

**ТЕХНОЛОГИЯ УКРЕПЛЕНИЯ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ  
СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА  
СРЕДСТВАМИ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**THE TECHNOLOGY OF STRENGTHENING  
THE PSYCHOLOGICAL HEALTH OF CHILDREN  
OF ELDER PRESCHOOL AGE  
BY MEANS OF ART ACTIVITIES**

Е. П. Чеснокова

E. Chesnokova

старший преподаватель

А. С. Матвейчик,

A. Matveychick

студент

Белорусский государственный педагогический университет  
имени Максима Танка,  
Минск, Республика Беларусь

Представлена технология укрепления психологического здоровья детей старшего дошкольного возраста средствами художественной деятельности и результаты ее внедрения в учреждении дошкольного образования.

The technology of strengthening the psychological health of children of elder preschool age and the results of its introduction in the nursery-school are presented.

*Ключевые слова:* психологическое здоровье ребенка; художественная деятельность; технология укрепления психологического здоровья детей старшего дошкольного возраста.

*Key words:* the psychological health of the child; art activities; the technology of strengthening the psychological health of children of elder preschool age.

Сегодня широкое признание получают взгляды на здоровье как источник повседневной жизни, заключающий в себе как социальные и личностные ресурсы, так и физические возможности (ВОЗ). Важнейшей характеристикой здоровья выступают его психологические аспекты, исследованные пока еще недостаточно. Проблема психологического здоровья детей, факторов его становления и путей укрепления приобретает все большую актуальность сегодня, становясь предметом специальных исследований (И. В. Дубровиной, М. Г. Ивановой, Я. Л. Коломинского, Е. В. Куфтяк, Е. А. Панько, В. Э. Пахальяна, О. В. Хухлаевой, А. В. Шувалова и др.).

Психологическое здоровье рассматривается в данном исследовании как интегральная структурно-динамическая характеристика личности, обеспечивающая возможность полноценного функционирования и развития в социуме. Психологическое здоровье человека на каждом возрастном этапе характеризуется наличием своих особенностей. В связи с личностными преобразованиями в течение жизни происходят изменения в структуре психологического здоровья, степени выраженности (и значимости) составляющих компонентов. Психологическое здоровье ребенка старшего дошкольного возраста – система, включающая в себя следующие связанные друг с другом компоненты: аффективный (чувство защищенности, доверие к себе и самопринятие, оптимизм), когнитивный (образ Я), поведенческий (социальная активность, творчество (преимущественно в «специфически детских» (А. В. Запорожец) видах деятельности)).

Как свидетельствуют результаты психологических и медицинских исследований, современные дети испытывают выраженную потребность в укреплении их здоровья, в том числе психологического (В. А. Ананьев, Т. И. Безуглая, В. Б. Войнов, И. В. Дубровина, О. В. Хухлаева, А. В. Шувалов и др.). Проблема формирования психологического здоровья детей привлекает внимание многих ученых (В. В. Ветровой, Е. А. Панько, Ю. В. Тихоновой, О. В. Хухлаевой и др.). Одним из первых исследователей данной проблемы является О. В. Хухлаева. Ученый рассматривает формирование психологического здоровья как создание возможностей психологически здорового функционирования детей посредством организации их жизнедеятельности. Автор выделяет педагогические условия становления психологического здоровья: наличие трудных ситуаций, препятствий в жизни детей; преобладание положительного фона настроения, то есть способности к самостоятельному сохранению душевного равновесия; обучение детей умению быть счастливыми, то есть формирование у них установки на позитивное мировосприятие. О. В. Хухлаевой подчеркивается роль ближайшего окружения, прежде всего родителей, в формировании психологического здоровья ребенка [3].

Настоящее исследование нацелено на разработку технологии укрепления психологического здоровья детей старшего дошкольного возраста средствами художественной деятельности. Сегодня, в период расцвета высоких технологий, устремленности общества к интенсификации развития, особую актуальность приобретает проблема реализации идеи самоценности детства (Ж. Ж. Руссо, Я. Корчак, П. П. Блонский, А. Валлон и др.), концепции амплификации детского развития (А. В. Запорожец) и, соответственно, необходимость рассматривать

каждый возрастной период как по-своему ценный для развития личности [1; 2]. В связи с этим в период дошкольного детства важно содействовать развитию «специфически детских» (А. В. Запорожец) видов деятельности, среди которых значимую роль играет художественная. Ученые отмечают наличие определенных возрастных предпосылок успешного овладения детьми дошкольного возраста художественной деятельностью: чуткость к образно-эмоциональным моментам, характерное для данного возраста соотношение I и II сигнальных систем, близость детей к художественному типу, реактивность на непосредственные впечатления, доставляемые органами чувств, особое «эстетическое отношение к жизни» [2].

