

Міністерство освіти і науки України
Чорноморський національний університет імені Петра Могили
Медичний інститут

Кафедра психології

«ДОПУЩЕНО ДО ЗАХИСТУ»
завідувачка кафедри психології
_____Ірина ЛИСЕНКОВА
« 01 » червня 2022 р.

УДК 159.942-053.2:37

ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ДІТЕЙ НА ГОТОВНІСТЬ ДО ШКОЛИ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ COVID-19

Кваліфікаційна робота бакалавра
за освітньо-професійною програмою «Психологія»
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
галузь знань 05 - Соціальні та поведінкові науки
спеціальність 053 «Психологія»

Виконав:
студент 465 групи
ФОМІН Айзек Олександрович

Науковий керівник:
кандидат психологічних наук,
в.о. доцента б.в.з.
ГУСАК Вікторія Михайлівна

Миколаїв – 2022

Міністерство освіти і науки України
Чорноморський національний університет імені Петра Могили
Медичний інститут

Кафедра психології

Освітній рівень – бакалавр

Галузь знань: 05 – Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність: 053 «Психологія»

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
завідувачка кафедри психології

_____Ірина ЛИСЕНКОВА

« 03 » червня 2022 р.

ЗАВДАННЯ
НА ВИКОНАННЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ БАКАЛАВРА

Студенту **ФОМІНУ Айзеку Олександровичу**.

1. Тема роботи: «Вплив емоційного стану дітей на готовність до школи в умовах пандемії COVID-19» затверджена наказом ЧНУ імені Петра Могили № _____ від «_____» _____ 20__ року.

2. Об'єкт дослідження – емоційний стан дітей старшого дошкільного віку.

3. Предмет дослідження – психологічні особливості впливу емоційного стану дітей на готовність до школи в умовах пандемії COVID-19.

4. Завдання дослідження:

1) проаналізувати психологічні підходи до вивчення емоційного стану дітей та їх готовності до школи;

2) розкрити сутність взаємозв'язку емоційного стану дітей старшого дошкільного віку та їх готовності до школи в умовах пандемії COVID-19;

3) емпірично вивчити емоційний стан дітей та його вплив на рівень їх готовності до школи в умовах пандемії;

4) розробити психологічні рекомендації щодо оптимізації емоційного стану дошкільнят.

5. Науковий керівник роботи.

ПІБ та посада керівника	Завдання видано (дата, підпис)	Завдання виконано (дата, підпис)
ГУСАК Вікторія Михайлівна кандидат психологічних наук, в.о. доцента б.в.з.	25 вересня 2021 року	25 травня 2022 року

6. КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи бакалавра (КРБ)	Строк виконання етапів роботи
1	Погодження керівником змісту КРБ	11 жовтня 2021 р.
2	Пошук, добір та опрацювання літературних джерел з проблематики дослідження	30 листопада 2021 р.
3	Робота над підготовкою тексту КРБ	
3.1	Розділ 1. Теоретичні аспекти дослідження проблеми впливу емоційного стану дітей на готовність до школи в умовах пандемії COVID-19	20 грудня 2021 р.
3.2	Розділ 2. Емпіричне дослідження впливу пандемії COVID-19 на емоційний стан дошкільників та їх готовність до школи	25 квітня 2022 р.
4	Висновки	16 травня 2022 р.
5	Захист КРБ на кафедрі (попередній захист)	01 червня 2022р.
6	Захист КРБ перед Екзаменаційною комісією	22 червня 2022 р.

Студент _____ Айзек ФОМІН

Науковий керівник _____ Вікторія ГУСАК

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ВПЛИВУ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ДІТЕЙ НА ГОТОВНІСТЬ ДО ШКОЛИ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ COVID-19	
1.1. Психологічні підходи до вивчення емоційного стану дошкільників	7
1.2. Аналіз актуальних досліджень щодо впливу коронавірусної хвороби на готовність дітей до школи.....	22
1.3. Взаємозв'язок емоційного стану дітей та їх готовності до школи в умовах пандемії.....	32
Висновки до першого розділу.....	44
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ПАНДЕМІЇ COVID- 19 НА ЕМОЦІЙНИЙ СТАН ДОШКІЛЬНИКІВ ТА ЇХ ГОТОВНІСТЬ ДО ШКОЛИ	
2.1. Методичне забезпечення організації дослідження.....	47
2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження.....	52
2.3. Психологічні рекомендації щодо оптимізації емоційного стану дошкільнят.....	62
Висновки до другого розділу.....	70
ВИСНОВКИ	72
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	75
ДОДАТКИ.....	81

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасні умови життя в Україні характеризуються кардинальними змінами в економіці, соціальному становищі та освіті. Суспільство висунуло нові вимоги до розвитку особистості, особливо її афективної сфери – формування ініціативи, сміливості, здатності самостійно приймати рішення, швидкого пристосування до різних умов. Специфічні проблеми розвитку афективної сфери дітей актуальні як теоретично, так і практично. Розкриття психологічних механізмів, що визначають розвиток емоційної сфери, ускладнюється багатьма факторами. Серед них загальні поняття про природу емоцій, їх інтегрованість, динамізм, амбівалентність тощо, що не визначають теоретичної чіткості. У той же час шляхом порівняльного аналізу різноманітних досліджень можна виявити несприятливі тенденції розвитку сучасної дитини.

Пандемія COVID-19 є важким випробуванням не лише для українського суспільства, а й для всього людства. Під час карантину життя починається в абсолютно новому середовищі. Зміни відбуваються як на індивідуально-психологічному рівні, так і на макросоціальному рівні. У контексті катаклізмів і глобальних зрушень інколи важко пояснити поведінку людини, яка, за аналогією, тепер перетворилася з «*homo sapiens*» на «*homo sedens*». Не є винятком і дошкільна освіта та готовність дошкільнят до нового етапу у їхньому житті. За даними моніторингу ЮНЕСКО, понад 160 країн закрили навчальні заклади по всій країні в перші дні пандемії COVID-19, що негативно вплинуло на освіту значної частини населення світу.

Батьків хвилює зростання відповідальності за майбутнє своїх дітей, успішність у навчанні, розумовий та інтелектуальний розвиток, невміння правильно організувати дистанційне навчання. Особливістю програм підготовки дітей до школи, які нині впроваджуються в дошкільних закладах, є те, що вони не повністю охоплюють зміни в особистісній сфері, у тому числі емоційні. Емоційна сфера дорослих і дітей є запорукою успіху в школі,

соціалізації та інклюзії. У цьому віці не втрачається притаманна дитині безпосередність емоційного вираження, але водночас щільна сформованість емоційної сфери, вміння виражати свої почуття, підкорятися вимогам і правилам. У той же час недостатня визначення впливу різних психосоціальних факторів на розвиток емоційних сфер дітей значно ускладнює процес пошуку засобів запобігання та корекції несприятливих подій у них.

Вступ до школи – це переломний момент у житті дитини. Це пов'язано з новим типом ставлення до оточення – однолітками та дорослими, новим видом первинної діяльності – навчанням, а не грою. У житті дитини змінюється все: відповідальність, обставини, місце навчання. Це «кризовий період» у житті дитини, і ця «криза» проявляється в тому, що дитина повинна задовольняти свої ігрові потреби виховним шляхом.

Особливості емоційної сфери особистості досліджували вітчизняні та зарубіжні психологи (С. Ламберт, В. Меннігер, А. Ребер, В.О. Сухарев, О.Я. Чебикін і ін.), психофізіологи (П.В. Симонов, П. Фресс, та ін.), педагоги (С.В. Родіна, Т. С. Сваренко та ін.). Психологічні закономірності емоційного розвитку дітей дошкільного віку вивчали Л.І. Божович, О.В. Запорожець, О.Л. Кононко, В.К. Котирло, проте недостатньо вивченими залишаються практичні сторони формування оптимального емоційного стану у дітей дошкільного віку під час кризового явища, а саме під час пандемії COVID-19, розроблення програм його розвитку та корекції.

Об'єкт – емоційний стан дітей старшого дошкільного віку.

Предмет – психологічні особливості впливу емоційного стану дітей на готовність до школи в умовах пандемії COVID-19.

Мета роботи – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості впливу емоційного стану дітей на готовність до школи в умовах пандемії COVID-19.

Відповідно до мети були визначені **завдання дослідження**:

1) проаналізувати психологічні підходи до вивчення емоційного стану дітей та їх готовності до школи;

- 2) розкрити сутність взаємозв'язку емоційного стану дітей старшого дошкільного віку та їх готовності до школи в умовах пандемії COVID-19;
- 3) емпірично вивчити емоційний стан дітей та його вплив на рівень їх готовності до школи в умовах пандемії;
- 4) розробити психологічні рекомендації щодо оптимізації емоційного стану дошкільнят.

Методи дослідження. Для досягнення мети та вирішення поставлених завдань обрано такі методи дослідження: теоретичні (теоретико-методологічний аналіз, класифікація та систематизація наукових джерел, порівняння та узагальнення даних теоретичних та експериментальних досліджень), емпіричні (тестування, бесіда, констатувальний експеримент), методи обробки даних (узагальнення та систематизація якісних і кількісних даних емпіричного дослідження); методи математичної статистики (кореляційний аналіз К. Пірсона, оцінка розбіжності експериментальних даних за допомогою t-критерію Стьюдента) за допомогою програм Excel та SPSS 17.0.

Психодіагностичний комплекс склали: методика «Визначення рівня агресивності у дошкільника» (Г.П. Лаврентьєва, Т.М. Титаренко), методика-гра «Абетка настрою», методика «Тривожність» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен) та методика «Емоційна ідентифікація» (О. Ізотова).

Експериментальна база дослідження. Дослідницько-експериментальна робота виконувалась на базі ДНЗ № 48 м. Миколаєва. Вибірку дослідження склали 30 осіб віком від 4 до 6 років.

Апробація результатів дослідження. Основні положення та результати роботи доповідались та обговорювались на Всеукраїнській науково-методичній конференції: «Могилянські читання – 2021: Досвід та тенденції розвитку суспільства в Україні: глобальний, національний та регіональний аспекти» (Миколаїв, 2021). Основні результати дослідження відображено у тезах, які опубліковано у збірнику матеріалів конференції.

Теоретична та практична значущість. Результати проведеного дослідження можуть бути використані в системі професійної підготовки майбутніх психологів під час проведення виробничої практики та для розробки

робочих програм та навчально-методичної літератури з дисциплін «Психологія особистості», «Вікова психологія», «Диференційна психологія» та «Кризова психологія».

Розроблені рекомендації відповідно зазначеної теми роботи стануть у нагоді спеціалістам психологічних служб, медичних закладів і можуть бути впроваджені при консультативній і психокорекційній роботі з проблематикою особливостей впливу емоційного стану дітей на готовність до школи в умовах пандемії COVID-19.

Структура роботи складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг бакалаврської роботи становить 94 сторінок, основний зміст викладено на 74 сторінках. Робота містить 3 таблиці, 6 рисунків та 6 додатків. Список використаних джерел складає 77 праць українських та зарубіжних авторів, з них 26 – англomовні.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ВПЛИВУ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ДІТЕЙ НА ГОТОВНІСТЬ ДО ШКОЛИ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ COVID-19

1.1. Психологічні підходи до вивчення емоційного стану дошкільників

Емоції відіграють надзвичайну роль у житті людини. Останні дослідження американських вчених показали, що навіть розумові здібності людини не настільки важливі, як рівень її емоційного розвитку. Люди, які вміють контролювати свої емоції, добре знають, що відчувають інші, і вони мають здатність діяти відповідно до так званих неписаних законів, щоб досягти успіху в особистому та громадському житті. Зрештою, люди з розвиненою емоційною сферою краще вибудовують стосунки з іншими, швидко знаходять шляхи виходу з неприємностей і вміють більш цілеспрямовано керувати своїми емоціями.

Це відоме як емоційний інтелект, термін, введений Д. Гоулманом з високою швидкістю емоційного розвитку. Це поняття включає такі фактори, як здатність розуміти свої емоції та керувати ними, цілеспрямованість, емпатія та здатність допомагати людям будувати стосунки [5].

Емоції – це особливий клас психічних процесів і станів, пов'язаних з інстинктами, потребами і спонуканнями, що відображають значення предметів, явищ і ситуацій, що впливають на індивіда у формі безпосереднього переживання (щастя, радість, страх тощо) [15]. Процес життєдіяльності.

Почуття – стійке емоційне ставлення людини до навколишніх явищ реального світу, що відображає важливість цих явищ у відношенні її потреб і мотивацій; вищий продукт розвитку емоційних процесів у соціальних умовах [5].

У людей головна функція емоцій полягає в тому, що ми можемо краще розуміти один одного за допомогою емоцій, ми можемо судити про стан один одного, не використовуючи мови, і можемо краще координувати спільну діяльність і спілкування. Наприклад, варто зазначити, що люди з різним культурним походженням здатні точно сприймати та оцінювати вирази людських облич, щоб визначити емоційні стани, такі як радість, гнів, смуток, страх, огида, здивування тощо.

Нещодавні дослідження показали, що у дошкільнят знижений емоційний інтелект, здатність співчувати й радіти іншим, збільшується кількість дітей із тривогою та страхом, емоційна нечутливість, неадекватне вираження особистих емоцій та почуттів, слабка емоційна саморегуляція. Важливо, що сьогоденні порушення настрою у дітей дошкільного віку виникають у більш ранні терміни [67, с. 197-215].

Вчені задавали питання про природу емоційної сфери людини, такі як Л. Божович, Л. Виготський, Д. Ельконін, О. Запорожець, Г. Кошелева, А. Леонт'єв, В. Мухіна, Я. Неверович, О. Орлов, С. Рубінштейн, Ю. Гіппенрейтер, Дж. Мейер, П. Селовей, Д. Карузо, К. Ізард, Е.Еріксон, та ін.

У науковій літературі використовуються поняття «емоції», «емоційні домени» та відносно нове поняття «емоційний інтелект». Розглянемо їх особливості та взаємозв'язки.

«Емоції (від лат. *emergere* – хвилювати, хвилювати) – окремий клас психічних процесів і станів (людини й тварини), пов'язаних із інстинктами, потребами, спонуканнями, відображеними у вигляді безпосередніх переживань, що мають суб'єктивне значення для його життя, дій щодо індивідуальні явища та ситуації... один з основних механізмів внутрішньої регуляції психічної діяльності та поведінки» [48, с. 287-288]. Найпростіша форма емоційних явищ, вроджене переживання щастя чи нещастя, що супроводжує значущі почуття і активізує людину або змушує уникати подразників, називається емоційним тоном [43, с. 109-110].

Таким чином, емоції виникають у різних формах (можуть бути позитивними або негативними); через свідомість (можуть бути усвідомленими, частково усвідомленими, несвідомими); глибокий або поверхневий досвід; тривалий і короткий. Емоції поділяються на слабкі та вузькі: перша має негативний емоційний тон і може бути придушена, а друга забарвлена в позитивний тон і може бути мобілізована. Представлення емоційного змісту дає змогу визначити естетичні, інтелектуальні та моральні емоції.

У багатьох дослідженнях вчених С.Л. Рубінштейна та П.М. Якобсона існують два способи розуміння емоцій, а саме «емоція» і «почуття» як синоніми з однаковим значенням. Між тим, в інших джерелах емоції, почуття та переживання вважаються різними за змістом [50, с. 142-147]. Розуміння настроїв також ускладнюється двозначною манерою, в якій автори розкривають свій зміст.

Складність ідентифікації емоцій також пов'язана з тим, що їх ознаки можна розглядати як властивості розуму, процесів, психічних станів [36]. Виходячи зі змісту розглянутих характеристик, обраних для визначення природи емоцій як атрибутів, їх можна розглядати як психологічно складні явища, пов'язані з різними атрибутами і процесами, що характеризують суб'єктивні установки, виражені в конкретній оцінці. Емоції тісно пов'язані з іншими характеристиками психіки, що характеризуються відсутністю чітких уявлень, що призвело до їх видоутворення.

Діти живуть у трьох основних сферах – фізичній, емоційній та психологічній. Саме в них вона проявляється в житті: фізично – через дії, вчинки, емоційно – щирі вислови, бажання, в психіці – думки, судження. Таким чином, процес виховання і навчання одночасно охоплює всі вибрані сторони розвитку особистості. Як справедливо зазначають Л.С. Виготський та А.В. Запорожець, лише злагоджене функціонування емоційно-психологічної систем, їх єдність можуть забезпечити успішне здійснення будь-якої форми діяльності. Саме про це писав К.Є. Ізард: «Емоції стимулюють і організують сприйняття, мислення та дії» [1].

Дошкільний вік характеризується швидким розвитком емоційної сфери, що має величезний вплив на особистісний розвиток дитини, на оволодіння нею різними видами діяльності. Емоційний розвиток у дітей дошкільного віку стає комплексним і набуває раціональних диспозицій [73, с. 381-382]. У дітей дошкільного віку починається формування особистості, причому цей процес тісно пов'язаний з розвитком афективної сфери, формуванням інтересів і мотивації поведінки, що визначається соціальним середовищем, особливо характерним для цього етапу розвиваючі стосунки з дорослими.

О. Запорожець наголошував на важливості вивчення сфери афекту, особливо афективних установок дітей дошкільного віку. Він вважає, що розвиток почуттів з перших років життя є вирішальним завданням, оскільки спосіб набуття знань і навичок значною мірою залежить від емоційного ставлення суб'єкта до інших і оточення [69, с. 499-517].

Щоб розвинути емоційну сферу, необхідно гармонійно виховувати різні почуття та емоції та розвивати необхідні навички керувати ними (гнів, тривога, страх, почуття провини, сором, співпереживання, жалість, гордість, благородство, любов тощо) навчати дітей їх емоційному стані та тим, що їх викликає. Емоційне здоров'я дитини пов'язане з оцінкою нею себе, своїх здібностей, моралі та інших якостей. Однією з умов розвитку складних емоцій у старших дошкільників є взаємозалежність і взаємозалежність емоційно-пізнавальних процесів – двох найважливіших сфер їх психологічного розвитку.

Під час розвитку емоційна сфера змінюється:

- діти засвоюють соціальні форми вираження емоцій;
- змінюється роль емоцій у діяльності дітей, формуються емоційні очікування;
- почуття стають більш усвідомленими, узагальненими, довільними, надситуативними.

Існує кілька категорій емоцій. Однією з них є класифікація К.Є. Ізарда, яка виділяє десять основних емоцій, кожна з яких призводить до різних внутрішніх переживань і різних зовнішніх проявів цих переживань [3]:

1) інтерес – це позитивна емоція, яку діти відчують частіше за інші емоції. Інтереси відіграють важливу мотиваційну роль у формуванні та розвитку навичок, умінь, інтелектуальних і творчих прагнень, забезпечують працездатність;

2) радість – позитивне внутрішнє задоволення, впевненість у собі, зарозумілість, досвід успішної діяльності. Якщо ця емоція домінує в емоційному житті, дитина перебуває в комфортному стані;

3) здивування – це переживання, пов'язані зі сприйняттям чогось раптового і несподіваного;

4) сум – переживання горя, безнадійності, ізоляції. Ця емоція гальмує розумову та фізичну діяльність дитини;

5) гнів – відчуття обурення, образи, невдоволення чимось. Ця емоція є однією зі складових агресивної мотивації. Його контроль відіграє важливу роль у соціальному розвитку дітей;

6) огида – надзвичайно неприємний досвід, викликаний чимось огидним, потворним;

7) презирство – це переживання глибокої зневаги до когось (чогось) низько-морального. Презирство може призвести до завищеного почуття власної значущості та знецінення об'єкта презирства. Ситуації, які підсилюють гнів, можуть викликати почуття огиди і презирства одночасно. Поєднання цих трьох емоцій розглядається як протиборна тріада.

8) страх – переживання сильного страху, страх перед кимось (чимось). Переживання страху відчувається і розглядається як загроза особистій безпеці; супроводжується невпевненістю, невпевненістю та нездатністю контролювати ситуацію;

9) сором – це переживання незадоволеності собою. Сором стимулює у дитини бажання сховатися і втекти;

10) провина – переживання, пов'язані з порушенням морально-етичних норм [18].

Згідно з теорією К.Є. Ізарда, похідними є інші емоції. Характеристики зовнішнього вираження емоцій визначаються виразними рухами, інтонацією та тембром голосу. Акт вираження не тільки визначає, а й формує сенсорне поле. Це підтверджують слова С.Л. Рубінштейна: «Виразний рух виражає не тільки сформований досвід, але й виражає себе, у тому числі й формуючи його, так як, формуючи свої думки, ми тим самим формуємо шляхом вираження свої почуття» [62, с. 52-76].

Маленьку дитину часто «емоційно тримають», оскільки вона не контролює свої емоції. Її відчуття швидко піднімалися і швидко зникали. Основним напрямком емоційного розвитку дітей дошкільного віку є поява емоційного контролю. Інший напрямок емоційного розвитку пов'язаний із зміною емоційної динаміки та змісту, що набуває значної глибини в міру стабілізації емоцій, формуючи моральні, естетичні та пізнавальні почуття.

У кожен період становлення та розвитку особистості, з народження фіксують появу нових новоутворень на даному етапі розвитку, саме тому доцільно використати та описати у роботі новоутворення притаманні дітям старшого дошкільного віку:

1) Елементарні «внутрішні етичні приклади», що формують моральні уявлення та оцінки, які інтегруються з емоційним ставленням до дорослих. «що є добре, а що є погано». Ці етичні приклади працюють з естетикою «добре не може бути поганим».

2) Розрізняють класи мотивів, переважно соціальні мотиви, і підпорядковані мотиви. У цьому віці можна спостерігати перевагу навмисних дій над імпульсивними діями. Подолання безпосередніх бажань залежить не тільки від очікувань дорослих на винагороду чи покарання, а й від прихильності дітей (принцип «ця фраза»). Це формує такі особистісні якості, як стійкість і вміння долати труднощі, а також почуття відповідальності перед іншими.

3) Розвиток довільної поведінки: саморегуляція, здатність до ситуативної поведінки, підкорення віддалених цілей, здатність до вольових

зусиль. Д.Б. Ельконін стверджує, – «що в дошкільному віці образи, які керують поведінкою, спочатку існують у певній візуальній формі, а потім стають більш поширеними як правило чи норма. На основі формування довільної поведінки у дитини формується бажання контролювати себе та свою поведінку. Об'єктами самопізнання є частини тіла, дії, мовленнєві дії, переживання, особистісні якості» [22, с. 218-227]. Оскільки психічні процеси розвиваються довільно, стає можливим їх усвідомлення, що є основою саморегуляції. У спільній грі, виконуючи різноманітні завдання, діти порівнюють свої досягнення з іншими, оцінюють не лише результати своєї роботи, а й власні здібності, вчаться керувати собою та ставити конкретні вимоги до себе та інших.

