанию [1, с. 49; 2, с. 103–104; 3, с. 56].

Ряд ученых при характеристике эмоционального благополучия отмечают важность эмоций в жизни ребенка, навыков их выражения и управления. Исходя из этого положе-

ния, эмоциональное благополучие является показателем успешности эмоциональной саморегуляции, того, насколько полноценно ребенок может реализовать регулирующие функции эмоций [4, с. 124; 5, с. 79]. В настоящее время выделяется новое направление в исследовании эмоционального благополучия детей, в котором оно рассматривается как синоним понятия «эмоциональное здоровье». Критериями эмоционального здоровья выступают: целостное эмоциональное отношение ребенка к себе и к миру, способность трансформировать отрицательные эмоции и вызывать положительно окрашенные переживания [6, с. 79–80; 7, с. 14–15; 8, с. 128]. Эмоциональное благополучие с точки зрения данного подхода определяется эмоциональной активностью личности как возрастающей способностью к саморегуляции и творчеству. Названные подходы дополняют друг друга и связывают эмоциональное благополучие детей с преобладанием стабильно позитивного настроения, переживанием успешности деятельности, внимательным отношением со стороны окружающих, отсутствием переживания опасности.

Эмоциональное благополучие ребенка проявляется не только на уровне переживания отношений с другими людьми, но также переживания успешности-неуспешности освоения предметного мира, видов деятельности, в которые ребенок включен [9]. Многие ученые отмечают важную роль двигательной деятельности в эмоциональном самоощущении детей.

И. М. Сеченов экспериментально подтвердил тот факт, что существует зависимость между психической и телесной деятельностью человека. Мышечное движение, утверждает ученый, является проявлением деятельности мозга [10]. Психологи, рассматривая тоническую функцию движений, называют их «экстериоризированными эмоциями» и отмечают, что движения могут выражать собственные переживания ребенка, снимать психологическое напряжение, приводить в действие эмоциональную сферу в целом [11, с. 74]. В качестве основного условия эмоционального благополучия детей рассматривается личностно ориентированное взаимодействие взрослого с ребенком, составляющее основу современной теории дошкольного образования.

#### **Организация и методика исследования.**

Исследование проводилось на базе государственного учреждения образования «Ясли-сад № 551 г. Минска» (72 ребенка – экспери-

ментальная группа) и государственного учреждения образования «Ясли-сад № 412 г. Минска» (70 детей – контрольная группа). Целью исследования явилось опытно-экспериментальное изучение эмоционального благополучия детей старшего дошкольного возраста, выявление как положительных, так и отрицательных сторон изучаемой проблемы. Изучению подвергались основные показатели эмоционального благополучия детей: положительный фон настроения, адекватная тревожность, эмоциональное состояние ребенка в двигательной деятельности. В диагностике изучаемых показателей использовалась следующая система оценки: «достаточная степень проявления показателя», «степень проявления близкая к достаточной», «недостаточная степень проявления изучаемого показателя».

Одним из значимых показателей эмоционального благополучия детей явился положительный фон настроения, удовлетворение ребенка собой, положительное отношение к себе. Выявлению данного показателя в исследовании способствовала методика «Автопортрет» [12, с. 12–122]. С помощью данной методики ребенок в рисунке показывал, какой он есть сегодня и каким хочет стать в будущем. Сформированная проекция личностной составляющей, проявляющаяся в рисунке, давала возможность для анализа достоинств и конструктивных потенций детей, а также способствовала выявлению нарушений в их эмоциональной сфере.

Анализ материалов исследования показал, что воспитанники, отнесенные к достаточной степени проявления положительного фона настроения, вполне удовлетворены собой. Это подтверждается их положительным отношением к себе, внутренней гармонией, способностью к самопознанию и саморегуляции. Дети предвидят перспективы изменения себя, адекватно оценивают свои возможности, при этом вполне ими довольны. В рисунках наблюдаются различия в представлении себя «Я, какой есть» и «Я, каким хочу стать» в сторону большей идеализации последнего. Это говорит о том, что дети хотят стать лучше и знают, как этого добиться, имеют жизнерадостное, бодрое настроение, оптимистичный настрой. Данную степень проявления изучаемого показателя в исследовании обнаружило 17,9 % детей экспериментальных и 20,7 % детей контрольных групп. Положительный фон настроения близкий к достаточному был зафиксирован у 43,3 % детей экспериментальных

