



Милана БАКУОВИЧ,
кандидат психологических наук,
доцент кафедры
психологического обеспечения
профессиональной деятельности
Института психологии
Белорусского государственного
педагогического университета
имени Максима Танка



Ирина БАТИСТ,
магистр
психологических наук,
педагог-психолог
санаторного
детского сада № 375
г.Минска

НЕГАТИВНЫЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ СОСТОЯНИЯ И ПРЕДИКТОРЫ ИХ ПОЯВЛЕНИЯ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация. В статье рассматриваются негативные эмоциональные состояния (тревожность, страх) у детей старшего дошкольного возраста. Авторы описывают психологические предикторы негативных эмоциональных состояний детей, указывают способы коррекции эмоциональных нарушений, позволяющие предупредить развитие негативных эмоциональных состояний у детей старшего дошкольного возраста.

Ключевые слова и словосочетания: эмоциональные состояния, негативные эмоциональные состояния, психологические предикторы, тревожность, тревога, страх, дошкольный возраст, дети.

Annotation. The article considers the problem of negative emotional states (anxiety, fear) of the senior preschool aged children. The authors describe children's psychological predictors of the negative emotional states; they indicate the methods of the correcting emotional disorders to prevent the development of negative emotional states of the senior preschool age children.

Keywords and phrases: emotional states, negative emotional states, psychological predictors, anxiety, fear, preschool age, children.

Проблема эмоционального дискомфорта современного человека в настоящее время

приобретает большую значимость в связи с напряжённым ритмом жизни, изменением социальных условий, эмоциональными перегрузками. Ребёнок в этих условиях является наиболее беззащитным и уязвимым. Негативные эмоциональные состояния накладывают отпечаток на его характер, специфику его переживаний и, как следствие, воздействуют на весь ход последующего развития, оказывая влияние на формирование отрицательно окрашенной жизненной позиции, препятствуя его личностному становлению (А.В. Запорожец, О.В. Хухлаева). Изучение отечественных и зарубежных исследований позволяет нам трактовать эмоциональные состояния как комплекс длительных субъективных переживаний, в основе которых находится доминирующая эмоция, обусловленная длительными отрицательно окрашенными событиями, психологическими характеристиками субъекта и его потребностями. Негативные эмоциональные состояния сопровождаются переживаниями, которые неблагоприятно влияют на качество жизни и проявляются в специфике поведения и деятельности ребёнка, особенностях социальных отношений (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, В.Н. Мясищев, А.М. Прихожан, К.Э. Изард и др.). Их доминирование создаёт ощущение дискомфорта, неблагополучия, сковывает инициативу, определяет вектор личностного развития. Поэтому вопрос о сохранении здоровой «эмоциональности» является актуальным. В дошкольном возрасте эмоции и чувства подчиняют себе все сферы

жизни ребёнка (П.К. Анохин, Л.И. Божович, В.К. Вилюнас, У. Джеймс, А.В. Запорожец, К.Э. Изард, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, А.И. Захаров, Д.Б. Эльконин и др.).

В качестве наиболее частых негативных эмоциональных состояний, характерных для детей старшего дошкольного возраста, исследователи выделяют тревожность и постоянные страхи разной степени интенсивности (А.И. Захаров, К.Э. Изард, Л.М. Костина, А.О. Прохоров, О.В. Хухлаева и др.).

В теории дифференциальных эмоций К.Э. Изарда страх — базовая эмоция, которая является «врождённым эмоциональным процессом с генетически заданным физиологическим компонентом, строго определённым мимическим проявлением и конкретным субъективным переживанием» [9, с. 54]. А.И. Захаров считает страх «аффективным (эмоционально заострённым) отражением в сознании конкретной угрозы для жизни и благополучия человека. Страх основан на инстинкте самосохранения, имеет защитный характер и сопровождается определёнными физиологическими изменениями высшей нервной деятельности, что отражается на частоте пульса и дыхания» [12, с. 11]. С другой стороны, верно и то, что необоснованная тревога и страх приводят к нестабильности, личность дезорганизуется. Страхи могут возникать в процессе общения со взрослыми и сверстниками, они порождаются воображением или воздействием какого-то стрессового фактора. Соответственно, можно выделить страхи: внушённые (когда ребёнка пугают знакомые взрослые — родители, воспитатели, соседи и др.), личностно обусловленные (воображаемые), ситуативно возникающие (например, боязнь собаки, которая возникла после укуса собаки). Нередко все эти страхи сочетаются между собой, образуя сложную структуру, определяющую специфику игры, общения ребёнка. Наличие большого количества страхов — это показатель «пре-невротического состояния», основная движущая сила невртического развития личности (А.И. Захаров).

