

ЕМОЦІЙНІ РОЗЛАДИ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ EMOTIONAL DISORDERS IN PRESCHOOL CHILDREN

Емоційна сфера дитини завжди була в полі особливої уваги вітчизняних психологів, оскільки виховання передбачає формування і розвиток у дитини певного емоційного ставлення до навколишнього світу відповідно до цінностей, норм та ідеалів суспільства. Розвиток емоційної сфери виступає як закономірний процес, який має певну логіку, а в кінцевому підсумку визначається загальною логікою розвитку особистості дитини в цілому, зміною видів діяльності, в яких формуються емоційні процеси, специфікою взаємодії дитини зі світом людей та предметним світом. Для здійснення подальшої взаємодії дошкільник опиняється перед необхідністю розпізнати емоційний стан, настрої іншої людини та виразити свої власні емоції належним чином, щоб вони були зрозумілими іншим та викликали реакцію, на яку очікує дитина, тобто знаходити спільну емоційну мову.

Доведено, що емоційність виступає однією з центральних фундаментальних характеристик особистості, характеризуючи зміст, якість і динаміку емоцій та почуттів. Якісні властивості емоційності характеризують ставлення дитини до довкілля – явищ, подій, людей тощо, і проявляються у знакові та модальності домінуючих емоцій. З'ясовано, що такі емоційні розлади як страхи, фобії, тривоги, які найчастіше трапляються саме в дошкільному віці, можуть запозичуватись від інших членів сім'ї або однолітків.

Доведено, що позитивні емоції мають домінувати в житті дитини, оскільки це є першоосновою для нормального розвитку її психіки. Адже саме переважання позитивних емоційних станів визначає прихильне ставлення дитини до оточуючого світу, його прийняття, що виявляється у доброзичливому стилі спілкування, загальній активності дитини в різних видах діяльності, довірі до оточуючих дорослих та дітей, в позитивному сприйнятті самого себе.

Ключові слова: дитина дошкільного віку, емоції, емоційні розлади, емоційна сфера, чинники виникнення емоційних розладів.

The emotional sphere of children has always been in the field of special attention of domestic psychologists, since education involves the formation and development of a certain emotional attitude of a child to the surrounding world in accordance with the values, norms and ideals of the society. The development of the emotional sphere acts as a regular process that has a certain logic, and ultimately is determined by the general logic of the development of the child's personality as a whole, by the change in the types of activities in which the emotional processes are formed, as well as by the peculiarities of the child interaction with the world of people and subjects. In order to carry out further interaction, the preschooler finds himself faced with the need to recognize the emotional state, the mood of another person and to express his own emotions in an appropriate way so that they are understandable to others and cause the reaction expected by the child, so that to find a common emotional language.

It has been proven that emotionality is one of the central fundamental characteristics of personality, characterizing the content, quality and dynamics of emotions and feelings. Qualitative properties of emotionality characterize the child's attitude to the environment – phenomena, events, people, etc., and are manifested in the sign and modality of dominant emotions. It has been found that such emotional disorders as fears, phobias, anxieties, which mostly occur in preschool age, can be borrowed from other family members or peers.

It has been proven that positive emotions should dominate a child's life, as this is the primary basis for the normal development of his psyche. After all, the predominance of positive emotional states determines the favorable attitude of the child to the surrounding world and its acceptance. It comes out in a benevolent style of communication, in the general activity of the child in various types of activities, in trust to the surrounding adults and children, as well as in a positive perception of oneself.

Key words: preschool child, emotions, emotional disorders, emotional sphere, factors of emotional disorders.

УДК 371.015.3: 159.942
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-6085/2022/54.1.40>

Ревть А.Б.,
канд. пед. наук,
доцент кафедри загальної педагогіки та дошкільної освіти
Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

Постановка проблеми у загальному вигляді.

У дошкільному віці формується особистість дитини. Цей процес тісно пов'язаний з розвитком емоційно-вольової сфери, із формуванням інтересів та мотивів поведінки, що відповідно детерміновано соціальним оточенням.

Емоційне життя – це сукупність емоційних явищ, які відбуваються в організмі та психіці дошкільника. Воно являє собою своєрідну форму існування, в процесі якого дитина класифікує об'єкти, явища, стани, людей на «приємні» та «неприємні», переживає їх, виражає своє ставлення до них. Емоції мають тісний зв'язок із почуттями та пізнавальними процесами (сприйманням, запам'ятовуванням, мисленням, уявою), впливають на їх характер, інтенсивність перебігу, спрямованість.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Проблема розвитку емоційної спрямованості дошкільника на довкілля і самого себе належить до однієї з найважливіших у дитячій психології. Це пояснюється багатьма причинами: ставлення малюка до дійсності, емоційна насиченість. Розвиток емоційної сфери дошкільника, на нашу думку, в наш час є досить актуальною темою. Дослідженням емоційної сфери займалися Ф. Василюк, Л. Виготський, Д. Ельконін, О. Запорожець, К. Ізард, Т. Кириленко, І. Кон, В. Котирло, М. Лісіна, Я. Неверович, М. Савчин та інші науковці.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Вивчення емоційних розладів у дітей дошкільного віку є однією з актуальних проблем у галузі психології. Актуальність проблеми полягає у тому, що емоційні розлади у дошкільників (страх,

