



Ниманихина О.И.

Динамика показателей психологического здоровья детей старшего дошкольного возраста в условиях образовательного процесса ДОУ

В статье проводится анализ понятия «психологическое здоровье», представлены результаты эмпирического исследования психологического здоровья детей старшего дошкольного возраста, выявлены критерии психологического здоровья детей и родителей, описаны изменения в психологическом здоровье детей после проведения комплексной авторской программы.

Ключевые слова: психологическое здоровье, психологическое состояние, взаимозависимость изменений в характеристиках психологического здоровья воспитывающих взрослых и детей.

Психологическое здоровье в настоящее время считается более интегральной по сравнению с психическим здоровьем характеристикой личности. Понятие «психологическое здоровье» определяется как состояние равновесия между человеком и внешним миром, адекватности его реакций на социальную среду, а также на физические, биологические и психические воздействия, как состояние гармонии между ним и окружающими людьми, согласованности представлений об объективной реальности субъекта с представлениями других людей, как способность человека осознать и использовать адекватные способы самореализации, доверие к себе, к другим и к миру [4].

В детстве проблемы психологического здоровья имеют более выраженную зависимость от окружающей обстановки, чем в другие возрастные периоды. Детский возраст характеризуется повышенной ранимостью при воздействии средовых влияний и воспитывающих взрослых [2].

К росту нарушений психологического здоровья у детей приводят стрессогенность жизни взрослых, их занятость, преимущественно работой, что приводит к фрагментарности выполнения родительской роли. На здоровье ребенка негативно влияют и нагрузки раннего обучения дошкольников, что нередко сопровождается стремлением взрослых дать им как можно больше знаний [1].

В течение 2003-2007 гг. в ДОУ № 273, № 291, № 24, № 34 г. Ростова-на-Дону и № 1 г. Волгодонска проводились экспериментальные исследования, направленные на развитие психологического здоровья детей старшего дошкольного возраста в условиях образовательного процесса на основе комплексной авторской программы.

Данные экспериментального исследования позволили выявить критерии психологического здоровья детей старшего дошкольного возраста, а именно: положительная самооценка; наполненность психических образов; высокие показатели мыслительной деятельности и развитое воображение; эмоциональная устойчивость (нормативная тревожность, способность к эмоциональной дицентрации);



способность к саморегуляции и самоконтролю; активность; позитивно окрашенный образ «Я» ребенка, удовлетворенность своим социальным статусом; интегрированность в социальный контекст, удовлетворенность общением, умение налаживать контакты со сверстниками и окружающими.

Результаты экспериментального исследования также показывают, что динамика показателей психологического здоровья старших дошкольников в определенной мере определяется влиянием субъективных характеристик родителей и воспитывающих взрослых.

Уровень психологического здоровья родителей и воспитывающих взрослых влияет на динамику показателей психологического здоровья детей старшего дошкольного возраста в процессе их взаимодействий.

В настоящее время признаётся необходимым переместить фокус научных исследований к изучению тех факторов, которые защищают детей от действия стресса, связанного с деструктивными мерами воздействия взрослых для предупреждения психологических нарушений. Именно это послужило посылком для создания комплексной авторской программы развития психологического здоровья старших дошкольников в условиях образовательного процесса ДОУ [3].

Программа представлена системой взаимосвязанных модулей «Дети», «Родители», «Воспитывающие взрослые», что обеспечивает положительную динамику укрепления психологического здоровья детей.

Для проведения формирующего эксперимента были сформированы контрольная группа (110 детей) в совокупности с воспитывающими взрослыми (50 человек) и родителями (110 матерей), и экспериментальная группа (113 детей) в совокупности с воспитывающими взрослыми (57 человек) и родителями (113 матерей).

Диагностика детей проводилась по следующим направлениям: исследование уровня тревожности и самооценки, проявление агрессивных тенденций, уровень невербального интеллекта, измерение социальной компетентности, позитивный образ «Я», уровень саморегуляции, диагностика родителей и воспитывающих взрослых – исследование межличностных отношений, измерение социальной компетентности, диагностика социально-психологической адаптации, анализ социально-психологического профиля личности педагогов и воспитывающих взрослых, уровень субъективного контроля, диагностика социально-психологической адаптации, диагностика стиля педагогического общения, уровень тревожности и самооценки.

После проведения апробации комплексной авторской программы было принято повторное исследование значимых характеристик психологического здоровья воспитанников и личностных особенностей воспитывающих взрослых с целью определения степени произошедших изменений в исследуемых характеристиках и определения степени эффективности предлагаемой программы.

Анализ психологического состояния выделенных групп после проведения эксперимента показывает, что в экспериментальной группе детей произошли следующие изменения: снизился уровень тревожности (18%), снизился уровень



агрессивности (21%), повысились уровень невербального интеллекта (23%), самооценки (24%), социальной компетентности (18%), позитивный образ «Я» (27%), уровень саморегуляции (18%). В экспериментальной группе воспитывающих взрослых произошли изменения исследуемых характеристик: повысился уровень социально-психологической адаптации личности воспитывающих взрослых (21%), увеличилась группа эмоционально благополучных взрослых в экспериментальной группе (19%), наблюдается рост интернальности, особенно в сфере производственных взаимоотношений (17%). Возросли такие социально-психологические характеристики: направленность (11%) и устойчивость ценностных ориентаций (9%), выросли значения уверенности в себе (21%), самостоятельность (19%).

Результаты апробации доказывают эффективность применения комплексной авторской программы, охватывающей в качестве субъектов сопровождения и развития детей, их родителей и воспитывающих взрослых, что проявляется в значительной и достоверной позитивной динамике результатов в экспериментальной группе.

Результаты исследования показали необходимость использования комплексной программы в условиях образовательного процесса ДООУ как фактора обеспечения психологического здоровья старших дошкольников, построенного по особому алгоритму соответствия стадильности и специфичности детского развития на данном возрастном этапе.

Таким образом, существует взаимосвязанность и взаимозависимость изменений в характеристиках психологического здоровья воспитывающих взрослых и детей старшего дошкольного возраста, что объясняется возрастными психологическими особенностями детей и субъективными характеристиками воспитывающих взрослых.

Литература

1. Блейхер В.М., Крук И.В. Практическая патопсихология. – Ростов-на-Дону, 1996. – 448 с.
2. Венгер Л.А. Практическая психодиагностика для дошкольников. – СПб., 1991. – 25 с.
3. Рабочая книга школьного психолога. // Под ред. Дубровиной И.В. – М., 1995. – 387 с.
4. Хухлаева О.В. Коррекция нарушений психологического здоровья дошкольников и младших дошкольников. – М, 2003.