

УДК 159.942.3-053.4:78

Борщенко Н. О.

ORCID ID <https://orcid.org/0000-0002-6063-5695>

Аспірантка кафедри музичного мистецтва

Національного педагогічного університету

імені М. П. Драгоманова

(Київ, Україна) E-mail: natasju@yahoo.com

ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ДОШКІЛЬНИКІВ ЯК ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА

Стаття присвячена розкриттю сутності та окресленню шляхів вирішення проблеми формування емоційної стійкості дітей дошкільного віку, яка потребує особливої педагогічної уваги та пошуків наукових розробок щодо її вирішення. Розкрито, що дошкільний період є початковим етапом онтогенезу, протягом якого відбувається інтенсивний розвиток особистості, становлення моральних уявлень та форм суспільної поведінки, формування ієрархії мотивів та потреб, і тому важливо саме в цей час закласти належні основи розвитку особистості, зокрема її емоційного стану. У статті запропоновано використання засобів арт-терапії як одного з шляхів розвитку емоційної сфери дітей, а саме поєднання різних видів мистецтв в процесі занять з дітьми дошкільного віку за умови використання музичного мистецтва як базового. Доведено, що такі комплексні заняття максимально сприятимуть пробудженню індивідуальної творчості, гармонізації психоемоційної сфери та формуванню емоційної стійкості дошкільників.

Мета роботи – актуалізувати проблему формування емоційної стійкості дітей дошкільного віку та окреслити шляхи її вирішення. Використана **методологія** гуманістичного, антропологічного та системного підходів. **Наукова новизна** полягає у визначенні сутності емоційної стійкості дошкільників як здатності адаптуватись до надмірного емоційного тиску із збереженням власного стабільного психічного стану та позитивного напрямку емоційних переживань, а також шляхів формування емоційної стійкості засобами арт-терапії, такими як казкотерапія, ігротерапія, ізотерапія, з використанням елементів музикотерапії.

Висновки. Формування емоційної стійкості дошкільників ґрунтується на необхідності проведення спеціальної корекційної роботи психоемоційного напрямку, важливою складовою якого є арт-терапія.

Ключові слова: емоційна стійкість, дошкільники, арт-терапія.

Постановка проблеми. Виховання нового покоління є пріоритетним завданням суспільства. Сучасні педагоги-науковці все більшого значення надають розвитку особистості дитини в системі дошкільної освіти. У складних умовах сьогодення, які стрімко змінюються, щороку збільшується кількість дітей з вадами емоційно-вольової сфери, а саме недостатньо сформованою емоційною стійкістю, що потребує проведення спеціальної педагогічної роботи. Вивчення природи емоційної стійкості дітей дошкільного віку, причин її формування і можливостей розвитку має винятково *актуальне значення* для теорії та практики. Проте, відсутність конкретних методик та практичних рекомендацій щодо вирішення означеної проблеми вимагає пошуку та розробки відповідного педагогічного забезпечення.

Аналіз наукових джерел у галузі дошкільного дитинства (О. Л. Кононко, В. У. Кузьменко, Г. О. Люблінська, Т. О. Піроженко) свідчить про те, що дошкільний період є початковим етапом формування дитини, протягом якого відбувається інтенсивний розвиток особистості, становлення моральних уявлень та форм суспільної поведінки, формування ієрархії мотивів та потреб, і тому важливо саме в цей час закласти належні основи розвитку особистості на засадах формування її емоційного стану.

Дослідження останніх науково-практичних публікацій в галузі дошкільної педагогіки (Міхова А. Г., Трофаїла Н. Д., Шкляр Н. А.) засвідчують, що більшість сучасних дітей не вміють співчувати іншим, неадекватно реагують на життєві ситуації. Найулюбленим другом дошкільника сьогодні є, на жаль, телевізор, комп'ютер, смартфон, планшет. У результаті такого «електронного» розвитку діти менше спілкуються як з дорослими, так і зі своїми однолітками, що впливає на вміння контролювати та належним чином проявляти власні емоції. Як справедливо вказував К. С. Ізард, тільки погоджене функціонування емоційної і розумової систем, їхня єдність може забезпечити успішне

