

УДК 159.922.7-053,5:364.658

ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Кушмирук Є.С., аспірант кафедри психосоматики та психологічної реабілітації

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

У статті аналізуються сучасні дослідження психологічного благополуччя особистості молодшого школяра. Розглянуто вплив сімейних стосунків на розвиток психологічного здоров'я дитини та цінність взаємодії дітей з учителем.

Ключові слова: психологічне благополуччя, психологічне здоров'я, емоційне благополуччя, молодший шкільний вік, благополуччя.

Кушмирук Е.С. ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЛИЧНОСТИ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

В статье анализируются современные исследования психологического благополучия личности младшего школьника. Рассмотрено влияние семейных взаимоотношений на психологическое здоровье ребенка и ценность взаимодействия детей с учителем.

Ключевые слова: психологическое благополучие, психологическое здоровье, эмоциональное благополучие, младший школьный возраст, благополучие.

Kushmyruk Ye.S. STUDY OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PERSONALITY OF YOUNG SCHOOLS

The article analyzes modern researches of psychological well-being of a young person's personality. The influence of family relationships on the development of child psychological health and the value of interaction between children and the teacher is considered.

Key words: psychological well-being, psychological health, emotional well-being, junior school age, well-being.

Постановка проблеми. Вивчення психологічного благополуччя дуже актуально, але чи відбувається дослідження цього конструкту на різних етапах онтогенезу так, як дорослої особистості, мало відомо. Ми вирішили дослідити думку науковців щодо психологічного благополуччя представників молодшого шкільного віку, адже цей вік характеризується складними перебудовами особистості.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У літературі ототожнюються поняття психологічне благополуччя та психологічне здоров'я. Чи можемо ми розглядати ці поняття однаковими за змістовою частиною досліджень авторів? За даними ВООЗ, поняття психологічне благополуччя є частиною визначення поняття здоров'я: «Здоров'я – це не тільки відсутність хвороби та дефектів, але й стан повного фізичного, психічного та соціального благополуччя». «Психічне здоров'я – це стан душевного благополуччя, який характеризується відсутністю хворобливих станів, які забезпечують адекватні умови навколишнього середовища та дійсності регуляції поведінки та діяльності» (Bulletin of the World Health Organization, 2016). Таким чином, психологічне здоров'я розуміється як відсутність патології, відсутність симптомів, які зава-

жають адаптації людини у суспільстві. Психологічне здоров'я пов'язане з наявністю характеристик, які допомагають адаптуватися у соціумі, витримувати з навантаженнями та виконувати власні задачі. Таким чином, психологічне здоров'я включає в себе, окрім духовного, особистісне психологічне благополуччя [3].

Проблему психологічного здоров'я у рамках психології, психіатрії та психопатології досліджували вітчизняні науковці В.О. Ананьєв, П.Б. Аннушкін, В.М. Бехтерев, Б.С. Братусь, Н.Є. Водоп'янова, В.П. Войтенко, І.М. Гурвич, П.І. Калью, Б.Д. Карвасарський, С.С. Корсаков, І.Я. Коцан, Г.В. Ложкін, Г.С. Никифоров, М.І. Мушкевич, В.М. Мясіщев, Н.В. Ходирева та ін.

Значну увагу питанню психологічного здоров'я приділялось у працях зарубіжних психологів та психіатрів А. Адлера, С. Грофа, А. Елліса, Е. Еріксона, А. Маслоу, К. Роджерса, В. Франкла, З. Фрейда, Е. Фрома, К. Хорні, К. Юнга та ін. [10, с. 58].

Науковці, досліджуючи зв'язок психологічного благополуччя та індивідуальні відмінності, вважали, що психологічне благополуччя (ПБ) є самостійною особистісною рисою.

І. Бонівел зазначає, що ПБ немає чіткого визначення та розуміється авторами по-різ-



ному [10]. А. Макгрегор і Л. Літл вважають, що феномен психологічного благополуччя включає в себе два компоненти: щастя та осмисленість власного життя. Комптон погоджується з цією думкою та, своєю чергою, виокремлює три фактори – щастя, суб'єктивне благополуччя та особистісне зростання.

