

УДК [37.018.1+373.5].015.31:159.94

О. І. Маляр

## ПСИХОЛОГІЧНИЙ ВПЛИВ СІМ'Ї ТА ШКОЛИ НА РОЗВИТОК ДОВІЛЬНОСТІ ЕМОЦІЙНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

*У статті здійснено теоретичний аналіз проблеми впливу сім'ї та школи на розвиток довільності емоційної регуляції у молодших школярів. Проведено емпіричне дослідження з визначення ролі сім'ї та школи у формуванні довільності емоційної сфери учнів початкових класів.*

*Ключові слова:* довільність емоційної регуляції, молодший школяр, сім'я, школа.

**Постановка проблеми.** Сучасна сім'я та школа як і суспільство, загалом, зазнали значних соціально-економічних змін. Вони з різних причин недостатньо виконують свою виховну функцію. Зростає зайнятість батьків, які переважну частину доби перебувають на роботі, щоб матеріально забезпечити своїх дітей. У школі учителі більше приділяють уваги навчальному процесу, ніж виховному. Вони вважають, що головним, для нормального розвитку молодшого школяра - є успішне навчання та матеріальна забезпеченість дитини. Насправді, головне, для нормального психічного розвитку дитини молодшого шкільного віку – це емоційно-позитивне міжособистісне спілкування як з дорослими (батьки та учителі), так і однолітками. Слід зазначити, що емоції - є складником регулятивної функції психіки. Вони здійснюють випереджувальне відображення дійсності – оцінюють біологічний смисл навколишніх предметів і явищ – їх відповідність потребам і слугують засобом регуляції взаємовідношень організму та середовища. Емоційна-вольова сфера дітей, закладається безпосередньо в сім'ї, тому, основними чинниками їх розвитку є взаємини, що складаються у сім'ї та школі.

Актуальність зазначеної проблеми підсилюється ще й недостатністю сучасних ґрунтовних досліджень, що стосуються чинників, які впливають на розвиток довільності емоційної регуляції у дітей молодшого шкільного віку. Серед науковців, які займалися цією проблемою Божович Л.І., С. Мегер, Мерлін В.С., Ханзікер Дж., Фюнделін Дж.М. та ін.

**Метою** нашої статті є теоретичний аналіз проблеми розвитку довільності емоційної регуляції дітей у сім'ї і школі та діагностика

взаємостосунків молодшого школяра з батьками, вчителем та однолітками.

**Аналіз останніх наукових досліджень** Відомо, що з моменту народження, основним середовищем життєдіяльності дитини - є сім'я. Тому, до основних чинників розвитку довільності емоційної регуляції дитини ми відносимо, передусім, типи внутрішньо сімейних стосунків. Такі, дослідники як М. І. Лісіна, Є. Б. Насонова, І. А. Дудик підкреслюють, що любов, турбота, увага з боку батьків є для дитини необхідним, своєрідним, життєво важливим стимулятором, що дає їй відчуття захищеності, забезпечує емоційну рівновагу та підвищує самооцінку [7, 220].

Особливо важливими, для розвитку емоцій дитини, є дві пари ознак, які визначають поведінку батьків: прийняття – неприйняття, що задають емоційний тон стосунків, і терпимість – стримування, що визначають переважаючий у сім'ї тип контролю і дисципліни. У першому випадку, основними засобами виховання - є увага та заохочення; батьки орієнтовані на виокремлення позитивних якостей дитини, задоволенні спілкуванням з нею. У другому випадку, основним засобом виховання - є суворість і покарання; батьки не сприймають своїх дітей, виокремлюють у них тільки негативні риси, не отримують задоволення від спілкування з ними, часом виявляють ворожість.

Дитина яка позбавлена любові, має менше можливостей для досягнення самоповаги, створення стійкого позитивного "Я-образу", побудови теплих стосунків з оточуючими людьми та позитивних проявів емоцій. Недоброзичливість або неухважність, жорстоке ставлення батьків спричиняє та закріплює емоційні негативні поведінкові прояви дитини.

Дж. М. Фюнделін, С. Мегер і Дж. Ханзікер, (Fuendeling J. M., Magar C. & Hunziker J.) вивчали уміння дитини наслідувати поведінку, пов'язану з регулювання батьками власних емоцій. Дослідники виявили, що у тривожних та амбівалентних батьків діти переживають негативні емоції, що спричиняє розвиток у них неконтрольованої поведінки. У дітей розвиваються такі риси як ворожість, агресивність, тривожність, конфліктність. Діти, у сім'ї яких батьки стримані та приховують або не виражають емоцій, переживають негативні емоції; у них розвивається неадекватна емоційна регуляція. Такі діти уникають стосунків з

оточуючими, намагаються не проявляти емоцій, безініціативні. Поєднання тривожного та замкнутого типу сімейного виховання може викликати дерегуляцію емоційної сфери та неадекватну, адеквативну поведінку дітей молодшого шкільного віку [8, 8].