виконання будь-яких форм діяльності, оскільки «емоції енергетують і організують сприйняття, мислення і дію» [2, 37]. Не випадково Л. С. Виготський та А. В. Запорожець наголошували, що саме емоції відіграють визначальну роль у долученні дитини дошкільного віку до загальнолюдських цінностей, установленні перших взаємин із людьми в розумовому та загальному її розвитку. Емоції мають своє вагоме значення і в наступні періоди життя, проте на ранніх етапах онтогенезу є провідними, оскільки сприяють формуванню цілісної поведінки дошкільника.

Мета статті – актуалізувати проблему формування емоційної стійкості дітей дошкільного віку та окреслити шляхи її вирішення.

Для дослідження педагогічної проблеми формування емоційної стійкості дітей дошкільного віку застосовувались *методи* теоретичного та емпіричного рівнів: аналіз психолого-педагогічної, мистецтвознавчої літератури з досліджуваної проблематики; систематизація та узагальнення наукової інформації; педагогічне спостереження, що становило діагностичний інструментарій виявлення стану досліджуваної проблеми та педагогічний експеримент для оцінювання ефективності запропонованих шляхів вирішення визначеної педагогічної проблеми. Використана *методологія* гуманістичного, антропологічного та системного підходів. *Наукова новизна* роботи полягає у визначенні сутності емоційної стійкості дошкільників та шляхів її формування засобами арт-терапії.

Результати дослідження. Емоції є зовнішнім показником внутрішнього стану, соціально-психологічного благополуччя, індикатором особистісного розвитку в дошкільному віці. В психології найбільш поширеним вважається визначення, за яким емоції – це психічний процес, що відображає у формі переживань особистісну значущість та оцінювання зовнішніх і внутрішніх ситуацій для життєдіяльності людини. Емоції потрібні для віддзеркалення суб'єктивного ставлення людини до самої себе і до навколишнього світу. Саме емоції мають суттєвий вплив на життя і розвиток дитини: за допомогою них проходять процеси ознайомлення з навколишнім світом, формується певна реакція на середовище, в якому знаходиться дитина, і, врешті-решт, закріплюється норма власної поведінки в подальшому, що впливає на успішність людини і її місце в соціумі.

Існують незаперечливі дані, які свідчать про те, що емоції є важливішим фактором регуляції процесів пізнання. Так, «емоційне забарвлення є однією з умов, що визначають мимовільну уяву та запам'ятовування, цей же фактор здатен суттєво полегшити або ускладнити довільну регуляцію цих процесів; добре відомий вплив емоцій на процеси уяви й фантазії; за наявності стимулюючого матеріалу або яскравої інтенсивності почуттів емоції можуть спотворити навіть процеси сприйняття; від емоцій залежить цілий ряд характеристик мови, накопичуються дані щодо тонкого регулюючого їх впливу на мисленнєві процеси» [1, 9]. На думку Шаповалової О. Е., «емоції і почуття людини, психомоторика є провідними властивостями, які первинні за походженням в біологічному розвитку людини, на фундаменті яких розвивається інтелект, уява та інші психічні процеси людської психіки» [5, 8]. Проте для дитини розпізнавання і передача емоцій – достатньо складний процес, що потребує від неї певних знань, певного рівня розвитку. Як зазначає Молодушкіна І. В., «дошкільники здебільшого мають недостатні уявлення про внутрішній емоційний стан людини і його прояви» [4, 4].

У нормі емоційна сфера дитини відзначається життєрадісністю, бадьорістю, оптимізмом. Саме такі емоційні стани забезпечуються умови для формування особистості: її самоповаги, впевненості, віри у свої сили, ініціативності. Іноді дитина більшість часу перебуває у пригніченому й роздратованому стані, швидко втомлюється або – навпаки – не може заспокоїтись, виявляє гіперактивність, поводить себе несміливо, стає плаксивою, вередливою. Всі ці стани свідчать про негаразди в емоційній сфері, нестабільний емоційний стан дитини, який негативно позначається на формуванні особистості. Тривалі негативні переживання дезорганізують психічну діяльність дітей та їх спілкування з однолітками. Ці емоції не тільки накладають відбиток на досвід дитини, але й впливають на хід подальшого розвитку. Вони можуть сприяти утворенню негативної життєвої позиції і, у кінцевому рахунку, викликами затримки у загальному розвитку.

