



Т. Н. Сафонова

УДК: 159.942: 159.922.7

ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ ПОСРЕДСТВОМ АНИМАЛОТЕРАПИИ

Вопросы, связанные с обеспечением эмоциональной стабильности ребенка-дошкольника, особенно актуальны в настоящее время в связи с кризисными социальными отношениями, ускорением темпа жизни.

Разнообразные социальные изменения, происходящие во всех сферах жизнедеятельности общества, порождают проблемы, вызывающие напряжения человека в интеллектуальной, духовной, эмоциональной, физической сферах. В то же время наибольших успехов и продуктивности в профессиональной деятельности и личной жизни добиваются эмоционально устойчивые и благополучные люди. В связи с этим актуален вопрос об эмоциональной устойчивости современного ребенка, положительно влияющей на общение, социализацию и школьное обучение.

Детские годы – это период интенсивного развития эмоциональной сферы и вместе с этим – период, когда возникает риск появления эмоционального неблагополучия. Старшие дошкольники – особенный возраст, возраст формирования личностных механизмов, влияющих на особенности поведения, характера в дальнейшей жизни.

В стандарте (ФГОС) дошкольного образования особый акцент делается на решении задачи по охране и укреплению как физического, так и психического детского здоровья, в том числе их эмоционального благополучия, которое возможно при непосредственном общении с каждым ребенком; уважительном отношении к каждому ребенку, к его эмоционально-чувственной и потребностной сферам.

По данным специальных экспериментальных исследований ряда авторов (О. И. Бадулина, А. И. Захаров, А. Д. Кошелева Ю. М. Миланич и др.), детское эмоциональное неблагополучие достаточно распространено в настоящее время. Причину этого явления видят в серьезных психических нагрузках, которые испытывают дети в результате длительного пребывания в дошкольном учреждении и постоянных контактов с другими детьми и взрослыми. Но и дети, не посещающие детский сад, страдают невротами, которые объясняются социально-психологическими, социально-культурными и социально-экономическими факторами.

На основании анализа специальной литературы можно констатировать тот факт, что исследований, связанных с проблемой эмоционального благополучия личности, немного; кроме того, рассмотрение этой проблемы связывают с вопросами развития эмоций человека.

Значимость эмоций в становлении и развитии личности ребенка, их особенности отмечали Л. А. Абрамян, З. М. Богуславская, Л. И. Божович, Л. С. Выготский, А. В. Запорожец, А. Д. Кошелева, Я. З. Неверович, С. Л. Рубинштейн и др. Отдельные стороны развития детских эмоций определены в исследованиях Л. И. Божович, Б. М. Бреслава, Л. С. Выготского, А. В. Запорожца, К. Изарда, А. Д. Кошелевой, А. Н. Лутошкина, А. Е. Ольшанниковой, И. В. Петривней, Т. А. Репиной, Л. С. Славиной и других.

Многие исследователи констатируют рост отрицательных эмоциональных признаков, проявляющихся у дошкольников (Г. М. Бреслав, А. В. Запорожец, А. И. Захаров, Ю. М. Миланич, Я. З. Неверович, Т. Н. Осипенко и др.). В работах, направленных на исследование психологии эмоций (Л. С. Выготский, В. Виллонас, А. Г. Грецов, Е. П. Ильин, К. Э. Изард, Т. Н. Осипенко, Е. В. Субботский, Э. Фромм, Э. Эриксон, У. Макдаугол, А. Л. Гайдамак, К. Бюлер, Ж. Пиаже, З. Фрейд, С. Г. Якобсон и др.), авторы отмечают такие признаки сферы эмоций, как ее многоплановость, вари-



тивность, разнообразие выполняемых функций, значение эмоций для правильного личностного развития.

Ряд педагогов, психологов выделяют факторы, оказывающие влияние на эмоциональное благополучие дошкольников. Это общение в семье и его особенности (З. М. Богуславская, С. В. Корницкая, А. Г. Рузская и др.); характер общения с педагогом (В. А. Горбачева, Т. Р. Каштанова, М. И. Лисина, В. Р. Лисина, Е. А. Панько, В. А. Петровский и др.); взаимоотношения с другими детьми (А. А. Рояк, Л. Н. Башлакова, Т. И. Ерофеева, и др.), успешность в деятельности (Р. С. Буре, Т. С. Комарова, Т. А. Репина, Р. Б. Стеркина и др.). Были сделаны выводы и о факторах, отрицательно влияющих на эмоциональное благополучие дошкольника: неадекватная самооценка, личное сознание и т. п.