фобія, тривога, депресія, агресія) можуть призводити до порушень соціальних контактів дитини та потребують певних корегувальних впливів дорослих. Хоча окремі аспекти означеної проблеми частково висвітлюється у працях, але їх не так багато.

Мета статті – проаналізувати основні чинники виникнення емоційних розладів у дітей дошкільного віку та їх місце у розвитку дитини.

Виклад основного матеріалу. У багатьох дошкільників трапляються помірні емоційні порушення, які складають частину їхнього розвитку і не повинні викликати занепокоєння. Є декілька видів нормального емоційного розвитку, схожих на психічні розлади. Наприклад, для дворічної дитини нормальними є прояви тривоги, викликані розлученням з матір'ю; для дошкільника 3-5 років – боязнь темряви і тварин, періодичні прояви роздратування і поганого настрою [4].

Емоційні розлади трапляються як у хлопчиків, так і у дівчаток, а також можуть призвести до виникнення порушень соціальних контактів дитини. Боязнь тварин (собак, котів, великих птахів) практично завжди спостерігається у дітей. Навпаки, страх відкритого простору, соціальні фобії не притаманні дітям дошкільного віку [5]. Хоча відчуття страждання і часто трапляються в дитинстві, депресивні стани дошкільників істотно відрізняються від аналогічних психічних станів дорослих.

Емоційні розлади дитячого віку іноді спричинюють невротичність у дорослому віці. Однак це не є загальною закономірністю. Схильність до емоційних розладів деякою мірою обумовлена впливом генетичних чинників, проте значну роль відіграють також і умови середовища, в яких зростає дитина. До стресогенних впливів навколишнього середовища можна віднести жорсткі обмеження дій дитини дорослими, гіперопіку, неуспішність діяльності, невміння налагодити стосунки з однолітками [3].

Страхи, фобії, тривоги найчастіше трапляються саме в дошкільному віці. Діти легко «заражаються» ними. Фобії можуть запозичуватись від інших членів сім'ї чи однолітків. Дитині важко залишатися спокійною, коли навкруги вона бачить схвилованих людей. Засвоєння дитиною ознак небезпеки або безпеки ситуації відбувається таким чином: якщо мати чи батько бояться грому, води, тварин, то ймовірно, що і в дитини розів'ються схожі побоювання. Іноді страхи можуть бути результатом власного невдалого досвіду дитини (наприклад, після укусу собаки дитина починає боятись будь-яких схожих на нього тварин). Бувають страхи, що виникають внаслідок дитячої некомпетентності (наприклад, коли дитина потрапляє в колектив однолітків, не маючи досвіду спілкування з ними). Страхи можуть виникати через невпевненість дитини (коли дитина не впевнена в тому, що мама

з'явиться поруч на її першу вимогу, вона може хвилюватись, чи не трапилось з мамою лиха).

Страждання, відчуття смутку, втрата апетиту, безсоння, уникання соціальних контактів, дратівливість, послаблення інтересів, уваги, скарги на погане фізичне самопочуття – типові прояви депресивного стану дитини. Депресивні стани в дітей часто прив'язані до конкретних подій, ситуацій, людей. Вони швидко минають, лише іноді супроводжуючись втратою ваги й загальним уповільненням фізіологічних процесів. Разом з тим симптоми переживання страждань і відчуття своєї «недолі» часто спостерігаються в дітей як складові емоційних розладів [7].

Найвагомішою обставиною, що спричиняє депресію, є припинення через певні причини взаємин з близькими людьми. Пов'язані із таким розривом переживання (припинення дружби з однолітком, розлучення батьків, смерть рідної людини) призводять до депресії. Процес депресії ускладнюється індивідуальними особливостями дитини – невірноваженістю нервової системи, емоційною нестабільністю, схильністю до владності тощо. Негативно позначаються на емоційному стані дошкільника інтенсивні контакти зі стривоженими дорослими, а також їхні високі сподівання, які дитина не може виправдати.