Найбільшою мірою шкодять розвитку довільності емоцій дитини непослідовні, змішані типи виховання, неузгодженість і суперечливість установок батьків на процес виховання, оскільки, постійна передбачуваність реакцій батьків позбавляє дитину відчуття стабільності оточуючого світу, породжуючи в неї неадекватні прояви емоційних реакцій.

На думку Дж. Боулбі, А. Джерсальда, Р. Дрейкуса, А. Фрейда, Р. Шпітца для гармонійного розвитку дитини, передусім, довільності її емоційної сфери, необхідні позитивні стосунки з батьками, які розвивають у дитини прояви адекватних емоцій, уміння їх контролювати, сильні вольові якості. Це сприяє становленню адаптивної поведінки та комфортному існуванню в оточуючому середовищі. Разом з тим, негативний досвід спілкування може становити загрозу для психічного здоров'я дитини, її емоційного благополуччя [4, 67].

Так, Н. Ю. Максимова, В. М. Піскун стверджують, що незадоволеність сімейним життям одного із батьків негативно впливає на розвиток довільної емоційної регуляції молодшого школяра [2, 59].

У системі виховання дитини сім'я відіграє одну із головних ролей: забезпечує матеріальні й психолого-педагогічні умови для фізичного, емоційного, духовного, морального розвитку особистості.

Розвиток молодшого школяра залежить від того, наскільки уважно ставляться батьки та вчителі до емоційного фону шкільного життя учня. В цей період у нього розкриваються потенційні можливості та формується уміння контролювати емоційні прояви. У процесі навчання школяр засвоює не тільки інформацію, а й емоційно-оціночне ставлення до нього вчителя. Зі вступом до школи змінюється статус дитини, у неї з'являються перші відповідальні обов'язки пов'язані з навчанням, взаємодією з учителем, однокласниками та батьками на основі нової соціально значущої діяльності [5, 80].

Правильні реакції дорослого, спрямовані на розв'язання навчальних проблем дитини, є важливим стимулом для успішного навчання та

формування довільності емоцій дитини. Позитивні взаєностосунки школяра-початківця з першим учителем розвивають у нього довіру до оточуючих, успішну мотивацію до навчання та дружні стосунки з однолітками. Можна сказати, що перший учитель – це доля учня. На думку В. О. Сухомлинського вчитель – це людина, яка любить дітей, знаходить радість у спілкуванні з ними [6, 90-91].

На думку Л. І. Божович, для зміцнення емоційного позитивного ставлення учнів до школи слід приділити увагу індивідуальним можливостям та відмінностям, пам'ятаючи, що серед них є впевненість і невпевненість у своїх силах, що є діти, які намагаються проявляти активність, демонструючи цим ставлення до школи і вчителя, але є такі, які прагнуть бути непоміченими у класі, чітко не виражають своє ставлення до школи [1, 153-159].

При вихованні емоцій та волі батькам слід враховувати вікові та індивідуальні зміни в розвитку дітей, надавати їм більше самостійності. У школяра інтенсивно розвиваються пов'язані з волею пізнавальні процеси, довільність уваги та запам'ятовування, активність мислення та уяви. Молодший школяр не повністю усвідомлює значення власних вольових зусиль у навчальній діяльності, тому, від учителя вимагається добре продумана робота на уроці, яка забезпечує виховання волі у дітей. У процесі роботи над шкільними та домашніми завданнями розвивається організованість, самостійність, самоконтроль та інші вольові якості школяра. Дуже важливо для успішності виховання волі дозування навчальних завдань, щоб складність наростала поступово, забезпечуючи почуття успіху. У першокласників вольові зусилля короткочасні; учні 3-4 класів можуть виконувати не цікаву роботу протягом уроку. У всіх випадках вчителям потрібно створювати умови для почуття успіху та похвали за зусилля [3, 304].

Отже, проблема розгляду сім'ї та школи, як основних чинників розвитку довільності емоційної регуляції у молодших школярів, продовжує залишатися актуальною та значущою як в теоретичних, так і практичних аспектах дослідження. Особливо значущими, у цьому аспекті, є взаєностосунки батьків та учителів з дитиною, її ставлення до дорослих та особливості навчання у школі.

