

ІГРОВА ДІЯЛЬНІСТЬ ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ДИТИНИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ В ОСВІТНЬО-ВИХОВНОМУ ПРОСТОРІ ЗАКЛАДУ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

*Людмила Токарева,
Інститут психології імені
Г. С. Костюка НАПН України*

У статті здійснено науковий аналіз і визначення поняття «психологічна стійкість» у системі знань дитячої і педагогічної психології та визначення особливості прояву психологічної стійкості у дітей старшого дошкільного віку в ігровій діяльності. Визначили, що вчасно розвинута і сформована психологічна стійкість у дітей дошкільного віку є надважливою складовою її стабільності. У статті акцентували увагу на шести найважливіших факторах психологічної стійкості дошкільника в ігровій діяльності.

Ключові слова: психологічна стійкість, адаптація, резильєнтність, відновлюваність, навички, ігрова діяльність.

Постановка проблеми. Аналіз феномену психологічної стійкості людини набуває особливого значення й актуальності. Психологічна стійкість особистості охороняє людину від особистісних розладів, створює основу внутрішньої гармонії особистості і відповідає за повноцінне психологічне здоров'я, що і забезпечує особистісний розвиток дитини. Зважаючи на це, варто відзначити, що якраз дошкільний вік є сенситивним періодом для становлення всіх особистісних структур та оптимальним часом формування у дітей навичок психологічної стійкості в різних видах діяльності дитини. Чим стійкіша буде дитяча психіка, її психологічний і емоційний стан, тим краще вона зможе долати будь-які труднощі. Допмагаючи дитині формувати психологічну стійкість, ми озброюємо її вмінням у вирішенні життєвих проблем. Тому так важливо розпочинати формування основ психологічної стійкості з дошкільного віку, щоб вчасно забезпечити функціонування, розвиток та адаптацію особистості. І саме від дорослих: вихователів, психологів, батьків буде залежати наскільки емоційно і психологічно стабільною, внутрішньо захищеною і врівноваженою буде почувати себе дитина.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сьогодні науковці ставлять питання, що може зміцнити дитину, у чому полягає її адаптаційний потенціал і внутрішні резерви, які допомагають успішно долати складні, невизначені ситуації, а також ті умови в оточенні дитини, що сприяють її позитивному розвитку. Саме психологічна стійкість може розставити деякі пріоритети, розкрити ресурси психологічної захищеності дошкільника у складних життєвих ситуаціях у віковій та педагогічній психології.

Проблема психологічної стійкості порушується в багатьох вітчизняних і зарубіжних дослідженнях. Зокрема, у зарубіжних працях тему психологічної стійкості розглядали автори Дж. Блок, М. Руттер, А. Мастен, Д. Чіккетті, Е. Вернер, В. Мосс, Н. Гармезі, С. Лутар, Дж. Блендер, Д. Флетчер, М. Саркар, М. Тугаде, С. Ваут, В. Фредріксон та ін.

В Україні проблемі психологічної стійкості присвятили свої праці такі вчені: М. Антонович, О. Аралова, С. Барінов, С. Богданов, О. Бойко, Л. Коробка, Н. Кравчук, М. Міщенко, Т. Титаренко, О. Хамініч, В. Чернобровкіна, В. Чернобровкін, А. Бровченко, М. Хижняк та ін.

Психологічна стійкість багатогранна і у своєму прояві. Виходячи із завдань індивідуальної теми дослідження «Навички прояву психологічної стійкості дітьми старшого дошкільного віку в різних видах діяльності», ми спираємось на існуючі теоретичні та методологічні аспекти розуміння психологічної стійкості.

Аналізуючи останні дослідження і публікації сучасних українських наукових джерел, виявили, що ще немає узгодженості з приводу застосування терміну «психологічна стійкість» у розрізі вікової і педагогічної психології. У науковців на сьогодні у пріоритеті застосування наробок, які стосуються дорослого населення та дітей підліткового віку. На даний час немає розробок у повній мірі єдиного визначення цього поняття з точки зору вікової та педагогічної психології, немає певних розробок психодіагностики та розвитку психологічної стійкості дитини саме дошкільного віку.