Анализ современных подходов к изучению проблемы детской тревожности показал: несмотря на многозначность понятий «тревога» и «тревожность», в исследованиях зарубежных и отечественных авторов подчёркивается: тревога является эмоциональным состоянием, а тревожность — свойством личности,

имеющим когнитивный, эмоциональный, поведенческий аспекты и проявляющимся в склонности к частым интенсивным переживаниям состояния тревоги (А.М. Прихожан). Тревожность может быть личностной и ситуативной, адекватной и неадекватной (невротической).

Проявление детской тревожности рассматривают, с одной стороны, как врождённую характеристику, а с другой — как условие и результат социализации. Одни исследователи видят предикторы формирования тревожности в биологических факторах развития психики ребёнка: состояние всего организма, соматотип, особенности развития и функционирования организма (З. Фрейд, Б.Г. Ананьев, Н.Д. Левитов и др.), другие — в социальных, раскрывающихся в условиях социализации: в системе межличностных и детско-родительских отношений, взаимодействиях, связанных с неудовлетворением ведущих возрастных потребностей (Г.С. Салливан, К. Хорни, А.И. Захаров, А.С. Спиваковская, Я.Л. Коломинский, А.М. Прихожан и др.). А.И. Захаров (1997) считает, что у детей дошкольного возраста тревожность ещё не является устойчивой чертой характера и при проведении соответствующей психолого-педагогической коррекции относительно обратима.

С целью изучения негативных эмоциональных состояний у детей дошкольного возраста и их коррекции в условиях учреждения дошкольного образования в 2021/2022 учебном году на базе санаторного детского сада № 375 г. Минска было проведено эмпирическое исследование. В нём приняли участие 60 респондентов (воспитанники старшего дошкольного возраста), из них 33 человека — дети 5 лет (55%), 27 человек — дети 6 лет (45%); мальчиков — 31 человек (52%), девочек — 29 человек (48%); 41 ребёнок (68%) имел вторую группу здоровья, 19 детей (32%) — третью. Для решения задач исследования были использованы теоретические, эмпирические методы и методики: «Методика исследования эмоционального состояния» (Э.Т. Дорофеева), которая позволяет оценить эмоциональное состояние ребёнка через изменение сдвига чувствительности по трём основным цветам; тест тревожности (Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки) по В.М. Астапову, который выявляет уровень тревожности ребёнка; тест «Страхи в домиках»

(А.И. Захаров и М.А. Панфилова) с целью выявления и уточнения преобладающих видов страхов у детей.

В результате обследования выявлено следующее.

Эмоциональные состояния. У большинства детей на момент обследования преобладающим являлось позитивное эмоциональное состояние, связанное с удовлетворением потребностей. Положительное эмоциональное состояние испытывали 50% ($n=30$) детей, нейтральное — 32% ($n=19$), отрицательное — 18% ($n=11$).

Выявлено, что состояние функционального возбуждения и расслабления, характеризующееся переживанием чувства удовлетворения, спокойствия и в то же время повышенным вниманием, активностью, оптимальное для реализации межличностных контактов, проявляют большинство испытуемых. Однако 18% детей на момент обследования показали отрицательное эмоциональное состояние, связанное с неудовлетворением потребностей и характеризующееся общим напряжением, подавленностью и тревогой, психологическим дискомфортом (состояние эмоционального и аффективного торможения). Следовательно, пятая часть группы детей испытывает отрицательное эмоциональное состояние, что может препятствовать нормальной жизнедеятельности ребёнка. Определяющими факторами эмоциональных нарушений (негативных эмоциональных состояний) у детей старшего дошкольного возраста являются внутренние факторы, в основе которых лежат неудовлетворённые потребности ребёнка в безопасности, признании, признании, внимании и любви. В свою очередь внутренние факторы взаимосвязаны с внешними (социально обусловленными), а именно межличностными отношениями в системе «ребёнок–ребёнок», «ребёнок–родитель».