Причини нестабільності емоційного стану досить складні. Проте джерелом їх, як зазначають дослідники, виступають особливості спілкування з дорослими та однолітками. Саме через незадоволення дитиною ставлення до неї оточуючих виникають найбільш гострі і стійкі негативні емоційні переживання, які згодом, за умови тривалого продовження, закріплюються і порушують стійкий позитивний емоційний стан дитини. Емоційне неблагополуччя, що є наслідком негативно забарвленого спілкування з іншими людьми, може призводити до різних типів розладів. Такі діти можуть мати неврівноважену поведінку, швидко збуджуватись, проявляти гнів, роздратованість, легко ображатись, створювати конфліктні ситуації, проявляти агресію. З іншого боку, такі діти можуть мати стійке негативне ставлення до спілкування – відмовляти у розмові та уникати можливості висловити свою думку. Отже, проблема формування емоційної стійкості є нагальною в сучасному світі і потребує потужних і ефективних методів її вирішення.

Аналіз літературних джерел показує, що існує багато різних тлумачень поняття емоційної стійкості з точки зору психологічної характеристики особистості. Стійкість уособлює в собі певний індивідуальний ресурс дитини як складного високоорганізованого організму, його вміння тримати

рівновагу емоційного стану у мінливих життєвих обставинах. Емоційна стійкість залежить від вміння свідомо керувати емоційним станом та створювати оптимальний режим життєдіяльності, вміння дозувати і підтримувати психічне навантаження на певному комфортному рівні, а також правильно оцінювати свої можливості для подолання перешкоди або виконання завдання. На нашу думку емоційна стійкість – це здатність дитини адаптуватись до надмірного емоційного тиску таким чином, щоб зберегти стабільний власний психічний стан і мати позитивний напрямок емоційних переживань.

Емоційна стійкість в сучасному світі є однією з найважливіших якостей особистості, вона дозволяє дитині бути більш впевненій в собі, спокійно сприймати негаразди, зменшити гостроту емоційних переживань, гармонійно розвиватись, вбираючи повноту і радість життя. Тому емоційну стійкість бажано розвивати з раннього віку.

Відмітимо, що стійкість – це цілісна характеристика особистості, готовність протистояти стресовій ситуації, та включає в себе здібність витримувати надзвичайне збудження і емоційне напруження без перешкод для діяльності високого рівня активності. Емоційна стійкість розвивається поступово відповідно до індивідуального розвитку особистості і залежить від типу нервової системи людини, його соціального досвіду, від отриманих раніше навичок поведінки, а також від рівня розвитку основних пізнавальних структур особистості. Емоційно стійкі діти вирізняються серед інших своєю пізнавальною активністю, хоробрістю, сміливістю у прийнятті рішень, вони довіряються власним думкам і знають свої можливості. Такі діти з легкістю виходять із зони комфорту задля досягнення власних довгострокових цілей, і це допомагає їм вирішувати свої проблеми самостійно.

Звичайно, кожний період розвитку дитини має свої вікові властивості в щодо формування емоційної стійкості. Так, наприклад, у віці від одного до трьох років характерні емоційні реакції залежать від бажань дитини, невміння зробити вибір та прийняти власне рішення, проявляються в формі егоцентризму, відсутності емпатії, важливістю мати оцінку дорослого. В цей час починає формуватися самосвідомість – дитина починає вживати займенник «я», прагне до самостійності. У цьому віці дитині притаманний мінливий емоційний стан, висока навіюваність і тонка диференціація емоцій – дитина не розуміє слів, але добре відчуває, люблять її чи ні. У віці від чотирьох до шести років емоційна сфера дитини відрізняється більш спокійним емоційним фоном сприйняття, більш стриманими емоційними процесами, розвитком емоційного передбачення подальшого результату, появою афективних реакцій, появою нових мотивів для діяльності, здатністю оцінювати свою поведінку з точки зору загальноприйнятих людських цінностей. Отже, виходячи з того, наскільки складна, динамічна і багатогранна емоційна сфера дошкільника, окремого вивчення потребує проблема керування емоційними процесами в окремо взятій ситуації.

