

V. Khodan, V. Bogush. Computer and internet dependence in disease of XXI century.

The theoretical issues impact the computer and World Wide Web on the mental and physiological state of health. The analysis of the historical development of long-term dependence on computers and the Internet. The described effects of gambling addiction and virtualization of life, the ways to overcome this disease and highlight recommendations and guidance professionals with the problem.

Key words: *internet addicted, addiction, consciousness, bezsvidome, role play, exclusion, frustration, degradation, altered states of consciousness, virtual world, autism, zombiing, accommodation.*

УДК 159.942.5-053.4

Г. О. Хомич, Н. М. Васько

ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНИХ ПОРУШЕНЬ У ДИТЯЧОМУ ВІЦІ

У статті розглядається проблема емоційних порушень у дитячому віці: здійснено аналіз теоретичних аспектів емоційних порушень як психологічного явища; представлено результати емпіричних досліджень, пропонуються рекомендації батькам, вихователям та практичним психологам щодо профілактики та корекції емоційних порушень у дошкільнят.

Ключові слова: *дошкільний вік, емоції, емоційні порушення, тривожність, страх, агресія.*

Актуальність теми. Прогресивні зрушення в системі освіти, які відбулися в Україні, зумовлюють нові підвищені вимоги до розкриття особистісного потенціалу кожної дитини, її суб'єктних можливостей ефективно регулювати власну діяльність, зокрема, на ранніх етапах розвитку. Наявність емоційних порушень у дошкільному віці є причиною виникнення неврозів та інших розладів, що гальмують психічний розвиток особистості.

Особистісне становлення дитини визначається її емоційним благополуччям. Однак, серед типових дитячих емоцій нерідко істотне місце мають не тільки позитивні, але й негативні емоції, що згубно впливають як на загальний психічний настрій дитини, так і на її діяльність.

Мета написання статті. Метою написання статті є теоретичний аналіз проблеми емоційних порушень та причини їх виникнення у дітей старшого дошкільного віку; дослідження динаміки, вікових та індивідуальних особливостей емоційних порушень у дітей; а також представлення методичних рекомендацій для практичних психологів, вихователів, батьків з попередження та вчасного виявлення емоційних порушень у дітей.

Аналіз наукових досліджень і публікацій. Сьогодні у психології відомо багато напрямків та наукових шкіл, які всебічно вивчають причини виникнення негативних емоційних явищ у дитячому віці. Теоретичні та методологічні підходи до вивчення емоційних порушень представлені у вітчизняній психології у працях Л.С.Виготського, Л.І.Божович, Н.В.Карпенко, М.І.Лісіної, А.І.Липкіної, С.П.Тищенко, А.В.Захарової. У зарубіжній психології ми відзначаємо праці В.Джеймса, Дж.Міда, Е.Еріксона, К.Роджерса, Р.Бернса.

Дослідники, зокрема, Л.С. Виготський, Г.С. Костюк, Г.М. Котляр, Г.М.Бреслав, О.І.Захаров, О.В.Запорожець, Ю.М. Міланіч, О.С.Співаковська підкреслювали, що при плануванні діагностичних і психотерапевтичних заходів у роботі з дошкільниками особливу увагу варто приділяти провідній діяльності - сюжетно-рольовій грі.

Виклад основного матеріалу. Емоційність – основна психофізіологічна особливість дитячого віку, яка надає якісної своєрідності поведінці дітей на різних етапах їх розвитку. В дошкільному віці дитина оволодіває новими і різноманітними видами діяльності, змінюється і ускладнюється спілкування її з іншими людьми, вона активно пізнає оточуючий світ і саму себе. Все це супроводжується яскравими переживаннями дитини. Незважаючи на характерні вікові особливості емоційної сфери дошкільнят (яскравість і безпосередність переживань, панування почуттів над усіма сторонами його життя), емоційна сфера кожної дитини також відрізняється своєю своєрідністю. Очевидно, це стосується і проблеми емоційного неблагополуччя дітей.

На думку А. Д. Кошелевої, емоційні порушення дітей можна умовно розділити на дві основні групи (). В основі цього поділу лежать ті сфери життя, в яких перш за все може проявлятися емоційне неблагополуччя дитини: сфера взаємин дитини з іншими людьми і власний світ її переживань. Перша група – це діти неврівноважені, швидко збуджуються. Нестримність емоцій часто буває причиною дезорганізації їх діяльності. У конфліктних ситуаціях з однолітками емоції збудливих дітей виражаються дуже бурхливо: в гучному плачі, відчайдушній образі, спалахах гніву, але ставлення їх до однолітків в цілому доброзичливе. Відносно врівноважені діти зі стійким негативним ставленням до спілкування. Гостра сприйнятливність і вразливість дитини може призвести до чисельних страхів (третя група дітей з емоційним неблагополуччям).