Метою статті є визначення особливостей прояву психологічної стійкості у дітей старшого дошкільного віку в ігровій діяльності; виділення навичок прояву психологічної стійкості у дітей дошкільного віку в ігровій діяльності для розширення та надання практичних рекомендацій у формуванні навичок психологічної стійкості у провідній для періоду дошкільного дитинства діяльності – ігровій.

Виклад основного матеріалу. По суті, однією із властивостей, яка допомагає нам долати складні обставини та негативні наслідки стресу сьогодення, – це психологічна стійкість або відновлюваність, яка дає можливість справлятися з травмами і труднощами в подоланні негараздів. І тут важлива не стільки стійкість нервової системи, вважає М. С. Міщенко, а, скоріше, гнучкість психіки, пластичність, здатність пристосовуватися до мінливої обстановки й адекватно реагувати на неї [5]. Також автор підкреслює думку, що психологічна стійкість – це вміння керувати своїми емоціями та почуттями і не пасувати перед труднощами, а знаходити вихід із будь-якої ситуації. Особливе місце автор надає вихованню, самовихованню, рівню розвитку та досвіду, які і формують психологічну стійкість [5]. Резильєнтними вважаються діти, які, незважаючи на значні труднощі, розвиваються позитивно порівняно з дітьми, які в умовах такого ж високого ризику виявляють психологічні відхилення.

Е. Мастен зробила науково виважений висновок про те, що резильєнс – не є вродженою властивістю дитини, це потенціал, який є продуктом взаємодії її з середовищем. Авторка вважає, що найголовнішим чинником розвитку резильєнс дітей є наявність близьких позитивних стосунків із турботливими дорослими. А також, на її думку, особистісна компетентність дитини може бути підвищена чи розвинена і підсилена завдяки спеціально організованим психотехнічним процедурам [6].

До нашої теми близькі погляди і визначення Н. П. Кравчук, яка займалася саме дітьми дошкільного віку. Вона звертає увагу на таку особливість, що процес формування психологічної стійкості у дітей дошкільного віку передбачає врахування вікових та індивідуальних особливостей (тип нервової системи, темперамент, стиль поведінки), а також її можливості та характер дитини. Авторка підтримує науковців, які визначають «психічну стійкість» як «помірність, рівновагу сталості й мінливості особистості», «властивість особистості, окремими аспектами якої є стійкість, урівноваженість, опірність». Авторка підтримує науковців, які визначають «психічну стійкість» як «помірність, рівновагу сталості й мінливості особистості», «властивість особистості, окремими аспектами якої є стійкість, урівноваженість, опірність», і розглядає поняття «психічна стійкість» і «психологічна стійкість» як ідентичні [4].

Думка О. М. Хамініч припускає визначення «резильєнтності» можливе в контексті вивчення понять «адаптація» та «саморегуляція», що якраз дотична до вікової психології дошкільника і торкається нашої теми дослідження [7].

Для розгляду індивідуальної теми дослідження «Навички прояву психологічної стійкості дітьми старшого дошкільного віку в різних видах діяльності» важлива позиція психологічної стійкості як уміння керувати своїми емоціями та почуттями, не пасуючи перед труднощами, та у знаходженні виходу з будь-якої ситуації [2].

Для нашої теми близька позиція М. Й. Варія, який підкреслює, що психологічна стійкість залежить від таких аспектів: урівноваженість, опірність, завзятість і наполегливість, вольові якості, що спрямовані на перемогу і на здійснення певної мети [1]. Це як раз ті якості, на які можуть спиратись вихователі дошкільних закладів у поліпшенні психологічної стійкості дошкільника.