С учетом значимости вопроса эмоционального благополучия ребенка актуальны исследования проблемы, связанные с дошкольным детством. Специальные изыскания Т. С. Комаровой, Т. И. Ерофеевой, Г. П. Новиковой, Т. А. Репиной и др. убеждают в том, что эмоциональное благополучие у ребенка наблюдается, если удовлетворены его потребности в коммуникации и взаимодействии с другими детьми.

В некоторых исследованиях (А. И. Захаров, И. П. Воропаева, О. А. Карабанова, В. С. Мухина, М. И. Чистякова и др.) авторами называются методы психолого-педагогического воздействия на детей, имеющих эмоциональные нарушения: игровая деятельность, психогимнастика и др.

Эффективным средством благополучного развития эмоциональной сферы детей-дошкольников является анималотерапия. Анималотерапия – это метод оказания психотерапевтической помощи посредством взаимодействия с животными и их символами (образами, рисунками, игрушками). К сожалению, использование анималотерапии в качестве средства, способствующего эмоциональному благополучию личности дошкольника, мало изучено.

Информация о лечебной эффективности контакта человека с животными дошла до настоящего времени из описаний медиков периода античности и средневековья (Гиппократ, Герофил, К. Гален, Авиценна и др.). Первым историческим медицинским опытом терапии болеющих людей с использованием животных был опыт конца XVIII века (графство Йорк, Англия). Но интенсивное развитие анималотерапии отмечается на Западе в 1960-х годах (С. Баркер, Д. Дрейпер, Дж. Меллон, А. Катчер, Ф. Уилкинс, К. Аллен и др.). Само понятие в науку введено в 1969 г. Б. Левинсоном.

Как терапевтический метод анималотерапия представлена в работах зарубежных авторов (А. Катчер, Б. Левинсон, Д. Натансон, М. Робин, Л. Торкеллсон, У. Тук, З. Фрейд). В отечественной науке о анималотерапии так или иначе говорится в исследованиях С. Д. Дерябо, В. А. Ясвина (функции анималотерапии); И. И. Анцуповой, Б. З. Драпкина, Д. В. Нестеровой (популяризация метода); Н. Л. Кряжевой (положительное влияние на психику взрослого и ребенка).

Однако необходимо отметить недостаточную разработанность вопроса о влиянии анималотерапии на эмоциональное благополучие дошкольников и средстве обеспечения эмоционального благополучия, что позволяет ставить вопрос о необходимости проведения исследования по названной проблеме.

Цель – научно-теоретически обосновать проблему обеспечения эмоционального благополучия дошкольников посредством анималотерапии; исследовать влияние анималотерапии на эмоциональное благополучие детей дошкольного возраста.

Эмоциональное благополучие (неблагополучие) психологами характеризуется как качественная оценка эмоционального состояния человека. Следует отметить, что педагоги и психологи дают разные определения исследуемого понятия, однако все они, характеризуя эмоциональную сферу личности, выделяют общие сущностные характеристики эмоционального благополучия. Это ситуативная и личностная тревожность, активность и ра-



ботоспособность нормального уровня, адекватные действия в разных ситуациях жизнедеятельности, адекватная самооценка.

Анализ психолого-педагогической литературы позволяет констатировать тот факт, что сегодня авторы трактуют по-разному эмоциональное благополучие (неблагополучие), но все определения взаимодополняемые. В рамках нашего исследования необходимо рассмотреть эмоциональное благополучие более основательно.

Ряд авторов (О. И. Бадулина, Л. И. Божович, Т. В. Драгунова, В. И. Самохвалова, М. В. Зиновьева, О. А. Идобаева, В. Р. Лисина, Т. Я. Сафонова, Л. С. Славина) дают следующее определение: эмоциональное благополучие – это положительное эмоциональное самочувствие.

В целом можно отметить, что это понятие рассматривают все авторы, занимающиеся проблемой эмоций. Но достаточно часто применительно к этому понятию используются слова-синонимы: «положительный нервно-психический тон» (В. М. Бехтерев), «удовольствие, радость» (К. Изард), «счастье» (М. Аргайл) и т. п. Итак, можно утверждать, что термин «эмоциональное благополучие» тесно связан с такими понятиями, как «эмоциональное здоровье», «психическое благополучие», «удовлетворенность жизнью», «субъективная оценка качества»; является сложным, многоаспектным, разноуровневым термином.