Тревожность. Высокий уровень тревожности показали — 38% ($n=23$) детей, средний — 53% ($n=32$), низкий — 9% ($n=5$).

Наибольшую тревожность вызывают следующие ситуации: ситуации «Я–другие» — 53% (отношения со сверстниками); ситуации, связанные с проявлением агрессии как со стороны взрослых, так и сверстников (восприятие угрозы безопасности — первичная потребность); ситуации выговора (адекватная

эмоциональная реакция у ребёнка, потребность в безопасности); ситуации игнорирования, изоляции, укладывания спать в одиночестве (потребности в признании, любви, принятии).

При сравнении уровня тревожности у детей второй и третьей групп здоровья были выявлены статистически значимые различия ($U=230,50$, при $p=0,004$). У детей третьей группы здоровья более высокий уровень тревожности (почти в 3 раза выше) и проявляется в большей степени в ситуациях, связанных с повседневными действиями и навыками самообслуживания («Я–Я»). Данное явление можно объяснить особой ситуацией развития ребёнка, где из-за частой болезни или её тяжести родители уделяют недостаточно внимания формированию навыков самообслуживания и самостоятельности ребёнка, что вызывает тревожность в ситуациях, когда родителя нет рядом. У детей второй группы здоровья тревожность находит своё наибольшее проявление в ситуациях, моделирующих отношения: «Я–другие» (сверстники), «Я–родитель», что может свидетельствовать о негативном опыте взаимоотношений с детьми, родителями и может быть связано со степенью удовлетворения потребностей в признании, принятии, любви и внимании.

Приводим высказывания детей, подтверждающие наше предположение о психологических предикторах возникновения состояния тревоги и страха. Так, в ситуациях, моделирующих отношения «Я–родитель», дети с повышенной тревожностью дают ответы, в которых показано восприятие ребёнком отрицательных эмоций родителей: «Ему (ребёнку) страшно», «Родители злятся и ему грустно»; запретов родителей: «Хочет поиграть, а ему не разрешают», «Мама не разрешает строить замок», «Ему нельзя кричать, бегать, а хочется», «Поставили за забор и не выпускают», «Не дают делать то, что хочется». Тревожные дети часто высказывают ответы, в которых показана их ревность к младшим братьям (сёстрам): «Мама ухаживает за другими», «Не поднимают на руки — он (ребёнок) слишком большой, а хочется, чтоб подняли», «Грустно — его не хвалят». Отдельного внимания заслуживают ответы, которые показывают специфику восприятия современными детьми игровой деятельности: «Ему (ребёнку) скучно — он не играет», «Просто стоит, не играет», «Собирает игрушки,

а не играет», «Просто идёт рядом с мамой», «Стоит без дела — не играет», «Не с кем играть». В моделирующих ситуациях «Я–Я» (ситуации еды в одиночестве, укладывания спать, одевания) дети объясняли отрицательный выбор так: «Ему (ребёнку) страшно», «Скучно», «Одиноко», «Никого рядом нет».

Когда преобладает позитивный вектор эмоционального состояния, ситуации расцениваются как интересные события и ребёнок выбирает картинку «с весёлым лицом», сопровождая словами: «Помоет руки, оденется и пойдёт в парк, на улицу, играть» и т.п. (при отрицательном выборе — «скучно», «одиноко», «не нравится» и т.п.); «Мама рядом с песочницей — будет охранять его» (отрицательный выбор — «Не разрешают играть»); «Поест — станет сильным» (отрицательный выбор — «Скучно есть одному»); «Поспит — и уже новый день наступит» (отрицательный выбор — «Не хочет идти спать один»).