4) Об'єктивна самооцінка (який я і яким я можу бути) пов'язані з нею форми свідомості: впевненість у собі, егоїзм, прагнення до самоствердження. Оцінки дітей власних дій, умінь та інших якостей формуються на основі судження дорослих. Об'єктивність самооцінки дітей з віком зростає. Характерним є те, що діти схильні спочатку стверджуватися в очах дорослих, потім – у однолітків, а потім – у власних очах.

5) Центральне утворення – це уява дітей, які активно беруть участь у різноманітних заходах. Уява є частиною мислення, самосвідомості, ставлення до інших. Уява є основою великого творчого ставлення до навколишнього світу.

6) Формування символічних функцій свідомості, сенсорного та інтелектуального розвитку.

7) Розвиток децентралізованого мислення – операція зворотного мислення. Щоб зробити можливим перехід від передопераційного мислення до хірургічного, необхідно, щоб дитина перейшла від централізованого до децентралізованого. Центр означає, що дитина може бачити світ лише зі своєї точки зору. Іншої точки зору для дитини спочатку не було. Діти не можуть стояти в перспективі суспільства і соціального середовища і приймати позицію науки.

Досліджуючи феномен центрування, Д.Б. Ельконін припускає, – «що основні процеси, пов'язані з подоланням «когнітивного егоцентризму», відбуваються під час рольової групової гри, тобто під час діяльності дошкільного віку. Постійне перемикання з однієї гри в іншу в різноманітних дитячих іграх, перехід з позиції дитини в позицію дорослого викликає у дитини постійне «гойдалки» уявлень про своє абсолютне місце у світі речей і людей, адже певна координація створює нові умови для існування» [39, с. 234-247].

Розвиток емоційних областей у старших дошкільників демонструють наступні показники:

- адекватно реагувати на явища і ситуації навколишньої дійсності;
- розрізняти та інтерпретувати емоційні стани інших;
- широта емоційного діапазону, що сприймається, здатність до вираження емоційних станів;
- повністю висловлюють емоції в спілкуванні [30, с. 95-109].

Будучи одним із перших учених, які вивчали теорію емоцій С. Рубінштейн зазначив таке:

- взаємозв'язок між потребами та емоціями (потреби породжують позитивні чи негативні емоції внаслідок задоволення, тоді як емоції вказують на існування потреб);
- взаємодія діяльності та емоції (діяльність викликає емоцію, емоція впливає на процес діяльності).

С. Рубінштейн розділяє емоції на трьох рівнях:

- 1) по-перше, це пов'язано із загальним станом людей, що викликають несвідомі фактори;
- 2) другий, «предмет», через який пізнається джерело власного досвіду;
- 3) по-третє, складні почуття, ситуативна незалежність, вираження свого ставлення до себе, інших і картини світу [55, с. 381-382].

О. Леонт'єв вважає, що емоції є рушійною силою поведінки і важливою частиною сфери мотивації людини. Особливу увагу він приділяє афективним впливам. Афект – це потужний емоційний стан, що розвивається в

екстремальних ситуаціях, здатний гальмувати інші емоційні процеси та сприяти вирішенню ситуації в «аварійному» режимі [29, с. 11-15]. О. Леонтьєв вказував, що вплив відбиває емоційну пам'ять людини у вигляді «афективного комплексу», в якому люди все життя звертають увагу на ситуацію [21].

Негативні наслідки можуть бути особливо травматичними «афективний комплекс», набутий у дитинстві. Більшість дослідників емоцій сходяться на думці, що емоція – це загалом недиференційована оцінка сенсу об'єктів, відносин і явищ людини. Мотивації та результати когнітивного аналізу ситуативних чи підсвідомих установок.

Так, на думку А.В. Запорожця, «...емоції – це не процеси активізації, а відображення певної форми реальності, за допомогою яких активація може психологічно керуватися, точніше, поведінковою. Загальна спрямованість і динаміка психологічної регуляції» [27, с. 157-163].

Найвищою формою емоційної сфери людини є почуття. Загальне розуміння поняття «почуття» в психологічній науці можна виразити як стійкі емоційні, ціннісні відносини, а не як пряма реакція на ситуацію. Сформовані емоції стають основними детермінантами емоційного життя. Людина може мати суперечливі почуття та емоції щодо предмета чи явища.

П. Екман виділив шість основних емоцій: щастя, гнів, смуток, здивування, огида, страх [60]. Ці емоції є універсальними, тобто представники різних культур і етнічних груп демонструють базові емоції зі схожою мімікою. Деякі відмінності в базових емоційних показниках можна пояснити відмінностями в соціально прийнятних правилах і нормах виконання емоційних станів.

Р. Плутчик розробив психоеволюційну теорію емоцій, в якій емоції мають генетичну основу і функціонують як механізм виживання. Він візуалізував цю ідею у вигляді колеса емоцій (піраміди), основними вісім емоцій якого є щастя, довіра, очікування, здивування, гнів, страх, невдоволення, огида, а також шістнадцять похідних і вісім складних емоційних станів [46, с. 128-175].

Сучасний нейрофізіолог Я. Панксепп використав новітні технології для вивчення нервової системи та поведінки тварин і людей, виділивши сім основних емоційних систем (пошук, гнів, страх, бажання, занепокоєння, паніка) і включив їх у список емоційних ігор [39, с. 77-80].

Теорія інформації попиту Симонова вважає, що емоційна продуктивність залежить від співвідношення інтенсивності та якості реальної потреби та наявності інформаційних ресурсів для її задоволення, а емоційна продуктивність є передвісником задоволення [25, с. 210-216]. Оскільки емоції та почуття функціонують комплексно на психологічному та нейрофізіологічному рівнях, виконуючи єдину функцію, вони є основою індивідуальної регуляції та цілісності. Емоційна сфера людини характеризується емоціями, які можуть викликати реальні та уявні події.

Таким чином, емоційний досвід людини розширюється через взаємодію та емпатію в процесі автентичного та символічного спілкування з іншими. Цей суто людський механізм емоційного зараження дозволяє штучно створювати емоційні ефекти, передаючи емоції в просторі та часі. Емоційні переживання найбільш ефективно накопичуються і передаються за допомогою сучасних засобів мистецтва та інформаційних технологій.

У зв'язку зі зміною реалій (автоматизація, робототехніка та промислова інформатизація) і, як наслідок, занепаду багатьох професій, сучасність вимагає нової філософії освіти та вирощування. Парадигма «знання-уміння-навички» замінюється визнанням особливої цінності суто людської індивідуальної унікальності, загальною основою якої є емоційна сфера людини.

У 1990 р. П. Саловей та Дж. Мейєр ввели термін «емоційний інтелект». Його поширював і просував Д. Гоулман. Відтоді прийнято вважати, що розвинений емоційний інтелект визначає 80% успіху людини, тоді як інтелектуальний розвиток визначає лише 20%. Актуальним залишається питання про зв'язок емоційного інтелекту з моральними установками людей, і з цим пов'язане наполягання Д. Гоулмана на актуальності розвитку емоційного інтелекту у молодших поколінь: більш очевидним є те, що базові моральні

установки виникають із притаманної їм емоційності, а крім того, альтруїзм впливає з емпатії – здатності вловлювати й інтерпретувати емоції інших. Не розуміючи відчайдушної потреби або причини іншої людини, нема про що хвилюватися. Якщо в наш час потрібна будь-яка моральна позиція, то необхідні й ці дві: стриманість і співчуття [10, с. 75-82].

Дж. Мейер, П. Селовей і Д. Карузо також пов'язують емоційний інтелект з рисами особистості: ентузіазмом і чутливістю. Вони виділяють чотири структурні області емоційного інтелекту:

- розуміти власні та чужі емоції та емоційний контекст стосунків;
- сприйняти та повно виражати емоції;
- емоційний менеджмент;
- підвищити ефективність пізнавальних процесів за допомогою емоцій.

На думку Дж. Мейера, П. Селовея, Д. Карузо, структура емоційного інтелекту складається з двох основних частин і чотирьох напрямків (Рис. 1.1.).

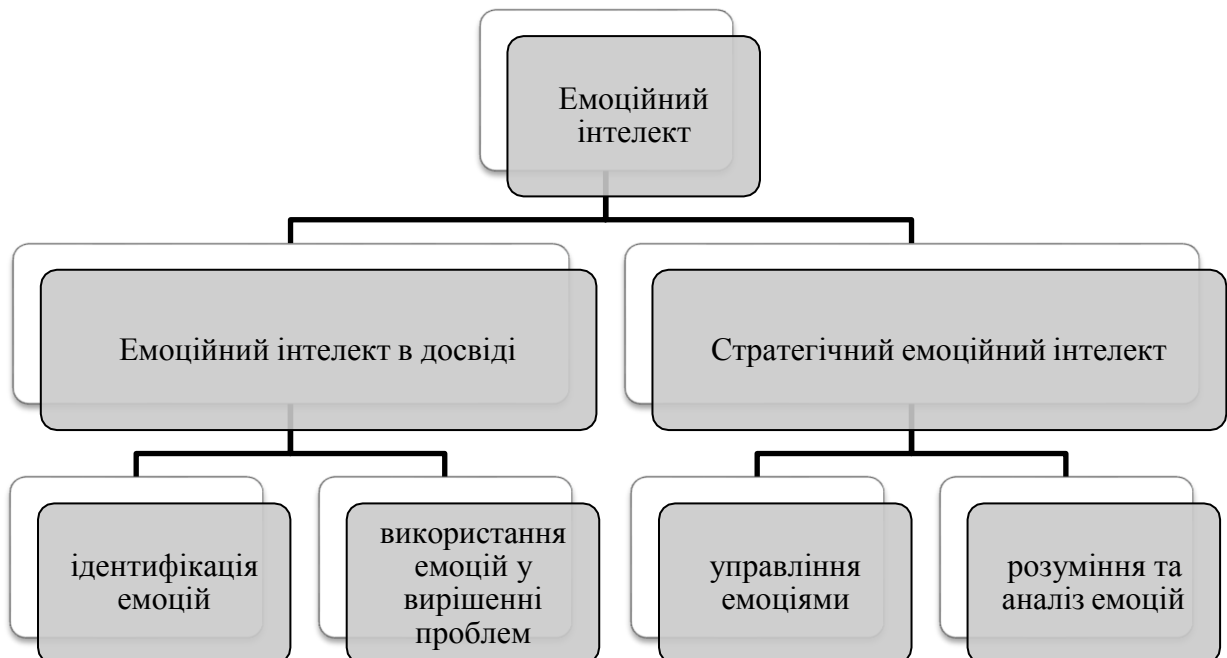


Рис. 1.1. Структура емоційного інтелекту

Так, теорія емоційного інтелекту (Дж. Мейер, П. Селовей, Д. Карузо) пов'язує розвиток емоційно-когнітивних ресурсів дітей, підвищуючи тим самим їх особистісний та виховний потенціал, а також ефективність у подальшій реалізації. Ця ідея протистоїть теорії Л.С. Виготського про єдність емоцій і інтелекту, що є однією з основ теорії психічного розвитку дитячого. Протягом дошкільного віку у спілкуванні з дорослими та однолітками активно розвивається емоційний інтелект, а соціальна емоція стає модератором дії.

О.В. Запорожець вважає, – «що саме в спілкуванні відбувається інтелігентація та узагальнення емоційної сфери дитини, що посилює функцію емоційного очікування» [11, с. 96-104].

Л.С. Виготський писав: «...дитина спочатку вчиться розуміти інших, а потім вчиться розуміти себе» [75, с. 71-79]. Більшість дослідників емоцій погоджуються, що емоційні фактори відіграють домінуючу роль в управлінні поведінкою людини.

А. Еткінд вказував, – що «у повсякденному житті людина думає не стільки, скільки відчуває, і не стільки інтерпретує, скільки оцінює» [34], тобто стійкий вплив емоцій супроводжує майже всі пізнавальні процеси. Цей метод дуже точно описує емоційну сферу дошкільнят. Емоційні стани дошкільників поєднуються і взаємодіють один з одним: можливий паралельний розвиток двох станів, що може маскувати прогрес один одного і затримувати появу іншого. Як наслідок, процес натхнення, інтересу та творчого вдосконалення має тенденцію розмежовувати в житті дітей дошкільного віку, що може усунути втому.

Розпізнаними новоутвореннями в емоційній сфері дошкільників є емоційна розсіяність, здатність розрізняти емоції за допомогою символів (міміка, пантоміма, інтонація), емпатія – здатність співпереживати й допомагати іншим, емоційне передбачення [40]. Відсутність або слабка експресія у цих утвореннях Г.М. Бреслав вважав, – «основою емоційного порушення та психологічного дистресу у старших дошкільників» [9].

Ю.Б. Гиппенрайтер вважає, – що «поняття «емоційний інтелект» і «емоційна компетентність» у дошкільників є рівнозначними і виділяє такі здібності:

- розрізняти та звертати увагу на свої емоції;
- розуміти почуття інших;
- уміння конструктивно виражати емоції;
- контроль емоційної поведінки;
- коригуйте власну поведінку, щоб враховувати почуття інших [9].

Д.В. Люсін описує поведінку високорозвинених дітей так: «Дитина має позитивне ставлення до оточуючих і до себе, почуття власної гідності, активно спілкується з однолітками та дорослими, бере участь у спільних іграх. Уміє домовлятися, враховувати інтереси інших, всебічно висловлювати почуття, в тому числі почуття впевненості в собі та проявляє намагання вирішувати конфлікти» [28, с. 125-132].

Таким чином, емоційний інтелект дошкільників виражається в поведінці, пов'язаній з наявними моральними установками та рівнями усвідомлення власної та чужої цінності. Поведінкові показники – це вміння слухати, бажання слухати та здатність до колективної взаємодії. Описана поведінка характерна для психологічно комфортних дітей, проявляється позитивними емоціями. Тому важливою частиною емоційної сфери є емоції – довготривалий емоційний контекст, який впливає на всі психічні процеси.

Таким чином, аналізуючи теоретичну літературу, можна зробити висновок, що емоційний інтелект у дошкільників включає:

- рефлексію – здатність розпізнавати емоції;
- здатність розуміти власні та чужі емоції, судити про причини емоцій і прогнозувати їх розвиток;
- емпатію – здатність співчувати та розуміти емоції інших;
- керувати власними емоціями.

На думку дослідників О.О. Сергієнко та І.І. Ветрова, авторів надійних і валідних тестів про емоційний інтелект (Дж. Мейєр, П. Селовей, Д. Карузо), емоційний інтелект міститься в більш широкому наборі здібностей – «theory of mind» – «здатність приписувати собі та іншим незалежні психічні стани, створюючи модель власних думок та намірів інших, прогножуючи його поведінку [71].

Ця концепція показує, як ми вчимося розуміти свої психічні стани та стани інших. На її основі людина може передбачати поведінку інших, і ця здатність дозволяє планувати ближнє і далеке. майбутнє Людині необхідно виявляти й інтерпретувати внутрішні стани інших, які виражаються в мовленні, інтонації, міміці, пантомімі, жестах, позі тощо. Тому ментальні моделі є основою будь-якого спілкування та взаєморозуміння.

У сучасній науковій літературі спостерігається тенденція до обміну поняттями «емоційна сфера» та «емоційний інтелект». Проте багато сучасних досліджень продемонстрували прямий зв'язок між характеристиками емоційного переживання, набутими в сім'ї та аномальним розвитком емоційних областей дітей [2]. Очевидно, що важливим фактором розвитку емоційної сфери дитини є її особистий емоційний досвід і тип прихильності дитини до значущих дорослих. Оскільки ця психологічна структура ще знаходиться в зародковому стані, батьки та вихователі повинні розуміти, що діти в цьому віці дуже чутливі та вразливі: навіть якщо дорослий приховує конфлікт чи страх, дитина це відчує, і її тривожність посилиться.

Таким чином, сучасні дослідження дітей дошкільного віку та їхніх батьків відзначають схожість страхів деяких батьків із страхами дітей та консолідацію «недитячих» страхів (наприклад, страх війни чи загроза пандемії), що підтверджує гіпотезу про те, що страхи дорослих передаються дітям.

Отже, можна сказати, що емоційна сфера дитини складається з емоційного інтелекту і ґрунтується на емоційному досвіді, отриманому від народження під час спілкування переважно зі значущими дорослими.

І.П. Лисенкова поділяє фактори розвитку афективної сфери особистості на дві групи:

– внутрішні – автентичність (внутрішня гармонія, усвідомленість, життя і здатність повноцінно висловлювати свої почуття і переживання в спілкуванні; задоволеність життям);

– міжособистісні – адаптивність – це вміння знаходити баланс між власними цілями та намірами та зовнішніми умовами, гармонійні стосунки з навколишнім середовищем є важливим чинником психічного здоров'я дитини, тобто балансом між індивідуальною автентичністю та адаптивністю. Оскільки дошкільнята знаходяться в постійному процесі розвитку стосунків зі значущими дорослими, дорослі зобов'язані підтримувати цей баланс [24].

Тому можна сказати, що емоційна сфера розвитку дітей дошкільного віку є основою психічного здоров'я людини протягом усього життя. Аналізуючи психолого-педагогічну літературу, можна зробити висновок, що афективна сфера дошкільника – це низка переживань навколишньої дійсності та ставлення до себе, що має складну багат шарову структуру, що включає: емоції та емоційні стани, почуття, емоції, емоційність. інтелект та особистий емоційний досвід. Розвинена емоційна сфера дошкільників є основою психічного здоров'я людини протягом усього життя.

Сьогодні спостерігається тенденція до зростання тривожності дітей, яка тісно пов'язана з тривогою та невпевненістю, що в свою чергу негативно впливає на самооцінку та психічний стан дітей. Зі збільшенням кількості дітей з розладами настрою тема розвитку та корекції емоційних областей у дошкільників стала актуальною як науково, так і практично.

О.В. Хухлаєва запропонувала модель психічного здоров'я, що складається з трьох взаємопов'язаних компонентів, які безперервно взаємодіють [74, с. 2-10]:

– аксіологічний (значення «Я» та цінності «Я» інших, виходячи з цілісності особистості, позитивного самоприйняття та прийняття іншими).

- інструментальний (використання рефлексії як засобу самопізнання, вміння розуміти й описувати свої та чужі емоційні стани, відкрито й адекватно висловлювати власні емоції, розуміти причини та очікування власних дій та дій інших.);
- потребово-мотиваційний (потреба в саморозвитку, ініціативі, суб'єктивній життєвій позиції).

Тому можна сказати, що розвиток емоційної сфери у дітей дошкільного віку є основою психічного здоров'я. Аналізуючи психолого-педагогічну літературу, можна зробити висновок, що афективна сфера дошкільника – це низка переживань навколишньої дійсності та ставлення до себе, що має складну багат шарову структуру, що включає: емоції та емоційні стани, почуття, рівень емоційності, інтелект та особистий емоційний досвід. Розвинена емоційна сфера дошкільників є основою психічного здоров'я людини протягом усього життя.

1.2. Аналіз актуальних досліджень щодо впливу коронавірусної хвороби на готовність дітей до школи

Готовність до школи залежить від соціальної та емоційної зрілості дитини. Вона виявляється у вмінні спілкуватися з іншими людьми (дітьми та дорослими), дотримуватися суспільно прийнятих правил поведінки, вміти грати в ігри за правилами, підкорятися правилам та контролювати дотримання правил іншими учасниками. Емоційна готовність відображається у почутті задоволення, радості та довіри дитини, коли вона йде до школи. Ці переживання змусили її отримати задоволення від спілкування з учителями та новими друзями, підтримали впевненість у собі та бажання знайти своє місце серед однолітків. Важливим моментом емоційної готовності є переживання, пов'язані з самою навчальною діяльністю, її процесом і першим результатом, вболівання за успішне виконання завдання [12, с. 21-31].

Особиста емоційна підготовка дошкільників до шкільного навчання включає: мотивацію до навчання, вміння спілкуватися з однолітками та дорослими, розвиток адекватної самооцінки та вміння керувати собою (довільна поведінка)

Протягом звітного періоду проведено огляд вітчизняних та зарубіжних наукових публікацій щодо емпіричних досліджень впливу пандемії COVID-19 на психічне здоров'я людини, огляд емпіричної науки та методології, методичної літератури, ЗМІ та інтернет-ресурсів України та психологічного медсестринства у світовій пандемії COVID-19 та абстрактний огляд досліджень місцевих авторів на цю тему дослідження. Аналіз цих джерел показує, що за 10 місяців від початку спалаху було проведено сотні наукових досліджень щодо психологічного впливу коронавірусу на психіку людини.

Новизна невідомого захворювання, непередбачуваність, невизначений перебіг, неспецифічність вірусних симптомів, висока смертність від тяжкого гострого респіраторного синдрому, спричиненого COVID-19, вплив соціальної ізоляції та дистанціювання, різкі зміни способу життя, підвищення емоційного напруження, паніка, тривога, депресія та інші стани у людей, які раніше цього не відчували. Люди з проблемами психічного здоров'я та наявними психічними захворюваннями. Виявлено фактори, пов'язані з нижчим рівнем психологічного впливу та кращим психічним здоров'ям, які можна використовувати для розробки психологічних заходів для покращення психічного здоров'я вразливих груп населення під час епідемії COVID-19.

Владі та органам місцевого самоврядування було надано такі рекомендації: необхідність зосередитися на ефективних методах поширення об'єктивних знань про COVID-19 серед населення, навчання ефективним методам стримування, забезпечення доступу до основних послуг, товарів та надання належної фінансової підтримки, зменшення використання надійного джерела інформації про психологічну грамотність, протидії порушенням соціальної згуртованості та, навпаки, покращення згуртованості та стійкості громади, порада роботодавцям надавати додаткову підтримку пандемії

працюючим жінкам, оскільки вони відчують більший психологічний стрес, відповідальність за працевлаштування та догляд, а також ризик рівень сприйняття членів сім'ї.

Дослідження лікарів, які лікують та доглядають за хворими на COVID-19 у різних країнах, прийшли до висновку, що пандемія COVID-19 сприяє розвитку професійного психологічного стресу, інших симптомів, погіршення психічного здоров'я, психологічної адаптації та одужання медичних працівників. Дослідження показують високу поширеність симптомів психічного здоров'я серед медичних працівників.

На своїй медичній практиці в Дюссельдорфі педіатр Г.Й. Карл стикається з різними ситуаціями під час пандемії. Деякі батьки, навіть з легкими симптомами застуди, починають хвилюватися і переживати, що їхня дитина заразиться коронавірусом. «Якщо ви сумніваєтеся, ми проводимо тести», – каже лікар. Але сам коронавірус – не єдине, що турбує лікарів. Деяким дітям дуже швидко набридає сидіти вдома. Вони відчують негативні емоції. «Це було особливо помітно під час першого карантину. Зараз, на щастя, ситуація покращилася. Але проблема залишається: у дітей починає посилюватися страх перед «короною». У цьому випадку ми заохочуємо батьків проводити більше часу зі своїми дітьми, розмовляйте, щоб усунути страхи та сумніви», – сказав педіатр і представник Німецького педіатричного союзу (Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte) [59].