Истории имеющихся исследований доказывают наличие нескольких направлений по проблеме эмоционального благополучия: социально-психологическое – объясняет состояние эмоционального благополучия наличием социальных и психологических факторов, точнее – устойчивым положением в обществе и положительным отношением к этому, наличием устойчивого психоэмоционального состояния личности (М. Аргайл, Р. Бернс). Стронники психоаналитического направления – М. Кляйн, В. Оклендер – отмечают наличие причинно-следственной связи эмоционального благополучия и особенностей протекания развития личности в раннем периоде на-

личием соматических патологий. Психофизиологическое направление (В. М. Бехтерев, П. В. Симонов) связывает эмоциональное благополучие с физическим и психологическим здоровьем человека.

Последнее направление и положение поддерживается российскими психологами: Н. Д. Левитовым, В. Н. Мясищевым, Л. В. Куликовым и другими, которые также отмечают взаимосвязь здоровья, субъективного благополучия и психического состояния человека, при этом особенно выделяя субъективную сторону здоровья, имея в виду жизненную удовлетворенность вообще и нахождение в этом состоянии благополучия [16].

Исследователи Л. М. Аболин, О. А. Воробьева, В. Р. Сары-Гузель трактуют эмоциональное благополучие с точки зрения полноценного эмоционального регулирования и выполнения своих функций в жизни каждого человека.

Как важнейшую психологическую составляющую благополучия личности в целом, т. е. как характеристику, в которой сконцентрированы чувства, связанные с успешной (или неуспешной) жизнедеятельностью личности, отмечали М. С. Дмитриева, М. Ю. Долина, Л. В. Куликов.

В некоторых работах термин «эмоциональное благополучие» соотносится с понятием «эмоциональное здоровье». Оно, с точки зрения Л. В. Тарабакиной, составляет компонент психологического здоровья человека, который способствует «...единству уровней – ситуативно-ориентировочному, адаптационно-целевому, личностно-деятельностному; эмоциональное здоровье сохраняет целостность эмоционального отношения к себе и к миру в целом, способствует преобразованию отрицательных эмоций и порождает положительное окрашивание переживаний...» [20, с. 14].

И. М. Слободчиков отмечает влияние эмоционального благополучия на обеспечение высокой самооценки, сформированности самоконтроля, ориентации на успех в достижении целей, эмоционального комфорта в семье и вне семьи [17, с. 512].



Г. А. Урунтаева связывает эмоциональное благополучие с состоянием, помогающим ребенку проявлять уверенность, чувствовать себя защищенным; состоянием, способствующим полноценному развитию личности ребенка, помогающим вырабатывать у дошкольника положительные качества и доброжелательное отношение к другим людям [19, с. 36].

Эмоциональное благополучие – фундаментальное понятие, связанное с обеспечением качества жизни человека, закладываемого в детстве, поэтому зависимое от ближайшего окружения, семейных отношений.

В настоящее время признается то положение, что эмоциональное благополучие – это компонент психологического здоровья, не смотря на то, что само научное понятие «психологическое здоровье» было введено сравнительно недавно И. В. Дубровиной, по признанию которой психологическое здоровье важно как условие правильного развития и функционирования личности в процессе жизнедеятельности [5, с. 72].

Научная литература отождествляет психологическое здоровье с понятием «психическое здоровье». Психическое здоровье характеризуется наличием душевных сил, нужных для жизнедеятельности: человек волевой, здраво рассуждает, контролирует собственное поведение, способен к целеполаганию, планированию и организации своей деятельности и т. п. Психическое здоровье многими трактуется с позиции собственной жизнеспособности индивида, жизненной силы, обеспечения полноценного развития и функционирования психического аппарата [22, с. 20].

Практические психологи используют понятие, в соответствии с которым психологическое (психическое) здоровье должно характеризоваться эмоциональным благополучием, отсутствием тревожности, наличием конструктивных отношений и ответов на жизненные требования. По замечанию Е. Е. Чернухина, Т. Н. Афонина, психическое здоровье – есть состояние душевного (эмоционального) благополучия, когда отсутствуют болезненные психические проявления и обеспечивается адекватная условиям окружающей среды регуляция поведения, деятельности [17, с. 381].