Резюмуючи викладені вище теоретичні позиції і сутність поняття психологічної стійкості дітей дошкільного віку, співробітники лабораторії психології дошкільника Т. О. Піроженко, Л. І. Соловійова, І. І. Карабаєва, Л. Д. Токарева, О. І. Федорчук стоять на позиції наукових досліджень, які представляють психологічну стійкість з погляду вікової та педагогічної психології складною індивідуальною якістю особистості дитини, яка представлена взаємовпливом здібностей, знань, умінь і навичок. Є інтегральним показником, у якому відображаються результати її навчання і виховання,

відображається досвід взаємодії з навколишнім середовищем, дозволяє особистості протистояти життєвим труднощам, несприятливому тиску обставин, зберігаючи при цьому здоров'я, що згодом дозволяє дитині особистісно зростати та дає можливість тримати в тонусі її емоційні, когнітивні, соціальні процеси в різних видах діяльності. А виховання психологічної стійкості автори представляють як процес «нарощування» і «пошуку» ресурсу, що відкриває в дітях нові можливості і нове бачення. Психологічну стійкість зміцнюють гнучке мислення, емоційна регуляція та розкриття власних сильних сторін. І цьому ресурсу бажано навчити наших дошкільнят.

Для науковців і практиків, які опікуються дітьми дошкільного віку, особливо важливо знайти відповідь на питання, що саме допомагає їм зміцнюватися, які внутрішні резерви й адаптаційний потенціал допомагають їм успішно долати складні ситуації, а також які умови в довкіллі дитини можуть сприяти її позитивному розвитку.

Психологічна стійкість у грі є важливим аспектом, ресурсом їхнього розвитку, що допомагає дитині впоратися з емоціями, розвивати соціальні навички та формує особистісний ріст дитини.

У статті ми зупинимось на шести найважливіших факторах, складових психологічної стійкості дошкільника в ігровій діяльності. Психологічна стійкість проявляється в:

1. Емоційній стійкості, саморегуляції: гра дозволяє дитині розуміти, розпізнавати, виражати та керувати своїми емоціями через дії. Гра як внутрішня сила, яка допомагає впоратися з негативними ситуаціями й емоціями, що сприяє розвитку психологічної стійкості. В ігровій діяльності відбувається розвиток навичок, які допомагають дітям стати більш самостійними і відповідальними, а також краще адаптуватися до різних побутових ситуацій. Саме у грі дитина починає оцінювати свої особисті моральні якості й усвідомлювати свій емоційний стан. Особливу увагу важливо приділити саморегуляції в рамках психологічної стійкості, зокрема здатності контролювати свої емоції та поведінку.

2. Стійкість у сфері соціальних відносин: ігрова діяльність і рольові взаємодії дошкільника у грі сприяють розвитку соціальних навичок і досвіду, співпраці та позитивній взаємодії дитини з іншими та її здатності адаптуватися до нових соціальних ситуацій. У ній вони навчаються взаємодіяти з однолітками, розвивають комунікативні навички, емпатію та взаєморозуміння; вирішуючи рольові сюжетні лінії і проблеми у грі проявляється і підтримка, і допомога іншому. Вони навчаються вирішувати конфлікти та будувати позитивні стосунки, що і сприяє розвитку соціальної адаптації та психологічної стійкості. Соціальні компетенції розуміються як знання, вміння та навички, необхідні для розв'язання соціальних і поведінкових ситуацій; безконфліктно виходити з життєвих ситуацій та ефективно спілкуватися є важливими аспектами психологічної стійкості. Підтримка дитини

вихователем у дитячому закладі, у її спілкуванні з однолітками є надважливою в розвитку психологічної стійкості.

Для забезпечення розвитку психологічної стійкості у прояві емоційно насичених соціальних комунікацій в умовах дитячого садка можна проводити ігри-вправи, корекційно-розвивальні вправи тощо. Такі різні моменти рефлексії допоможуть дитині навчитися розпізнавати свої емоції та емоції інших, розуміти свої вчинки і вчинки інших. Це вельми потрібно в нашому складному світі.