Дитяча психосоматика дуже різна, – «коли батьки самі відчують страх, він передається дітям. Порушення сну, розлад травлення – все це трапляється з дітьми через емоційні переживання і стрес під час пандемії», – каже німецький педіатр [41]. Однак, виходячи з його спостережень і досвіду його колег, інфекція у дітей зменшилася. Дотримання правил гігієни та захисних заходів, запропонованих під час пандемії, однозначно позитивно вплинуло на загальний стан інфекційних захворювань. В Україні було проведено опитування серед дітей початкових класів, які зазначали мінуси дистанційного навчання під час пандемії COVID-19 (Рис. 1.2.).

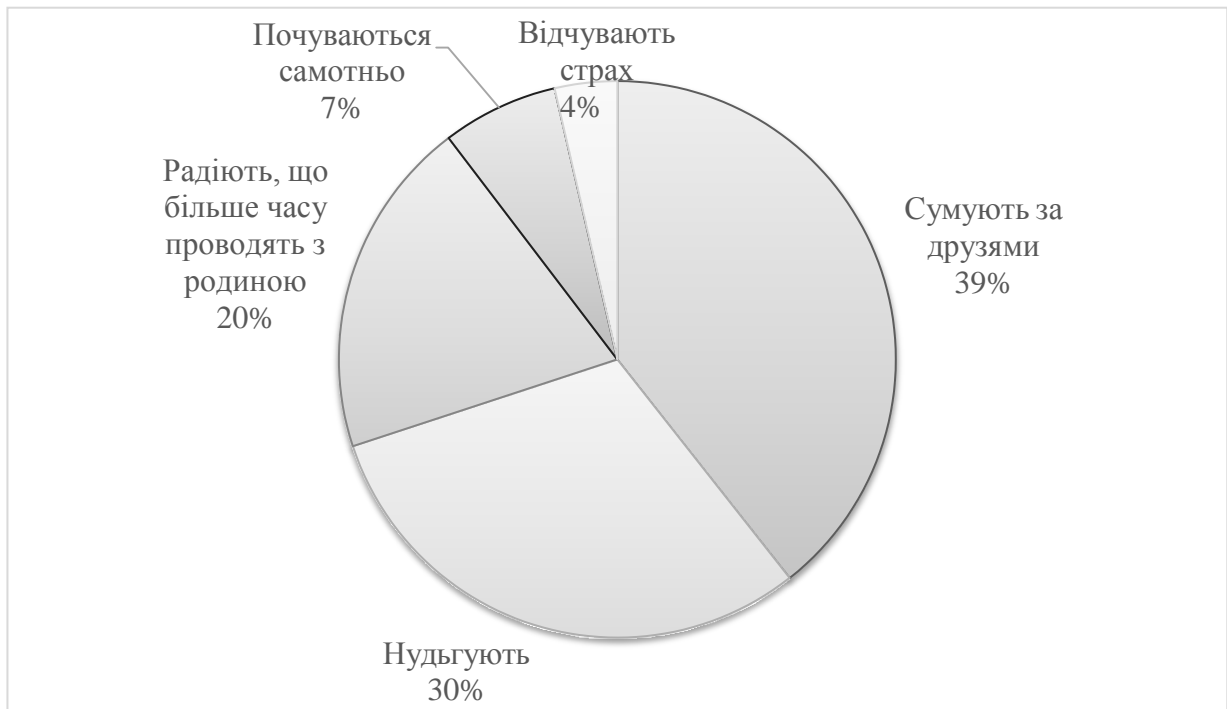


Рис. 1.2. Опитування почуттів дітей під час коронавірусної кризи

Багатьом може бути важко знайти альтернативу повсякденним речам під час життя на карантині з обмеженою фізичною активністю (закриті спортзали та вулична діяльність). Отже, для деяких людей цей стан призводить до пригніченого настрою, гніву або безпорадності. Цигун і тай Цзи сюань є хорошими варіантами для таких випадків, але через низьку поінформованість громадськості та певні упередження не всі можуть скористатися цією можливістю, хоча деякі методи були науково доведені як ефективні [8]. Серед альтернативних варіантів слід також відзначити самомасаж, який поки що маловідомий в нашій країні. Найпростіші правила і прийоми дозволяють поліпшити роботу організму і підвищити позитивні емоції.

Гендерний аналіз показав, що криза, пов'язана із пандемією COVID-19, має різні наслідки для жінок, чоловіків та підгруп в рамках цих двох категорій: скорочення фінансування сфери соціального захисту, де в основному працюють жінки, призвело до подальшого зубожіння найуразливіших верств населення. Через соціальну ізоляцію зріс рівень домашнього насильства, жертвами якого переважно є жінки та літні люди, зросло навантаження на жінок щодо

виконання домашньої роботи та наглядової праці. Жінки також мають більший ризик захворіти на коронавірус, оскільки вони становлять переважну більшість медичних працівників та допоміжного персоналу, який надає допомогу хворим.

Чоловіки зазнали негативного впливу від пандемії та карантинних заходів через скорочення економічної діяльності в сфері транспортних перевезень, нижчу спроможність до соціальної адаптації, оскільки болісніше переживають втрату роботи, зниження рівня доходів та соціального статусу, зростає депресія та асоціальна поведінка (домашнє насильство з боку чоловіків), вживання більшої кількості алкоголю та наркотиків.

Дослідження, проведені в Україні, виявили, що причинами тривожності були професійні проблеми та економічний статус громадян, а найбільш актуальними та ефективними способами боротьби з тривогою були позитивне мислення, самовдоволення, фізична активність, їжа, взаємодія з природою, творчість, підтримка. Навколишнє середовище та спілкування з іншими; зняття стресу, деконструкція «загроз», передбачення, символічні прояви коронавірусу в ситуаціях недостатньої підтримки, самовдоволення, страху, використання ситуацій та вжиття в них позитивних дій. Спосіб переживання тривоги – це зовнішній, низько-збудливий, внутрішній.

У цей непростий час всі вважають, що дитина нічого не помічає – погано. Діти часто відображають поведінку своїх батьків, тому вони можуть передати на них тривогу, паніку, страх і безвідповідальність. Вчинки батьків повинні нести спокій, впевненість, відповідальність, щоб дитина зрозуміла, що все можна подолати. У сучасних умовах, як і в кожному мить свого життя, людина переживає і переживає багато різноманітних емоцій [13, с. 80-89].

У світі вчені виділили щонайменше 240 різних емоційних і емоційних станів: серед них тривога, страх, роздратування, гнів, смуток, радість, захоплення, впевненість, віра, гармонія. У психології прийнято поділяти емоції на негативні та позитивні, і не можна ігнорувати визнання того, що обидві вони відіграють важливу роль у нашій психіці як компас внутрішнього стану та

симптом серйозної емоційної травми. Емоційний біль, який часто називають негативними емоціями, сигналізує нам, де нам потрібно зцілення.

Коли школи закриті і ви не можете бачитися з друзями, діти можуть відчувати дискомфорт, тривогу і навіть страх. До кожної дитини потрібен індивідуальний підхід, але фахівці сходяться на думці, що ігри, малювання та інші творчі заняття допомагають багатьом дітям. Діти відчують велике полегшення, коли мають можливість поділитися своїми страхами в дружній атмосфері. Найкраще підтримувати звичайний розпорядок дня або, якщо необхідно, створити новий розпорядок дня. Головні з них – регулярна обізнаність і передбачуваність. Обговорюйте з дитиною останні новини про поширення інфекції та інтерпретуйте цю інформацію відповідно до віку.

На сьогоднішній день негативні наслідки, пов'язані з пандемією, наростають, у тому числі поява народної паніки. Наслідки соціальної паніки та панічної поведінки можуть проявлятися у вигляді масової депресії, підвищення смертності та зниження фертильності. Тому виникає потреба з'ясувати закономірності панічної поведінки людей, а також шляхи її запобігання та припинення. Важливість і актуальність цього питання зумовлена незнанням людей способів подолання паніки та невмінням контролювати себе. Адже, згідно з практикою, лише 12-15% людей знають, що робити, а решта зазвичай розгублюються, панікують, плачуть або втрачають свідомість [23, с. 54-59].

Феномен паніки є складним через раптовість її виникнення та труднощі утримання спостерігачів наодинці та без зброї в панічних ситуаціях, оскільки кожен, хто панікує у «внутрішній» групі, певною мірою піддається паніці.

Під поняттям паніка слід розуміти один із видів поведінки в натовпі, що представляє собою підвищене емоційне збудження внаслідок неконтрольованого страху в ситуаціях невпевненості в поведінці. На думку вченого В.М. Бехтерева [7], паніка нерозривно пов'язана з інстинктом самозбереження, який проявляється в індивідів, незалежно від рівня їх інтелекту, як тривожний знак у небезпечних ситуаціях. В основі паніки лежить страх – тривога, що виникає через безпорадність перед реальною чи уявною

небезпекою, що призводить до неконтрольованої, нестримної поведінки, а іноді й повної втрати самоконтролю, нездатності реагувати на дзвінки, втрати відповідальності та честі. Варто зазначити, що страх, який нависає над натовпом під час реальної чи уявної небезпеки, заразний.

Враховуючи вищевикладене, варто зазначити основні зміни психічних процесів і поведінки людей в паніці:

- когнітивні сфери: порушення відчуття, уваги, мислення, пам'яті, сприйняття; зниження критичного мислення; порушення координації рухів; погіршення сприйняття навколишньої дійсності; наявність порушень державних процесів прийняття рішень, контролю, регулювання;

- соматичні вегетативні прояви: порушення сну, втрата апетиту; запаморочення; схуднення (або збільшення), підвищення енергії; блідість або почервоніння; пітливість; сухість у роті; напруження м'язів; тремтіння кінцівок і голосу; апатія;

- емоційна сфера: тривога; страх, крайністю якого є страх; паніка; невинуватна агресія; гнів; почуття провини; бажання, депресія, апатія; втрата довіри до людей і світу [32, с. 3-6].

Дослідження психологічних наслідків спалаху COVID-19 у вищій школі висвітлює труднощі та проблеми, пов'язані з переходом від офлайн-курсів до онлайн-курсів, що призводить до додаткових матеріалів, проблем з викладанням та організації, а також необхідності організації онлайн-екзаменів та оцінювання. Труднощі для іноземних студентів у вищих навчальних закладах, обмеження участі студентів у міжнародних конференціях, ускладнення, пов'язані з психічним здоров'ям та самопочуттям студентів, неможливість повернутися до навчальних закладів для студентів, які вийшли з дому до карантину, пізній випуск та проблеми з початком навчання кар'єри випускників, проблема глобальної рецесії, викликаної кризою COVID-19.

Проте дистанційне навчання, соціальна ізоляція, вплив змін загальних умов життя на психологічний розвиток дітей та підлітків, зміна парадигм у системі загальної середньої освіти досі не відбулися системно і на належному

науковому рівні. У відповідь на спалах COVID-19 світова психологічна професійна спільнота відреагувала швидко та динамічно. Населенням, особливо лікарям, надаються онлайн-консультації, телефонні втручання, комунікаційні консультації та інтернет-додатки. Аналіз наукових методів, методичної літератури, ЗМІ та інтернет-ресурсів дозволив виділити окремі напрями та форми телепсихологічної допомоги та підтримки під час пандемії COVID-19 в Україні.

У цей період зростає кількість тривожних дітей. Це може бути пов'язано з різними факторами, від виховання до проблем зі здоров'ям. В.Р. Швець працює в цьому напрямку. Досліджуючи питання, вона виявила, що кожен 3 дошкільник 5-6 років мав високий рівень тривожності. Так, Шумейкер продемонстрував, що дитяча тривожність носить стійкий характер і проявляється у спілкуванні, грі та самооцінці дітей дошкільного віку [7].

Дослідник Н.С. Мазуров і Ю.А. Трофімова у своїй експериментальній роботі описували дітей з підвищеною тривожністю. За їх словами, вони легко збуджуються, у дошкільнят підвищені емоції та вразливість, часто невпевнені в нових видах діяльності. Таких людей вважають сором'язливими та скромними [26, с. 59-65]. Але їх організованість, зразковість і охайність є захисними реакціями на тривожні та травматичні ситуації, оскільки основна мотивація такої поведінки – мотивація уникати невдач.

Рівень тривожності залежить від статевих особливостей дошкільника. Звичайно, самі шкали тривожності у хлопчиків і дівчаток різні. У дошкільному віці хлопчики були більш тривожними, ніж дівчата, що відображало в останніх більш виражені інстинкти самозбереження. Відмінності також були пов'язані зі станами, пов'язаними з тривогою дітей. Дівчата асоціюють це з іншими (друзями, сім'єю чи опікунами тощо) або з фізичною шкодою. Тривога у хлопчиків пов'язана, серед іншого, з можливим заподіянням шкоди і покаранням у дорослих. У дошкільний період у міру зростання когнітивного розвитку страхи та їх кількість зменшуються, досягаючи найнижчих піків у підлітковому віці [4, с. 23-25].

З вищесказаного можна зробити висновок, що проблемними сферами емоційного розвитку у дошкільників є страх і тривога. Вони часто з'являються навіть тоді, коли дитячій любові з першого погляду не загрожує хтось близький або далекий. Підвищена чутливість до негативних звичок невротичного типу у дітей, що характеризуються тривожністю.

Дослідження, проведене А.А. Семеновою, показало, що діти з рівнем адаптивного та креативного психічного здоров'я, як правило, мають сприятливе домашнє середовище та високий рівень самоприйняття, середню тривожність та високий емоційний інтелект. Більшість дітей з невідповідним рівнем психічного здоров'я мають несприятливі сімейні ситуації, які характеризуються тривожністю, конфліктністю, ворожістю, дитячим комплексом неповноцінності. Ці діти мають відносно низький рівень самоприйняття, низький рівень саморегуляції, міжособистісні труднощі, незрілі здібності до емоційного інтелекту та негативне ставлення до інших.

Створено численні онлайн-ресурси самодопомоги: веб-сайти, відео, комікси, курси, брошури, путівники, плакати, листівки, інфографіка, атракціони, кризові консультації (телефонні та онлайн), онлайн-групи «рівний-рівному», онлайн групи самодопомоги тощо. Хоча різні онлайн-модальності та методи надання психологічної та соціально-просвітницької допомоги існують, традиційно залишається найбільш затребуваною та найефективнішою офлайн-консультація.

Під час очного або онлайн-консультування, під час пандемії COVID-19 в Україні психологи та інші спеціалісти соціально-психологічних служб надавали та надаватимуть такі види консультативної та психологічної допомоги та підтримки:

- психологічні (кризи, планування, підтримка, профілактика);
- інформація (про доступні послуги, перенаправлення тощо);
- питання про соціальне, медичне, юридичне, педагогічне забезпечення тощо.

Дистанційна допомога надається онлайн через телефон, соціальні мережі, Viber, Telegram, WhatsApp, Signal, Skype тощо, листування електронною поштою або листування на сторінках сайту – Psychology Online Office. З початком карантину, через нагальні турботи про збереження психологічного та психічного здоров'я населення, виникла нагальна потреба у кваліфікованих спеціалістах, які зможуть надати психологічну підтримку у відповідних формах тим, хто її потребує: від екстреної психологічної допомоги, кризового втручання до глибокої психологічної реабілітації, психотерапії та психологічної реабілітації. Як наслідок, під час пандемії COVID-19 у фахівців зросла мотивація вивчати моделі, прийоми та прийоми психологічної допомоги та проводити таке навчання [16, с. 57-59].

Отже, аналіз наукових даних про шляхи та засоби надання психологічної допомоги постраждалим від пандемії COVID-19 зробив висновок, що основним напрямком такої допомоги має бути самопомога шляхом систематичної та цілеспрямованої психоосвіти, оволодіння новими прийомами та засобами для стабілізації емоційного стану, вирішення інших проблем та підвищення особистісної стійкості для запобігання гострому стресовому розладу та протистояння стресу.

Підготовка дитини до школи має навчити її справлятися зі своїми емоціями. У будь-якому випадку, тривалий період невдач може призвести до відчуття неповноцінності. У той же час здатність сприймати інших різко падає. Занурені у власний досвід, діти не можуть самостійно визначити, що відбувається, їхня увага стає слабкішою, а здатність міркувати й логічно мислити зникає. До 6 років потрібно вчити дитину контролювати свої почуття і переживання, знайомити з прийомами саморегуляції (наприклад: «Переконати себе»: «Все добре, все пройде, я заспокоюся»).

Тому емоційна підготовка до навчання дуже важлива для успішної адаптації дитини до шкільного життя. Емоційна готовність – це здатність правильно та адекватно реагувати в різноманітних життєвих ситуаціях.

Насамперед її розуміють як зниження імпульсивних реакцій і здатність виконувати менш цікаве завдання протягом тривалих періодів часу.

1.3. Взаємозв'язок емоційного стану дітей та їх готовності до школи в умовах пандемії

Функціональна підготовка дітей до школи є важливим питанням психології. Початок навчання в школі означає зміну способу життя дитини. Це абсолютно нова соціальна ситуація розвитку особистості, яка визначає психологічний та особистісний розвиток дітей молодшого шкільного віку. У цьому віці домінуюча діяльність переходить від гри до навчання на основі пізнавальних інтересів і нового соціального статусу. Перетворення навчання на систематичну, цілеспрямовану діяльність, різке зниження фізичної активності, значний статичний стрес, нові обов'язки та вимоги до дисципліни – усе це може бути величезним тягарем для учнів першого класу. У перший навчальний рік ознаки дошкільнят поєднуються з ознаками дітей молодшого шкільного віку. Дитина починає усвідомлювати, що навчання – це важлива соціальна діяльність і всі навколо усвідомлюють важливість навчання [53].

Значне соціальне значення має виховна діяльність, яка ставить дитину на нове положення у стосунках з дорослими та однолітками, змінює її самооцінку, перебудовує сімейні стосунки. Вперше з'являється афективна і семантично орієнтована основа поведінки – розуміння сенсу діяльності: задоволення або невдоволення своїм місцем у стосунках з дорослими та іншими дітьми. Відноситься до психологічного та особистісного розвитку дітей у цьому віці, демонструючи явне бажання зайняти місце в житті та зайнятися новою діяльністю, важливою для них та їхнього оточення. Усвідомивши це, вони зіткнулися зі своїм способом життя і перестали отримувати задоволення від гри. Дитина починає розрізняти внутрішнє і зовнішнє свого характеру, розуміти зміст своїх переживань, узагальнювати їх. Це означає, що у дитини сформувалося нове внутрішнє життя, і вона продовжить напрямок поведінки.

Навчання в школі вимагає значного фізичного та розумового напруження, Вони мають високі моральні якості, тому під час підготовки до школи їм слід приділяти велику увагу фізичним якостям своїх дітей [14]. Фізична підготовленість до школи – це стан належного здоров'я, витривалості, стійкості до несприятливих впливів, нормальні антропометричні дані (зріст, вага, окружність грудної клітки), достатній рівень розвитку в спортивних напрямках, підготовленість рук до необхідних для оволодіння письмом, повний розвиток культурно-гігієнічних навичок тощо. Фізична підготовленість дитини до школи означає, що вона завдяки своєму фізичному розвитку та здоров'ю здатна наполегливо працювати. Відомо, що першокласникам на перших порах важко пристосуватися до шкільної системи; час на уроках, їм потрібно залишатися на місці тощо.

Діти втомлюються від збереження певних поз, нерухомості, незвичних розумових навантажень, намагань зосередитися. Ось у чому переваги сильного здорового тіла над слабким, нещасним тілом. Здорові діти, які нормально розвиваються, швидко адаптуються до нового середовища, демонструють належну продуктивність і легко відновлюються після невеликих перерв. Діти з фізичними вадами швидко втомлюються, скорочують заняття в класі і втомлюються більше, ніж їх здорові однолітки.

Готовність до школи залежить від соціальної та емоційної зрілості дитини. Він виявляється у вмінні спілкуватися з іншими (дітьми та дорослими), підкорятися суспільно прийнятим правилам поведінки, вміти грати в ігри за правилами, підкорятися правилам, стежити за дотриманням правил іншими учасниками (Рис. 1.3.).

Мотиваційна підготовка: сформувати правильну шкільну концепцію, сприймати навчання як серйозну та соціально значущу діяльність з певним позитивним та емоційним настроєм; мати бажання йти до школи вчитися, без тиску, здатність координувати поведінкові мотиви, позитивне ставлення до вчителя, знання його професійної ролі та позиції, готовність взяти на себе роль учня.

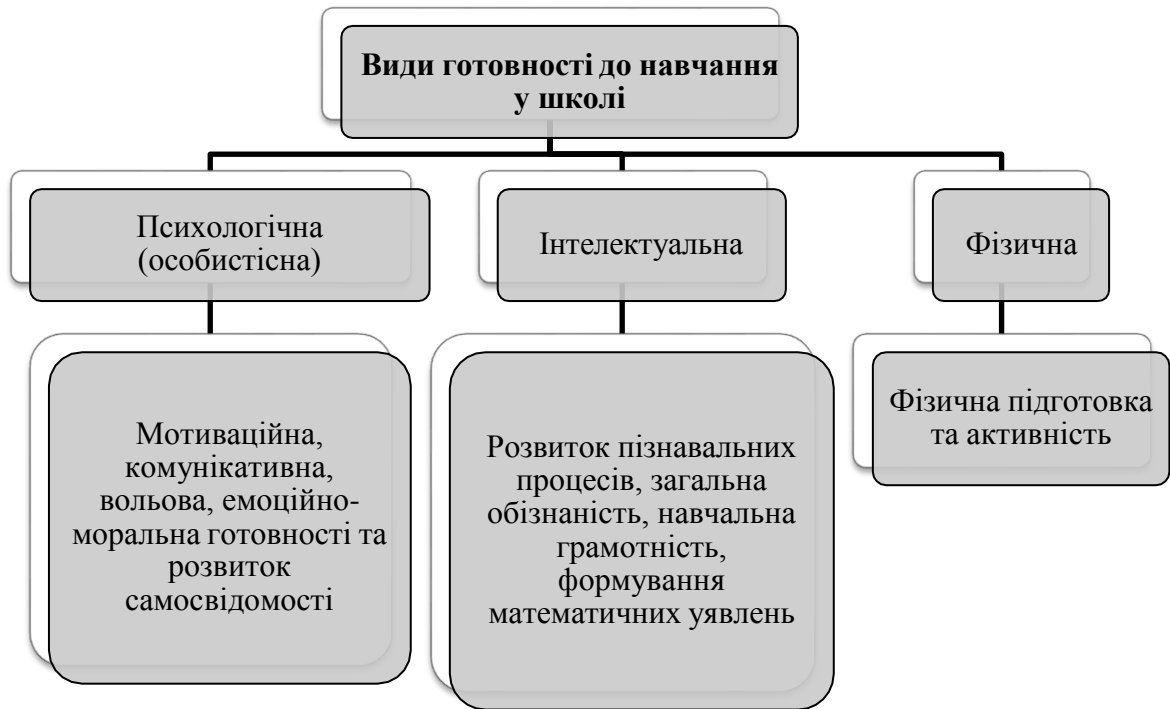


Рис. 1.3. Види готовності до навчання в школі

Комунікативна підготовка: певне формування у дітей правильних уявлень про норми та поведінкову етику, діти дотримуються загальноприйнятих правил і норм спілкування, певний ступінь розвитку комунікативних здібностей: вміння слухати, говорити, погоджуватися; виявляти повагу й доброзичливість до дорослих, легко встановлюють ділові зв'язки з однолітками, вбачаючи в них партнерів в іграх та навчальних заходах; вмійте координувати власні плани, дії, доручати роботу, координувати дії учасників для досягнення спільних цілей відповідно до цілей та прагнень партнерів; відсутність конфліктів.