Итак, эмоциональное благополучие признается компонентом психического здоровья и означает удовлетворенность в общении, наличие добрых взаимоотношений в семье и в ДОУ со всеми участниками образовательного процесса, благоприятного психологического климата в группах. В современных социокультурных условиях эмоциональное благополучие – одна из важных целей жизнедеятельности и условие достижения иных задач. Многочисленные исследования в эмоциональной сфере доказывают значимость и важность для человека эмоционального комфорта на протяжении онтогенеза.

Отечественные психологи (Н. Д. Левитов, В. Н. Мясищев, В. А. Ганзен, Л. В. Куликов и др.) неоднократно подчеркивали взаимосвязь здоровья, субъективного благополучия и психического состояния человека, акцентируя внимание при этом на субъективной стороне здоровья и предполагая позитивное отношение к жизни в целом и переживание благополучия [10, с. 35; 14, с. 69].

Рассмотрев разные направления и подходы, хочется еще раз подчеркнуть, что эмоциональное благополучие – это положительное состояние человека, которое зависит от его самочувствия, отображает позитивное отношение к самому себе и окружающей действительности; возможность без затруднений адаптироваться к разным ситуациям.

В настоящее время можно говорить о том, что проблема, связанная с эмоциональным благополучием человека, до конца не раскрыта; это справедливо и относительно проблемы эмоционального благополучия дошкольников. Важно, что в психологии до сих пор существует проблема учета психологических характеристик и свойств личности, когда мы говорим о средствах и способах формирования эмоционального благополучия личности.

Как характеризуется эмоциональное благополучие (неблагополучие) дошкольников в научных исследованиях?

Ключевым моментом эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста является состояние эмоционального благополу-



чия детей. В этом возрасте эмоции – это уже не просто мгновенная реакция на ситуацию, а ее осмысление. Ребенок эмоционально благополучный преодолевает эгоцентризм, лучше включается в учебно-познавательные ситуации, успешнее самореализуется в деятельности.

Исследователи И. В. Фрайфельд, А. Е. Терентьев эмоциональное благополучие дошкольника трактуют с точки зрения положительно окрашенного эмоционального состояния ребенка, которое имеет ярко выраженное ощущение комфортности, защищенности, успешности, возникающее на основании исполнения его ведущих потребностей – это безопасность, любовь и принадлежность, самовыражение и общение [21, с. 146].

А. Д. Кошелевой, М. И. Лисиной, Г. Г. Филипповой рассматривается эмоциональное благополучие как состояние базовое, которое определяет позитивность дошкольника, его положительное мировосприятие и отношение к себе. Понятие «эмоциональное неблагополучие» может означать следующее: это измененное положительное отношение дошкольника к окружающей действительности, которое может привести к появлению негативных проявлений характера – агрессивности, безразличию, психосоматическим расстройствам [7, с. 121; 8, с. 11].

Эмоциональное благополучие – самое емкое понятие, определяющее успешность развития дошкольников, младших школьников; состояние, объясняющее эффективность общения, взаимодействия способностью его участников понимать чувства другого, а также управлять своими эмоциями, что важно для становления личности детей. Ласковое отношение окружающих к ребенку, признание его прав, проявление к нему внимания способствуют испытанию им эмоционального благополучия, преобладанию у него бодрого, жизнерадостного настроения, позволяют быть уверенным, защищенным.

Исследователи Л. А. Абрамян, М. И. Лисина, Т. А. Репина объясняют «эмоциональное благополучие» дошкольника устойчивым эмоционально-положительным самочувствием ребенка, при котором удовлетворяются его ос-

новные возрастные, биологические и социальные потребности.

Другие авторы (А. Д. Кошелева, В. И. Перегуда, И.Ю. Ильина, Г. А. Свердлов, Е.П. Арнаутова) характеризуют эмоциональное благополучие такими признаками состояния ребенка, как устойчивость, положительность, комфортность, эмоциональность, которые, в свою очередь, определяют правильное отношение ребенка к миру и влияют на его переживания, познавательную сферу, эмоционально-волевую, особенности реагирования на стрессовые ситуации, отношения с ровесниками [10, с. 65].

Г. А. Урунтаева определяет эмоциональное благополучие чувством уверенности, защищенности, позволяющим адекватно развиваться ребенку, способствующим формированию его личностных качеств, доброжелательному отношению к окружающим. Автор выделяет основные характеристики эмоционального благополучия, которые проявляются в уровне различных отношений ребенка: к себе, ровесникам, взрослым; в общем эмоциональном тоне; в способности дошкольника характеризовать самочувствие другого; в уровне сопереживания, сочувствия, который дошкольник показывает вербально и невербально [6, с. 62].