М. Селігман виокремлює три шляхи досягнення щастя: жити насиченим життям, отримувати позитивні емоції; жити яскравим життям, занурюватися у цікаві події, властиві відчуттю потоку; жити заради чогось більшого, ніж власне Я [11]. Психологічне благополуччя учня є предикатором сприйняття своїх здібностей та здатності вирішувати складні задачі. В.П. Кутішенко, спираючись на дослідження О.В. Запорожець, Я.З. Неверович, А.Д. Кошелевої та інших авторів, розглядає емоційне благополуччя базовим компонентом психологічного здоров'я, таким чином, загострені емоційні прояви (дитячі страхи, тривожність,) не є показниками психологічного здоров'я особи молодшого шкільного віку [6, с. 168].

Е. Еріксон наголошує, що емоційно благополучними можна народитися або йти до цього протягом життя, саме тому автор виділив чотири умови формування емоційного благополуччя, а саме розвинене почуття індивідуальності, комунікативні навички, вміння створювати близькі стосунки та здатність проявляти активність.

Емоційне благополуччя може сприйматися у розумінні значення емоцій у житті особи та функцій, які вони виконують. Емоційне благополуччя людини відображає як емоційний досвід особистості, так і здатність проявляти емоції. Таким чином, науковці стверджують, що емоційне благополуччя є ознакою успішної емоційної регуляції людини. Емоційне благополуччя розглядається складовою частиною психологічного благополуччя особистості загалом. Таким чином, емоційне благополуччя є загальною характеристикою, в якій зосереджені почуття, які характеризуються успішним або неуспішним функціонуванням особистості. Л.В. Тарабакіна вважає, що емоційне благополуччя синонімічне поняттю емоційне здоров'я та є складовою частиною психологічного здоров'я особистості, що впливає на цілісне емоційне ставлення до себе та суспільства, здатність приймати негативні емоції та перетворювати та поширювати позитивні емоції та переживання [8, с. 123].

Мета статті – теоретичне вивчення досліджень психологічного благополуччя особистості молодшого шкільного віку.

Виклад основного матеріалу. Молодший шкільний вік характеризується ендокринними та фізіологічними змінами (активний ріст тіла, збільшення внутрішніх органів, розвиток органів чуття, формування м'язового апарату та ін.). Провідна діяльність змінюється з гри на навчання, що прискорює розвиток пізнавальних процесів. Відбуваються кількісні та якісні зміни процесів сприймання, пам'яті, уяви, мислення та мовлення. Увага першокласників важко контролюється та є мимовільною. Головними новоутвореннями молодшого шкільного віку є внутрішній план дій, самосвідомість, уміння організувати навчальну діяльність та самооцінка. Звичайно, у молодшому шкільному віці тільки починають розвиватися вище названі явища, але їхня поява говорить про послідовний, нормальний розвиток дитини. Такий швидкий розвиток психічних процесів, зміна оточення та навантаження роблять дітей дуже чутливими. Молодший шкільний вік зумовлюється підвищенням ризиків розвитку психосоматичної патології та нервово-психічних зривів у дітей на відміну від дошкільного віку, але ми можемо це пояснити збільшенням соціального кола ситуацій, які провокують негативні реакції. Необхідно зазначити, що взаємодія з дорослим набуває ще більшого значення, ніж у дошкільному віці, тому існує припущення, що соціальна взаємодія є чинником ПБ та впливає на розвиток емоційної сфери дітей. Відносини з батьками набувають нового якісного значення, тому необхідно приділяти досить уваги цьому процесу, щоб не пропустити появу порушень нервово-психічного розвитку дитини, мінімізувавши сварки та конфлікти [4, с. 170].