Наприклад, проведене в минулому році лабораторією психології дошкільника дослідження щодо рольової взаємодії у грі з комплексу діагностичних завдань «Чарівні перетворення» показало нам, що 65,75 % дітей у розповіді про гру виявили вміння залучати до гри інших учасників, передбачати можливість грати разом, з легкістю розгортати сюжет через ролі. Але тільки половина з цих дітей може утримувати довготривалі стосунки у грі, утримувати лінію сценарію, певну взаємодію згідно зі сценарієм. Визначальним є те, що саме рольова взаємодія дітей у грі сприяє засвоєнню ними норм і правил, що, зі свого боку, підвищує можливість саморегуляції поведінки. Домовленості у грі відіграють важливу роль, адже впливають на сформованість організаторських умінь тощо. 33,9 % передбачили тільки особисту роль. Надалі, на перспективу, в таких випадках роль вихователя неоціненна [3].

3. Стійкість у сфері когнітивного розвитку: стосується здатності дитини розуміти, пізнавати, вивчати, усвідомлювати, сприймати й адаптуватися до нових інформаційних і навчальних викликів. Самодіяльна гра з однолітками допомагає дитині побачити предмети і явища із різних сторін, що сприяє розвитку розумової здібності дитини, що дозволяє їй побачити інший погляд та іншу точку зору.

4. Психологічна стійкість у спілкуванні і мовленні: ігрова діяльність сприяє розвитку мови і мовлення, оскільки діти спілкуються, обговорюють, пояснюють свої дії через ролі. Доказова база лежить у дослідженнях лабораторії, дані якої говорять, що з ігровим задумом справились лише 38,36 %, які самостійно придумують гру, зміст і сюжет гри з іграшкою і детально змістовно розповідають про неї, ситуаціями, вільно комбінуючи події і персонажів з різних смислових сфер. Володіють здатністю вигадувати щось нетипове. Самостійно і творчо розвивають сюжет гри. Але саме через рольову поведінку дитина навчається виражати свої думки та почуття словами. Використовує різні мовленнєві засоби для спілкування і взаємодії. А 57,88 % дітей придумали гру з іграшкою тільки при допомозі навідних питань дорослого. А це говорить нам про те, що в цьому питанні нам зможуть допомогти педагоги, вихователі тільки у взаємодії з батьками. Бо гра, до того ж, навчає стратегіям розв'язання проблем, навчає дітей шукати позитивні рішення, розвиває позитивне мислення та допомагає долати труднощі.

5. Психологічна стійкість у прояві фізичної активності та руховій діяльності: рухова активність в ігровій діяльності сприяє розвитку фізичних навичок, які включають здоров'я та фізичний розвиток дитини, її здатність адаптуватися до нових фізичних викликів. У розрізі цього важливо зауважити, що саме ігрова діяльність покращує когнітивні функції. Систематична фізична активність покращує пам'ять, мотивацію, якість навчання тощо. Загалом, активний спосіб життя сприяє розвитку соціальних навичок і позитивних емоцій у дітей, психологічної стійкості дошкільників, покращує їхнє самопочуття та сприяє розвитку різних аспектів здоров'я.

6. Психологічна стійкість у творчій діяльності: ігрова діяльність спонукає дитину до творчості, експериментів і винаходів. Участь у рольових, самодіяльних іграх дозволяє дітям відтворювати різні ролі та ситуації, що сприяють розвитку творчості і навчають адаптуватися до нових творчих викликів і розвитку свої творчих здібностей. На якому місці знаходиться творча складова дитини дошкільника, ми дослідили в попередній темі дослідження і звернули увагу на елементи словесної, творчої уяви у придумуванні гри з іграшкою, тільки 23,97 % самостійно придумали нову гру, використали в ній стандартні і нестандартні персонажі. Вони вносили багато елементів творчості у свою гру, вільно комбінуючи враження життя зі змістом казок, додаючи свою вигадку, що свідчить про активність уяви. 48,97 % переказали просто знайому гру, але внесли до неї деякі зміни при допомозі дорослого, і небагатослівно. Варто підкреслити, що дитяча творчість проявляється в багатьох і різних формах і видах діяльності, і якщо вихователі будуть її всіляко підтримувати та заохочувати, її можна буде розвинути в нестандартне мислення та до прагнення креативного самовираження.