и 42,9 % детей контрольных групп. Эти дети также отличались удовлетворенностью собой. Однако в проекциях себя в рисунке они не стремились что-то менять в себе. «Реальное Я» было изображено крупнее, ярче, выразительнее, чем «Я идеальное». Способность к самопознанию, стремление к идеалу, развитию и взрослению у детей были слабо выражены. Это свидетельствует об отсутствии представлений ребенка о себе в будущем. Дети, имеющие недостаточную степень проявления положительного фона настроения (38,8 % детей экспериментальных групп и 36,4 % детей контрольных групп), характеризовались общим безразличием к себе. Изображение человека в рисунках этих детей было деформировано, непропорционально, ущербно («конфликтно»). Например, на руке отсутствовали пальцы, пропорции тела были искажены, наблюдалась утолщенность линий. Все это говорит об эмоциональном неприятии ребенком себя. Наблюдалась трудность в представлении ребенком себя в будущем. В рисунках отсутствовала способность к самопознанию, стремление к идеалу, развитию, взрослению. Детей характеризовало также неустойчивое, переменчивое настроение, раздражительность, что означало наличие актуальных для ребенка конфликтов и личностных проблем.

С целью изучения адекватной тревожности детей использовалась методика «Психодиагностические рисунки» [13]. В серии рисунков, предлагаемых ребенку, была изображена типичная для жизни детей ситуация. Каждый рисунок выполнен в двух вариантах: для мальчиков и для девочек, и снабжен двумя дополнительными изображениями детской головы: на одном – представлено улыбающееся лицо ребенка, на другом – печальное. Выбор ребенком соответствующего лица и его словесные высказывания фиксировались в протоколе. Анализ словесных высказываний детей при рассмотрении рисунков также позволил сделать выводы относительно характера эмоционального опыта ребенка в проективных ситуациях (взаимоотношения с детьми, повседневная деятельность в учреждении дошкольного образования и дома, взаимоотношения со взрослыми). Индивидуальные результаты воспитанников дали возможность отразить суммарные значения показателя в целом и на их основе осуществить не только количественный, но и качественный анализ фактического материала. На основа-

нии полученных данных вычислялся индекс тревожности. Диагностический материал показал, что в зависимости от индекса тревожности, полученного детьми, их можно разделить на 3 группы: с высокой степенью тревожности (индекс тревожности выше 50 %); средней степенью тревожности (индекс тревожности от 20 до 50 %); низкой степенью тревожности (индекс тревожности от 0 до 20 %). При качественном анализе материалов исследования выяснилось, что дети с высоким уровнем тревожности (49,5 % детей экспериментальных и 47,6 % детей контрольных групп) часто переживают тревожность, которая вызвана стрессовыми для ребенка ситуациями, такими как: точное следование требованиям взрослых, укладывание спать в одиночестве, агрессия со стороны близких, друзей, боязнь игнорирования. Об этом свидетельствует сделанный детьми отрицательный эмоциональный выбор в ситуациях «Игнорирование», «Агрессивное нападение», «Изоляция», «Выговор», «Одевание», «Укладывание спать в одиночестве», «Еда в одиночестве». Поведение детей характеризовалось повышенным проявлением беспокойства и нервозности. Их интересовало: что записывает педагогический работник в протокол, не узнают ли об этом их родители, как отвечают другие дети на поставленные вопросы, правильно ли отвечают на вопросы они сами. У некоторых детей в это время наблюдалась повышенная двигательная активность (качали ногой, наматывали волосы на палец, покусывали нижнюю губу и др.). Часть детей демонстрировала физиологические признаки повышенной тревожности, такие как учащенное дыхание, покраснение кожи лица и шеи. Дети, обладающие средней степенью тревожности, осуществляли отрицательные эмоциональные выборы в ситуациях, изображенных на рисунках «Ребенок и мать с младенцем», «Игнорирование», «Игра с ребенком». Данные рисунки моделируют отношения «ребенок – взрослый», «ребенок – ребенок». Тревогу у детей вызывали ситуации, связанные со страхом агрессии, с ревностью к детям сиблингам (брат, сестра), со страхом наказания. К средней степени проявления тревожности в экспериментальных группах отнесено 23,8 % детей, в контрольных – 22,9 %. Низкая степень тревожности зафиксирована у 26,7 % детей экспериментальных групп и 29,5 % детей контрольных групп. Эти воспитанники проявляли раскованность, свободу в самовыражении. Они

выбирали картинки, моделирующие повседневные действия, привычные ребенку, например, «Собирание игрушек», «Умывание», «Игра с детьми», предпочтение отдавали веселым лицам, активным действиям.