На думку вчених (Л. С. Виготський, А. В. Запорожець), для дітей старшого дошкільного віку характерні різні показники прояву емоційної стійкості, серед яких: адекватність емоційного реагування дитини при взаємодії з навколишньою дійсністю за умови як звичної, так і емоціогенної ситуації; сила, інтенсивність та тривалість емоційної реакції; стабільність особливостей емоціональних реакцій – емоційний фон, модальний зміст, експресивність, відсутність емоційних відхилень. Отже, на формування емоційної стійкості впливають соціальні та особистісні фактори. Для дитини дошкільного віку одним з головних завдань є соціалізація, яка залежить від вікового етапу розвитку і визначається типом провідної діяльності. На початку дитина соціалізується в середовищі власної родини, і отримує базову інформацію про формування відносин між людьми, створення певних моделей поведінки. Пізніше з'являється потреба в спілкуванні з однолітками, формуються міжособистісні комунікації. Серед особистісних факторів, що впливають на розвиток емоційної стійкості дитини, слід зазначити розвиток власної мови, вміння висловлювати власну думку, вміння аналізувати знання, отримані вербальним шляхом. Все це впливає на емоційну сферу дитини і формує її емоційну стійкість.

Надзвичайно дієвим і доступним шляхом формування стабільного емоційного стану дітей дошкільного віку є використання різних видів художньо-творчої діяльності на основі взаємопроникнення, що поєднує різні види мистецтва в одне гармонійне ціле. Заняття творчістю дає можливість дитині зрозуміти й оцінити свої почуття, спогади, образи майбутнього, знайти час для відновлення життєвих сил та для спілкування із собою.

Основною всіх різновидів художньо-творчої діяльності є, перш за все, створення художнього образу як форми відображення свого ставлення до навколишньої дійсності, що дає можливість не тільки усвідомити зміст твору, а, насамперед, зрозуміти, яким чином відбувається його втілення завдяки використанню різних засобів художньої виразності. Таким чином, опановуючи різні виражальні художні засоби, діти мають можливість в процесі розкриття свого бачення світу знаходити власні психоемоційні індикатори та усвідомлювати паралелі, що відображають проблематику внутрішнього емоційного стану дитини.

Одним із найефективніших засобів, який дає можливість забезпечити оптимальні умови реалізації природних здібностей дітей та формування емоційної стійкості в дошкільному віці є арт-терапія, що спирається на засоби мистецтва і дозволяє створити сприятливе середовище для встановлення та підтримання позитивних відносин між учасниками творчого процесу з метою досягнення особистісних і

соціальних терапевтичних цілей. Спираючись на наукові погляди В. Петрушина, розглядатимемо поняття арт-терапії як сукупність прийомів і методів, спрямованих на розширення і збагачення спектра естетичних переживань, потреб, формування здорового світогляду, розвиток багатой емоційної сфери. Така продуктивна художня творчість з використанням ігрових форм дає можливість зрозуміти несвідомі елементи внутрішнього конфлікту, вивільнити емоції, стимулювати експресивні здібності та допомогти дитині в процесі вербального діалогу з арт-терапевтом усвідомити сутність проблем емоційної сфери з подальшим їх вирішенням.

Зазвичай, для ефективної арт-терапевтичної дії вибирається базовий вид художньої діяльності, навколо якої з використанням різноманітних форм роботи інтегруються різні види мистецтва. Визначаючи основний напрямок художньої діяльності потрібно враховувати вікові особливості дітей, можливості їх психофізичного, емоційного стану, тривалість занять, а також залучати не менше двох інших видів мистецтв з метою підсилення дії художнього образу на засадах спільної асоціації та надання можливості реалізації емоційного потенціалу дітей завдяки комплексному підходу.