Важливим для вивчення детермінант психологічного здоров'я молодшого школяра є аналіз родини дитини, оскільки благополучна сім'я створює всі умови для повноцінного психологічно благополучного розвитку. Звичайно, необхідні якісні характеристики родини для досягнення сімейного благополуччя. Л.Ф. Обухова умовно виокремлює чинники, які негативно впливають на психологічне здоров'я дитини: тривожність, емоційна холодність, відчуження, низький рівень психологічного благополуччя батьків; різні види неадекватного стилю виховання (гіперопіка та інші); конфлікти, сварки, зниження механізмів функціонування сім'ї. Тоді як доброзичливі, душевні, позитивні стосунки, відчуття комфорту та захищеності стимулюють розвиток дитини [5, с. 225]. Аналізуючи родинні стосунки, науковці виділяють критерії психологічного здоров'я сім'ї дитини [7, с. 36],

які включають у себе позитивний психологічний простір – відсутність сварок та домашнього насильства. Родина піклується про мікроклімат сім'ї, панує гармонія та доброзичливість, повага та теплі стосунки; підтримка та адаптація сім'ї до вступу дитини до школи – родина допомагає дитині пристосуватися до нових умов: роблять разом домашнє завдання, збирають рюкзаки, готуються до школи та інше; співпраця родини, викладачів, дитини з однолітками, формування адекватних відносин – ми вважаємо, що цей пункт є особливо важливим для особистості молодшого шкільного віку, оскільки саме взаємодія родини та педагогів є запорукою успішної адаптації дитини у школі та соціумі загалом (див. рис. 1).

Останні десять років наукове товариство займається вивченням «прихованого» соціального сирітства. О.О. Коваленко, І.Р. Крупник, С.О. Макаренко, Н.Г. Сушко та інші пояснюють це явище зміною ставлення батьки до дітей, відчуженням. Ця проблема актуальна у сім'ях, де батьки змушені працювати в інших містах або країнах та тривалий час перебувають далеко від власних дітей [2]. На жаль, подібна відсутність батьків впливає негативно – дитина відчуває себе не потрібною, не цікавою для близьких людей. Погіршує емоційний стан дитини покарання, знехтування думкою, бажаннями, особистістю дитини, байдужість, погані умови для фізичного, емоційного та духовного розвитку особистості дитини. Подібне ставлення вважається формою насильства та викликає замкнутість, руйнування особистості, відсутність відчуття власного значення та може спровокувати розвиток психічних порушень та хвороб.

Таким чином, вирішальний вплив на психологічне здоров'я дитини здійснюють особливості її емоційного зв'язку з батьками. Якщо більш глибоко проаналізувати цю проблему, то благополуччя дитини молодшого шкільного віку зумовлюється особливостями її суб'єктивних переживань, пов'язаних з родинною взаємодією: суб'єктивним сприйняттям того, що дитину

люблять, що вона значуща для батьків. Однією з головних ознак психологічного здоров'я молодшого школяра є ідентифікація з родиною – відчуття причетності, своєї важливості для близьких та відчуття підтримки та прийняття. Цей зв'язок є вирішальним для становлення особистості молодшого школяра.

Т.А. Кулікова та А.С. Співаковська вважають, що справжня любов у подружніх стосунках здатна підвищити загальний тонус сім'ї, забезпечує відчуття щастя та радості, що безперечно впливає на збереження психологічного здоров'я дитини та створює модель формування майбутньої сім'ї. З.К. Давлетбаєва наголошує на важливості негативних переживань, які з'являються між батьками чи спрямовані на дитину. Вони, вважає автор, залишаються у самосвідомості дітей та викликають низку негативних наслідків, таких як: невпевненість у собі, замкнутість, дисгармонійний розвиток дитини, конфліктний характер та ін. Родини з гармонійними стосунками характеризуються високим рівнем психологічного здоров'я дітей, яке проявляється у високій самооцінці, активності, відсутності тривожності та відчуття причетності та власного значення у сім'ї. Тому логічно, що в аномальних сімейних стосунках виявляється низький рівень психологічного здоров'я та, як наслідок, веде до втрати ідентичності дитини з сім'єю та порушення цілісності власного Я [4, с. 171].