*Эмоциональное состояние детей в двигательной деятельности* оценивалось с помощью методики «Мое настроение на занятии физическими упражнениями» (модифицированный метод диагностики эмоционального состояния ребенка [14]). Результаты анализа материалов исследования показали, что большинство детей испытывают положительное эмоциональное состояние в двигательной деятельности (58,1 % детей экспериментальных групп и 59,0 % детей контрольных групп). При выполнении экспериментальных заданий они выбирали соответствующие цвета карандашей (красный, желтый, зеленый), характеризующие положительное настроение. Однако также было зафиксировано, что у 41,9 % детей экспериментальных групп и у 41,0 % детей контрольных групп настроение во время занятий физическими упражнениями не было положительным, дети выбирали цвета, проецирующие отрицательное эмоциональное состояние (синий, фиолетовый, коричневый, черный).

#### ЛИТЕРАТУРА

1. *Бадулина, О. И.* Педагогические основы эмоционального благополучия дошкольников : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / О. И. Бадулина. – М., 1998. – 125 л.
2. *Гармаева, Т. В.* Особенности эмоциональной сферы и самосознания в контексте становления личности дошкольника / Т. В. Гармаева // Психолог в детском саду. – 2004. – № 2. – С. 103–112.
3. *Кошелева, А. Д.* Эмоциональное развитие дошкольников / А. Д. Кошелева. – М. : Академия, 2003. – 176 с.
4. *Герасимова, Е. Н.* Развитие эмоциональной устойчивости у детей старшего дошкольного возраста средствами физической культуры / Е. Н. Герасимова, С. Н. Гамова // Вестник ТГУ. – 2017. – Вып. 5 (49). – С. 123–126.
5. *Кравцов, Г. Г.* Психология и педагогика обучения дошкольников : учеб. пособие / Г. Г. Кравцов, Е. Е. Кравцова. – М. : Мозаика-Синтез, 2013. – 264 с.
6. *Воробьева, О. А.* Психолого-педагогический комфорт как условие воспитания гармонично развитой личности в образовательных учреждениях нового типа : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / О. А. Воробьева. – Коломна, 2000. – 180 л.
7. *Князева, О. Л.* Я–Ты–Мы : Программа социально-эмоционального развития дошкольников / О. Л. Князева. – М. : Мозаика-Синтез, 2005 (Домодедово : ДПК). – 166 с.

**Заключение.** Результаты итогового анализа материалов исследования позволяют констатировать, что степень проявления основных признаков эмоционального благополучия детей контрольных и экспериментальных групп зафиксирована как недостаточная. В экспериментальных группах оптимальная степень эмоционального благополучия обнаружена у 17,2 % испытуемых, допустимая у 27,6 %, недопустимая у 55,2 %. Эмпирические данные фактически идентичны полученным результатам по каждому из показателей изучаемого компонента между экспериментальными и контрольными группами. Данные критерия  $\chi^2$  Пирсона ( $\chi^2 = 0,457$ ,  $p > 0,05$ ) подтвердили это обстоятельство.

Таким образом, проведенное исследование позволило увидеть особенности эмоционального благополучия детей старшего дошкольного возраста на констатирующем этапе опытно-экспериментального исследования и определить содержание педагогической работы учреждения дошкольного образования, направленное на формирование позитивного отношения ребенка к себе и выполняемой деятельности.