Вольова готовність: поява індивідуальної поведінки; здатність керувати власною поведінкою: гальмування імпульсивних реакцій, контроль рухової поведінки, контроль дій; здатність передбачати наслідки своїх дій, дій, результатів дій; певний ступінь розвитку довільності психічних процесів: сприйняття, сила уваги, пам'ять, уява; саморегуляція різноманітних видів діяльності, що відбивається на розумінні дитиною сутності завдання, плануванні наступного кроку, контролі власного прогресу, взаємозв'язку

керівництва дорослим; відповідальність, організованість, наполегливість, дисциплінованість; подолання труднощів; довгострокове досягнення цілей; переносити дискомфорт; контролювати себе в емоційних, стресових і навіть втомлених ситуаціях; діяти на вимогу; мати певний самоконтроль.

Емоційно-моральна підготовка: емоції стають самостійними об'єктами свідомості дитини; більш незалежними від ситуації; вищими емоціями, які з'являються в емоційній сфері дитини, є емоції (гуманні, патріотичні, естетичні); позитивні та емоційні установки, на основі яких діти будують стосунки з дорослі та однолітки; переживання, пов'язані з важливістю (позитивною чи негативною) їхніх дій та наслідками їхніх дій для інших.

Розвиток самосвідомості: формування у дитини думок і ставлення до себе; коли дитина об'єктивно оцінює свої здібності в діяльності для досягнення реальних цілей, необхідний достатній рівень; коли дитина правильно оцінює себе, свій характер, поведінку, вчинків, його місце серед інших, з'являється більш повна самооцінка, свідоме переживання дитиною невдач, помилок, формування певного ступеня самосвідомості [6].

Розвиток пізнавальних (розумових) процесів (сприйняття, мислення, уваги, пам'яті, мовлення): розвиток певного ступеня розумової активності, заснованої на допитливості, здатності до формування певної розумової діяльності, що робить розумову роботу успішними висновками; Сприйняття стає довільним; основи екологічної естетики; формування метафоричного мислення, удосконалення метафоричного мислення; вони детерміновані: не залежать від конкретних ситуацій; узагальнений характер; діти аналізують, систематизують, узгоджують, узагальнюють, визначають природу різних предметів. , їхні внутрішні зв'язки, здатність встановлювати причинно-наслідкові, тимчасові та просторові зв'язки, здатність узагальнювати; здатність до наочних схем; здатність моделювати; коли дитина змогла абстрактно міркувати на основі логічних законів, це є основою для логічне мислення в мові.

Загально-обізнаність з навколишнім світом: у дітей виражений пізнавальний інтерес до явищ навколишнього середовища; досить широкий спектр усвідомлених систематизованих уявлень та основних уявлень про навколишній світ, їхню сім'ю, рід, незалежну державу – Україну, неживу природу (сонце, вода, повітря, земля), їх характеристики, значення для живих істот, життя рослин.

Формування основних математичних уявлень: уміння систематизувати та групувати предмети за певними ознаками: знаходити геометричні фігури на малюнках, моделях, у вигляді навколишніх предметів, використовувати геометричні фігури для визначення форми предметів у цілому та його частин; розуміти їх основні Функція; здатна рахувати до десяти будь-якого числа в додатному і зворотному порядку [76].

Грамота (підготовка до письма, підготовка до читання): вміння малювати геометричні фігури різної конфігурації, прями, складені, хвилясті лінії на папері без лінії; малювати геометричні фігури та окреслювати теми паралельними прямими лініями; писати в два рядки, як основний елемент нижніх літер: паличка з нахилом і т.д.

Володіти такими навичками, як ходьба, біг, стрибки, метання, рівновага тощо; розвинені моторні навички: швидкість, спритність, гнучкість, витривалість і сила під час руху; покращують рівновагу, координацію, рух і відчуття напрямку в просторі.

Емоційна готовність відображається у почутті задоволення, радості та довіри дитини, коли вона йде до школи. Ці переживання змусили її отримати задоволення від спілкування з учителями та новими друзями, підтримали впевненість у собі та бажання знайти своє місце серед однолітків.

Важливим моментом емоційної готовності є переживання, пов'язані з самою навчальною діяльністю, її процесом і першим результатом, вболівання за успішне виконання завдання [12]. Особистісна емоційна підготовка старших дошкільників до шкільного навчання включає: мотивацію до навчання, вміння

спілкуватися з однолітками та дорослими, вміння розвивати адекватну самооцінку та самоконтроль.

Мотивація до навчання. Знання, здобуті самостійно, міцно засвоюються. Те, що розповідається дитині, може пройти через її свідомість, але її власні здогади, власні відкриття залишаються в пам'яті назавжди. Тому заняття, які готують дошкільників до школи, повинні проводитися весело, захоплююче, поєднуватися з практичними завданнями та творчими вправами. В результаті у дітей розвивається пізнавальний інтерес і бажання вчитися [17].

Спілкуватися. Необхідно також використовувати командну гру, де діти вчаться взаємодіяти, співпрацювати зі своїми однолітками і водночас виражати свою індивідуальність. Спеціальні розумові ігри покликані розвивати емоційний світ дошкільників, навчаючи їх власним почуттям і емоційним станам інших.

Довільна поведінка – здатність підкорятися власній волі керує бажаннями і вчинками. Дитині важко пристосуватися до шкільного життя, якщо вона не вміє себе контролювати. Адже їй потрібно вчасно приходити на урок, сидіти в класі у відведений час, піднімати руку, щоб відповісти на запитання вчителя, і виконувати завдання, коли вам захочеться пограти чи помріяти.

Якщо дошкільнята не вміють контролювати свої бажання, це може призвести до емоційної дезадаптації в школі. Тому важливо проводити ігри дошкільного віку для розвитку самоконтролю. Наприклад, гра з правилами може сприяти розвитку в дітей умінь контролювати власну поведінку [61].

Підготовка дитини до школи має навчити її справлятися зі своїми емоціями. У будь-якому випадку тривала невдача може призвести до відчуття неповноцінності. У той же час здатність сприймати інших різко падає. До 6 років потрібно вчити дитину контролювати свої почуття і переживання, знайомити з прийомами саморегуляції.

Тому емоційна підготовка до навчання дуже важлива для успішної адаптації дитини до шкільного життя. Емоційна готовність – це здатність правильно та адекватно реагувати в різноманітних життєвих ситуаціях.

Насамперед розуміють як зниження імпульсивних реакцій і здатність виконувати менш цікаве завдання протягом тривалих періодів часу.

Після гармонійного зростання перших кількох років дітей дошкільного віку структура тіла шестирічної дитини зазнає якісної зміни: одягається типова «шкільна форма». Тобто мова йде про формування примітивних фізичних характеристик чоловіків і жінок у цю епоху. Основні зміни зазнає і центральна нервова система. Маса мозку зростає, досягнувши наприкінці шостого року 1350 грамів, що становить 90% маси мозку дорослої людини. Його функціональність також розвивається. Це проявляється в помітному збільшенні інтенсивності та ефекту процесу гальмування порівняно з першими кількома етапами розвитку дитини, особливо при вдосконаленні умовного та диференційованого гальмування. Структура діяльності аналізу та синтезу стає дедалі складнішою.

Таким чином, формування нових нейронних зв'язків відбувається за безпосередньої участі другої сигнальної системи, тобто в обох сигнальних системах одночасно. Це розширює діапазон впливу словесних подразників або сигналів на розвиток діяльності дітей. Нервова система шестирічних дітей дуже тендітна, тому подальше встановлення і закріплення збалансованої взаємодії збудливих і гальмівних процесів вимагає піклування про розумні зміни навантаження і відпочинку, напруги і розряду живих тканин у старших дошкільників.

Нормальний фізичний розвиток дітей дуже важливий для формування особистості. Проте інтелектуальний розвиток залежить не тільки від нього, а й від позитивної взаємодії дитини з її найближчим соціальним оточенням. Соціальний розвиток старших дошкільників значно змінився порівняно з попередніми роками [19]. У зв'язку з необхідністю підготовки до школи у дорослих зростає потреба в дошкільнятах як суб'єктах практики та спілкування з різних дисциплін. У кожній віковій групі формується «дитяча спільнота» (механізм дії подібний до громадської думки), активно формується ставлення дитини до самооцінки. У цьому випадку ставлення членів групи дитини до

оцінки окремої дитини може не відповідати оцінному ставленню дорослого до неї.

Збагачення особистого та соціального досвіду дітей під час ігрової та іншої діяльності, засвоєння під впливом цілеспрямованої педагогічної роботи правил та норм групового співжиття, загальнолюдських моральних цінностей як модераторів соціально доцільної поведінки призводять до глибоких якісних змін у дитячій психології. Якщо дитина розвивається нормально, то її психологічні зміни стають передумовою для формування шкільної зрілості.

Найяскравіші зміни, що охоплюють усі сфери психології у старших дошкільників – пізнання, волі, емоції – свідчать про те, що цей вік є переломним, багатим на такі пухлини, які забезпечують перехід дитини до формальної освіти [20].

Короткий опис цих змін:

1) До шести років дитині з'являються такі її «внутрішні інстанції» розвитку особистості, як образ «Я», самооцінка, егоїзм, рівень вимог, особисті очікування тощо, які регулюють діяльність дитини, будь-якого типу, повністю встановлені та функціонально ефективні. Діяльність самостійна – представляючи власне «Я». Поява цих інстанцій як модераторів діяльності та поведінки свідчить про диференціацію внутрішньої та зовнішньої особистості дитини, розвиток її здатності до довільних дій відповідно до мети, незважаючи на те, що ситуаційні афективні спонукання можуть відволікати від цієї мети.

2) Органічно пов'язане з вищезгаданою фундаментом новоутворенням особистості дошкільника, його ставлення досягає бажаного ефекту в різних видах діяльності. Бажані результати – це ті, які відповідають рівню потреб дитини. В основі цього механізму лежить одна з найважливіших новоутворень дітей дошкільного віку (друга її половина) – приналежність мотивації. Тобто діяльність дошкільників все частіше мотивується не індивідуальними, ізольованими, не пов'язаними чи навіть суперечливими мотивами, а скоріше певною системою мотивів, з яких домінуюча є найважливішою для успіху в кар'єрі, щоб отримати лідерство. І гальмують

більш локалізовані, ситуаційні мотиви, які гальмують процес досягнення результатів. Завдяки цьому розвивається здатність дитини робити моральний вибір, що дає їй можливість свідомо й самостійно діяти відповідно до важливих запитів суспільства.

3) На основі цих змін виникають довільна поведінка та нове ставлення дітей до себе, своїх здібностей, своєї поведінки. Оволодіння вмінням керувати собою, регулювати свої наміри, дії, поведінку – окреме завдання. Діти більш-менш реалістично оцінюють свою здатність виконувати завдання: «Я можу», «Не можу», «У мене не виходить» тощо. Створіть належний фундамент для усвідомлення дитиною власних особистісних якостей, які вона формує під впливом ставлення інших у своїй різноманітній діяльності та обмінах.

4) За правильних освітніх умов утворень, описані в області особистості, закономірно призводять до позитивних змін у розвитку всіх психічних процесів (сприйняття, пам'яті, уяви, мислення тощо). Ці процеси у дошкільників стають випадковими, інформативними, удосконалюються регулятивні функції. Тому важливим показником змін у розвитку психічних процесів у старших дошкільників є поява основних форм довільної уваги, щоб діти могли підпорядкувати свою увагу вимогам вихователя, зосередитися, керувати своєю розумовою діяльністю, предметів і явищ формується як відносно самостійний процес (у ранньому дитинстві загальновідомо, що сприйняття невіддільне від діяльності дітей з предметами). У старших дошкільнят виявлені більш стійкі та цілеспрямовані перцептивні характеристики, ніж у молодших дошкільників. Їхнє сприйняття дедалі більше включало вторинні сигнальні зв'язки, що надавало йому узагальненої риси, яка стала явною у сприйнятті старших дошкільників. Діти в цьому віці вже здатні до вибіркової та свідомої пам'яті [72].

Розвиток мислення дошкільників зазнає серйозних змін. Вона виходить на новий етап розвитку. Це проявляється не лише у вмінні використовувати ідеї, а й у збагаченні цими ідеями містом. Крім того, діти можуть оперувати не тільки поодинокими чуттєвими образами предметів, а й більш загальними

уявленнями, які поєднують особисті враження та судження про ці об'єкти. Це означає, що мислення і сприйняття дитини відокремлюються, і водночас вони відокремлюються від власне дії, стають відносно самостійним процесом. Все ще переважно візуально, воно поступово стало мовою. Формування мовних (словесних) форм мислення в першій і другій половині шкільного віку надзвичайно важливо для підготовки дітей до засвоєння характерних для шкільної освіти психологічних форм поведінки.

Також при створенні сприятливих умов для початку навчання для дошкільнят необхідно зменшити потенційно існуючі збудники через умови життя під час пандемії COVID-19 при цьому не слід забувати і про існуючі моменти, що завдають додаткової тривожності у даному віці, які як – криза у дошкільний період. Причини виникнення криз можуть бути різні, що завдають вплив якнайраніше [31]:

1) Зміни соціально-економічних та культурних умов за останні роки призвели до зміни системи вимог до дітей цієї вікової групи. Донедавна дошкільником вважалася шестирічна дитина, а тепер її сприймають як – майбутнього учня. Шестирічні діти повинні вміти організовувати свою діяльність і дотримуватися правил і норм, які є більш прийнятними в школі, ніж у дошкільному закладі. Дітей активно навчають шкільним знанням і навичкам, а заняття в дитячому садку зазвичай проводяться у формі занять. Більшість першокурників вступають до школи, вже читаючи, рахуючи та володіючи широким спектром знань у всіх сферах життя.

2) Велика кількість експериментальних досліджень показала, що когнітивні здібності сучасних 6-річних дітей перевищують відповідні показники їх однолітків 7 років. Прискорені темпи психологічного розвитку були одним із факторів, що висунули семирічну кризу.

3) Старший дошкільний вік характеризується помітними змінами фізіології організму і його справедливо називають віком «молочних зубів», віком «подовження». За останні роки основні фізіологічні системи дитячого організму дозріли раніше.

Таким чином, в нових соціальних позиціях і нових видах діяльності діти починають формуватися набагато раніше. У той же час, усвідомлюючи можливість цієї потреби, терміни зарахування залишаються незмінними: значна кількість дітей починає навчатися у 7 років.

Отже, перехідний вік подовжено з 5,5 років до 7,5-8 років, а криза в сучасних умовах загострилася. У молодшому дошкільному віці дитина вперше усвідомлює різницю між своїм місцем серед інших і справжніми здібностями та бажаннями. Є явне бажання зайняти нову, більш «дорослу» життєву позицію та зайнятися новою діяльністю, важливою не тільки для себе, але й для інших.

Дитина втрачає інтерес до дошкільної діяльності, намагається отримати нову позицію учня та прийняти навчання як нову соціально значущу діяльність. Без переходу до нової соціальної позиції та нової діяльності дитина буде відчувати незадоволеність, яка проявляється негативними симптомами кризи у 6-7 років [72].

Кризи розвитку неминучі і іноді трапляються з усіма дітьми, лише в одних випадках майже непомітні і скоординовані, а в інших жорстокі і дуже неприємні. Але який би характер не був криз, поява його симптомів говорить про те, що дитина старша і готова до більш серйозної діяльності і більш «дорослих» відносин з оточенням. Головне в кризі розвитку не її негативність, а зміна самосвідомості дитини – формування внутрішнього соціального статусу. Поява кризи у віці 6-7 років свідчить про те, що діти готові до школи. Коли йдеться про взаємозв'язок кризи 6-7-річного віку та готовності до школи, необхідно розрізняти симптоми кризи розвитку та прояви невроту та індивідуальні особливості особистості.

Невіддільний від розвитку мислення дітей розвиток мови. До кінця шостого року життя діти зазвичай вивчають систему рідної мови. Формування нових стосунків з оточуючими (дорослими та однолітками) та опанування новою діяльністю призводять до збагачення мовленнєвої форми і функції дітей. На цій основі відбувається перехід від виступу у формі діалогу до розгорнутого викладу, який часто набуває форми монологу. Стрижневою ланкою розвитку

зв'язної мови є збагачення внутрішніх мовленнєвих функцій. Внутрішнє мовлення вступає в дію, коли дитина представляє проблемну ситуацію, яку необхідно зрозуміти в умовах її фактичної діяльності, в цих ситуаціях внутрішнє мовлення виконує функцію планування, відгадування, обдумування, що робити.

Розвиток мислення і мови невіддільні від уяви дошкільників. Уява впливає з глибини уявлень дитини про навколишню дійсність, але не зводиться до них. У його уяві дитина завжди здавалася відірваною від реальних подій. У молодших дошкільників уява ще не спрямована на конкретну мету уявляти ті чи інші предмети, явища, події. Старші дошкільники змогли керувати процесом фантазії для досягнення певної мети. Через це можна говорити про розвиток у дошкільників не тільки репродуктивної уяви, а й появу творчих образних форм. Пов'язаний із формуванням внутрішнього світу дитини, її образу «Я», самооцінки та інших нововведень, існує також особливий вид уяви – мрії, які можуть бути виражені при створенні для дитини ідеального образу майбутнього [33].

Психологічні процеси не тільки проявляються, а й формуються в різних специфічних дитячих видах діяльності. Домінуючим видом діяльності все ще є гра. Його зміст стає все більш пізнавальним, що відповідає рівню інтелектуального розвитку дітей дошкільного віку. Цей зміст відображає соціальні події, які діти усвідомлюють, етичні правила, які регулюють людські стосунки, а також різні фантастичні історії. Змінюється і мотивація гри. В ігровій мотивації чільне місце займають пізнавальні інтереси, потреба порівнювати себе в якихось стосунках з однолітками, співпрацювати з ними, самооцінка тощо.

У міру правильного виховання дітей вони знайомляться з домашніми справами. Більшість дітей старшого дошкільного віку починають усвідомлювати, що їхня робота може мати соціальну користь для дорослих чи інших дітей. При цьому діти змогли виконувати роботу по самодопомоги без зовнішнього контролю.

Формується вибіркоче, оцінне ставлення дитини до тих видів діяльності, які найбільше сприяють її успіху, тобто діяльності, які мають суб'єктивне значення. Як старші дошкільники займаються різними видами діяльності відповідно до своїх можливостей та інтересів [51].

Тому оволодіння зв'язною виразною мовою, засвоєння її граматичного ладу, розвиток функцій внутрішнього мовлення на дошкільному етапі є основними передумовами навчання писемної мови. Пам'ять набуває якісно нових рис. Головним серед них є довільна природа процесів пам'яті та реплікації. Ця характеристика, органічно пов'язана з більшою пам'яттю і досить широким об'ємом, значно посилюється в пізньому дошкільному віці за рахунок накопичення життєвого досвіду дітей. Тому головним досягненням у житті дитини є її готовність вчитися в школі.

Функціональна готовність до школи – різноманітні особливості дітей. У цей період закладаються основи фізичного здоров'я, характеру, здібностей, характеристик, самосвідомості тощо. Допитливість дітей формує інтерес до навчання, розвиток пізнавальних інтересів формує основу для творчого мислення, узагальнення власного досвіду, комунікативні навички забезпечують активну навчальну співпрацю.

Позитивні досягнення в психологічному та особистісному розвитку забезпечується відповідним рівнем сформованості взаємопов'язаних компонентів і нормативів готовності, встановлення причинно-наслідкових зв'язків між ними є передумовою подальшого гармонійного розвитку дитини та переходу до наступного етапу виховання.

Висновки до першого розділу

Емоції відіграють важливу роль у житті кожної дитини. Важко уявити «холодну» дитину. На емоційне здоров'я та емоційний розвиток дітей впливає сімейне та соціальне виховання. І, звичайно, її темперамент, тип нервової системи – те, що зараз називають фізіологічними чи біологічними факторами.

Дошкільний етап є початковим етапом соціалізації в житті дитини. У цей період дитина приєднується до загальнолюдських цінностей, встановлює перші стосунки з людьми, швидко розвивається емоційна сфера, що має величезний вплив на її подальший особистісний розвиток, оволодіння різними видами діяльності. Емоції допомагають певним чином сприймати реальність і реагувати на неї.

З урахуванням наукових досліджень встановили, що відомими новоутвореннями в емоційній сфері дошкільників є емоційна розсіяність, здатність розрізняти емоції за допомогою символів (міміка, пантоміма, інтонація), емпатія як здатність співпереживати та допомагати іншим, емоційна передбачення. Емоційний інтелект у дошкільнят включає: рефлексію – здатність визначати власні емоції; розуміти свої та чужі емоції – здатність визначати причини емоцій та прогнозувати їх розвиток; емпатію – здатність співпереживати та розуміти емоції інших; саморегуляцію – керувати своїми емоціями.

Емоційна сфера дошкільника – це сукупність його переживань навколишньої дійсності та ставлення до себе, що має складну багаторівневу структуру, що включає: емоції та емоційні стани, почуття, настрої, емоційний інтелект, індивідуальні емоційні переживання. Розвинена емоційна сфера дошкільників є основою психічного здоров'я людини протягом усього життя.

Основна діяльність дошкільнят – сюжетно-рольова гра – є основою всіх вікових утворень. Сюжетно-рольова гра відображає світогляд, формує самопізнання дітей, розвиває уяву, фантазію, творчі здібності та інтелектуальний потенціал.

Емоції проникають у всі сфери свідомості дитини і впливають на її розвиток. Основними факторами девіації емоційної сфери дітей є деструктивні сімейні стосунки: конфлікти, асоціальна поведінка рідних, надмірна вимогливість батьків, надмірна критика, недовіра, покарання та обіцянки покарання, залякування, психологічне та фізичне насильство, страх перед

батьками (особливо матір'ю), відсутність можливостей ідентифікації з батьками протилежної статі, підміна сімейних ролей.