Эмпирическое исследование было проведено в течение 2019–2020 гг. на базе ГУО "Ясли-сад № 378 г. Минска" и ГУО "Ясли-сад № 445 г. Минска" с участием 33 детей 5–6 лет, из них 12 мальчиков и 21 девочка.

В исследовании были использованы следующие методы: тестирование (проективная рисуночная методика «Дом-дерево-человек», проективная методика изучения оптимизма-пессимизма «Незавершенные ситуации»), анализ продуктов детского творчества (методика «Автопортрет»), формирующий эксперимент.

На констатирующем этапе исследования с помощью теста «Дом, дерево, человек» выявлена выраженность следующих индикаторов нарушения психологического здоровья испытуемых: трудности в общении (отсутствие окон, двери или очень маленькая дверь в доме, отсутствие основных деталей лица, кистей рук у человека) – 86 % детей характерна средняя степень выраженности данного симптомокомплекса (92 % девочек и 80 % мальчиков), 10 % – высокая (20 % мальчиков и 0 % девочек); недоверие к себе (очень маленькие двери, слабая линия ствола, самооправдывающие оговорки во время рисования) – 74 % испытуемых характерна средняя степень выраженности данного симптомокомплекса (80 % мальчиков и 67 % девочек), 4 % – выше среднего (8% девочек и 0% мальчиков), 10 % – высокая (20 % мальчиков и 0% девочек); конфликтность – 82 % детей (83 % девочек и 80 % мальчиков); повышенная тревожность (интенсивная штриховка, многократные стирания, затянутое тучами небо, подчеркнутая линия основания) – 71 % детей (83 % девочек и 60 % мальчиков); незащищенность (очень подчеркнутые корни у дерева, широко расставленные ноги у человека, рисунок внизу листа) – 67 % детей (75 % девочек и 60 % мальчиков).

В результате использования методики «Автопортрет» при анализе размера фигуры человека и ее расположения на листе бумаги выявлено доминирование среднего размера фигуры и ее адекватного размещения на листе

бумаги (71 %). В то же время значительная часть детей (29 %) изображает на рисунках свой образ небольшого размера внизу листа, что является показателем незащищенности, неуверенности в себе. Данная тенденция в рисунках мальчиков встречается в 2 раза чаще, чем в рисунках девочек.

В результате изучения оптимизма у детей было обнаружено доминирование низкого уровня (60 %). Средний уровень оптимизма характерен 10% испытуемых, высокий – 30 %. Данные результаты объясняются присвоением значительной частью детей образа мира взрослых, их пессимистичных установок, а также характером телепередач, компьютерных игр, которые уже стали неотъемлемой частью жизни современного ребенка.

На формирующем этапе исследования была разработана и внедрена программа укрепления психологического здоровья детей средствами художественной деятельности. Реализация данной программы осуществлялась в течение двух месяцев как в ходе специально организованных ежедневных занятий, так и в течение дня в нерегламентированной деятельности.

Основными направлениями программы стали: содействие формированию у детей оптимизма, насыщение их жизни позитивными эмоциями; формирование у испытуемых позитивного образа Я, повышение уровня позитивного самопринятия; формирование у детей чувства защищенности, базового доверия к миру; содействие преодолению испытуемыми страхов, застенчивости, агрессивных тенденций поведения; приобщение детей к творчеству (преимущественно в «специфически детских» видах деятельности), формирование потребности в творческом самовыражении; сотрудничество и сотворчество с семьями воспитанников в интересах психологического здоровья детей.

Работа в данных направлениях предусматривала обращение к произведениям художественной литературы соответствующей тематики: знакомство детей с ними, последующий анализ и отражение в произведениях индивидуального и коллективного изобразительного творчества. Широко использовались как традиционные, так и нетрадиционные техники рисования (кляксография (с помощью выдувания трубочкой), рисование ладошками и пальцами рук, рисование «по мокрому» (манной крупой, на мыльной пене)), лепка, аппликация и конструирование.

С целью повышения компетентности родителей в вопросах психологического здоровья детей и его укрепления средствами художественной деятельности была проведена система семинаров-практикумов с творческими мастер-классами.

Результаты контрольного этапа исследования подтвердили эффективность внедрения программы: значительно повысились показатели психологического здоровья испытуемых (чувства защищенности, оптимизма, преобладания положительных эмоций, позитивного принятия себя и других, снижение уровня агрессивности, конфликтности, страхов и др.).

### ***Список использованных источников***

1. Запорожец, А. В. Значение ранних периодов детства для формирования детской личности / А. В. Запорожец // Принцип развития в психологии. – М., 1978. – С. 243–267.
2. Панько, Е. А. О самооценности детства и ее поддержке / Е. А. Панько, Е. П. Чеснокова. – Мн. МОИРО, 2019. – 96 с.
3. Хухлаева, О. В. Формирование психологического здоровья младших школьников: дис... докт. педагог. наук / О. В. Хухлаева. – М., 2001. – 299 с.