Страх можна визначити як емоційний стан, який проявляється у випадку усвідомлення людиною небезпеки, що насувається. При нормальному емоційному розвитку дитини страх і тривогу досить легко зняти вмовляннями і поясненнями дорослого. Однак страх і тривожність можуть займати і занадто значне місце в емоційному житті дитини, яка починає перебувати в несприятливому стані тривоги і страху занадто довго.

Підвищена тривожність і лякливість дітей виникає з багатьох причин: це може бути особлива чутливість нервової системи; це конфліктна атмосфера в сім'ї, де діти переживають сильні, безпредметні, невизначені для них самих страхи і тривогу [2].

На думку І.В.Дубровіної можна виділити три найбільш виражені групи так званих «важких» дітей, які мають проблеми в емоційній сфері ():

1. Агресивні діти. Відносячи дитину до даної групи, варто звернути увагу перш за все на ступінь прояву агресивної реакції у дитини, її тривалість і характер можливих причин, що викликали афективну поведінку учнів.

2. Емоційно-розгальмовані діти реагують занадто бурхливо: якщо вони виражають захоплення, то надто експресивно, якщо вони чимось стурбовані, то можуть довго і демонстративно плакати.

3. Занадто сором'язливі, ранимі, образливі, боязкі, тривожні діти соромляться голосно і відкрито висловлювати свої емоції, тихо переживають свої проблеми, боячись звернути на себе увагу.

Дослідниця звертає увагу на важливу деталь: характер прояву емоційних реакцій у дитини, безумовно, пов'язаний з типом її темпераменту, тобто діти другої групи є швидше холериками, а представники третьої групи – меланхоліками або флегматиками. Загальним же для всіх груп дітей з емоційними порушеннями є те, що неадекватні афективні реакції (які проявляються по-різному у різних типів дітей) у кожної дитини носять захисний, компенсаторний характер [1]. Таким чином, дорослий при взаємодії з дитиною повинен постійно пам'ятати про індивідуальні особливості її емоційної сфери, сприяючи афективній регуляції дитини і оптимальним способам її регуляції. Важливо:

- навчити дитину адекватним формам реагування на ті чи інші ситуації і явища зовнішнього середовища;

- не варто намагатися у процесі занять з «важкими» дітьми повністю відгороджувати дитину від негативних переживань, оскільки дитині потрібні різноманітні емоції;

- почуття дитини не можна оцінювати чи вимагати, щоб дитина не показувала справжніх переживань; бурхливі афективні реакції дитини – це, здебільшого, результат тривалого стримування емоцій.

Діагностика рівня тривожності молодшого школяра дає змогу скоригувати його поведінку таким чином, щоб не травмувати дитину і, в разі потреби, провести корекційну роботу з метою зниження рівня тривожності.

Страх – це афективне відображення у свідомості людини конкретної загрози для її життя та благополуччя. Тривога – це емоційно загострене відчуття загрози. На відміну від страху, тривога не завжди сприймається негативно, тому що вона можлива у вигляді радісного хвилювання, очікування.

Прояви занепокоєння дитини:

- розгублюється, коли її запитують;
- не знаходить потрібних слів для відповіді;
- голос починає тремтіти ;
- пітніють долоні;
- робить багато зайвих рухів або стає нерухомою.

Ці симптоми є проявами перенапруги психофізіологічних функцій організму.

Вікові страхи характерні для емоційно чутливих дітей як відображення особливостей психічного та особистісного розвитку. Їх посилюють: наявність страхів у батьків; тривожність у стосунках із дитиною; перебільшене переховування дитини від загроз, ізоляція від спілкування з однолітками: конфліктні стосунки між батьками; психічні травми (переляк) та ін.

Невротичні характеризуються більшою емоційною напругою, вони більш тривалі та стійкі; мають негативний вплив на формування характеру й особистості; пов'язані з іншими невротичними розладами та переживаннями; складні для подолання; є результатом тривалих переживань, що не мають розв'язання [6]. Такі емоційні порушення характерні для дітей, котрі не набули до школи необхідного досвіду спілкування з дорослими та однолітками, невпевнені в собі, бояться не виправдати очікування дорослих, переживають труднощі адаптації. В основі цього страху лежить боязнь зробити помилку, бути осміяним.

Результати дослідження тривожності як специфічного індивідуального прояву емоційних порушень у дітей дають підставу для створення програми психологічної корекції з подолання високої тривожності в дітей та роботу з їх батьками.

У процесі емпіричного дослідження ми використовували такі методики: проєктивний тест на виявлення рівня тривожності (Р.Темпл, В. Амен, М.Доркі), що допомагає визначити загальний емоційний стан дитини, ставлення до різних життєвих ситуацій, характер взаємостосунків із ровесниками, батьками, вихователями; анкетування батьків за допомогою якого виявлялися поведінкові порушення – агресивність, тривожність, ситуативні страхи дитини (анкета, розроблена Г.П.Лаврентьевою і Т.М.Титаренко).