Іпохондричний синдром виявляється у невинуватих і перебільшених скаргах на погане самопочуття («болить» голова, живіт, спина). Дитина відчуває позив до блювоти, частого сечовипускання. Якщо такі прояви набувають регулярності, вони порушують соціальну взаємодію дитини. Це потребує уважного ставлення дорослого і відповідної корекції. В разі відсутності такої уваги дитина швидко привчається «включати» означені симптоми до складу засвоєних стереотипів соціальної поведінки і використовувати їх для уникнення стресу або привернення до себе уваги дорослих. Наприклад, якщо дитина засвоїла, що скарги на біль у животі дають їй змогу не йти до дитячого садка, а головні болі гарантують материнську увагу й розраду, вона навмисне «включає» ці симптоми, примушує їх працювати на себе.

Такі стани досить легко піддаються виховним впливам, зміст яких полягає у знятті стресогенних чинників, що викликали ці симптоми, у допомозі дошкільникові в пошуках кращих засобів боротьби зі стресом. Доцільно спробувати не приділяти надмірної уваги скаргам дитини на самопочуття, якщо воно пов'язане з конкретною ситуацією, характеризується повторюваністю, однотипністю.

Стан нервової системи дитини – важливий показник її загального психічного та фізичного розвитку. Без сумніву в кожній групі дитячого садка є діти, які турбують дорослих, – надміру дратівливі, збудливі, плаксиві, тривожні, замкнуті, агресивні тощо. Однією з причин, що викликає ці та подібні прояви, може бути

розлад нервової системи того чи іншого ступеня. За С. Максименком, нервові розлади умовно розподіляються на такі групи: невротичні реакції (короткочасні та швидкоплинні розлади), невротичні стани (триваліші й стійкіші розлади), невротичні прояви характеру (сталі зміни стану нервової системи, що позначаються на характері дитини) [5].

У сучасних дітей спостерігається, як типове явище, наявність так званих передневротичних станів, суміжних з невротичними проявами. Тобто власне невроз ще не фіксується, але є сприятливий ґрунт для виникнення його у подальшому, а спричиняється передусім складністю теперішнього життя: супутня йому підвищена тривожність дорослих відбивається на характері та змісті їхнього спілкування з дітьми.

На стан нервової системи дошкільнят згубно впливають нестабільність сучасної сім'ї, значна кількість розлучень, конфліктність родинних стосунків, неузгодженість виховних впливів батьків. Психолого-педагогічна неосвіченість дорослих, надмірний авторитаризм, прискіпливе або, навпаки, легковажне ставлення до дитини також є вагомим чинником негативного впливу на її нервову систему. Підвищена хворобливість малюка, схильність до соматичних захворювань, уражень шкіри та шлункових розладів так само провокують нервовість. Неприятливо діють на дитину й відсутність індивідуального підходу у вихованні та навчанні, перебування у групі з високою наповнюваністю, в атмосфері галасу, постійного спілкування з однолітками. На жаль, сучасне телебачення, Інтернет джерела теж прислугуються руйнуванню нервової системи дітлахів – фільми та мультфільми з жахливими, потворними персонажами лякають малих, закріплюють тривожність та боязкість у їхній поведінці.

Поєднання кількох несприятливих чинників, їхня тривала дія, що накладається на високу чутливість дитини, її природну емоційну збудливість, може зумовити появу характерологічних змін або неврозу як психогенного розладу, хворобливого стану. Розрізняють такі його види: астенічний невроз (неврастенія), спричинений виснаженням нервової системи внаслідок постійної перевтоми ослабленої дитини; невроз нав'язливих станів з характерними фіксованими формами поведінки в емоційній, руховій та інтелектуальній сферах, з нав'язливими страхами; істеричний невроз з властивими йому проявами вередування й упертості, надмірною емоційною реакцією на зовнішні подразники [7].

Основним методом вивчення стану нервової системи дитини має стати систематичне, цілеспрямоване спостереження. Ознаки нервовості можуть проявлятися окремо і в сукупності, більшою або меншою мірою — це залежить від ступеня нервового розладу, від сили зовнішнього подразника

тощо. О. Кононко характеризує основні з них: розлади сну (важке засинання, неспокійний сон, чутливість, вигукування уві сні, розмова, скрегіт зубів, важке прокидання); розлади апетиту (відмова від їжі або надмірний апетит); розлади настрою (плаксивість, вередування, тривожність або, навпаки, безпричинний сміх, нестримна веселість); рухова розгальмованість (або, навпаки, рухова скутість); надмірна мовчазність (або, навпаки, балакучість); одноманітні, нав'язливі дії (гризіння нігтів, олівця, інших предметів, накручування на палець волосся, розгойдування на місці, хитання ногою тощо); спазми різного характеру (мимовільне здригання окремих м'язів, частин тулуба, всього тулуба); заїкуватість; енурез (нетримання сечі) та енкопрез (нетримання калу); онанізм (у ньому відбивається прагнення дитини вплинути на нервову систему через статеві органи); численні страхи; впертість, замкнутість, агресивність, невпевненість, істеричність, залежність від дорослих тощо [3].