Окремо варто зазначити про проекцію батьківських бажань та планів на дитину, яка відчуває неабиякий тиск та відповідальність, не кажучи про страхи не виправдати надії близьких людей та інші прояви, що, своєю чергою, негативно впливає на психологічне здоров'я молодшого школяра [4, с.170,172]. Подібний тиск може бути у цілком функціональних сім'ях та все одно призводити до негативних наслідків.

На основі публікацій та літературних джерел ми узагальнили наявні дослідження та сформуваємо загальні критерії сімейних взаємин, які є основою для розвитку пси-

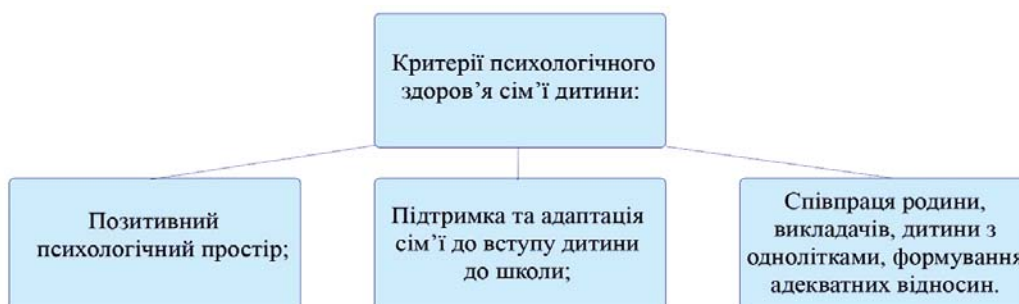


Рис. 1. Критерії психологічного здоров'я сім'ї дитини

хологічно благополучної особистості молодшого шкільного віку (рис. 2).

Молодший шкільний вік зумовлюється зміною взаємин з батьками на шкільну діяльність та нове соціальне оточення. Коли батьки приймають цю зміну, то це неодмінно вплине на статус дитини та власне самовідчуття. Але зробити цей крок іноді батькам дуже важко, тому що школа це не просто нове оточення для дитини, але й формування авторитетів, що сприяє обмеженню впливів батьків на дитину. Т.О. Матіс визначила, що величезний вплив на самопочуття та переживання молодшого школяра у стінах школи відіграє педагог, що збільшує необхідність приділяти увагу не тільки до формування педагогічних навичок та умінь, а й особистісних характеристик вчителя [6, с. 97], його емоційних станів, спрямованості педагогічної діяльності та життєвих орієнтацій [4, с. 172].

О.І. Липкіна у своїх експериментах доводить, що оцінювання дитини вчителем впливає на самооцінку дитини протягом перших років навчання у школі. Саме ця первинна самооцінка формує ставлення дитини до процесу навчання та до школи загалом [4, с. 172]. П.М. Якобсон наголошує, що ставлення педагога впливає на розвиток відчуття впевненості або невпевненості, іншими словами на самооцінку: «Як висока самооцінка і впевненість у собі веде за собою низку переживань, так і низька самооцінка, викликана тривалим неуспіхом і негативним ставленням з боку інших, призводить до стійких переживань невпевненості, бунту, небажання займатися діяльністю. Все це зумовлює появу стійкого емоційного стану того або іншого типу» [4, с. 172].

Б.Г. Ананьєв вважає, що оцінка вчителя грає головну роль у переживаннях молодшого школяра, пов'язаних з навчальною діяльністю. Так, використовуючи фактичний матеріал, автор демонструє, що вплив оцінки педагога на розвиток учнів відбувається у двох основних напрямках: 1) орієнтуючий – впливає на розумову роботу дітей, сприяє усвідомленню актуального рівня набутих знань; 2) стимулюючий – впливає на афективно-вольову сферу учня через відчуття успіху та невдач та формує відчуття бажання займатися обраною діяльністю [4, с. 173]. Ю.Б. Гатанов власними дослідженнями доводить, що стиль спілкування педагога з дітьми, обрана позиція та стиль поведінки є важливим чинником, який зумовлює майбутнє дитини в школі [2, с. 49].