Теоретично дослідили психологічну літературу з даної тематики роботи та встановили, що здебільшого на емоційний стан дітей старшого дошкільного віку впливають зовнішні фактори такі як: підвищена тривожність батьків, особистісна необізнаність з умов пандемії під час виховного процесу та емоційна залученість дітей до процесу соціального пристосування до життя в умовах пандемії COVID-19.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ПАНДЕМІЇ COVID-19 НА ЕМОЦІЙНИЙ СТАН ДОШКІЛЬНИКІВ ТА ЇХ ГОТОВНІСТЬ ДО ШКОЛИ

2.1. Методичне забезпечення організації дослідження

Сьогодні дошкільнята – це ще й покоління, яке живе в самих нетрадиційних сімейних структурах, часто разом із «батьками-бульдозерами» розчищає всі перешкоди перед їхніми дітьми та залишає їх відкритими. Пандемія COVID-19, безсумнівно, є кризовою ситуацією, яка вибила з колії багатьох людей. Не можна виключати негативний вплив пандемії на всі сфери життя людини і, головне, горе від смерті близької людини. Але в той же час негативні явища в житті людини також є невід’ємною частиною її існування. Навіть ризик смерті близької людини та власної смерті є постійною особливістю нашого існування. Пандемії лише посилять те, що є цілком природним у нашому житті. Це погіршення є сутністю цієї кризи. Будь-яка криза є невизначеною ситуацією, що характеризується певними видами тривожності [68].

У ході роботи діагностичний інструментарій нашої роботи склали такі методики як:

- 1) Методика «Визначення рівня агресивності у дошкільника» (Г.П. Лаврентьєва, Т.М. Титаренко);
- 2) Методика «Емоційна ідентифікація» (О. Ізотова);
- 3) Методика «Тривожність» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен);
- 4) Методика-гра «Абетка настрою».

Дані методики дозволяють дослідити емоційний стан дітей старшого дошкільного віку та їх готовність до навчання у першому класі в умовах пандемії COVID-19.

Методика «Визначення рівня агресивності у дошкільника» (Г.П. Лаврентьєва, Т.М. Титаренко) розроблена у 1992 році з метою виявлення агресивності у дитини групи дитячого садка чи у початкових класах, яка розроблена для вихователів або психологів освітніх установ. Критерії за даною методикою наводяться для того, щоб педагог (психолог), виявивши агресивну дитину, надалі зміг виробити свою стратегію поведінки з нею, допоміг їй адаптуватися у дитячому колективі, що є досить важливим при формування особистості дітей дошкільного віку (Додаток А).

Напружене, нестабільне соціальне, економічне, екологічне та ідеологічне середовище, що склалося в нашому суспільстві в наш час, визначає зростання різноманітних взаємозв'язків у розвитку та поведінці підростаючого покоління. Особливе занепокоєння викликає не лише поступове відчуження дітей, а й їх цинізм, жорстокість, агресивність. Найгостріше цей процес проявляється на межі переходу від дитинства до дорослого – підліткового віку.

Вважається, що одним із головних факторів, за допомогою яких людина стає більш агресивним, є недолік батьківства, спостереження за моделями агресивної поведінки інших у реальному житті, на екранах кіно та телебачення чи комп'ютерних іграх. Важливу роль у виникненні та формуванні та реалізації препаратів людської агресії відіграють такі ситуаційні фактори, як кліматичні умови, підвищений шум, великі скупчення людей, неприємні запахи та тісноти в кімнатах, вторгнення в приватне життя, біль, стресові ситуації тощо.

Розглянемо особистісні фактори, які сприяють підвищенню агресивності: підвищена ворожість і дратівливість, підвищений рівень тривожності та депресії, низький рівень інтелектуального розвитку, особистісні антисоціальні схильності, ревності тощо. До факторів, що стримують агресивну діяльність, належать: можливість покарання за агресію, любов і дружба, а також такі особисті якості, як поміркованість, толерантність, обережність, конфліктність, високий рівень самоконтролю [42].

Багато разів на розвиток агресії у дітей впливають сімейні стосунки. В.І Габзов виділив три негативного ставлення батьків до своїх дітей:

- 1) Тип А – відтогнення (відмова від дітей, демонстрації, ворожість);
- 2) Тип В – гіперсоціалізація (надто вимогливий, надмірно критичний, прискіпливий, карає за найменшу провину);
- 3) Тип В – гіперопіка (егоцентричне виховання: надмірно турботливе ставлення, що позбавляє дитину можливості діяти самостійно) [34].

На фоні особистісної тривожності з приводу страху пандемії серед батьків можуть виникати різні реакції, які у різній мірі, але відзначатимуться на емоційному стані дошкільника, а саме створюватимуть певний бар'єр спілкування та прояв надмірної агресивності у даному віці.

Перший тип створює у дитини відчуття покинутості та невпевненості. Дитина не відчуває підтримки, ніби ховається «за стіною». Крім того, неприйняття руйнує механізм ідентифікації (дитина не приймає переконання батьків). У холодних емоційних відносинах у нього відсутня модель поведінки позитивної реакції, що знижує здатність дитини до саморегуляції. Тобто агресія визначається як «відчай дитини, що шукає схвалення та любові».

Друга (гіперсоціалізація) ніби дає дитині модель розвитку, спрямовану на розвиток сильної, вольової особистості, але все одно призводить до негативних результатів – гніву, бажання робити заборонені речі «по-тихому» тощо. Тут критика з боку батьків, як правило, не конструктивна і, таким чином, не приводить до позитивних результатів. Критика дитини може викликати почуття неповноцінності, тривоги, очікування нових невдач. У більшості випадків дитина, яка займає таке положення в сім'ї, не може займати високе положення в групі. Саме це змушує агресивна поведінка дитини сприяє її самоствердженню в групі. Крім того, батьки, які висувають високі вимоги до своїх дітей, не враховують особливостей і здібностей своїх дітей. Тому, за словами А.І. Захарова, діти «переобтяжені» знаннями. Крім того, заняття, невідповідні віку та інтересам дитини, можуть призвести до неврозу, що може призвести до агресивної поведінки.

Третій тип (гіперопіка) також порушує нормальний розвиток особистості. Діти мають можливість отримувати ніжність і любов від батьків, але надмірна

турбота може призвести до незрілості, несамостійності, нездатності приймати рішення і стресу, знижуючи здатність індивідів до саморегуляції. За словами психологів, такі діти часто стають жертвами агресії.

Методика «Тривожність» (Р. Темпл, М. Доркі, В. Амен) визначає рівень тривожності дитини. Завдання – дослідити й оцінити тривожність дитини в типових життєвих ситуаціях, у яких найкраще проявляються відповідні якості особистості. У той же час сама тривожність вважається рисою особистості, яка забезпечує безпеку людей на психологічному рівні, а також може мати негативні наслідки. Вони включають, гальмування діяльності дітей для досягнення успіху (Додаток Б).

Висока тривожність часто супроводжується сильно розвиненою потребою уникати невдач, що сильно заважає прагненню до успіху. Тривоги, які вивчає одна людина у зв'язку з певною ситуацією, не обов'язково будуть так само проявлятися в іншій соціальній ситуації, це залежить від негативного емоційного досвіду дитини в тій чи інших життєвих ситуаціях.

Тривожність, пов'язана з конкретною ситуацією, що вивчається однією людиною, не обов'язково проявляється однаково в іншій соціальній ситуації, вона залежить від негативного емоційного досвіду дитини в тій чи інших життєвих ситуаціях. Це негативний емоційний досвід, який посилює і породжує тривожність як рису особистості та тривожну, неспокійну поведінку дітей [70].

Підвищення рівня особистісної тривожності свідчить про відсутність хорошої емоційної перебудови, адаптації дитини до життєвих ситуацій, що викликає тривожність. Психодіагностика тривожності оцінює внутрішнє ставлення дитини до певних соціальних ситуацій, дає корисну інформацію про характер стосунків дитини з оточуючими, особливо в сім'ї, у дитячому садку.

Психодіагностичний наочний матеріал у цій методиці представлений серією малюнків розміром 8,5x11 см (рисунок 1-14). Кожен образ сюжету – типова ситуація в житті дошкільника. Кожен описаний малюнок доступний у двох варіантах: для хлопчиків (на фото хлопчик) і дівчат (на фото дівчинка).

Під час тестування досліджуваний ідентифікував з дітьми однієї з них статі. Обличчя дитини намальовано не повністю, надано лише грубий контур його голови. Кожне зображення забезпечено двома додатковими зображеннями голови дитини, розмір яких точно відповідає контуру обличчя дитини на зображенні. На додатковому зображенні зображено усміхнене обличчя дитини, а на іншому – сумне обличчя.

На запропонованих малюнках зображені типові життєві ситуації, з якими стикаються дошкільнята, які можуть призвести до підвищеної тривожності. Передбачається, що вибір дитиною людини буде залежати від її власного психічного стану на момент тестування. Неоднозначні малюнки в цьому методі мають основне «проекційне» навантаження. Значення, яке дитина надає цим картинкам, свідчить про емоційний стан, характерний для цієї життєвої ситуації.

Розвиваюча емоційно-комунікаційна методика-гра «Абетка настроїв», розроблена Н.Л. Білопольською (Додаток В), використовується як метод дослідження адекватності емоційної діяльності та відповідей у досліджуваних дітей дошкільного віку, що допоможе дітям ознайомитися з основними людськими емоціями та виразами, що також допоможе визначити особисту емоційну чутливість дитини [57].

Заняття з дітьми можна проводити як індивідуально, так і в невеликих групах. Цей прийом визначає індивідуальну емоційну чутливість суб'єкта. Якщо емоційна чутливість вище вікової норми, це може свідчити про те, що старші дошкільнята емоційно не підготовлені до початку школи. Тому в дошкільньому закладі рекомендується проводити корекційні заняття з психологом. Діти активно та доброзичливо взаємодіють з педагогами та беруть участь у групових заходах у сенсорній кімнаті. Їм цікаво розв'язувати ігрові, пізнавальні, корекційні та навчальні завдання.

Отже, діагностичний матеріал підібраний відповідно до теми дослідження та охоплює усі основні компоненти емоційного стану дошкільника щодо готовності до навчання у школі (Додаток Ж).

2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження

Емпіричне дослідження проводилось на базі ДНЗ № 48 м. Миколаєва, вибірку склали 30 осіб віком від 4 до 6 років, з них 17 дівчат та 13 хлопчиків старшого дошкільного віку.

Дослідження проводилось у три етапи: перший етап – добір теоретичної частини літератури з даного дослідження, другий етап – добір психодіагностичних методів та проведення діагностики на визначеній вибірці дослідження, третій етап – аналіз отриманих результатів, розробка відповідних рекомендацій та висновок проведеного дослідження.

Відповідно до першої методики «Визначення рівня агресивності у дошкільника» (Г.П. Лаврентьєва, Т.М. Титаренко) для визначення рівня агресивності у дітей дошкільного віку було встановлено, що середні показники агресивності мали 10 дітей (34 %), високі показники виявлено у 19 % респондентів та 47 % зазначають низький рівень агресивності (Рис. 2.1.).

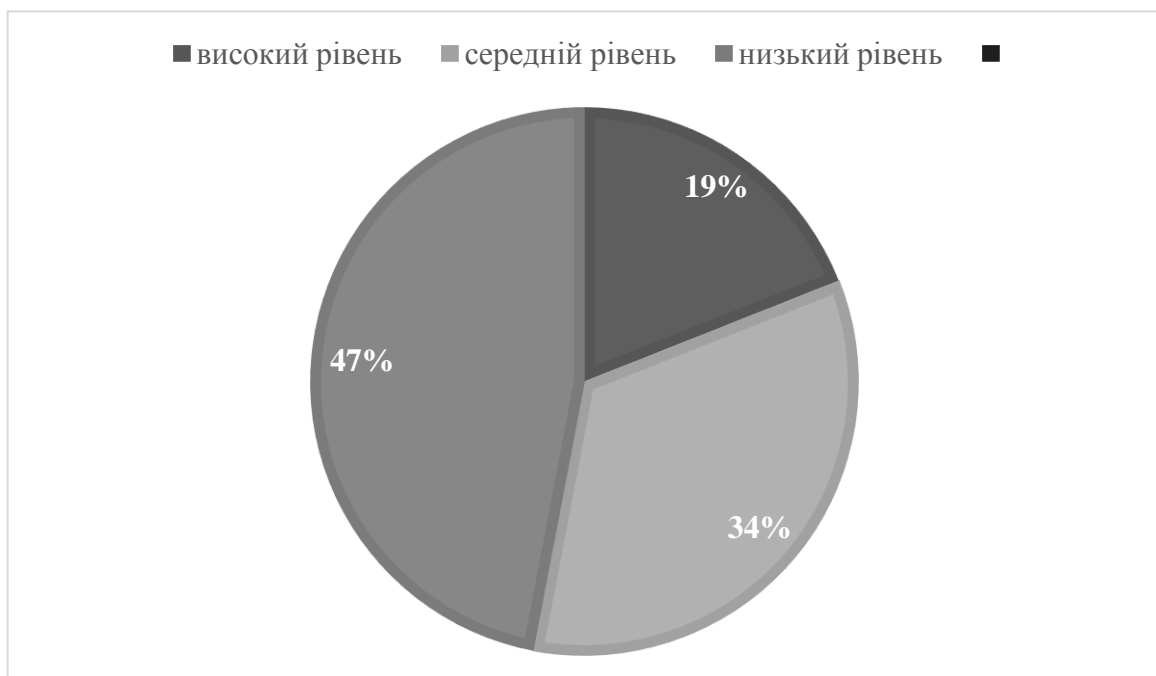


Рис. 2.1. Розподіл рівня агресивності серед дошкільників

Діти з помірною агресією можуть бути як впевненими, так і недовірливими по відношенню до себе. Діти цієї вікової групи дуже схильні до емоційних сплесків, які характеризуються тривожністю, депресією та результатом емоційних проявів. Низький рівень агресивності дошкільників свідчить про адекватність реакції дитини на подразники зовнішнього світу не дивлячись на реакцію її однолітків, коли дитина самостійно спроможна диференціювати власні та чужі дія, як те що є добрим чи поганим [35]. Високий рівень агресивності в такому віці свідчить скоріше за все про, приниження дитини, поводитися конкуренція серед однолітків, результат розчарування дитини в власній поведінці, асиміляція агресивного стандарту поведінка в сім'ї. Дітям старшого дошкільного віку характерними є доброякісна (так звана псевдоагресія) і захисна агресія. У дитячих колективах поширена ненавмисна агресія (ненавмисне заподіяння шкоди людині). Агресія як форма самоствердження проявляється у дошкільнят як під час гри, так і під час взаємодії з рідними. Для дошкільнят властива і захисна агресія. Характеризується супроводжуваним гнівом. Гнів – це реакція дитини на важливе системне порушення життєвих цінностей (у кожної дитини можуть бути свої особистісні особливості) [66].

За результатами методики «Емоційна ідентифікація» (О. Ізотова) бачимо, що 14% дошкільнят високо розвинені в цій здібності. Ці діти визначають 5-6 емоцій за допомогою піктограм і називають їх словом без допомоги дорослих (щасливий, злий, побачивши щось потворне, сумний); володіють емоції (усмішка, підняті брови, відкриті очі) (Додаток Д). На основі фотографій вони визначили 4 емоційні стани та пояснили їх причини за допомогою орієнтування (дівчина щаслива, можливо, вона чомусь радіє; дівчина сумна – вона щось втратила).

Група дошкільнят відтворила деякі емоції та розповіла про них (я завжди радію, коли я вдома на свята, дні народження; мама лає мене за брудний светр, а я сумую і засмучуюся) [40]. Середня здатність розрізняти, називати та пояснювати емоційні стани дошкільнят становила 54%. За позначками

розрізняють 3-4 емоційні стани, з яких можна назвати явні ознаки (усмішка, сльози), низький рівень 32 % здатності розрізняти, називати та інтерпретувати свої емоційні стани. Вони визначили на картці 1-2 емоції, виділені за допомогою міміки дорослих. Однак визначити емоційний стан по фото представилося їм з великими труднощами. Діти не можуть написати розповідь про свої емоції (я не пам'ятаю).

Також доцільно було розділити отримані результати за гендерними особливостями дошкільників, високий рівень розвитку емоційної сфери, серед хлопців – 6 %, дівчат – 8 %. Дитина правильно назвала всі емоційні стани, змогла співвіднести піктограми з фотографічними зображеннями. Змалювала різні емоційні стани. Допомоги дитині не потрібно (Рис. 2.2.).

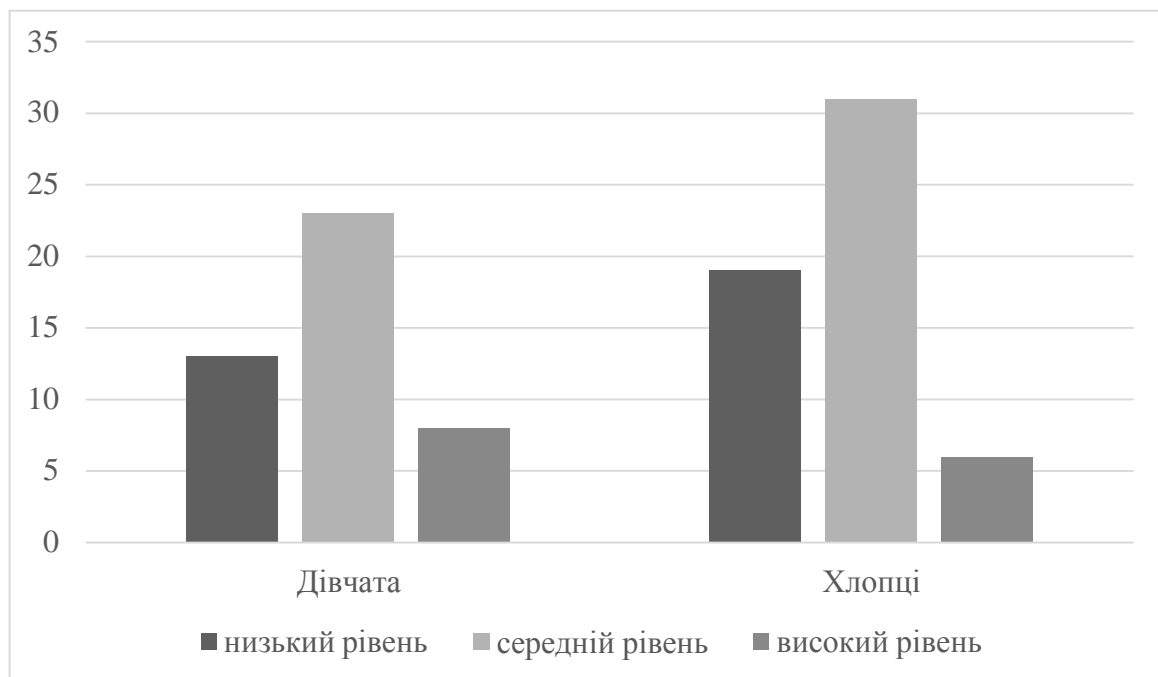


Рис. 2.2. Розподіл емоційної ідентифікації за статтю серед дошкільників

Середній рівень розвитку емоційної сфери у хлопців виражений у 31 %, дівчата – 23 %. Дитині знадобилася змістовна допомога. Низький рівень розвитку емоційної сфери, хлопці – 19 %, дівчата – 13 %. Потрібно було два види допомоги: змістовна та предметно – дієва [44].

За результатами методики «Тривожність» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен) рівень тривожності дитини визначали на основі порівняння спостережень, отриманих від дослідників, батьків дитини та опікунів. Спостереження реєструються в кілька етапів. На першому етапі дослідники спостерігають за дітьми протягом 2-3 днів у різних видах діяльності (ігри, уроки, нове середовище тощо) і заносять результати у спеціальну форму спостереження. За даними дослідження, висока тривожність була – 10 дітей (30 %); середня – 12 (49 %) дітей; низька – 8 дітей (21 %). Отриманий результат можна зобразити графічно (Рис. 2.3.).

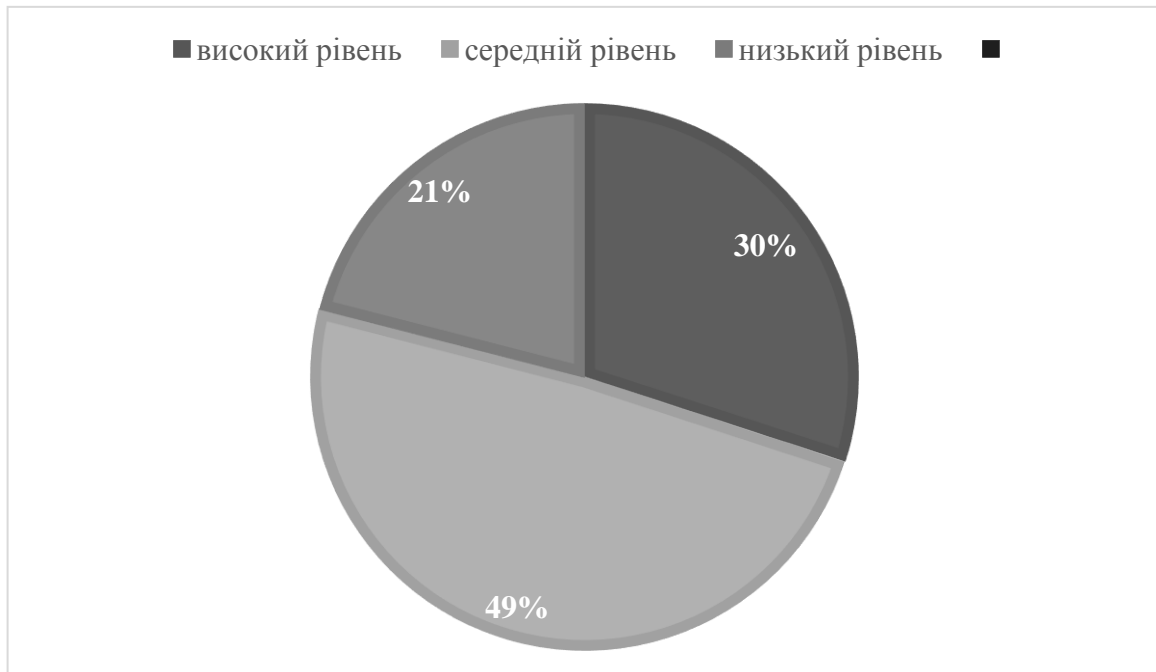


Рис. 2.3. Розподіл рівня тривожності серед дошкільників

У періоди високої тривожності інтенсивність подразника майже завжди перевищує індивідуальну психофізіологічну здатність дитячого організму успішно подолати або швидко пристосуватися до зниження тривожності. На проміжних рівнях стимули мають тенденцію бути адаптивними. Низький (в рамках активізації ситуативної тривожності) – іноді призводить до гіпореактивності. Після закінчення дії подразника тривалий час (дні, тижні,

місяці, роки) зберігаються високотривожні реакції у вигляді страху, агресії, апатії, в середньому – певний час; низький – повністю зникає після видалення подразника. У подібних ситуаціях тривожна реакція у осіб з високою тривожністю виникає завжди, навіть коли подразник не спрацьовує; в середньому – часто; при низькому – іноді.

Виявлені особистісні фактори тривожності та їх результативні показники свідчать про необхідність організації спеціальної роботи зі старшими дошкільниками для її подолання, оскільки високий рівень тривожності може негативно вплинути на формування емоційної готовності до школи, загального емоційного розвитку та затримки зон когнітивного розвитку та психічних розладів особистості на наступних етапах її становлення. Визначення індивідуальних рівнів тривожності, що вказують на необхідність роботи для подолання тривожності, ґрунтуватиметься на усуненні факторів, що викликають її виникнення, розвиток та закріплення у дошкільнят.