І дійсно, гра є ефективним засобом адаптації до обставин життя, нейтралізації непередбачуваних навантажень, вона допомагає долати скутість і напруженість дітей. Під час гри виникають умови для вправлення у трудових навичках і морально-етичній поведінці, формуються базові якості особистості, зокрема: самостійність; активність; ініціативність; цілеспрямованість тощо.

Психологічна стійкість дошкільника у великій мірі залежить від уміння приймати ігрові правила. За даними нашого попереднього дослідження, 38,7 % дітей самостійно визначили правила гри з іграшкою, тобто правило, за яким потрібно діяти у грі, проте більшість із них не можуть дотримуватися правил, що обмежують спонтанну активність дитини. Механізм керування своєю поведінкою формується саме під час гри, а вже згодом упроваджується в інших видах діяльності. Треба нагадати, що уникнення правил гри може свідчити про те, що в більшості з них не розвинена уява, відсутні творча ініціатива та самостійність мислення. Загалом, більшість дітей дошкільного віку навіть в ігровій діяльності потребують допомоги дорослого.

І вельми важливо в наш час пам'ятати, що діти дошкільного віку, які не вміють грати, не здатні змістовно спілкуватися, займатися спільною діяльністю, не вміють продуктивно вирішувати виникаючі конфлікти; результатом цього можуть стати прояви агресивності, відчуженості, ворожості по відношенню до однолітків і до дорослих.

Висновки. У даній статті ми розглянули тільки прояв психологічної стійкості в ігровій діяльності дошкільника, завдячуючи якій відбувається заохочення, стимулювання і прояв до самостійності; створення дружньої атмосфери у грі, у якій всі діти грають на рівних, пропонуючи один одному допомогу, долаючи у грі певні труднощі; створення ситуацій успіху, програвання різних емоційних станів. Важливо взяти до уваги, що ігрова діяльність – це не лише спосіб засвоєння знань, але й шлях до розвитку психологічно стійкої особистості дитини дошкільного віку.

І завдання вихователя через навчання новим навичкам, через психологічний супровід у процесі становлення психологічної стійкості дитини в ігровій діяльності покращити, вивести на новий рівень психологічну стійкість дитини старшого дошкільного віку в різних складних ситуаціях у закладах дошкільної освіти.

Особистісний і діяльнісний підходи в освітньому процесі закладу дошкільної освіти є надважливими і мають суттєвий вплив на розвиток дошкільника. Особистісний підхід – це опора, на яку вихователь повинен спиратися, враховуючи особистісні якості дитини. Діяльнісний підхід вихователя допоможе дітям активно вивчати світ, розвивати навички та відкривати нові можливості обов'язково в дії. Адже дитині не достатньо дати якісні знання, а важливо навчити користуватися здобутими знаннями й уміннями у практичних ігрових і побутових ситуаціях.

Всі перелічені нами аспекти допомагають формувати психологічну стійкість дитини, дозволяючи їй ефективно впоратися з різними викликами, які виникають у повсякденному житті. Вихователі закладів дошкільної освіти можуть підтримувати цей процес, створюючи сприятливе середовище для розвитку психологічної стійкості дитини.

Список використаних джерел:

1. Варій М. Й. Психологія особистості: Навч. пос. Київ : Центр учбової літератури, 2008. 592 с.
2. Великий тлумачний словник сучасної української мови / уклад. і гол. ред. В. Т. Бусел. Київ; Ірпінь : «Перун», 2004. 1440 с.
3. Дошкільник: крок у шкільне життя : навчально-методичний посібник / Т. О. Піроженко, І. І. Карабаєва, Л. І. Соловійова, Л. Д. Токарева, О. І. Федорчук, О. Ю. Хартман; за наук. ред. Т. О. Піроженко. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. 149 с. URL: <http://surl.li/marpsw> (дата звернення: 30.04.2024).
4. Кравчук Н. П. Особливості формування психологічної стійкості у дітей дошкільного віку / Н. П. Кравчук // Науковий часопис Національного педагогічного університету