Так, використовуючи музику, як основний компонент інтегрованих занять, педагог має неперевершену можливість досягти високих результатів у питанні формування емоційної стійкості дитини, оскільки музика «захоплює собою дитину, викликає в ній сильні почуття, пробуджує багаті внутрішні зорові образи. Доторкаючись до музики, дитина починає сприймати світ ще на одній мові – мові почуттєвих образів» [3, 125]. Саме за допомогою корекційно-розвиваючих музичних занять, що проводяться з використанням суміжних видів мистецтв, таких як казкотерапія, ігротерапія, ізотерапія, дитина має можливість поступово, крок за кроком, сформувати та підтримувати власний рівень емоційної стійкості. Саме таке поєднання різних видів мистецтва в певне гармонійне ціле дає пролонгований позитивний ефект і задовольняє всіх учасників процесу – педагога, батьків і дитину.

Одним із ефективних методів роботи з дітьми дошкільного віку є казкотерапія, головною метою якої є максимальне сприяння особистісному розвитку дітей та їх соціальній адаптації. Зокрема, «за допомогою казкотерапії можна працювати з проблемами агресії, невпевненості у собі, тривожності і страхів, сором'язливості, брехливості, а також різного роду психосоматичними захворюваннями» [3, 7]. Програвання казок розширює діапазон адаптивних рис особистості, дозволяє пом'якшити поведінковий негативізм, сприяє розвитку образного мислення, а також умінню діяти в критичних ситуаціях. Метафоричний матеріал казки має поступово впливати на поведінку дитини, стимулювати її розумові здібності й активізувати творчий та емоційний потенціал. Загалом, всі ці питання потребують уваги при вирішенні задачі формування емоційної стійкості дитини.

В межах арт-терапії доцільним є використання ізотерапії, що відіграє важливу роль у формуванні психіки дитини, у розвитку і вдосконаленні емоційно-чутливого світу, у сприйнятті явищ життя і природи крізь призму людських відносин. Виражаючи себе через малюнок, дитина дає вихід своїм почуттям, бажанням, мріям, перебудовує свої відносини в різних і безболісно стикається з неприємними образами, які впливають на рівень емоційної стійкості. Дитячий малюнок розглядається в першу чергу як проекція особистості дитини, як символічне вираження його стосунку до світу, що природньо виходить за допомогою кольору. Саме малювання надає природню можливість для розвитку уяви, гнучкості і пластичності мислення, зорово-моторної координації. Його перевага полягає в тому, що воно вимагає погодженої участі багатьох психічних функцій. Таким чином, педагог має чудову можливість коригування реакції дитини на ту чи іншу ситуацію засобами моделювання ситуації за допомогою методів образотворчого мистецтва.

Останнім часом значно поширилось застосування засобів ігротерапії, оскільки гра також є одним з найсильніших інструментів для формування емоційної стійкості дитини дошкільного віку. «Групова форма роботи дозволяє активно використовувати прийоми моделювання ситуацій шляхом організації спільної діяльності, акцентувати увагу членів групи на сильних якостях кожної дитини» [2, 93]. Ігрова терапія допомагає дитині розвинути позитивне ставлення до самого себе, формувати здатність до самосприйняття, розвинути здатність до процесу подолання труднощів, навчитись контролювати свій емоційний стан.

Висновки. Отже, аналіз означеної проблеми дає підстави для висновку, що формування емоційної стійкості дошкільників потребує особливої педагогічної уваги та пошуків наукових розробок щодо її вирішення. Одним із потужних шляхів її вирішення є застосування арт-терапевтичних засобів, що включають в себе елементи музикотерапії, ізотерапії, казкотерапії, ігротерапії і передбачають використання різних видів мистецької діяльності з метою пробудження художньої творчості, гармонізації психоемоційної сфери та формування емоційної стійкості дітей дошкільного віку.