Особистість педагога відіграє ключову роль, оскільки наявність професійних якостей та високої кваліфікації, на жаль, не гарантують доброзичливого, позитивного ставлення до дитини. Створення авторитету за рахунок страху до вчителя та покарання неприпустиме. Особистість молодшого школяра дуже вразлива та для подальшого гармонійного розвитку дитини необхідно застосовувати більш гуманні методи виховання та навчання, ніж залякування. Учень має поважати особистість педагога, а не рахуватися зі статусом. Якщо вчитель зможе поєднати в собі професійність, людяність та повагу до учнів – діти будуть відчувати себе комфортно, захищено та відчують власну значимість та причетність до класу, школи, суспільства, світу.

Висновки і пропозиції. Неможливо не зазначити, що більшість авторів зазначають важливість доброзичливого ставлення



Рис. 2. Критерії сімейних взаємин як основа психологічного благополуччя особистості молодшого шкільного віку

вчителя до дітей для формування позитивного емоційного середовища. Науковці зазначають, що ці умови є необхідними для формування інтересу до процесу навчання та позитивних емоцій, пов'язаних з цим. Можна вважати, що з огляду на особливості вікового етапу, дослідження психологічного благополуччя відіграє неабияку роль у процесі формування гармонійної особистості. Умови, створені родиною та педагогом, є основою для розвитку особистості молодшого школяра. Все вищезазначене дає змогу зробити висновок, що особливості гармонійної взаємодії педагога з родиною молодшого школяра є важливим фактором збереження психологічного здоров'я дитини. Тому ми вважаємо, що на цьому віковому етапі дуже важливо приділяти увагу психологічному благополуччю дитини, адже саме цей етап характеризується величезним стрибком як фізичного, так й психологічного розвитку особистості.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гатанов Ю.Б. Психологические особенности влияния стиля педагогической деятельности на мотивацию учения учащихся: дис. ... канд. психолог. наук. Л.: ЛГПИ, 1990. 124 с.
2. Крупник І.Р. Проблеми дослідження особливостей уявлень про майбутнє сімейне життя дітей з родин трудових мігрантів. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки: зб. наук. праць. Херсон, 2016. Вип.1. Том 1. С. 146–150.
3. Коваленко В.С. Психологическое благополучие как составляющая психологического здоровья человека: теоретические подходы и эмпирические исследования в зарубежной психологии, 2014. URL: <http://dspace.onu.edu.ua:8080/bitstream/123456789/10178/1/97-102.pdf>
4. Кутішенко В.П. Психическое здоровье младших школьников в контексте их социального взаимодействия со взрослыми. Психолого-педагогичне забезпечення особистісного розвитку майбутнього фахівця з вищою освітою: зб. наук. праць за матеріалами II Всеукраїнської науково-практичної конференції (27 червня 2014 року, м. Кам'янець-Подільський). С. 168–175.
5. Обухова Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы. М.: Тривола, 1995. 342 с.
6. Пахальян В.Э. Развитие и психологическое здоровье: Дошкольный и школьный возраст. М.: Питер, 2006. 294 с.
7. Семья XXI века: Современные исследования. Сборник научных статей / Под ред. Хоменко И.А. СПб., 2006. Выпуск 1. 120 с.
8. Тарабакина Л.В. Эмоциональное здоровье школьника: теория и практика психологического сопровождения. дисс... на соискание учёной степени доктора психологических наук. Нижний Новгород, 2000. 324 с.
9. Ярема Н.Ю. Психологічне здоров'я особистості. Юридична психологія. 2015. № 2. С. 106–115. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/urpp_2015_2_11
10. Boniwell I., Osin E., & Martinez C. (2015). Teaching happiness in school: non-randomised controlled mixed-methods feasibility study on the effectiveness of Personal Well-Being Lessons. The Journal of Positive Psychology. Published online 01 April 2015.
11. Seligman M. The Optimistic Child. New York: Houghton Mifflin (2007).