

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИССЛЕДОВАНИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Мартынова Галина Александровна

студентка 5 курса психолого – педагогической кафедры

Научный руководитель: **Ю. В. Кобазова**

к.п.н., доцент

ТИ (ф) ГАОУ ВПО «СВФУ им. М.К. Аммосова», г. Нерюнгри

Аннотация. В данной статье рассмотрены основные теоретические подходы к исследованию эмоционального благополучия детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, дошкольный возраст, адаптация, эмоциональное благополучие, психологическое здоровье.

Детство, это самое чувствительное время для человека. Именно в детстве ребенок наиболее подвержен различным воздействиям, как положительным, так и травматичным. В отечественной психологии дошкольный возраст имеет важное значение в процессе развития психики и личности ребенка. В педагогике дошкольный возраст - это самый важный и определяющий этап жизни ребенка, который описывается как период детства, который находится между ранним и младшим школьным возрастом от трех до семи лет.

В современном мире, учитывая нестабильную экономическую, политическую и экологическую ситуацию, среди детей дошкольного возраста наиболее распространены проявления страха и тревожности, детской депрессии, невротических состояний. Дмитриева М. С., Куликов Л. В. определяют эмоциональное благополучие или эмоциональное неблагополучие как интеграл переживаний, то есть существует определенная точка, в которой фокусируются все чувства, обусловленные благополучным или не благополучным функционированием всех определяющих сторон личности.

В научной литературе, наряду с понятием «эмоциональное благополучие» встречаются следующие термины: «эмоциональное неблагополучие, как обратное понятие понятию эмоциональное благополучие», «психологическое здоровье», «эмоциональное здоровье», «эмоциональный интеллект»[6]. Бадулина О. И., Божович Л. И., Зиновьева М. В. и др. рассматривают эмоциональное благополучие в связке с эмоциональным самочувствием детей дошкольного возраста, которое определяется как положительный знак, положительная направленность эмоционального самочувствия. Авторы раскрывают содержание понятия эмоциональное неблагополучие, таким образом, все, что не относится к понятию к эмоциональное благополучие, можно считать эмоциональным благополучием, так как

является полной противоположностью эмоционального неблагополучия [6].

Аболин Л. М., Воробьева О. А. относят эмоциональное благополучие не столько к характеру эмоций, которые испытывает ребенок, а сколько к умению выражать и контролировать свои эмоции. Анализ теоретических исследований вышеперечисленных авторов, определил, что ряд исследователей выделяет эмоциональное благополучие, как некий показатель того на сколько эффективно ребенок может регулировать и управлять собственными эмоциями. Особое внимание уделяется функциям эмоций то, на сколько качественно и полноценно они могут выполняться в жизни человека [4]

Период адаптации к детскому саду, у большинства детей сопровождается значительными трудностями. Дети пребывают в состоянии высокой тревожности, испытывают эмоциональную напряженность. Именно в этот период, особенно важно сохранять эмоциональное благополучие ребенка, поскольку под влиянием изменившихся социальных условий эмоции стремительно развиваются, приобретая более сложные формы проявления.

Мыслительные процессы в формировании психологических ощущений, носят отличительный характер. Тревога отличается иррациональным характером, а страх рациональным. Проанализировав исследовательские труды следующих авторов: Ханин Ю.Л., Мусина И.А., Фрейд З., Черепанова Е.М. можно дать общие определения страха и тревожности. Страх - это базовая эмоция, которая связана с инстинктом самосохранения и выживанием в неестественной среде, чаще всего проявляется в индивидуальных формах. [1] Захаров А.И. описывает страх, как ответную реакцию на реальную опасность. Страх возникает во время наступления опасности, а чувство тревоги начинается задолго до наступления реальной угрозы. Тревожность - это устойчивое состояние, сохраняющееся на протяжении длительного времени, которое свидетельствует о недостаточной приспособленности человека к тем или иным социальным условиям. У каждого возрастного периода тревожность имеет отдельную специфику. Для большинства детей повышенная тревога может возникать без наличия реальной угрозы. Именно дошкольный возраст ребенка является определяющим в становлении личности ребенка.[2] Левитов Н.Д. описывает состояние тревожности, в которых страх совсем отсутствует или не имеет особого значения.

Изучив научные подходы исследователей к формированию эмоционального благополучия, стоит выделить основные характеристики, которые определяют эмоциональное благополучие детей дошкольного возраста: наибольшее распространение положительного эмоционального фона; ощущение субъективного переживания счастья; состояние, в котором преобладает чувство удовлетворенности, спокойствия и уверенности; отношения с окружающими характеризуются направленностью на позитив, заботу и доверие.

Появление страхов и тревожности негативно влияют на состояние эмоционального

благополучия детей дошкольного возраста. В психолого-педагогическом сопровождении необходимо акцентировать внимание на том, что ребенок, нуждается в помощи, для него важно быть понятым и услышанным, получать внимание и участие в его жизнедеятельности, что в свою очередь уменьшает уровень повышенной тревожности и приводит к стабильному эмоциональному благополучию.

Список литературы:

1. Абакарова, Э.Г. Детская тревожность как социально опосредованная форма страха в дошкольном возрасте // Вестник Московского университета МВД России. 2010. № 7. С.5 - 6.
2. Астапов, В.М. Функциональный подход к изучению состояния тревоги // Психологический журнал. – 1992.– № 5.– С.111–117.
3. Монгуш, О.О. Психолого - педагогическое сопровождение детей дошкольного возраста // Педагогическое мастерство: материалы VI Междунар. науч. конф. Москва. Буки - Веди, 2015. С.59 - 62.
4. Панкова, Н.В. Эмоциональное благополучие и психологическое здоровье подростков из семей группы риска // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2011. №4 (74). С.148 - 151.
5. Пахалкова, А.А. Эмоциональное благополучие как компонент безопасной образовательной среды // Психолог. 2015. №1. С.44 - 65.
6. Тимошок, А.В., Жданова Е.В. Снижение эмоционально-психического напряжения и повышенного уровня тревожности у детей дошкольного возраста // Научное издание Психологическая наука и практика: личность и социокультурная среда: материалы VI Форума психологов Прикамья. Пермь. 2016 г. С.199 - 202.