References

1. Вилюнас В. К., Гиппенрейтер Ю. Б. Психология эмоций, тексты. Москва : Издательство Московского университета, 1984, 286 с.
Viljunas, V. K., & Hippenreiter, J. B. (1984) *Psychologiya emotcyj, teksty* [Psychology of emotions, texts]. Moskva, Russian: Izdatelstvo Moskovskogo Universyteta.

2. Изард К. Е. Психология эмоций. Санкт-Петербург : Питер, 2000. 250 с.
Izard, K. E. (2000) *Psycholodiya emotsyj* [Psychology of emotions]. Saint Petersburg, Russia : Piter.
3. Максименко Д. С. Різнокольорове дитинство : ігротерапія, казкотерапія, ізотерапія, музикотерапія. Практична психологія. Київ : Центр учбової літератури, 2018, 180 с.
Maksimenko, D. S. (2018) *Riznokoliorove dytynstvo: ihiroterapiia, kazkoterapiia, izoterapiia, muzykoterapiia*. *Praktychna psyhologiia* [Multi-colored childhood: game therapy, fairy tale therapy, painting therapy, music therapy. *Practic phycology*]. Kyiv, Ukraine : Tsentr uchbovoi literatury.
4. Молодушкіна І. В. Загадковий світ емоцій. Розвиток емоційної сфери дошкільників. Харків: Основа, 2011, 207 с.
Molodushkina, I. V. (2011) *Zahadkovyi svit emotsyi. Rozvytok emotsiinoi sfery doshkilnykiv* [Mysterious world of emotions. Development of preschooler's emotion sphere]. Kharkiv, Ukraine : Osnova.
5. Шаповалова О. Є. Методичні рекомендації щодо вивчення емоційного розвитку при розумовій відсталості. Біробіджан: Видавництво БГПІ, 2003, 96 с.
Sharovalova, O. E. (2003) *Metodychni rekomendatsii z vuychennia emotsiinogo rozvytku pry rozumovii vidstalosti* [Methodical recommendations for studiing emotial development in the case of mental retardation]. Birobidzhan, Russia: Vydavnytstvo BGPI.

Borshchenko N.

ORCID ID <https://orcid.org/0000-0002-6063-5695>
PhD student of the Musical art Department
National Pedagogical Dragomanov University
(Kyiv, Ukraine) E-mail: natasju@yahoo.com

FORMATION OF PRESCHOOLER'S EMOTIONAL STABILITY AS A PEDAGOGICAL PROBLEM

The article is devoted to disclosure of essence and to outline solutions about the problem of formation preschooler's emotional stability, which needs special pedagogical attention and searching for scientific developments on the solution it.

It is known, that the preschool period is an initial stage of the child's formation, during which there is an intensive development of individual, the formation of moral ideas and forms of social behavior, the formation of motives and needs hierarchy, and therefore it is important during this time to lay the proper foundations of personality development on the basis of forming its emotional state. In this regards it is proposed to use art-therapy means as one of the most powerful modern methods of developing children's emotional sphere using different types of art based of interpenetration, provided music-therapy elements as s basic type of activity. Such art complex will promote to maximum awake an individual creativity, to harmonize the psychoemotional sphere to formation the emotional stability of preschoolers.

***Article's purpose** is to actualize the problem of formation preschooler's emotional stability and to outline the solutions of its. The **methodology** of humanistic, anthropological and systematic approaches is used. **Scientific novelty** consists in determining the essence of the emotional stability of preschoolers as the ability to adapt to excessive emotional pressure, while preserving their own stable mental state and positive direction of emotional experiences, as well as ways of forming emotional stability by means of art therapy, such as fairy tale therapy, game therapy, drawing therapy, using elements of music therapy.*

***Conclusions.** The formation of preschooler's emotional stability is based on the necessity of corrective work with psycho-emotional development of children through using means of art therapy, which involves the creative integration of different types of arts in the music lessons based on interpenetration.*

Key words: *emotional stability, preschoolers, art therapy.*

Стаття надійшла до редакції 30.04.2019 р.

Рецензент: доктор педагогічних наук, професор А. В. Козир