Після обробки й інтерпретації даних (за методикою Р.Теммла, М.Дорки, В.Амена) вдалося виявити групу дошкільників з високим і середнім рівнем тривожності (табл.1).

Таблиця 1

Кількісні показники рівнів тривожності дошкільників

Рівень тривожності

Високий				Середній				Низький			
Кількість дітей		%		Кількість дітей		%		Кількість дітей		%	
Х	Д	Х	Д	Х	Д	Х	Д	Х	Д	Х	Д
6	4	30	20	5	3	25	15	1	1	10	10

Як бачимо з таблиці, високий рівень тривожності мають 10 дітей, що становить 30% і 20%, середній рівень тривожності мають 8 дітей - це 25% (хл.) і 15%(д.); відповідно низький рівень тривожності мають двоє дітей, що становить 10%.

В основному діти переживають тривожність, викликану стресовими ситуаціями (укладення спати, точне виконання вимог дорослих, агресія з боку інших дітей, покарання й ін.). Крім того, тривожність носить і особистісний характер, коли дитина стабільно зіштовхується з розбіжностями між своїми реальними можливостями й високим рівнем досягнень, якого чекають від нього дорослі.

У процесі дослідження діти з високими показниками тривожності проявляли занепокоєння, непевність у собі, у правильності своїх відповідей. Їх цікавило, що і як відповідали інші діти, проявляли шкідливі звички невротичного характеру - кусали нігті, гойдали ногою, покусували нижню губу й так далі.

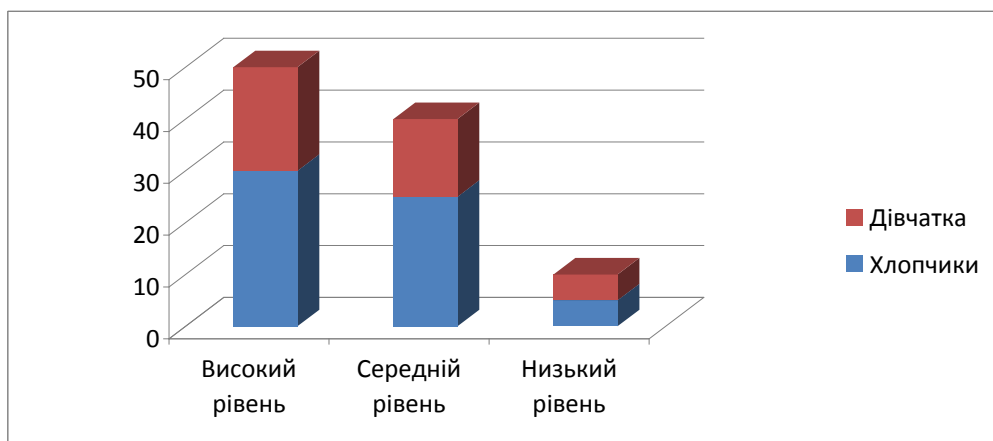


Рис.1. Кількісна характеристика емоційних порушень у хлопчиків та дівчаток

На основі аналізу графічного зображення можна помітити більш яскравий прояв емоційних порушень у дівчаток. У деяких дітей можна було спостерігати фізіологічні ознаки підвищеної тривожності - частішав подих, потіли долоні рук, проявлялася гіперемія в області обличчя й шиї.

Додатково, з метою виявлення рівня тривожності дітей нами використовувалася «Анкета по виявленню тривожної дитини» (авт. Г.П.Лаврентєва, Т.М.Титаренко) шляхом опитування батьків. За результатами анкет і після бесіди з батьками була визначена група дітей із

високим і середнім рівнем тривожності. Високий рівень тривожності продемонстрували 55,0% дітей; середній - 35,0%); низький рівень тривожності - 10,0%. Високий рівень тривожності продемонстрували 55,0% дітей; середній - 35,0%); низький рівень тривожності - 10,0%. Були відібрані діти, з якими проводиться психологічна корекційна робота.

Результати досліджень дають підстави для таких висновків:

- В умовах ситуації тестування, метою якого є перевірка готовності дитини до школи, рівень тривожності дітей підвищується. Це відбувається через те, що дитина усвідомлює значущість соціальної цінності статусу школяра, який є життєво необхідним для гомеостазу особистості, для почуття власної гідності і самоповаги та належності дошкільної групи. При цьому відбувається «гальмування» рефлексивної здатності свідомості, оскільки емоційна складова «образу Я» «перекриває» когнітивну.