Наступним етапом дослідження була діагностика адекватності емоційної діяльності та відповідей у досліджуваних дошкільників. Для цього ми використали розвиваючу, емоційну та комунікаційну гру «Абетка емоцій», розроблену Н.Л. Білопольською. Дітям були роздані інструктивні картки із зображеннями людей чи тварин, що відображають різні емоції – радісні, сумні, налякані, самовдоволені, агресивні, незадоволені. Діти описували, як вони розуміли кожну із запропонованих картинок, і посилалися на них, коли відчували ту чи іншу емоцію. Дітям також було запропоновано намалювати лінії інтенсивності їхніх емоцій. Якщо настрій гарний, його потрібно намалювати червоним олівцем, якщо ні – чорним [65].

Важливо, щоб кожна дитина розуміла, чого від неї очікують. Тільки у цьому випадку результати достовірні. У результаті цього дослідження було виявлено, що 27 % дошкільного віку мали низьку індивідуальну емоційну чутливість, 52 % дітей – адекватну або помірну індивідуальну емоційну чутливість, і лише у 21 % осіб виявлено тенденцію до підвищення індивідуальної емоційної чутливості (Рис. 2.4.).

Немає нічого поганого в емоційній чутливості дитини. Також чутливі діти дуже добрі та милосердні. Але виховання чутливої дитини може мати певні труднощі. Чутливі діти більш схильні до емоційних перевантажень. Вони багато плачуть, схвильовані, бояться потрапити в неприємні ситуації і часто невпевнені в собі. Емоційно чутлива дитина часто реагує на дрібниці і відразу через це засмучується. У місцях скупчення людей (наприклад, в магазинах або на галасливих вулицях) чутливі діти часто тримають маму за руку і не відходять від неї ні на крок. Якщо до вас додому прийдуть гості, діти можуть заплакати, побачивши багато незнайомих людей.

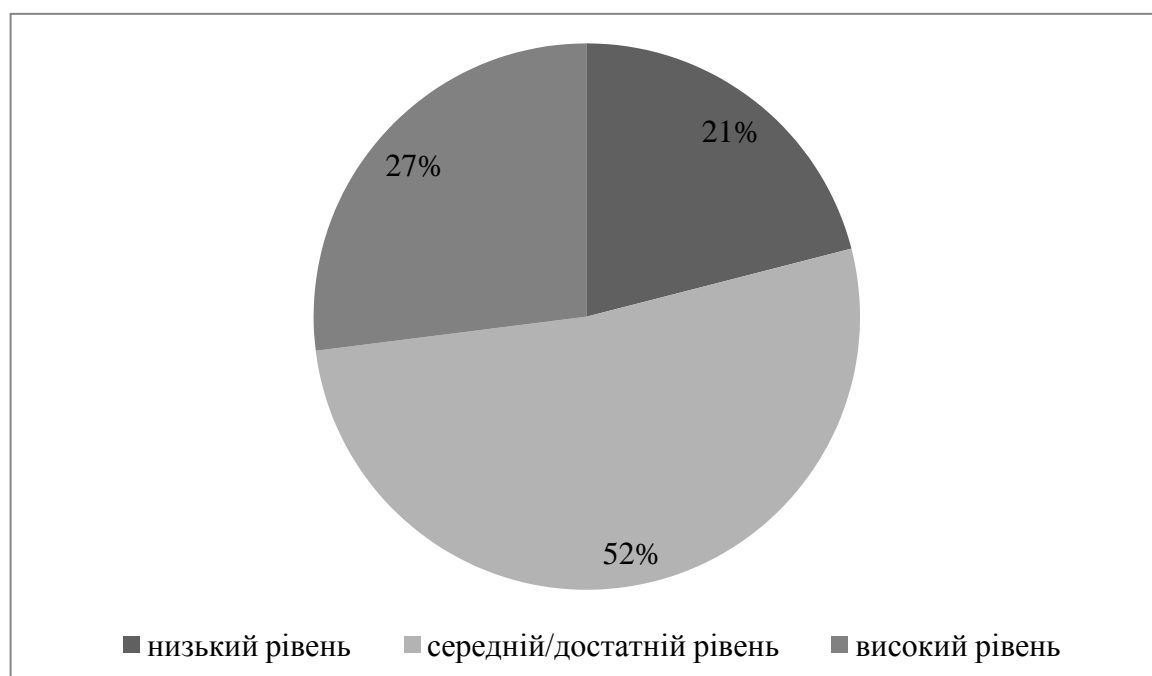


Рис. 2.4. Рівні чутливості дошкільників за методикою «Абетка емоцій»

Така поведінка дитини викликала розгубленість у батьків – вони просто не розуміли, що це спричинило. Деякі чутливі діти не тільки емоційно чутливі, але й мають гостре відчуття фізичних об'єктів. Гучні звуки або яскраві кольори можуть викликати у них незручність. Чутливі діти можуть боятися натовпу і остерігатися будь-яких змін [37].

Багато людей думають, що емоційно чутливі діти просто сором'язливі, але це ще не все. Такі діти глибше, ніж інші діти, переживають почуття. Це означає, що вони можуть бути перезбуджені, дуже злі та налякані. Тому вони бояться пробувати нове і намагаються уникати емоційних розладів. Їм важко будувати стосунки з однолітками, тому що їх часто сприймають як «плаксу» або «істеричну дитину».

Якщо говорити про вплив наслідків пандемії COVID-19, то можна сказати, що прямого впливу як такого на дітей старшого дошкільного віку немає, адже дошкільнята будучи в своєму віці досить рідко сприймають цілісно загальну інформацію з середовища, здебільшого вони орієнтовані на менші кола, такі як сім'я, група в садку і т.д. Але діти досить сильно реагують на емоційний стан дорослих, особливо батьків, який може передаватися і дитині, завдаючи ще більшої травматизації, аніж дорослим [52].

Також після психологічної діагностики серед дошкільнят, було проведено розроблену самостійно бесіду-опитування (Додаток 3), щодо готовності дошкільнят до навчання в умовах пандемії COVID-19. Дошкільняти дали свої відповіді на запитання: «Чи готовий Ти до навчання у школі?» більша частина дітей відповіли так – 26 осіб, 2 – затрудилися з відповіддю та 2 дошкільнят не готові до навчання зараз; на запитання «Чи знаєш Ти що таке» COVID-19?» 23 осіб відповіли – так, 4 дошкільникам не вдалося самостійно зрозуміти питання та дати відповідь, 5 осіб відповіли – ні; питання «Чи говорили батьки з тобою про пандемію?» 23 дитини відповіли – так, 3 дітей – не зрозуміли, 6 дітей знають, але батьки не говорили з ним на дану тему; на запитання «Чи хочеш навчатись у школі?» 26 дітей відповіли – так, 2 осіб – затрудняються відповісти, 2 дітей – хочуть але не зараз, тому відповіли, що ні; питання «Чи подобається тобі дізнаватись, щось нове?» діти відповіли майже усі, що їм подобається – 26 осіб, та лише 3 дошкільнят відповіли, що ні, адже не все нове для них виявлялось приємним (Рис. 2.5.).

Загальний висновок за даною бесідою свідчить про потенційну готовність дітей до навчання навіть в умовах пандемії COVID-19, при цьому більшість

дітей усвідомлюють, реальну загрозу даного вірусу, у відкритій бесіді з дітьми, також було встановлено, що вони знають, як діяти в умовах карантину та які існують обмеження для дітей їх віку.

Також на одне з відкритих питань «Чи заважає пандемія COVID-19 йти тобі до школи?» більшість дітей відповіли, що ні – 26 осіб, а інші 4 дошкільника відповіли, що так двоє з яких хотіли до школи, та двоє хочуть але не зараз.

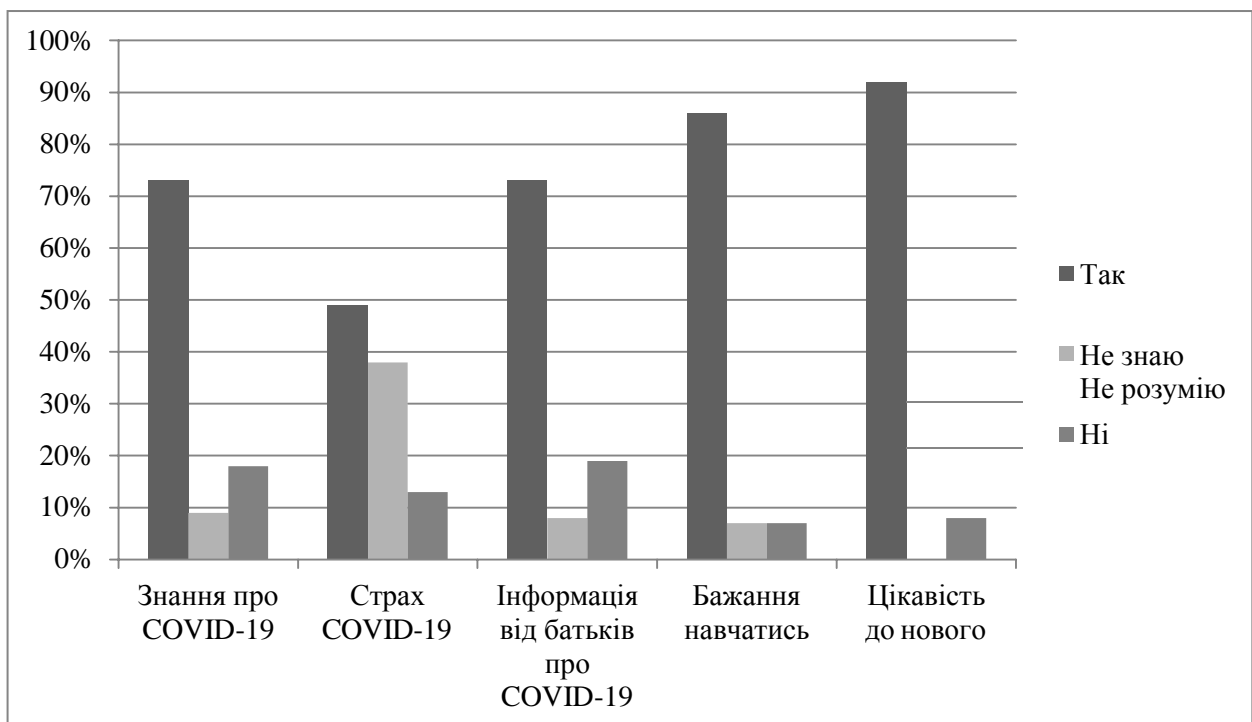


Рис. 2.5. Результати за проведенням бесіди-опитування готовності дошкільників до навчання

Відповідно до отриманих даних стосовно діагностичного матеріалу, було проведено і математично-статистичний аналіз даних до зазначеної тематики наукового дослідження. Для розрахунків використовували методи математичної статистики: кореляційний аналіз К. Пірсона для встановлення емпіричного зв'язку даних за двома змінними та t-критерій Стьюдента для

оцінки розбіжностей експериментальних даних за допомогою програм Excel та SPSS 17.0.

За допомогою t-критерій Стьюдента визначили достовірність відмінностей між рівнями складових емоційного стану дошкільнят (Табл. 2.1.).

Таблиця 2.1.

**Достовірність відмінностей між складовими емоційного стану
дошкільнят на готовність до школи в умовах пандемії
(t-критерію Стьюдента)**

Типи емоційного стану дошкільника	Тривожність	Чутливість	Агресивність	Ідентифікація
Рівень статистично значимих відмінностей, p	< 0,01	< 0,001	< 0,005	< 0,05
Високий рівень	1,01	- 2,80	3,84	2,56
Критичний рівень	2,04	2,51	- 2,78	3,58
Необхідний рівень	1,80	1,34	3,72	2,45

Від'ємний знак t-критерію Стьюдента вказує на те, що цей компонент може змінюватися відповідно нових умов середовища дошкільника. За результатами аналізу виявлено суттєві відмінності в кожному компоненті чотирьох характеристик емоційного стану дошкільнят, що підтверджує ефективність роботи з дітьми старшого дошкільного віку.

За порівнянням загальних показників за шкалою «тривожності» та «агресивності» було встановлено тісний зв'язок високого рівня між крайніми значеннями $1,01 \pm 3,84$ при рівні значимості $p = 0,001$, що підтверджує тісний взаємозв'язок даних показників.

Згідно з математичним аналізом отриманих даних за шкалою «агресивність – тривожність» показник t-критерію Стьюдента 0,998, тестова величина для парних вибірок становить (Т) – 3,84 число ступенів свободи

(f) – 29, саме тому вірогідність похибки становить $p = 0,01$. $p_{\text{набл}} \geq p_{\text{крит}}$, залежність ознак статистично значуща ($p < 0,01$).

За шкалою «емоційна ідентифікація – емоційна чутливість» показник t-критерію Ст'юдента 0,97 тестова величина для парних вибірок становить (T) – 3,58 число ступенів свободи (f) – 29, саме тому вірогідність похибки становить $p = 0,01$. $p_{\text{набл}} \geq p_{\text{крит}}$, залежність ознак статистично значуща ($p < 0,01$).

Показники за шкалами «емоційна чуттєвість–тривожність» показник t-критерію Ст'юдента - 1,00, тестова величина для парних вибірок становить (T) – 2,80 число ступенів свободи (f) – 29, саме тому вірогідність похибки становить $p \geq 0,01$. $p_{\text{набл}} \leq p_{\text{крит}}$, що спростовує вірогідність спів залежності показників за визначеними шкалами (кореляції не існує).

За розрахунком критерію узгодженості Пірсона для двох змінних було встановлено:

- для пари «емоційна ідентифікація – емоційна чутливість» було встановлено тісний негативний зв'язок $r = -0,07$ при рівні значимості $p = 0,05$, що доводить відмінність у значеннях, а значить дві порівнювальні змінні, слабо залежать одна від одної, при чому їх значення збільшуватись або зменшуватись незалежно від іншої.

- для пари «агресивність – емоційна чутливість» було встановлено тісний позитивний зв'язок $r = 0,08$ при рівні значимості $p = 0,05$, при цьому існує тісна пряма залежність збільшення чи зменшення показників в залежності від однієї та іншої змінної, при чому збільшення та зменшення відбувається прямопропорційно одна одній.

- для пари «тривожність – агресивність» було встановлено тісний позитивний зв'язок $r = 0,11$ при рівні значимості $p = 0,05$, що свідчить про тісний позитивний зв'язок за даними шкалами та взаємозалежність зміни показників за кожною шкалою.

Отже, на основі отриманих даних було визначено, що досліджувані дошкільники мали середній рівень емоційної готовності керувати власною

поведінкою та були зібраними [45]. Порівнюючи результати чотирьох методик дослідження емоційної сфери до готовності навчання дітей старшого дошкільного віку, встановили, що діти з підвищеною тривожністю також виявляли підвищену емоційну чутливість, що може призвести до проблем з емоційним спілкуванням під впливом зовнішніх обставин, а також тривожності батьків під час пандемії COVID-19.

Усі чотири показники за методиками були співвіднесені, що призвело до висновку, що 8 старших дошкільників мали низьку емоційну готовність до школи, а 12 дошкільників – помірну або адекватну емоційну готовність до школи та десять дітей нашої вибірки показали високі показники емоційної готовності до школи.

Тому діти з нижчим загальним емоційним станом у дошкільному віці потребують психологічної корекції в дошкільний період перед вступом у перший клас.

2.3. Психологічні рекомендації щодо оптимізації емоційного стану дошкільнят

Готовність до школи залежить від соціальної та емоційної зрілості дитини, безпосередньо яка може формуватися під впливом зовнішніх факторів. Вона виявляється у вмінні спілкуватися з іншими (дітьми та дорослими), підкорятися суспільно прийнятим правилам поведінки, вміти грати в ігри за правилами, підкорятися правилам, стежити за дотриманням правил іншими учасниками.

Емоційна готовність відображається у почутті задоволення, радості та довіри дитини, коли вона йде до школи. Ці переживання змусили її отримати задоволення від спілкування з учителями та новими друзями, підтримали впевненість у собі та бажання знайти своє місце серед однолітків. Важливим моментом емоційної підготовки є переживання, пов'язані з самою навчальною діяльністю, її процесом і першим результатом, підбадьорюванням за успішне

виконання завдання. Особистісна емоційна підготовка старших дошкільників до навчання в школі включає: мотивацію до навчання, вміння спілкуватися з однолітками та дорослими, формування адекватної самооцінки та вміння керувати собою (довільна поведінка).

Дошкільний етап – важливий етап у розвитку дитини. Саме в цей період вона приєдналася до загальнолюдських цінностей і встановила перші стосунки між дітьми і дорослими. Діти дошкільного віку характеризуються як дуже емоційні та іноді тривожні. З огляду на вимоги нової загальнодержавної програми «Я у світі», яка базується на базових компонентах української дошкільної освіти, на першому місці розвитку особистості, формування емоційної частини є важливим джерелом саморозвитку та самовираження дитини.

Якщо дитина нечутлива, відсторонена, емоційно скута, не вміє цінувати, радіти чи співпереживати, вона є деформованою особистістю, що проявляється в низьких соціальних навичках. Цей недолік вимагає розширення знань дошкільників про різноманітність людських емоцій, відображення міміки людини, вміння оперувати кольоровою гамою.

Дуже важливо зрозуміти, чи вміє дитина подолати свої негативні переживання, як вона справляється з власним горем, невдачами, переживаннями, як їй допомогти в цій ситуації. По-перше, коли дорослий помічає негативний досвід дитини, він повинен зрозуміти, чому це відбувається. Негативні переживання, хоча їх емоційні прикраси відіграють важливу роль у життєвій адаптації, стимулюють психологічний розвиток дитини [47, с. 111-113].

Емоційна підтримка сім'ї та дошкільних закладів не повинна обмежуватися створенням «теплих» умов. Дорослі оберігають дітей від тривоги, невдоволення, відчаю, лиха, що можна забезпечити спокій для дошкільнят. Проте штучно обмежувати сферу дитячого досвіду незручно, оскільки дитина стикається з різними ефектами, у тому числі й негативними. Найкраще навчити її долати негативний досвід, контролювати свої емоції та

регулювати своє самопочуття. Існує декілька прикладних моментів, для стабілізації емоційного стану дитини як вдома, так і у середовищі дошкільного закладу освіти (Табл.2.2.).

Таблиця 2.2.

**Типологія видів підтримки для дітей старшого шкільного віку
у готовності до навчання**

№ з/п	Емоційна підтримка у ДЗО	Емоційна підтримка сім'ї
1.	Встановлюйте емоційний зв'язок між вихователем і дитиною	Підтримувати емоційний зв'язок дитини з батьками
2.	Створюйте позитивні емоції для кожної дитини в групі (особливо під час адаптації)	Емоційна чутливість членів сім'ї, вираження емоційних реакцій один одного
3.	Розвивати ставлення до активної участі в колективі шляхом створення теплої емоційної атмосфери	Створіть модель поведінки батьків, щоб дати дітям емоційну безпеку
4.	Створити в колективі атмосферу емоційної безпеки	Стимулювати яскраві емоційні переживання дітей, пов'язані з сімейним життям
5.	Стимулювати яскраві емоційні переживання дітей, у тому числі колективні емоційні переживання	Допоможіть дитині надати можливості для самореалізації через власне «Я»
6.	Розвивайте у своїй дитині позитивну сторону образу «Я»	Сприяти оптимізації тісних стосунків між дитиною та батьками
7.	Розвивати здатність до прощення, емпатії та емпатії у стосунках з однолітками	Емоційна підтримка гарного ставлення матерів, батьків та близьких
8.	Розвивати вміння дітей виражати емоційні стани за допомогою дії	Підтримуйте спільну діяльність дорослих і дітей для створення позитивних емоційних вражень від взаємодії

9.	Розвивати вміння реагувати на інтонацію дорослих, міміку, жести	Підтримуйте емоційний досвід дітей і навчіться контролювати свої емоції
----	---	---

Діти знаходячись під впливом емоційного збудження, негативного впливу поведінкових реакцій відповідно під загрозливим впливом пандемії COVID-19, потребують рекомендацій щодо стабілізації емоційного стану.

Поради психологів викладачам, які працюють з першокурсникам:

- 1) Для занять дітей розбиття предметів на частини, порівняння предметів, розпізнавання закономірностей, формування міркувань.
- 2) Розвивайте навички концентрації та стійкості, малюючи прості візерунки через практику знаходження рухів у лабіринті.
- 3) Розвивати слухову та зорову пам'ять, практикуючи запам'ятовування різних предметів.
- 4) Підвищити мотивацію навчання, зняти тривожність тощо. Невротичний комплекс, пов'язаний з періодом адаптації, практикується через реінкарнацію. Розвивати навички впевненості в собі, групової діяльності та почуття відповідальності за прийняття рішень [49].

Рекомендації для батьків, діти яких скоро стануть першокласниками:

- 1) Почніть «забувати», що ваша дитина маленька. Нехай вона наполегливо працює вдома і чітко розбирається зі своїми обов'язками.
- 2) Визначте спільні інтереси. Це можуть бути пізнавальні інтереси (улюблені мультфільми, казки, ігри) і життєві (обговорення сімейних проблем).
- 3) Не недооцінюйте дітей. Не ображайте дітей перед незнайомими людьми. Поважайте почуття та ідеї вашої дитини.
- 4) Навчіть дитину ділитися своїми проблемами. Поговоріть з нею про конфліктні ситуації з однолітками та дорослими. Будьте щиро зацікавлені в її думці, і тільки тоді ви зможете сформувати правильне місце у своєму житті [56].

5) Часто розмовляйте з дитиною. Розвиток мови є запорукою гарного навчання. У театрі (цирку, кіно) – нехай розповість, що йому/їй більше подобається. Слухайте уважно, задавайте запитання та зацікавте дитину вами.

6) Дайте відповідь на кожне запитання дитини. Тільки тоді її пізнавальний інтерес не згасне.

7) Принаймні іноді намагайтеся подивитися на світ очима дитини. Бачити світ очима інших – основа взаєморозуміння.

8) Часто хваліть дитину. Робіть комплімент словами, посмішкою, добротою і ніжністю.

9) Ніколи не порівнюйте свою дитину з сусідкою, її друзями, однокласниками. Порівнюйте лише з вчорашнім і сьогоднішнім днем. Це допоможе вам швидше досягнути основи батьківської мудрості [58].

10) Не будуйте свої стосунки з дитиною на забороні. Погодьтеся, вони не завжди «розумні». Завжди пояснюйте причину свого запиту та пропонуйте альтернативи, якщо це можливо. Повага до вашої дитини зараз є основою поваги до вас зараз і в майбутньому.

Існує також умовна памятка для батьків, яка дозволяє їм якнайшвидше підготувати дитину до навчання у школі без психічних травм для дитини (Табл.2.3.).