#### REFERENCES

1. *Badulina, O. I.* Pedagogicheskiye osnovy emotsionalnogo blagopoluchiya doshkolnikov : dis. ... kand. ped. nauk : 13.00.01 / O. I. Badulina. – M., 1998. – 125 l.
2. *Garmayeva, T. V.* Osobennosti emotsionalnoy sfery i samosoznaniya v kontekste stanovleniya lichnosti doshkolnika / T. V. Garmayeva // Psikholog v detskom sadu. – 2004. – № 2. – S. 103–112.
3. *Kosheleva, A. D.* Emotsionalnoye razvitiye doshkolnikov / A. D. Kosheleva. – M. : Akademiya, 2003. – 176 s.
4. *Gerasimova, Ye. N.* Razvitiye emotsionalnoy ustoychivosti u detey starshogo doshkolnogo vozrasta sredstvami fizicheskoy kultury / Ye. N. Gerasimova, S. N. Gamova // Vestnik TGU. – 2017. – Vyp. 5 (49). – S. 123–126.
5. *Kravtsov, G. G.* Psikhologiya i pedagogika obucheniya doshkolnikov : ucheb. posobiye / G. G. Kravtsov, Ye. Ye. Kravtsova. – M.: Mozaika-Sintez, 2013. – 264 s.
6. *Vorobyeva, O. A.* Psikhologo-pedagogicheskiy komfort kak usloviye vospitaniya garmonichno razvitoy lichnosti v obrazovatelnykh uchrezhdeniyakh novogo tipa : dis. ... kand. ped. nauk : 13.00.01 / O. A. Vorobyeva. – Kolomna, 2000. – 180 l.
7. *Knyazeva, O. L.* Ya–Ty–My : Programma sotsialno-emotsionalnogo razvitiya doshkol'nikov / O. L. Knyazeva. – M. : Mozaika-Sintez, 2005 (Domodedovo : DPK). – 166 s.

8. Филиппова, Г. Г. Эмоциональное благополучие ребенка и его изучение в психологии / Г. Г. Филиппова // Детский практический психолог : Программы и методические материалы : учеб. пособие для студентов высших пед. учебных заведений / под ред. О. А. Шаграевой, С. А. Козловой. – М. : Просвещение, 2001. – 356 с.
9. Аболин, А. М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека / А. М. Аболин. – Казань : КГУ, 1987. – 262 с.
10. Сеченов, И. М. Нервные центры и нервная регуляция / И. М. Сеченов // Физиология нервной системы : избр. тр. : в 4 вып. / под ред. акад. К. М. Быкова. – М. : Медгиз, 1952. – 356 с.
11. Запорожец, А. В. Взаимосвязь развития когнитивных и эмоциональных процессов у ребенка / А. В. Запорожец // Вопр. психологии. – 1974. – № 6. – С. 74–75.
12. Корепанова, М. В. Диагностика развития и воспитания дошкольников / М. В. Корепанова, Е. В. Харламова. – М. : Изд. Дом РАО; Баласс, 2005. – 144 с.
13. Марцинковская, Т. Д. Диагностика психического развития детей. Пособие по практической психологии / Т. Д. Марцинковская. – М. : ЛИНКА-ПРЕСС, 1998. – 176 с.
14. Орехова, О. А. Цветовая диагностика эмоций человека / О. А. Орехова. – СПб. : Речь, 2002. – 108 с.
8. Filippova, G. G. Emotsionalnoye blagopoluchiye rebenka i yego izucheniye v psikhologii / G. G. Filippova // Det-skiy prakticheskiy psikholog : Programmy i metodicheskiye materialy : ucheb. posobiye dlya studentov vys-shikh ped. uchebnykh zavedeniy / pod. red. O. A. Shag-rayeyovoy, S. A. Kozlovoy. – M. : Prosveshcheniye, 2001. – 356 s.
9. Abolin, A. M. Psikhologicheskiye mekhanizmy emotsionalnoy ustoychivosti cheloveka / A. M. Abolin. – Kazan : KGU, 1987. – 262 s.
10. Sechenov, I. M. Nervnyye tsentry i nervnaya regulyatsiya / I. M. Sechenov // Fiziologiya nervnoy sistemy : izbr. tr. : v 4 vyp. / pod red. akad. K. M. Bykova. – M. : Medgiz, 1952. – 356 s.
11. Zaporozhets, A. V. Vzaimosvyaz razvitiya kognitivnykh i emotsionalnykh protsessov u rebenka / A. V. Zaporozhets // Vopr. psikhologii. – 1974. – № 6. – S. 74–75.
12. Korepanova, M. V. Diagnostika razvitiya i vospitaniya doshkolnikov / M. V. Korepanova, Ye. V. Kharlampova. – M. : Izd. Dom RAO; Balass, 2005. – 144 s.
13. Martsinkovskaya, T. D. Diagnostika psikhicheskogo razvitiya detey. Posobiye po prakticheskoy psikhologii / T. D. Martsinkovskaya. – M. : LINKA-PRESS, 1998. – 176 s.
14. Orekhova, O. A. Tsvetovaya diagnostika emotsiy cheloveka / O. A. Orekhova. – SPb. : Rech, 2002. – 108 s.

ДЕПОЗИТОРІА