Таким образом, негативное эмоциональное состояние ребёнка отражает актуальное состояние его потребностей и выражается в ситуациях, моделирующих повседневные действия и отношения «ребёнок–ребёнок», «ребёнок–взрослый». Высокая тревожность проявляется в ощущениях озабоченности, беспокойства, нервозности и переживается в виде чувства неопределённости, беспомощности, бессилия, незащищённости, грозящей неудачи, невозможности принять решение.

Страхи. В результате диагностики страхов у детей старшего дошкольного возраста выявлено, что четвертая часть исследуемых имеет высокий уровень страхов. Доминирующим страхом в старшем дошкольном возрасте является страх смерти (58%), а наиболее выраженным после него оказался страх заболеть, заразиться (46%), что, очевидно, сопряжено с ситуацией пандемии и увеличением уровня тревожности у родителей (А.Б. Холмогорова). Следует отметить, что А.И. Захаров относит данный вид страха к нормотипичному только у девочек (связывает с более выраженным инстинктом самосохранения). За страхом заболеть, заразиться стоит потребность в безопасности, ощущение угрозы жизни. Страх заражения может стать невротической формой выражения страха смерти, если он культивируется взрослым и попадает на благоприятную почву повышенной возрастной чувствительности к страхам.

Исследование показало, что страх смерти является ведущим в старшем дошкольном возрасте. Его возникновение означает осознание необратимости в пространстве и времени происходящих возрастных изменений. Ребёнок начинает понимать, что взросление на каком-то этапе знаменует смерть, неизбежность которой вызывает беспокойство как эмоциональное неприятие рациональной необходимости умереть. Страх смерти тесно связан со страхами нападения, темноты, сказочных персонажей, заболевания, страшных снов, животных, стихии, огня, пожара и войны. Они наиболее типичны для детей старшего дошкольного возраста, т.к. представляют угрозу для жизни.

Полученные результаты исследования подтверждают положение о том, что проявления негативных эмоциональных состояний у детей старшего дошкольного возраста связаны со степенью выраженности изучаемых предикторов, с уровнем тревожности и страха, наличием страха и его видами.

Дети со второй группой здоровья (нет хронических заболеваний) испытывают больше положительных эмоций, чем их сверстники с третьей группой здоровья. У соматически ослабленных детей в большей степени выражен уровень тревожности и страхов с преобладанием внутренних страхов: страх смерти, смерти родителей, болезни, страшных снов, сказочных персонажей, боли. Тревожность у детей третьей группы здоровья проявляется преимущественно в ситуациях, моделирующих отношения «Я–Я», у детей со второй группой здоровья — в ситуациях, моделирующих отношения с окружением, «Я–другие» («ребёнок–ребёнок») и «Я–родители» («ребёнок–взрослый»).

Расчёт коэффициента линейной корреляции Пирсона характеризует существование линейной зависимости между переменными и позволяет определить связь негативных эмоциональных состояний (*при $p=0,020$*) с проявлениями тревожности и страха. Выявлена прямая направленность взаимосвязи между уровнем тревожности и группой здоровья: чем более здоров ребёнок, тем меньше проявляются тревожность и страх. У детей третьей группы здоровья уровень тревожности (*при $p=0,004$*) выражен в большей степени. Как видим, группа здоровья влияет на эмоциональные состояния детей старшего дошкольного возраста, однако для установления большей

достоверности требуется выборка с большим количеством испытуемых.

Таким образом, анализ литературы и результатов проведенного эмпирического исследования позволил выделить тревожность и постоянные страхи разной степени интенсивности как наиболее типичные негативные эмоциональные состояния у детей дошкольного возраста; обозначить в качестве предикторов негативных эмоциональных состояний ребёнка: психофизиологические (группа здоровья ребёнка как показатель функционирования и развития организма) и социально-психологические (специфика межличностных отношений и степень удовлетворённости его потребностей в ситуациях, моделирующих эти отношения: «ребёнок–ребёнок», «ребёнок–взрослый», характеристика эпидемиологической обстановки — Covid-19).

Полученные данные позволили разработать комплекс мероприятий по профилактике и коррекции негативных эмоциональных состояний у детей старшего дошкольного возраста, позволяющих снизить степень эмоциональных нарушений с учётом внешних и внутренних факторов. В настоящее время данные мероприятия, включающие в себя коррекционно-развивающую работу с детьми, просветительскую и профилактическую деятельность с педагогическими работниками, законными представителями воспитанников (родительские встречи, семинары-практикумы и другие формы работы), проходят апробацию на базе санаторного детского сада № 375 г. Минска.