Цей перелік можна б іще продовжили. Зважмо, однак, що зазначені прояви зумовлюються й іншими причинами. Скажімо, здригання, заїкуватість можуть бути у дитини результатом наслідкування когось, енурезу - міцного й глибокого сну; онанізм — наслідком педагогічних помилок (тугий одяг та білизна, неухважність дорослих до процесу засинання, вкладання дитини спати тоді, коли вона ще не готова до сну, та ін.), упертість, істеричність – похідними нерозумних виховних впливів тощо. Тож визначаючи особливості стану нервової системи дошкільнят, необхідно ґрунтовно вивчати умови, за яких відбувається їхній розвиток, індивідуальні відмінності кожної дитини й враховувати різноманітні обставини її життя.

Запобігти нервовості дошкільнят значно легше, ніж потім боротися з нею. Збереження нервової системи дитини забезпечать такі передумови: створення атмосфери спокою, доброзичливості, стабільності, рівноваги; позитивні висловлювання, емоційна підтримка, спрямована на формування у малого впевненості, віри у себе; турбота про наповнюваність групи, створення «куточків затишку», центрів діяльності, у яких дитина матиме змогу спілкуватися з однолітками у невеличкій підгрупі; узгодження виховних впливів дорослих; відсутність авторитаризму й пригнічення особистості дитини, відмова від заборони самостійних дій та рішень, надання їй права вибору; розумна організація режиму життя, привчання до певного розпорядку з урахуванням індивідуальних та вікових особливостей малят; забезпечення фізичного, розумового й емоційного навантаження відповідно до можливостей кожної дитини, запобігання перевтоми; особлива увага до дитини у час кардинальних змін у її житті — адаптується до перебування у дитячому садку, переведена до іншої групи, прийшов новий вихователь,

або ж відбулися зміни у складі родини (розлучення батьків, поява брата чи сестрички) абощо; прагнення уберегти дитину від стресогенних чинників, відмова від залякування, від створення ситуацій, які її турбують; розумна, виважена реакція дорослих на дитячу впертість, вередування, істерію; увага до шумових подразників, серед яких перебуває дитина, забезпечення тиші в групі; надання дитині змоги вільно обирати для себе вид діяльності, задоволення її природної потреби у грі та спілкуванні.

Якщо у поведінці вихованця спостерігаються ознаки нервовості, слід, окрім створення сприятливих умов для його психічного розвитку, вдаватися й до спеціальних психотерапевтичних методів роботи. У разі ж констатації хворобливих станів (неврозу) вихователю доцільно порадити батькам проконсультуватися з невропатологом, психоневрологом.

Висновки. Чинниками виникнення емоційних розладів у дітей дошкільного віку є особливості емоційно-вольової сфери, зокрема порушення адекватності реагування на зовнішні подразники, недолік у розвитку навичок самоконтролю за поведінкою. Попередити формування нервовості у дошкільнят значно легше, ніж позбутися її. Профілактика невротичних розладів особистості тісно пов'язана із психогігієнічними заходами, що забезпечують правильне виховання дитини у родині та в організованих дитячих колективах, а також запобігання виникненню у неї стану емоційного

стресу. Без психологічної підтримки дитини в родині й у закладі дошкільної освіти не буде позитивних зрушень у стані її нервової системи. Щоб повернути нервову систему дитини до нормального стану, слід насамперед усунути причину розладу. Але тут потрібні постійна увага дорослих, витримка і час.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Вовчик-Блакитна О.О. Сучасний дошкільник : особливості емоційного розвитку. *Обдарована дитина*. 2007. № 4. С. 23–27.
2. Заброцький М.М. Основи вікової психології: навч. посібник. Тернопіль: Навчальна книга–Богдан, 2006. 112 с.
3. Кононко О.Л. Соціально-емоційний розвиток особистості (в дошкільному дитинстві) : Київ : Освіта, 1998. 255 с.
4. Кириленко Т. С. Психологія: емоційна сфера особистості. Київ : Либідь, 2007. 256с.
5. Максименко С.Д. Психічне здоров'я дітей. *Психолог*. 2002. Січень 1 (1). С. 4–6.
6. Мдзелурі Т. Агресивні тенденції в дитячій поведінці. *Початкова освіта*. 2005. № 47. С. 25–28.
7. Мдзелурі Т. Захистити дітей від страху. *Дошкільне виховання*. 1997. № 10. С. 18–19.
8. Поташнюк Р.З. Психогігієна: навч. посібник. Луцьк: Надстрія, 2000. 62 с.
9. Цап Н. М. Агресивність дитини: за і проти. *Практична психологія та соціальна робота*. 1999. № 6. С. 15–17.
10. Шапар В.Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Х.: Прапор. 2005. 640 с.