- Тривожність на межі «невротичної тривоги» включає витіснення (дисоціацію) та інші прояви інтрапсихічного конфлікту, тому дитина починає стримувати свої дії або звужувати поле власної свідомості за допомогою різноманітних психологічних механізмів.

- Важливим джерелом виникнення високих і помірно високих показників невротичної тривоги є взаємини дитини з батьками, особливо з матір'ю, що підтверджується результатами тест –опитувальника. Взаємини, які включають прагнення матері інфантилізувати дитину, приписати їй особистісну і соціальну неспроможність, непристосованість - зумовлюють незадоволення батьків і їх нарікання на те, що дитина неуспішна і невправна. Таке оцінне ставлення матері спричиняє розвиток у дитини схильності до невротичної тривоги, коли дошкільник не може реалістично сприймати ставлення до нього оточуючих.

- Оскільки невротична тривога супроводжує процес діяльності дитини, то це, звичайно, стоїть на заваді реалізації творчих здібностей зростаючої особистості. Захист власного «Я», гомеостазу особистості відбувається через конфлікт і боротьбу з батьками – у вигляді таких форм поведінки, як негативізм (активний чи пасивний), підвищена конфліктність, агресивність, гіперактивність.

- Батьки, які високо оцінюють інтелектуальні і творчі здібності дитини, пишаються, поважають і приймають самоцінність власної дитини, заохочують до самостійності, намагаються бути з нею на рівних, виявляють довіру. Такі діти, окрім високих показників інтелектуального розвитку, психічних функцій та рівня підготовки до школи, виявили помірно низькі показники оптимальної тривожності. Коли стосунки матері і дитини такі «ненадійні», дитина не відчуває довіри до світу, а це негативно впливає на її розвиток: пригнічується пізнавальна активність (низькі показники розвитку інтелекту і психічних функцій), знижується самооцінка, спостерігається відсторонення від оточуючих. Про таких дітей можна сказати, що вже в

такому віці у них виявляються окремі ознаки аутизму, тобто порушення контактів, уникання дійсності, заглиблення у світ власних переживань. Таким дітям властива повна відчуженість, безініціативність, низькі показники тривожності.

- Поведінкові наслідки ідентифікації дитини як школяра, члена шкільного класу приводять до її підтримання та посилення тільки в тих випадках, коли вони адаптивні і позитивно підкріплюються самою особистістю та значущим оточенням. Якщо цього не відбувається, можна говорити про дезадаптивну (неуспішну, негативну) соціальну ідентифікацію.

- В умовах переживань дітьми негативного оцінного ставлення з боку дорослих регулятивна функція самооцінки порушується, внаслідок чого в них виникає схильність до прояву тривожності і гальмується активність як суб'єктів діяльності та спілкування, спостерігаються прояви депривації.

Різні форми ігрової терапії, терапії образами, арт-терапії допомагають дитині пережити свої пригнічені почуття. Приміром, казкотерапія дає можливість дітям ідентифікувати себе з героями казок і разом з ними пережити важкі емоції, внутрішньо-особистісні конфлікти й успішно розв'язати їх. Відповідно до віку діти одержують у доступній формі психологічні знання, що дозволяють упоратися з почуттям самотності, неповноцінності, невпевненості в собі, з переживаннями провини, сорому[5]. Доброзичливе і розуміюче спілкування, ігри, малювання, прослуховування й обговорення казок, рухливі вправи, музика, а найголовніше – увага до дитини – допомагають їй прийняти себе та світ, що її оточує.

Л і т е р а т у р а

1. Баранова Э.А. Введение в детскую психологию: Курс лекций. Учеб.пособие / Сост. Э.А. Баранова. – Санкт-Петербург: Речь, 2006.
2. Дуткевич Т.В. Дошкільна психологія. – Київ: Центр учбової літератури, 2007.
3. Карпенко Н.В. Дитячі страхи. Психологія їх подолання. - Київ: Главник, 2007.
4. Психология человека от рождения до смерти. Психологический атлас человека / под. ред. А.А.Реана. - Москва: АСТ; Санкт-Петербург: пройм-ЕВРОЗНАК, 2010.
5. Практична психологія. Старший дошкільний вік / Упоряд. О. А. Атемасова. – Харків: Вид-во «Ранок», 2010.
6. Проблеми розвитку та корекція емоційної сфери старших дошкільників / Упоряд. О. А. Атемасова. – Харків: Вид-во «Ранок», 2010.

G. Khomych, N. Vasko. The study in emotional disorders in childhood.

The article discusses the problem of emotional disorders in childhood: the analysis of theoretical aspects of emotional disorders as a psychological phenomenon, the results of empirical research, offer recommendations to parents, educators and psychologists about practical prevention and correction of emotional disorders in preschoolers.

Key words: *preschool age, emotions, emotional disturbances, anxiety, fear, aggression.*