

**ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ  
СОВРЕМЕННОГО РЕБЕНКА ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА  
И ВОЗМОЖНОСТИ ЕГО УКРЕПЛЕНИЯ СРЕДСТВАМИ  
МУЗЫКАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**PSYCHOLOGICAL HEALTH OF A MODERN PRESCHOOL  
CHILD AND POSSIBILITIES OF ITS STRENGTHENING  
BY MEANS OF MUSIC ACTIVITIES**

***Е. П. Чеснокова / E. Chesnokova***

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

***О. В. Бондаренко / O. Bondarenko***

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

В статье представлены результаты исследования психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста. Осуществлен анализ возможностей использования музыкальной деятельности как средства укрепления психологического здоровья детей дошкольного возраста.

The results of a study of the psychological health of preschool children are presented in the article. The analysis of the possibilities of using music activities as means of strengthening of the psychological health of preschool children is carried out.

***Ключевые слова:*** психологическое здоровье; музыкальная деятельность; дети дошкольного возраста; укрепление психологического здоровья.

***Keywords:*** psychological health; music activities; preschool children; strengthening of children's psychological health.

Проблема здоровья ребенка, путей и средств его сохранения и укрепления находится в центре внимания исследователей в течение нескольких столетий. Еще в XVII веке известный чешский педагог Я. А. Коменский в своей «Материнской школе» призывал родителей уделить здоровью особое внимание. Он считал, что, «так как обучать детей можно только в случае, если они будут живы и здоровы, то первая забота родителей оберегать здоровье детей» [1; с. 51]. Минули столетия, но и в настоящее время основной задачей взрослых в условиях семьи и учреждения образования остается охрана здоровья воспитанников. Современные дети

особенно остро нуждаются в укреплении их здоровья, в том числе психологического (В. А. Ананьев, И. В. Дубровина, О. В. Хухлаева, А. В. Шувалов и др.).

На сегодняшний день проблема становления психологического здоровья и его укрепления остается мало изученной относительно периода дошкольного детства. Психологическое здоровье рассматривается учеными как состояние субъективного благополучия личности (Я. Л. Коломинский и др.); как динамическая совокупность психических свойств человека, обеспечивающих гармонию между потребностями индивида и общества (А. В. Козлов, В. Э. Пахальян, О. В. Хухлаева и др.); как состояние, характеризующее процесс и результат нормального развития субъективной реальности в пределах индивидуальной жизни (В. И. Слободчиков, А. В. Шувалов и др.) и др. В данном исследовании психологическое здоровье ребенка дошкольного возраста понимается как интегральная структурно-динамическая характеристика личности, обеспечивающая возможность полноценного функционирования и развития в социуме, включающая в себя следующие взаимосвязанные компоненты: 1) аффективный: чувство защищенности, доверие к себе и миру, самопринятие, оптимизм; 2) когнитивный: целостный позитивный образ Я, зачатки рефлексии; 3) поведенческий: коммуникативная гибкость, творчество (преимущественно в «специфически детских» (А. В. Запорожец) видах деятельности) [2].

В современной социальной ситуации многие личностные характеристики подвергаются изменениям (В. В. Абраменкова, А. Л. Венгер, И. А. Корепанова, Т. Д. Марцинковская, Л. Ф. Обухова, Е. О. Смирнова, Д. И. Фельдштейн и др.). С целью выявления возможных изменений в психологическом здоровье детей старшего дошкольного возраста исследование осуществлялось в 2 временных периода: в 2000-2004 гг. с участием 98 воспитанников УДО и в 2014-2018 гг. с участием 72 испытуемых. Для эмпирического исследования психологического здоровья детей были использованы следующие методы: проективное тестирование (рисуночные методики «Дом-Дерево-Человек» (Дж. Бак, модификация В. Беляускаса) и «Несуществующее животное» (М. З. Дукаревич), методика «Незавершенные ситуации»), анализ продуктов детского творчества (рисуночная методика «Автопортрет»). Для определения уровней психологического здоровья воспитанников использовался метод древовидной кластеризации. Испытуемые были объединены в кластеры в соответствии со следующими критериями: 1) в аффективном компоненте: степень выраженности чувства защищенности, доверия к себе и миру, самопринятия, оптимизма, уровень тревожности, агрессивности, депрессивности, враждебности; 2) в когнитивном компоненте: степень сформированности и характер образа Я; 3) в поведенческом компоненте: степень выраженности конфликтности, трудностей в общении, творчества. Результаты распределения воспитанников по уровням психологического здоровья на основе разделения на кластеры представлены в Таблице 1.