Таблиця 2.3.

Характеристика видів поведінки та розвитку дитини у віці 6 років

№з/п	Структури Розвитку	Характеристики
1	Фізичні	Читаючи, уважно звертайте увагу на текст. Нетерплячість –це риса цього віку. Дитина може швидко втомлюється і часто хворіти. Любить рухливі ігри та ігри на свіжому повітрі.

2	Соціальні	Дитина прагне бути першою. Демонструвати змагальний дух та ентузіазм, які можна використовувати в навчальних цілях. Вона винайшла правила поведінки. Часто через толерантність. «Цвітіння» відповідає на похвалу або заохочення, і невдачу важко прийняти. Завжди гонись за щастям, як за сюрпризами. Чутлива до критики, але готова критикувати інших. Експеримент щодо індивідуальної та групової відповідальності. Вона цінує дружбу і часто має найкращого друга. Школа, поряд із сім'єю, є впливовим соціальним чинником
3	Мовні	Діти охоче пояснюють різні речі, шоу та огляди. Любить жарти та вікторини, а також класні бесіди
4	Пізнавальні	Любить задавати питання. Любить нові ігри, нові ідеї. Дошкільник краще вчиться завдяки самостійним відкриттям. Бере на себе більше роботи, ніж він може зробити. Розігрує драматичні сцени. З'являються проявляти інтерес до оволодіння навичками і прийомами навчальної діяльності. Навчання за допомогою ігор ефективніше, ніж навчання через книги. Вивчення будь-якого матеріалу має бути пов'язане з реальністю. Характерне підвищення творчої активності. Вона любить малювати та по-іншому творчо розвиватись
5	Зорові	Швидкий рух очей дозволяє швидше опанувати техніку – читання
6	Рухові	Високий шум і активність не слід штучно знижувати. Дітям слід дозволяти працювати стоячи. Необхідно чергувати тренування зі змаганнями і фізичними навантаженнями

«Дошкільну зрілість» можна визначити як загальний психічний стан дитини дошкільного віку, що характеризується високим ступенем розвитку тих якостей і процесів, які процвітають у дошкільному дитинстві і які є чутливими в цей період. Для інтелектуально розвинутих 6-річних дітей найбільш характерні рівні співробітництва-конкурентного спілкування з однолітками,

невимушеність у сфері спілкування з дорослими, досвід відкриття дитини самого себе у сфері самосвідомості. Крім того, важливі такі моменти:

- метод формування ігрової діяльності;
- добре розвинений соціально-емоційний рівень сприйняття і високий рівень морального розвитку для цього віку;
- розвинена уява;
- високий рівень наочного мислення, пам'яті, мовних навичок.

Варто зазначити, що значна кількість дітей, які навчаються в школі, недостатньо підготовлені до школи. Труднощі, насамперед, це важко для самих дітей, батьків, завучів та інших учнів класу, які змушені пристосовуватися до спільної з цими дітьми навчальної діяльності.

Діти, які не готові до школи, стикаються з трьома основними типами труднощів. Перша група ускладнень включає стосунки та системи взаємодії з однолітками (невміння слухати друга і приділяти увагу його роботі, змістовно спілкуватися з однолітками, узгоджувати з ними свої дії), друга група – спілкування з дорослими (ситуації непорозуміння та навчального спілкування), третє – власна сфера самосвідомості (переоцінка власних здібностей і здібностей, упереджене ставлення до результатів діяльності, неправильне уявлення про оцінки вчителя (вихователя). Ці три групи труднощів відображають основні аспекти відвідування дітьми школи та їх розумової готовності до школи. Тому показники психічної готовності до школи поділяються на ці групи [54].

6 років – це період, коли формується психологічний механізм особистості дитини. Творчість дітей у грі, творче ставлення до певних завдань є одним із показників особистісного ставлення. Розумовий розвиток і розвиток особистості пов'язані з самосвідомістю, а самосвідомість найбільш яскраво проявляється в самооцінці. Так дитина оцінює себе, свої якості, свої можливості, свої успіхи та невдачі. Така самооцінка була б неможлива без авторитетного пристосування дорослих. У той же час емоції часто перевершують об'єктивність. Крім того, авторитет дорослих настільки

важливий, що власна оцінка відсувається оцінкою дорослого. Дитина оцінює своїх однолітків так, як їх оцінює дорослий. Однак дитина може передбачити реакцію дорослого, тому дитина буде поводитися не так, як інший дорослий [64].

Дорослі (батьки, вихователі) також потребують психологічної підтримки під час карантину, оскільки події в країні через поширення коронавірусу можуть загострити емоційно нестабільні умови або знизити рівень стресу. Дорослий, який невпевнений або перебуває в паніці, не тільки не зможе допомогти, а й «отруїть» дитину, поширить емоційно нестабільні «віруси» та вплине на імунітет.

Основними джерелами стресу в цей період є:

- зменшити основні види діяльності, зменшити сенсорну стимуляцію та соціальне включення;
- фінансовий стрес, викликаний непрацездатністю;
- типові стратегії управління стресом недоступні.

Тому працівники психологічної служби є учасниками навчально-виховного процесу, особливо учні закладів освіти під час карантину та самоізоляції, і важливими завданнями їх роботи є:

- знизити рівень тривоги, страху, паніки;
- підвищити стресостійкість і зберегти емоційну рівновагу;
- профілактика соціального ризику у дітей та підлітків без догляду дорослих вдома [63].

Отже, складовими психічної підготовки є інтелектуальний, особистісний, вольовий рівні. Інтелектуальна підготовка не обмежується лише словниковим запасом дитини, особливими навичками та вміннями. Сучасні процедури, їх оволодіння вимагають вміння порівнювати, аналізувати, узагальнювати та робити самостійні висновки. Особистісна готовність виявляється у ставленні дитини до школи, до навчальної діяльності, до вчителів, до себе. Якщо дитина не підготовлена до соціального статусу учня, їй буде важко досягти високого рівня інтелектуального розвитку навіть при наявності необхідних резервів

умінь і навичок. Успіх таких першокласників у школі, як кажуть, дуже нерівномірний у навчанні для дітей. Якщо клас має прямий інтерес до дитини, вони успішні, але якщо інтересу немає, а діти повинні виконувати завдання з почуттям відповідальності, такий першокласник зробить їх, але йому важко виправдати очікуваний результат перед дітьми, вчителем та батьками.

Висновки до другого розділу

Сучасні умови життя та діяльності людини в Україні характеризуються принциповою зміною освіти. Суспільство ставить нові вимоги до розвитку особистості, особливо її розвитку в інтелектуальній та емоційній сферах. Сьогодні в Україні існує чітко визначена система дошкільної освіти. Особлива увага приділяється вихованню старших дошкільників, які готуються до систематичного навчання та готують їх до вступних навичок та мотивації.

Готовність до школи – це насамперед психологічний, емоційний, морально-вольовий розвиток дитини, формування бажання вчитися та елементи навчальної діяльності.

Саме тому виникає необхідність дослідження визначення готовності дошкільників до навчання у школі в період пандемії COVID-19. Було встановлено, що під дією зовнішніх обставин та системи батьківського виховання, діти можуть відчувати відповідний рівень агресивності перед навчанням, а саме було встановлено, що середні показники агресивності мали 34 % дошкільників, високі показники виявлено у 19 % респондентів та 47 % зазначають низький рівень агресивності. У 14 % дітей високо розвинені здібності ідентифікації, це свідчить про досить гарне оволодіння емоціями дітей, їх усвідомлення власних та чужих емоцій.

Загальний огляд ідентифікації вказує, що за гендерною диференціацією хлопці більше схильні ідентифікувати емоційні стани, ніж дівчата. За даними дослідження рівня тривожності отримали: висока тривожність (30 %), середня (49 %), низька (21 %). Також у 27 % дошкільного віку виявили низьку

індивідуальну емоційну чутливість, 52 % дітей – адекватну або помірну індивідуальну емоційну чутливість, і лише у 21 % осіб виявлено тенденцію до підвищення індивідуальної емоційної чутливості.

За результатами математично-статистичної обробки даних було встановлено прямий зв'язок показників за показниками тривожності та агресивності при рівні значимості $r = 0,11$ при рівні значимості $p = 0,05$ та негативний зв'язок за показниками емоційної ідентифікації та емоційної чутливості $r = -0,07$ при рівні значимості $p = 0,05$, що доводить відмінність у значеннях, а значить дві порівнювальні змінні, слабо залежать одна від одної, при чому їх значення збільшуватись або зменшуватись незалежно від іншої.

Також відповідно отриманих результатів було розроблено рекомендації, щодо оптимізації рівня готовності дошкільників до навчання у школі у період пандемії COVID-19.

ВИСНОВКИ

Пандемія COVID-19 – важке випробування не лише для українського суспільства, а й для всього людства. Під час карантину життя починається в абсолютно новому середовищі. Зміни відбуваються на індивідуально-психологічному рівні та на макросоціальному рівні, саме тому відвідування школи – це переломний момент у житті дитини. Це пов'язано з новим типом ставлення до оточення – однолітками та дорослими, новим видом первинної діяльності – навчанням, а не грою. У сучасному житті України усе більше зростає показник тривожності на фоні пандемії як батьків так і дітей, що може стати перешкодою на початкових етапах навчання у школі для дошкільників.

Відповідно до зазначених завдань нашого дослідження:

1) Проаналізували психологічні підходи до вивчення емоційного стану дітей та їх готовності до школи. Встановили, що даний період у житті дітей є початковим етапом у соціалізації та являє собою сукупність переживань навколишньої дійсності та власного ставлення до себе, зі складною багат шаровою структурою, що включає: емоції та емоційні стани, почуття, настрої, емоційний інтелект, особистий емоційний досвід та власну емоційну рефлексію.

Актуальними новоутвореннями емоційної сфери дітей дошкільного віку є емоційна дисперсія, здатність розрізняти емоції за ознаками (обличчя, пантоміма, інтонація), емпатія та власний світогляд. При цьому емоційний інтелект у дошкільнят включає: рефлексію – здатність визначати власні емоції; розуміти свої та чужі емоції – здатність визначати причини емоцій та прогнозувати їх розвиток; емпатію – здатність співпереживати та розуміти емоції інших; саморегуляцію – керування своїми емоціями.

2) Розкрили сутність взаємозв'язку емоційного стану дітей старшого дошкільного віку та їх готовності до школи в умовах пандемії COVID-19 та встановили, що готовність дошкільників до навчання формується на основі

визначених структурних компонентів таких як: інтелектуальний, мотиваційний (зовнішній та внутрішній), емоційно-вольовий, соціальний. А також передумовами готовності дошкільників до навчання є: вміння усвідомлювати та слідувати визначеним правилам, визначати систему вимог, вміння слухати та виконувати завдання та вміння самостійно виконати вправи за зразком.

3) Емпірично вивчили емоційний стан дітей та його вплив на рівень їх готовності до школи в умовах пандемії. Встановили, що під впливом зовнішнього середовища та системи батьківства діти можуть відчувати відповідний рівень агресивної поведінки перед початком навчання, у 34% дітей дошкільного віку виявлено середній рівень агресивності, високі показники виявлено у 19 % респондентів та 47 % зазначають низький рівень агресивності.

У 14 % дітей високо розвинені здібності ідентифікації, це свідчить про досить гарне оволодіння емоціями дітей, їх усвідомлення власних та чужих емоцій. Загальний огляд ідентифікації вказує, що за гендерною диференціацією хлопці більше схильні ідентифікувати емоційні стани, ніж дівчата. За даними дослідження рівня тривожності отримали: висока тривожність (30 %), середня (49 %), низька (21 %). Крім того, у 27% дітей дошкільного віку виявлена низька індивідуальна емоційна чутливість, у 52% – адекватна або помірною індивідуальна емоційна чутливість, і лише у 21% – тенденція до підвищення індивідуальної емоційної чутливості.

За результатами математично-статистичної обробки даних, існує пряма залежність між показниками тривожності та агресії кореляція за Пірсоном дорівнює $r = 0,11$ і рівні значущості $p = 0,05$, а також існує від'ємна кореляція між розпізнаванням емоцій та чутливістю емоцій, з показниками $r = - 0,07$ на рівні значущості $p = 0,05$ це демонструє різницю значень та свідчить, що дві порівнювані змінні слабо залежать одна від одної, а їх значення збільшуються або зменшуються незалежно від іншої. За шкалою «емоційна ідентифікація-емоційна чутливість» показник t – критерію дорівнює 0,97 при рівні значущості $p = 0,01$, де $r_{набл} \geq r_{крит}$, залежність ознак статистично значуща ($p < 0,01$).

4) Розробили психологічні рекомендації щодо оптимізації емоційного стану дошкільнят на основі основних складових розумової підготовки за різними рівнями. Рекомендації побудовані та направлені на стабілізацію емоційних гіпер-проявів дитини відповідно навчальної діяльності, здебільшого орієнтовані на загальну взаємодію між дитиною та викладачем і дитиною та батьками. Вплив пандемії є досить малодослідженим науковим явищем, що досить сильно обмежує повноцінну картину впливовості на дослідження готовності дітей дошкільного віку до навчання при пандемії COVID-19. Дані рекомендації можуть стати у нагоді для психологів, психотерапевтів, вчителів та викладачів, що працюють у сфері освіти при взаємодії з дітьми, які готуються до вступу у перший клас.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алексенко Є.А. Тривога. Історії наднеспокійних людей. Київ. 2018. 156 с.
2. Атемасова О.А. Проблеми розвитку та корекція емоційної сфери. Харків. 2017. 176 с.
3. Березін Ф.Б. Психічна та психофізіологічна адаптація людини. 2016. 121 с.
4. Бех І.Д. Особистість народжується в сім'ї. Початкова школа. 2016. Вип. 2. С. 23–25.
5. Беляєв В.П. Тривоги прожитого дня. Київ. 2018. 488 с.
6. Бігун Н.І. Профілактична робота в практичній психології: навч.-метод. комплекс дисципліни. Кам'янець-Подільський. 2017. 96 с.
7. Бізюк О.П. Особистість та тривога: навч. посібник. 2017. 236 с.
8. Власова О.І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку. Київ. 2017. 308 с.
9. Воронова А.А. Арт-терапія для дітей та їх батьків. 2017. 253 с.
10. Гур'єв М.Є. Соціально-психологічні причини та особливості прояву страхів і тривог у дітей та підлітків. Вип. 21. 2016. С. 75–82.
11. Дерев'янка С.П. Актуалізація емоційного інтелекту в емоціогенних умовах. № 1. 2008. С. 96–104.
12. Джос Ю.С. Особливості біоелектричної активності головного мозку у жінок похилого віку з високим рівнем особистісної тривожності. Вип. 4. 2016. С. 21–31.
13. Залуцька Н.М. Генералізований тривожний розлад: сучасні теоретичні моделі та підходи до діагностики та терапії. Вип. 3. 2016. С. 80-89.
14. Зарицька В.В. Розвиток емоційного інтелекту в контексті компетентнісно спрямованої освіти. *Компетентнісно спрямована освіта: перший досвід, порівняльні підходи, перспективи : матер. Всеукр. наук.- практ. конф. (м. Київ, 28 квітня 2017 р.)*. Київ. 2017. 92 с.

15. Захаров А.І. Походження дитячих неврозів та психотерапія. 2020. 448 с.
16. Іванова Є.О. Чинники розвитку емоційного інтелекту в підлітків та психокорекційна робота щодо оптимізації його рівня. Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. 2017. №3. С. 51-59.
17. Ільїн Є.П. Диференціальна психофізіологія чоловіка та жінки. 2016. 544 с.
18. Ільїн Є.П. Емоції та почуття. 2016. 740 с.
19. Караваєва Т.А. Холістична діагностика прикордонних психічних розладів. 2017. 286 с.
20. Карандашев В.М. Вивчення оцінної тривожності. Київ. 2016. 80 с.
21. Ковпак Д.В. Страхи, тривоги, фобії... Як їх позбутися? 2016. 288 с.
22. Колтунович Т.А., Поліщук О.М. Особливості емоційного інтелекту у майбутніх вихователів. Молодий вчений. 2018. № 4 (56). С. 218–227.
23. Кучеренко Ж. Емоційний інтелект дошкільників: шляхи розвитку. Вихователь-методист дошкільного закладу. 2016. № 7. С. 54–59.
24. Лисенкова І.П. Детермінанти емоційного розвитку дітей з когнітивними порушеннями: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра психол. наук: 19.00.08. Київ. 2019. 40 с.
25. Лящ О.П. Детермінанти та можливості формування емоційного інтелекту особистості. 2017. С. 210–216.
26. Малімон Л.Я. До проблеми діагностики емоційності як властивості особистості. Вип. 7. 2017. С. 59-65.
27. Малімон Л.Я. Експериментальне дослідження емоційності як стійкої інтегральної характеристики індивідуальності. Київ. 2017. С. 157-163.
28. Малімон Л.Я. Теоретико-методологічні аспекти вивчення емоційності особистості // Неперервна професійна освіта: теорія і практика. Наук.-метод. ж-л Інституту педагогіки та психології професійної освіти АПН України. Вип. 4. Київ. 2018. С. 125-132.

29. Манилюк Ю. Оптимальна модель педагогічної взаємодії у дитсадку. *Дошкільне виховання*. 2016. № 8. С. 11–15.
30. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект як соціально значуща інтегральна властивість особистості. *Психологія і суспільство*. 2017. № 4. С. 95–109.
31. Осипова А.А. Загальна психокорекція: навчальний посібник. Київ. 2016. 510 с.
32. Пов'якель Н.І. Професійна рефлексія психолога-практика // *Практична психологія та соціальна робота*. 2018. Вип. 6–7. С. 3–6.
33. Подласий І.П. Курс лекцій з корекційної педагогіки: навч. посіб. для студентів серед. спец. навч. закладів. Київ. 2017. 349 с.
34. Потеряхин А. М. Психология управления. Основы межличностного общения. Київ. ВИРА-Р. 2019. 384 с.
35. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Самара. *Издательский Дом «БАХРАХ»*. 2018. 672 с.
36. Практическая психология / под ред. М. К. Тутушкиной. *Дидактика плюс*. 2019. 368 с.
37. Психологія особистості. Словник-довідник / за ред. П.П. Горностая, Т.М. Титаренко. Київ. 2018. 320 с.
38. Рекало В. І. Принцип багатовимірності в побудові знання про особистість в світлі психотерапевтичних завдань. *Практична психологія та соціальна робота*. 2016. Вип. 7. С. 77–80.
39. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. Прогресс. 2017. С. 234–247.
40. Роджерс К. Погляд на психотерапію: становлення людини. Київ. 2016. 401 с.
41. Роджерс Н. Путь к целостности: человекоцентрированная терапия на основе экспрессивных искусств. URL: <http://www.vorpsy.ru> (дата звернення: 10.03.2022).
42. Роменець В. А., Маноха І. П. Історія психології 20 століття. Київ. Либідь. 2018. 992 с.

43. Смольнікова С. Суб'єктивне розуміння поняття „життєва компетентність”. *Кроки до компетентності та інтеграції в суспільство*. наук.-мет. зб. Київ: Контекст. 2016. С. 109–110.
44. Сухомлинський В.О. Сто порад учителям. Київ. 1988. 310 с.
45. Титаренко Т. М. Соціально-психологічна профілактика порушень адаптації молоді до повсякденного стресу. Київ. Міленіум. 2018. 84 с.
46. Титаренко Т.М. Життєві домагання особистості: феноменологічний та структурно-функціональний підходи. *Психологія і суспільство*. 2016. Вип. 4. С. 128–145.
47. Фомін А.О. Емоційний стан дошкільнят в умовах пандемії. «Могілянські читання – 2020: Досвід та тенденції розвитку суспільства в Україні: глобальний, національний та регіональний аспекти» матеріали XXIV Всеукр.наук.-метод. конф., м. Миколаїв. 8-12 листопада 2021 р. Миколаїв. 2021. С. 111–113.
48. Шпак М.В. Емоційний інтелект в контексті сучасних психологічних досліджень. *Психологія особистості*. 2016. № 1(2) С. 282-287.
49. Шульц Д. П., Шульц С. Э. История современной психологии. Евразия. 2018. 528 с.
50. Якобсон П. М. *Психологический журнал*. 2018. Вип. 4. С. 142–147.
51. Якубова Ю.М., Антонова-Турченко О.Г. Проблемні сім'ї: діти і батьки. Студцентр. Київ. 2018. 138 с.
52. Allport G. *Pattern and growth in personality*. N.Y. Holt. Rinehart and Winston. 2018.
53. Antonovski A. *Rozviklanie taemnici zdrowia*. Warshawa. 2016. S. 32.
54. Bar-On R. *Emotional Quotient Inventory: Technical Manual (A Measure of Emotional Intelligence)*. Toronto : Multi-Health Systems. 2017. 216 p.
55. Bower G., Bootzin R., Zajonc R. *Principles of Psychology Today. Trait Theories*. Random House. Ney York, 2017. P. 381–382.
56. Erikson K. *New Species of Trouble : Explorations in Disaster, Trauma, and Community*. NY. 2017.

57. Figley C.R. Traumatic stress the role of the family and social support system. Trauma and its wake. V. 2nd. NY. 1986.
58. Figley, C. Trauma and its wake. Vol. 2. New York : Brunner / Mazel. 2017.
59. Gardner H. Multiple intelligences: the theory in practice. New York : Basic Books. 2017. 304 p. URL: <https://howardgardner01.files.wordpress.com/2012/06/443-davis-christodoulou-seider-mi-article.pdf> (дата звернення: 04.06.2022).
60. Goodwin J. The etiology of combat-related PTSD. In: Williams T. (Ed). Posttraumatic stress disorder : a handbook for clinicians. Cincinnati : DC DAV. 1987.
61. Greenberger E., Steinberg L. When teenagers work. The psychological and social costs of adolescent employment. N.Y. Basic Books. 2017.
62. Inkeles A., Leidermn H. An approach to the study of psychosocial maturity // International Journal of Comparative S. 2018. Vol.39. Issue 1. P. 52-76.
63. Kohlberg L. Essays in Moral Development. Vol. II. The psychology of moral development. N.Y.: Harper & Row. 2018.
64. Levinson D. The seasons of a man's life. New York. Knopf. 2018.
65. Loevinger J. Stages of personality development. *Handbook of Personality Psychology* / eds. By R. Hogan, J. Johnson & S. Briggs. San Diego: Academic Press. 2017.
66. Marcia J. Identity in adolescence. *Handbook of adolescence psychology* / ed. By J. Adelson. NY: Wiley. 2018.
67. Mayer J.D., Salovey P., Caruso D. Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. Psychol. Inq. 2016. V. 15. № 3. P. 197–215.
68. Mead G.H. The philosophy of the present / ed. By A Murphy. Chicago. 2017.
69. Oyserman D. Self-Concept and Identity. *The Blackwell Handbook of Social Psychology. Intraindividual Processes* / ed. By A. Tesser and N. Schwarz. L. Blackwell Publishings. 2003016. P. 499–517.
70. Psychologia: Jednostka w społeczeństwie Elementy psychologii stosowanej. Gdańsk, 2017. 468 s.