**Методика й організація дослідження.** З метою практичного дослідження проблеми розвитку довільності емоційної регуляції молодший школярів у сім'ї та школі, нами було проведено емпіричне дослідження, в якому взяли участь 203 учні початкових шкіл у м. Немирів та смт Вороновиці, Вінницької області.

У процесі дослідження, нами були застосовані проєктивні методики "Школа тварин" та "Малюнок сім'ї". Методика "Школа тварин" призначена для визначення взаєностосунків дитини з учителем та однолітками, а також дає змогу оцінити психічний та емоційний стан молодшого школяра. Методика "Малюнок сім'ї" спрямована на оцінку внутрішньо сімейних стосунків, переживань, сприйняття дитиною свого місця у сім'ї, відношення дитини до сім'ї в цілому і до окремих членів сім'ї.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Результати проведеного дослідження показали, що у дітей молодшого шкільного віку, з одного боку, спостерігається низький рівень прояву негативних емоцій, які пов'язані з конкуренцією у навчанні, а з іншого невміння адекватно проявляти свої емоції.

Аналіз результатів дослідження за проєктивною методикою "Школа тварин" показав, що "позитивні емоції" у навчанні виявляє 51% учнів; мотивовані до навчання 53% дітей; 44% досліджуваних, психологічний клімат навчальної діяльності, сприймають як позитивний. В цілому, це свідчить про достатньо адекватний розвиток довільної емоційної регуляції у значної кількості молодших школярів та їх зацікавленість навчальним процесом. Також, достатньо позитивними є взаєностосунки цих учнів з однолітками та учителями. Спостерігається об'єктивний рівень оцінювання дітьми власної успішності у 3 класах та переважання емоційного фону оцінки результатів навчальної діяльності, пов'язаного із заохоченням та похвалою в учнів 1-2 класів. Це виявляється, відповідно, у високому та середньому рівні мотивації до навчання та виконання навчальних завдань молодшими школярами. Також, виявлений позитивний емоційний зв'язок у взаєностосунках дитини з учителем та однокласниками, що впливає на цілеспрямованість, дисциплінованість та організованість у поведінці учнів початкової школи.

Також, за методикою "Школа тварин" "негативні емоції" у навчальній

діяльності мають 46% респондентів; "конфліктні стосунки з однолітками" виявляють 28% учнів; "конфлікт з учителем" мають 14% досліджуваних. Такі результати характеризують низький рівень адаптації до шкільного життя цих учнів, що може спричинити неадекватний та негативний розвиток довільності їх емоційної регуляції. Звертає на себе увагу те, що майже половина досліджуваних показала негативний чи суперечливий емоційний фон навчальної діяльності молодших школярів, що вимагає ґрунтовної профілактичної та корекційної роботи з досліджуваними.

Отже, показники проективної методики "Школа тварин" дозволяють оцінити ставлення дитини до навчального процесу, визначити емоційний фон та рівень емоційного розвитку особистості молодшого школяра та особливостей емоційної взаємодії в системі "учитель-учень".

Для вивчення мікроклімату в оточенні у дітей молодшого шкільного віку, ми використовували проективний тест "Малюнок сім'ї". За результатами проведеного дослідження, сприятливу сімейну атмосферу мають 34% досліджуваних, що свідчить про взаєморозуміння між членами їх сім'ї та позитивну емоційну взаємодію між дитиною та дорослими. Сім'я з позитивним психологічним кліматом сприяє розвитку довільності емоційної регуляції у дітей, що сприяє їх адаптації у оточуючому середовищі. У молодшому шкільному віці повинна розвиватися довільна регуляція емоцій, а негативним фактором розвитку може бути розвиток тривожності. За отриманими результатами, 61% учнів з вибірки мають високий та вище середнього рівень тривожності. Ці діти виховуються у сім'ях з авторитарним стилем виховання, жорсткими вимогами до дитини, або ж у сім'ях, де проявляються амбівалентні почуття та емоції у спілкування з дітьми. Також, у тривожних батьків, а особливо тривожної матері, діти виховуються у атмосфері постійної тривоги.

Також, 42% учнів початкових класів характеризуються високим рівнем конфліктності стосунків, що свідчить про постійні конфлікти, лайки у родині. У конфліктних батьків, діти не уміють стримувати емоції: вони, як правило, збудливі, агресивні, конфліктні з однолітками та іншими дітьми.