Расширение представлений об особенностях проявлений и предикторах эмоционального состояния у здоровых и соматически ослабленных детей старшего дошкольного возраста позволяет увеличить эффективность просветительской, консультативной и коррекционно-развивающей деятельности педагога-психолога в процессе психологического сопровождения детей дошкольного возраста, а также при разработке рекомендаций по оказанию индивидуальной психологической помощи.

*Статья поступила
в редакцию 26.09.2022.*

ЛИТЕРАТУРА:

1. Астапов, В. М. Тревожность у детей / В. М. Астапов. — М.: ПЕР СЭ, 2008. — 160 с.
2. Божович, Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. — СПб.: Питер, 2008. — 398 с. — (Серия «Мастера психологии»).
3. Диагностика психических состояний детей дошкольного возраста : учеб.-метод. пособие / сост.: С. В. Велиева. — СПб.: Речь, 2005. — 240 с.
4. Дусказиева, Ж. Г. Гендерные особенности тревожности часто болеющих детей старшего дошкольного возраста и возможности её коррекции : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.04 / Ж. Г. Дусказиева ; Том. гос. ун-т. — Красноярск, 2009. — 23 с.
5. Екимова, В. И. Травматизация страхом: психологические последствия пандемии Covid-19 [Электронный ресурс] / В. И. Екимова [и др.] // Современная зарубежная психология. — 2021. — Т. 10. — № 1. — С. 27–38. — Режим доступа: https://psyjournals.ru/files/119750/jmfp_2021_n1_Ekimova_et_al.pdf. — Дата доступа: 08.09.2022.
6. Завгородняя, М. В. Детская психокоррекция в играх / М. В. Завгородняя, Н. Н. Гладкова. — Ростов н/Д.: Феникс, 2017. — 157 с. — (Серия «Психологический практикум»).
7. Захаров, А. И. Дневные и ночные страхи у детей / А. И. Захаров. — СПб.: Союз, 2000. — 448 с. — (Серия «Психология ребёнка»).
8. Захаров, А. И. Психотерапия неврозов у детей и подростков / А. И. Захаров. — Л.: Медицина: Ленингр. отд-ние, 1982. — 214 с.
9. Изард, К. Э. Психология эмоций / К. Э. Изард. — СПб.: Питер, 2009. — 464 с. — (Серия «Мастера психологии»).
10. Колодич, Е. Н. Коррекция эмоциональных нарушений у детей и подростков : учеб. пособие для студ. психологических факультетов, практических психологов / Е. Н. Колодич. — Минск: РИПО, 1999. — 94 с.
11. Кулганов, В. А. Психологические особенности развития детей и профилактика неврозов : учеб. пособие / В. А. Кулганов, Н. В. Сорокина. — СПб.: Детство-пресс, 2012. — 149 с.
12. Кулинцова, И. Е. Коррекция детских страхов с помощью сказок / И. Е. Кулинцова. — СПб.: Речь; М.: Сфера, 2008. — 169 с.
13. Малахова, А. Н. Диагностика и коррекция тревожности и страхов у детей / А. Н. Малахова. — СПб.: Детство-пресс, 2016. — 202 с.
14. Психические состояния : хрестоматия / сост. и общ. ред. Л. В. Куликова. — СПб.: Питер, 2001. — 512 с.
15. Психология состояний : учеб. пособие / А. О. Прохоров [и др.]; под ред. А. О. Прохорова. — М.: Когито-Центр, 2011. — 624 с.
16. Чечет, В. В. Педагогика семейного воспитания : учеб. пособие / В. В. Чечет. — Минск: Пачатк. шк., 2007. — 184 с.
17. Шестилетний ребёнок в семье и учреждениях образования : пособие для педагогов учреждений дошкольного образования / Е. А. Панько [и др.]; под ред. Я. Л. Коломинского, Е. А. Панько. — Минск: Нац. ин-т образования, 2016. — 216 с.