Таблица 1. – Уровни психологического здоровья детей старшего дошкольного возраста

Группа / период	Пол	Уровень психологического здоровья			
		Высокий (I)	Средний (II)	Ниже среднего (III)	Низкий (IV)
1 / 2000-2004 гг.	м	13%	36%	38%	13%
	д	44%	27%	22%	7%
	Всего	28,5%	31,5%	30%	10%
2 / 2014-2018 гг.	м	29%	29%	18%	24%
	д	50%	18%	29%	3%
	Всего	39,5%	23,5%	23,5%	13,5%

Данные, представленные в таблице 1, свидетельствуют о том, что в обеих выборках присутствуют воспитанники с разными уровнями психологического здоровья. Существуют различия в психологическом здоровье испытуемых разных временных периодов. В результате использования U-критерия Манна-Уитни выявлен значительно более низкий уровень недоверия к себе у воспитанников детских садов 2014-2018 гг. в сравнении с их сверстниками экспериментальной выборки 2000-2004 гг. ( $U=1992$ ;  $p=0,0001$ ). В то же время уровень конфликтности и трудностей в общении выше у испытуемых периода 2014-2018 гг., нежели у детей более раннего временного периода ( $U=2206$ ;  $p<0,005$ – «конфликтность»;  $U=2521$ ;  $p=0,05$ – «трудности в общении»). Данные результаты отражают повышение чувства самооценности, «самости» современных детей, с одной стороны, и возрастание эгоцентризма, сопряженного с трудностями социализации, с другой стороны. Такая тенденция обусловлена изменениями в современной социальной ситуации развития ребенка: повышением детоцентрической установки в обществе и переориентацией в воспитании с общественных, коллективистических на индивидуалистические, личные ценности.

Выявлены гендерные различия в психологическом здоровье детей обоих временных периодов: психологическое здоровье мальчиков находится на более низком уровне, нежели психологическое здоровье девочек (см. Таблицу 1). Результаты использования U-критерия Манна-Уитни подтверждают статистическую значимость данных различий. Обнаружены различия как в общем уровне психологического здоровья ( $U=608,5$ ;  $p<0,01$  (группа 1)) и общей сумме показателей нарушений в нем (общей сумме баллов теста «Дом-дерево-человек» (группа 1 –  $U=534,5$ ;  $p<0,001$ ; группа 2 –  $U=449$ ;  $p<0,05$ )), так и в степени выраженности компонентов психологического здоровья. В аффективном компоненте имеются различия в степени выраженности незащищенности ( $U=658$ ;  $p<0,05$  (группа 1)), враждебности ( $U=656,5$ ;  $p<0,05$  – группа 1;  $U=433$ ;  $p<0,01$  – группа 2); в когнитивном компоненте – в степени сформированности позитивного образа Я ( $U=540,5$ ;  $p<0,001$  – группа 1;  $U=317$ ;  $p<0,0005$  –

группа 2); в поведенческом компоненте – в степени выраженности трудностей в общении ( $U=652,5$ ;  $p<0,05$ ). Все различия отражают более низкие показатели сформированности компонентов психологического здоровья мальчиков. Данная тенденция обусловлена более высокой подверженностью мальчиков негативным воздействиям стресса (в сравнении с девочками), что связано с действием общественных стереотипов в воспитании мальчиков, навязывающих игнорирование потребности в эмоциональной поддержке. Еще одна возможная причина – дефицит участия мужчин в воспитании мальчиков (как в семье, так и в учреждении дошкольного образования) и, соответственно, возникновение трудностей в формировании полоролевой идентичности и социализации мальчиков.

С целью укрепления психологического здоровья воспитанников была разработана и внедрена система психолого-педагогической поддержки всех субъектов образовательного процесса. Представим опыт реализации в 2021-2022 гг. на базе УО «Ясли-сад № 41 управления социального развития и ЖКХ ОАО «Беларуськалий» экспериментальной программы «Музыкальная гостиная», нацеленной на формирование психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста средствами музыкальной деятельности. Музыка обладает богатыми возможностями влияния на развитие ребенка (Н. Н. Брагина, Т. А. Доброхотова, Л. П. Новицкая и др.). В соответствии с идеей самоценности детства (Ж. Ж. Руссо, Я. Корчак, П. П. Блонский) и концепцией амплификации детского развития, предложенной А. В. Запорожцем, в период дошкольного детства необходимо содействовать развитию в первую очередь именно «специфически детских» видов деятельности, среди которых музыкальная деятельность занимает значимое место.

Экспериментальная программа «Музыкальная гостиная» включила в себя комплекс занятий, направленных на решение образовательных, развивающих и воспитательных задач, предусмотренных учебной программой дошкольного образования для данной возрастной группы (образовательной области «Музыкальное искусство»), а также нерегламентированную деятельность. Широко использовались разнообразные методы и приемы: словесные (артикуляционные упражнения, анализ музыкальных произведений и др.), наглядные (наглядные пособия, видеоролики музыкально-дидактических игр и др.), практические (музицирование, музыкально-ритмические упражнения и др.) и игровые (пальчиковая гимнастика, коммуникативные танцы, игровой массаж и др.). Особый интерес у воспитанников вызвало участие в шумовом оркестре К. Орфа (инсценировании сказок-шумелок «Мышиная история», «Зима в лесу», «Трусливый заяц» и др.), способствующее обогащению положительными эмоциями, реализации потребности в творческом самовыражении.

На контрольном этапе исследования была выявлена положительная динамика степени выраженности показателей психологического здоровья испытуемых. Сотрудничество УДО и

семей воспитанников в ходе реализации экспериментальной программы способствовало повышению психолого-педагогической культуры родителей, формированию у них ценностного отношения к детству, психологическому здоровью ребенка.

#### Список использованных источников

1. Коменский, Я. А. Материнская школа / Я. А. Коменский. – М.: Учпедгиз, 1947. – 103 с.
2. Чеснокова, Е. П. Психологическое здоровье детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в разных социокультурных условиях / Е. П. Чеснокова // Весці БДПУ. – 2021. – № 3. – С. 60-65.