Почуття неповноцінності у сім'ї мають 24% досліджуваних. Помилковий стиль батьківської взаємодії з дитиною спричиняє розвиток низького рівня довільної регуляції та нестриманість емоцій у стосунках з батьками. Неefективна система заохочення та покарання може розвивати

у дитини тривогу та підсилювати дитячі страхи, що може сформувати неадекватну чи негативну довільну емоційну регуляцію у молодших школярів.

За отриманими даними, 15% досліджуваних вказують на ворожість у сім'ї. Наявність ворожості може спричинити розвиток невпевненості, відчуття відторгненості та негативні зміни у поведінці дитини.

Отже, вивчення особливостей довільної емоційної регуляції за шкалами "тривожності", "конфліктності у сім'ї", "почуття неповноцінності" та "ворожості" дають можливість оцінити проблеми у сфері сімейних взаємостосунків та негативні зміни у поведінці дитини, викликані неадекватним розвитком довільності її емоційної сфери. Показники за проективною методикою "Малюнок сім'ї" відображають систему складних стереотипів сімейних стосунків, що формують світогляд та впливають на особистісний розвиток молодшого школяра.

Аналізуючи отримані результати за проведеними методиками з дітьми початкової школи, ми виявили, що важливими чинниками розвитку довільності їх емоційної регуляції, є школа та сім'я. Формування позитивного, адекватного контролю емоцій та розвитку довільної сфери у молодшого школяра тісно пов'язані із взаємостосунками учнів з батьками, вчителями та класним колективом. За отриманими результатами нашого дослідження, спостерігається певна тенденція до виражених тривожних та конфліктних взаємостосунків у сім'ї. Це свідчить про завищені вимоги та низький рівень позитивного емоційного спілкування батьків з дітьми, що спричиняє негативний розвиток довільності емоційної регуляції у молодшому шкільному віці. Також, виявлено негативне ставлення дітей до своїх однолітків та друзів, що свідчить про конкуренцію та невміння контролювати емоції стосовно життя учнівського колективу. Саме тому, потрібно створити та впровадити в освітню практику програму позитивного розвитку довільності емоційної регуляції у молодших школярів, необхідну для контролю емоційних проявів, успішного навчання та взаємостосунків з однолітками і дорослими у дітей молодшого шкільного віку. В подальшому ми плануємо проведення спеціальної розвивально-корекційної роботи, спрямованої на покращення взаємостосунків дітей з членами родини та з класним колективом.

### *Література*

1. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. – Москва: Просвещение, 1968.
2. Максимова Н.Ю. Влияние эмоционального фона супружеских отношений родителей на развитие личности ребёнка / Максимова Н.Ю., Пискун В.М. // Сборник научно-методических материалов Всесоюзного симпозиума. Ч. 2. / [под общей ред. А. Я. Чебыкина]. – Москва: Академия наук СССР, 1990.
3. Мерлин В.С. Очерки теории темперамента. – Москва: "Просвещение", 1964.
4. Миколайчук М. Школа виховання гармонійної особистості. Системний підхід // Практична психологія та соціальна робота. – Київ: "Атопол", 2009. – № 2. (Науково-практичний освітньо-методичний журнал).
5. Немов Р.С. Психология: Учеб. [для студ. вишех пед. учеб. завед.]. – 4-е изд. - Москва: Гуманит. издат. Центр ВЛАДОС, 2003. (В 3 книгах. Кн. 2. Психология образования).
6. Робота психолога з педколективом / [упорядкув., Т. Гончаренко]. – Київ: "Шкільний світ", 2006.
7. Славина Н.С. Вплив особливостей сімейних відносин на емоційну сферу дитини // Наукові записки Інституту психології імені Г.С. Костюка. АПН України / [за ред.. акад. С. Д. Максименка]. – Вип. 27. – Київ: Міленіум, 2006.
8. Lynne M. Kostiuk and Gregory T. Fouts. Understanding of Emotions and Emotion Regulation in Adolescent Females with Conduct Problems: A Qualitative Analysis. – The Qualitative Report, Volume 7, Number 1 March, 2002.

**O. Malyar. Psychological influence of the family and school on the development of the arbitrariness emotionality regulation of junior school children.**

*In the article it has been carried out the theoretical analysis of the problem of influence of family and school on the development of the arbitrariness emotionality regulation of younger school children. It has been conducted the empirical research to determine the importance of the role of family and school in the formation of junior school children's emotional sphere.*

**Key words:** *arbitrariness emotional regulation, younger school children, family, school.*