71. Psychologia: Podstawy psychologii. Gdanskie Wydawnictwo Psychologiczne. Sopot. 2019. 638 s.
72. Psychologia: Tom 1. Podstawy psychologii – Gdanskie Wydawnictwo Psychologiczne. Sopot. 2019. 638 s.
73. Random House. Ney York. 2017. P. 381–382.
74. Rodgers C. R. Empatic: an unappreciatrd way of being. The Counseling Psychology st. 2017. Vol. 5. P. 2–10.
75. Schneder K. Therapist personal maturity and the therapeutic success. The Psychhtrapy. 19922016. Vol. 8. P. 71–79.
76. Twenty Active Training Programs / Eds. M. Silberman, V. Whiteling, San Diego. Pfeiffer&Company. 2017.
77. Twenty Active Training Programs/Eds. M. Silberman, V. Whiteling, San Diego, CA: Pfeiffer&Company. 2020.

ДОДАТКИ

Додаток А

Методика «Визначення рівня агресивності у дошкільника»

(Г.П. Лаврентьєва, Т.М. Титаренко)

1. Злий дух часом вселяється в нього.
2. Він не може змовчати, коли чимось незадоволений.
3. Коли хтось його образить, він обов'язково прагне поквитатися так само.
4. Часом йому без усякої причини хочеться вилятися.
5. Часом він із задоволенням ламає іграшки, щось розбиває, шматує, рве книжки.
6. Інколи він так наполягає на чомусь, що людям навколо уривається терпець.
7. Він не відмовиться від того, щоб подразнити тварин.
8. Взяти верх у суперечці з ним майже неможливо.
9. Дуже сердиться, коли вважає, що хтось кепкує з нього.
10. Здається, що інколи у нього спалахує бажання зробити якусь шкоду, шокувати оточення.
11. У відповідь на звичайні розпорядження прагне зробити все навпаки.
12. Часто не за віком сварливий.
13. Сприймає себе як самостійного і рішучого.
14. Любить бути першим, верховодити, підкоряти собі інших.
15. Невдачі надзвичайно дратують його, намагається шукати винних.
16. Легко свариться, вступає в бійку.
17. Старається спілкуватися з молодшими й фізично слабшими.
18. У нього часті напади похмурості та дратівливості.
19. Не рахується з ровесниками, не поступається, не ділиться нічим.

20. Упевнений, що будь-яке завдання виконає краще за інших.

Позитивна відповідь на кожне запропоноване твердження оцінюється 1 балом. Підрахуйте, скільки тверджень, на вашу думку, стосується досліджуваного дошкільника.

Висока агресивність: 15-20 балів.

Середня агресивність: 7-14 балів.

Низька агресивність: 1-6 балів.

Методика «Тривожність» (Р. Темпл, М. Доркі, В. Амен)

Мета. Виявити рівень тривожності дитини.

Обладнання. Серія малюнків із 14 картинок у двох варіантах (для хлопчиків і для дівчаток). Кожен малюнок сюжетно передає типову для життя дитини ситуацію.

Інструкція. «Подивись уважно на картинку. Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини - сумне чи веселе? Вибери».

Вибір дитиною відповідного обличчя і його словесних висловлювань фіксується у спеціальному протоколі.

Інтерпретування результатів

Потрібно здійснити кількісний та якісний аналіз інформації, зафіксованої у протоколі.

Якісний аналіз передбачає уважне вивчення висловлювань дитини, що фіксуються у другому стовпчику спеціального протоколу. На основі такого аналізу робляться висновки про емоційний досвід спілкування дитини з людьми, які її оточують, і той слід, який цей досвід залишив у душі дитини. Особливо високе проєктивне значення щодо цього мають малюнки серії 4, 6, 14 та 2, 7, 9, 11. Діти, які дають нечіткі пояснення до цих малюнків, з більшою ймовірністю одержать високий ІТ (індекс тривожності).

Кількісний аналіз може бути виражений як у балах, так і у відсотках.

$IT = (\text{кількість емоційно-негативних виборів}/14) \times 100 \%$

Рівні:

Слабкий - бали - 0-1; ІТ - 0-7,2 %.

Середній - бали - 2-5; ІТ - 14,3-35,7 %.

Добрий - бали - 6-7; ІТ - 42,9-50 %.

Високий - бали - 8 і більше; ІТ - 57,1 % і більше.

ПРОТОКОЛ до тесту «Тривожність»

Ім'я дитини _____

Вік дитини _____

Дані обстеження _____

Таблиця Б1.

Номер і зміст малюнка	Висловлювання дитини	Вибір дитини	
		веселе обличчя	сумне обличчя
1. Гра з молодшими дітьми.			
2. Дитина і мати з дитиною.			
3. Об'єкт агресії.			
4. Одягання.			
5. Гра зі старшими дітьми.			
6. Укладання спати на самоті.			
7. Умивання.			
8. Догана.			
9. ігнорування.			
10. Агресивний напад.			
11. Збирання іграшок.			
12. Ізоляція.			
13. Дитина з батьками.			
14. їжа на самоті.			

Для полегшення якісного аналізу результатів додаємо коментарі, що спираються на досвід Л. Ясюкової. Їх складено на основі узагальнення висловів «балакучих» дітей, які самі розмірковували з приводу запропонованих малюнків і вибраних відповідей, а також бесід із батьками.

Малюнок 1. Діти граються (емоційно позитивна ситуація).

Ця ситуація сприймається дітьми як гра з однолітками, а не з молодшою дитиною (що їй передбачається стандартом методики). Малюнок викликає негативну реакцію дитини у тому разі, коли у неї не складаються стосунки з дітьми (постійні суперечки, інші діти часто її ображають), а також якщо батьки почали різко обмежувати її в іграх із друзями через те, що потрібно учитися.

Першу причину дітям важко коментувати, щодо другої - охоче пояснюють: «Зараз прийде мама і сваритиметься через те, що уроки не зроблено, а ми тут граємося».

Той чи інший вибір інтерпретації робиться залежно від того, на які наступні ситуації (з дітьми або з матір'ю) дитина реагує негативно.

Малюнок 2. Дитина й мати з немовлям (нейтральна ситуація). Малюнок викликає негативну реакцію дитини, якщо мати приділяє їй менше уваги, ніж сестричці чи братикові (навіть якщо вони близнюки або старші від дитини за віком, незважаючи на те, що на малюнку зображено немовля). Першокласник може почувати себе обділеним увагою матері й нелюбимим не тільки у тих випадках, коли мати більше уваги приділяє малюкові або ставить у приклад більш успішного і слухняного брата (сестру), а й тоді, коли вона змушена багато часу приділяти підліткові, який відбився від рук, постійно лаючи та відчитуючи його. Отже, будь-яка, навіть негативна увага до іншої дитини може бути причиною ревнощів. Малюнок може сприйматися негативно й у тому разі, якщо дитина взагалі не має братів і сестер, але мати з повагою ставиться до когось із її друзів й постійно ставить його за приклад. Негативна реакція може бути викликана постійним порівнянням дитини із якимось ідеалом, невідповідність якому може дуже болісно переживатися дитиною. У цьому випадку мати може постійно вживати вирази на кшталт: «хороші діти так не поведуться», «першокласник повинен уміти це робити», «справжні чоловіки не плачуть» тощо. Малюнок може сприйматися дитиною негативно, якщо мати надто часто як позитивний приклад подає батька або когось з близьких родичів (якщо той навчається у школі на «відмінно», має різні грамоти та медалі за спортивні досягнення, багато чого досяг у житті тощо).

Проективні малюнки надають додаткову інформацію для вибору тієї чи іншої інтерпретації. Певні уточнення можна зробити безпосередньо у процесі бесіди з матір'ю.

Важливо підвести матір до розуміння того, що дитині для нормалізації її емоційного стану слід приділяти трохи більше уваги й надавати трохи більше

допомоги. Підкреслюючи певну неспроможність дитини, мати лише ускладнює ситуацію, а увага, підтримка й допомога надасть дитині сили діяти, стати такою, якою мати хоче її бачити.

Малюнок 3. Дитина як об'єкт агресії (емоційно негативна ситуація)
Зазвичай ситуація сприймається негативно й дитина вибирає сумне обличчя для персонажа, зображеного на малюнку, але це має місце далеко не завжди. Й у цих випадках не можна (як нерідко робиться) поправляти дитину, переконувати у неправильності вибору або ж неправильному розумінні малюнка, та пояснювати його зміст. Позитивно малюнок сприймається активними, розгальмованими дітьми (частіше хлопчиками), які уміють протистояти агресії; бійки, навіть з друзями, для них звичні й сприймаються як нормальний спосіб вирішення суперечок. Вони люблять демонструвати силу й добре себе почувають після такого з'ясування стосунків. Така дитина не ображається, після бійки (навіть якщо вона зазнала поразки) завжди готова продовжити гру.

Малюнки 4, 7, 14. Вдягання, умивання, їжа (нейтральні побутові ситуації).

Малюнок 14 сприймається дітьми як звичайна ситуація, а не якась особливе, споживання їжі, яке важко емоційно сприймається наодинці (відповідно до стандартного опису методики). Ці малюнки викликають негативну реакцію у тому разі, якщо батьки «фіксовані» на охайності, акуратності та режимі, постійно виправляють дитину й роблять їй зауваження: «зачешися», «поправ сорочку», «застібни гудзика», «помий руки» тощо. Ситуація загострюється, якщо дитина уповільнена і її починають квапити. Окрім цього, мал. 14 негативно сприймається тими дітьми, батьки яких надто стурбовані правильним харчуванням й примушують дитину «їсти те, що потрібно», незважаючи на те, якій їжі вона надає перевагу та чи хоче дитина їсти взагалі. Мал. 14 іноді сприймається не як одна з побутових ситуацій (споживання їжі), а як власний портрет. У цьому випадку негативний вибір свідчить про негативну самооцінку дитини. Саме такий висновок слід зробити, якщо й у колірному виборі дитини (методика Люшера) на першому (або на другому) місці стоїть чорний.

Малюнок 5. Дитина грається з матір'ю (емоційно позитивна ситуація). На практиці всі діти сприймають персонаж, який у методиці позначено як старшу дитину, як матір. Малюнок викликає негативну реакцію, якщо мати зосереджена тільки на навчанні дитини, забороняє або суттєво обмежує її ігри, вважаючи це заняттям виключно для дошкільнят, марнуванням часу. Іноді така установка складається у матері, яка невпевнена у шкільних успіхах своєї дитини й яка прагне зробити усе можливе, щоб дитина навчалася на «відмінно». Такі матері можуть заохочувати відвідування гуртків та інтелектуальних занять, але обмежувати участь дитини у звичайних дитячих іграх.

Матері слід тактовно пояснити, що дитина не може повністю відмовитися від звичного для неї способу життя. Позбавлення її ігор призводить до емоційної дестабілізації, погіршує працездатність, знижує навчальну активність.

Малюнок 6. Дитина грається сама (нейтральна ситуація).

У практиці невідомі випадки, коли цей малюнок трактується як засинання наодинці (що відповідає стандартному опису методики). Зазвичай діти описують цю ситуацію так: «Мама з татом дивляться телевізор, а дитина грається». Малюнок сприймається негативно, коли батьки більше уваги приділяють собі, ніж дитині, «ігнорують» дитину, намагаються не займатися нею («іди пограйся», «не заважай», «у мене брак часу» тощо). Іноді такі стосунки з дитиною складаються через об'єктивні обставини. Батьки бажали б і більше спілкуватися з дітьми, але вимушені багато працювати, щоб задовольнити матеріальні потреби сім'ї. Вони дуже втомлюються, й на ігри з дитиною вже просто не вистачає сил. Маленькі діти неспроможні зрозуміти ці об'єктивні причини, навіть якщо їм намагаються ці причини пояснити. Вони реагують безпосередньо на слова, які чують найчастіше, та ставлення, яке відчують.

У цьому разі важливо поновити позитивний емоційний контакт із дитиною. Не обов'язково гратися з нею, вистачить просто потримати дитину на

колінах, приголубити. Не обов'язково підтримувати розмову, достатньо слухати та кивати. Така «взаємодія» не потребує особливих зусиль і часу, а дитина вже не відчуває себе знедоленою.

Малюнок 8. Мати сварить дитину (емоційно негативна ситуація).

Позитивно малюнок сприймається розпещеними, безтурботними дітьми. Як правило, вони коментують свій вибір так: «мама зараз посвариться й забуде, знов будемо гратися», «мама просто так погрожує, насправді вона не сердиться».

Малюнок 9. Дитина й батько, який грається з малюком (нейтральна ситуація). Негативна реакція дитини пояснюється аналогічно до інтерпретації мал. 2.

Малюнок 10. Ситуація суперництва (емоційно негативна ситуація). Сприймається дітьми як ситуація суперництва, а не як агресивний напад (що відповідає стандартному опису методики). Малюнок сприймається позитивно активними, такими, які можуть постояти за себе, забіякуватими дітьми (дівчатками й хлопчиками приблизно однаково). Вибір веселого обличчя вони коментують так: «Тут діти граються».

Малюнок 11. Збирання іграшок (емоційно нейтральна ситуація).

На малюнку діти зазвичай бачать ігрову ситуацію, а не прибирання іграшок (згідно зі стандартним описом методики). Малюнок викликає негативну реакцію в тому разі, якщо дитині не дають гратися (аналогічно реакції на мал. 5). Вибір сумного обличчя діти зазвичай коментують так: «Мама прийшла й каже: "Досить гратися, іди робити уроки"».

Малюнок 12. Ізоляція, ігнорування дитини іншими дітьми (емоційно негативна ситуація). Якщо дитина не є знедоленою, її не виключають постійно зі спільних ігор, то малюнок сприймається нею позитивно. Дитина пояснює, що на малюнку діти граються. Малюнок практично завжди сприймається негативно дітьми з високим рівнем інтелектуального розвитку: вони реагують на об'єктивний зміст ситуації незалежно від того, як реально до них ставляться інші діти (навіть у тому разі, коли посідають у класі провідні позиції). У цьому

випадку негативний вибір дитини не слід інтерпретувати як показник тривожності й додавати до інших «тривожних» виборів. Малюнок також негативно сприймають і ті діти, яких справді не запрошують до спільних ігор, і вони цим надто переймаються.

Малюнок 13. Дитина з батьками (емоційно позитивна ситуація).

Малюнок сприймається негативно, якщо зіпсовано взаємини з батьками (емоційне неприйняття, байдуже ставлення, часті покарання), а також коли батьки конфліктують між собою чи із старшими членами сім'ї, а дитина мимоволі бере у цьому участь. У останньому випадку малюнки, де батько й мати зображені окремо, дитина може сприймати позитивно (тобто з кожним окремо у неї хороші стосунки, погано стає тільки тоді, коли вони збираються разом). Малюнок сприймається негативно й у тому разі, коли зіпсовані стосунки дитини з одним із батьків (зазвичай із доміантним), а другий не може впоратися із захисною функцією. Якщо дитина виховується у неповній сім'ї, але не відчуває ніякого дискомфорту, почувається добре, то малюнок вона сприймає позитивно. Якщо ж вона почуває себе ущемленою, глибоко переживає відсутність батька чи матері, вважає свою сімейну ситуацію неповноцінною, то малюнок оцінюється негативно (Приклад рис 1.).

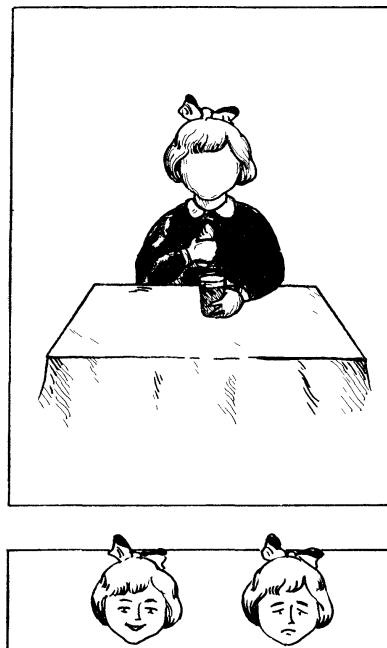


Рис. 1.

Методика-гра «Абетка настрою»

Розвиваюча, емоційно-комунікативна гра «Абетка настроїв» допоможе познайомити дітей з основними людськими емоціями й способами їхнього вираження. Також допоможе визначити індивідуальну емоційну чуттєвість дитини.

Інструкція 1: «Подивіться, будь ласка, уважно на ці малюнки. Побудуйте висловлення від імені персонажа, зображеного на кожному з них. Доведіть, що ваше уявлення про його зміст має об'єктивну основу, яку крім вас можуть бачити й інші».

Експериментатор докладно записує висловлення досліджуваного. Підраховується кількість якісних характеристик в описі переживання кожного персонажа. Підраховується середня кількість таких характеристик по групі й у порівнянні з ними робиться висновок про індивідуальну емоційну чутливість випробуваного.

Інструкція 2: «Для оцінки переживання персонажів скористайтесь кольоровими олівцями . Кожен колір відповідає певному переживанню: червоний – захват; синій – занепокоєння; жовтогарячий – радість; фіолетовий – тривога; жовтий – задоволення; чорний – похмурість; зелений – спокій.

Інтенсивність переживання виразить в довжині лінії. Ваше власне переживання в момент обстеження відзначте кольоровим олівцем на лінії 5».

1. _____ 4. _____

2. _____ 5. _____

3. _____

Аналіз результатів: підраховується середня довжина ліній одного кольору по кожному персонажеві серед всіх учасників групи. Порівнюються середні варіанти відповідей по групі з індивідуальними відповідями. Результати інтерпретуються з використанням поняття співпереживання.

Методика «Емоційна ідентифікація» (О. Ізотова)

Діагностична спрямованість: особливості емоційного розвитку (когнітивно-афективних компонентів) дітей дошкільного віку.

Інструкція: Зараз я тобі буду говорити (диктувати) різні слова, а ти про кожне слово що-небудь намалюєш. Слів буде багато, їх треба розмістити на одній стороні аркуша, на іншій стороні малювати не можна. Постарайся запам'ятати ті слова, які я буду говорити (диктувати).

Стимульний матеріал: 12 слів-понять, що позначають різні емоційні стани (емоції і почуття): радість, страх, сум, сором, злість, образа, здивування, любов, заздрість, ревність, дружба, презирство.

Технічний матеріал: аркуш паперу (А4), кольорові олівці, простий олівець.

Процедура проведення: після кожного зображення необхідно запитати у дитини, що він намалював і як він розуміє сказане психологом слово – поняття. Все сказане дитиною фіксується разом з порядковим номером зображення. По завершенні процедури діагностики малюнок відкладається в сторону і психолог переходить до інших діагностичних заходів. До малюнку рекомендується повернутися не менше ніж через 15-20 хвилин.

Інструкція до відтворення: а тепер постарайся згадати ті слова, які я тобі казав/диктував. Всі відтворені дитиною слова-поняття фіксуються, стимулюючи спогад навідними питаннями.

Інтерпретація: уявлення про емоції інтерпретуються на основі зображень і вербальних описів певних емоційних реакцій і відносин, що виражають когнітивне розуміння емоційного процесу та ступінь його диференційованості.

Образна форма розумової діяльності характеризується кодуванням понять через емоційну ситуацію (сюжет, персонажі).

Схематична форма розумової діяльності характеризується кодуванням понять через експресивний еталон - піктограму мимічних або пантомимічних ознак.

Знакова форма розумової діяльності характеризується кодуванням понять через буквене, цифрове позначення емоцій, а також через різні системи знаків (геометричні фігури, знаки руху та ін.)

Образно-символічна форма розумової діяльності характеризується кодуванням понять через символ емоції: елемент експресії (усмішка, очі зі сльозами, відкритий рот), предмет-атрибут емоціогенній ситуації (носовичок), об'єкт-стимул емоціогенній ситуації (змія, цукерка).

Рівна диференціація адекватності кодування для дошкільного віку:

- високий рівень: адекватне кодування і вербалізація 9-10 емоційних модальностей;
- середній рівень: адекватне кодування і вербалізація 6-8 емоційних модальностей, незначні труднощі в деяких емоціях;
- низький рівень: адекватне кодування і вербалізація 3-6 емоційних модальностей, недиференційованість емоцій за змістом і проявом (здивування – страх – гнів).

Результати діагностичного інструментарію

Стать	Методика визначення агресивності дошкільника		Методика визначення емоційної ідентифікація		Методика визначення рівня тривожності дошкільника		Абетка настрою (визначення рівня чуттєвості)	
	1	2	1	2	1	2	1	2
2	6	низька	3	низька	7	середня	8	Висока
2	15	висока	8	помірна	1	низька	4	Низька
2	6	низька	6	помірна	15	висока	5	Помірна
2	14	середня	6	помірна	1	низька	7	Помірна
2	6	низька	3	низька	7	середня	10	Висока
1	20	висока	8	низька	14	середня	5	Помірна
1	6	низька	3	низька	20	висока	7	Помірна
1	7	середня	6	помірна	5	низька	4	Низька
1	6	низька	3	низька	7	середня	8	Висока
1	7	середня	3	низька	15	висока	7	Помірна
2	15	висока	10	висока	14	середня	5	Помірна
2	6	низька	3	низька	4	низька	7	Помірна
2	7	середня	6	помірна	15	висока	10	Висока
2	20	висока	6	помірна	7	середня	7	Помірна
2	6	низька	3	низька	6	низька	4	Низька
2	14	середня	6	помірна	20	висока	5	Помірна
1	15	висока	8	висока	14	середня	8	Висока
2	6	низька	6	помірна	15	висока	7	Помірна
1	14	середня	8	висока	15	висока	6	Помірна
2	6	низька	3	низька	14	середня	7	Помірна
1	20	висока	8	висока	7	середня	10	Висока
2	6	низька	3	низька	4	низька	4	Низька
1	7	середня	3	низька	20	висока	7	Помірна
2	15	висока	10	висока	14	середня	8	Висока
1	6	низька	3	низька	4	низька	4	Низька
2	14	середня	6	помірна	7	середня	7	Помірна
1	15	висока	8	висока	20	висока	10	Висока
2	7	середня	3	низька	4	низька	4	Низька
1	20	висока	8	висока	15	висока	6	Помірна
1	14	середня	6	помірна	14	середня	5	Помірна

*1 – хлопці, 2 – дівчата

**Бесіда-опитування для дошкільників на визначення рівня готовності до
школи в умовах пандемії COVID-19**

1. Чи хочеш навчатися у школі?
2. Чи подобається Тобі дізнаватись щось нове?
3. *Чи знаєш Ти що таке «пандемія» або «коронавірус»?
4. *Чи боїшся Ти COVID-19? Якщо так, чому?
5. Чи розповідали батьки Тобі про «коронавірус»?
6. *Чи заважає COVID-19 йти до школи зараз?

**Розгорнуті питання, аби дитина могла сформулювати власну думку
з приводу власних хвилювань*