О. Ю. Данилова убеждена в том, что благоприятный фон эмоций ребенка характеризуется приподнятым настроением, улыбкой и жестами, выражающими открытость и доверие; в такой ситуации ему легче вступить в игровую деятельность и взаимодействие, проявить интерес. Неблагоприятный фон эмоций у дошкольника проявляется в подавленности, плохом настроении, растерянности, грусти или в индифферентном выражении лица [4, с. 192].

Исследователями определены основные уровни эмоционального благополучия: высокий, средний и низкий. Высокий уровень эмоционального благополучия выражается желанием общаться; взаимодействием в течение длительного времени; успешным участием в общих делах; успешным выполнением как лидерских, так и пассивных ролей; умением ус-



транять конфликты; признанием и адекватным выполнением правил, исходящих от взрослых; заботливым отношением к чувствам людей и предметам окружающего мира; умением найти себе дело; владением правильными средствами проявления своего внутреннего самочувствия и т. д.

Средний уровень эмоционального благополучия означает недостаточную самостоятельность в общении, когда ребенок предпочитает только пассивные роли; неумелость в улаживании конфликтов; ребенок принимает помощь и по возможности ее оказывает.

Эмоциональное благополучие низкого уровня проявляется в нежелании и неумении взаимодействовать с другими окружающими людьми: как со взрослыми, так и со сверстниками; в отсутствии инициативности общения, в его избегании; в отсутствии контроля за своими действиями, поведением и эмоциями; в исключительной ориентации на себя и свои действия; в непризнании правил и норм общения и деятельности; в отсутствии нравственных понятий «хорошо», «плохо» или нежелании выполнять эти нормы, если они сформированы; в конфликтности и агрессивности.

Таким образом, можно констатировать факт наличия потребности ребенка в поддержке и ощущении себя безопасно и уверенно, которые должны обеспечить ему взрослые, прежде всего, – мать [9].

Анализ имеющихся исследований показывает наличие у детей старшего дошкольного возраста с эмоциональным неблагополучием неуверенности, мнительности, сверхтребовательности к себе, неудовлетворенности своим положением и достигнутыми успехами, защитно-агрессивного поведения, повышенной тревожности, страхов, заниженной самооценки. Можно констатировать тот факт, что отклонения в эмоциональной сфере могут наблюдаться у многих детей данного возраста, но это не всегда свидетельствует об эмоциональном неблагополучии, т. к. оно должно иметь в совокупности определенные проявления в поведении ребенка: ярко выраженные, отличные от других детей поведенческие черты.

Рассмотренные нами научно-методические подходы позволили определиться с критериями и показателями эмоционального неблагополучия в старшем дошкольном возрасте. Оно характеризуется нестабильностью эмоциональных реакций: частой сменой эмоций, преобладанием неустойчивого настроения; неадекватностью эмоциональных проявлений: неадекватной ситуацией формой выражения ребенка, интенсивностью эмоциональных реакций; преобладанием эмоций отрицательного содержания: частыми страхами, печалью, гневом; преобладанием сниженного настроения; наличием отклоняющихся эмоций: повышенной тревожности, страхов сверх возрастных норм; преобладанием заниженной самооценки: неуверенности в себе, повышенной ранимости, впечатлительности, склонности к самообвинению.

Таким образом, психологическая наука рассматривает эмоциональное благополучие в качестве компонента психологического здоровья дошкольников, мотивируя зависимость успешности его взаимодействия с окружающими взрослыми и детьми от испытываемых и проявляемых эмоций; это также признак успешности его социализации. Эмоциональное благополучие дошкольника считается важным ресурсом проявления личности для раскрытия ее самодостаточности, способности адекватно воспринимать себя, окружающую действительность и людей.

Одним из средств, эффективно воздействующим на формирование эмоциональной устойчивости, является анималотерапия (зоотерапия, пет-терапия) [1; 2; 3]. Исследователи достаточно давно пришли к выводам о лечебном влиянии животных на здоровье человека. По истечении времени были получены научные данные, которые стали использоваться в реабилитации. В настоящее время центры анималотерапии имеются во многих развитых странах. В них поправляют состояние здоровья многие люди разного возраста.

Терапия посредством животных положительно влияет на многие стороны здоровья, улучшает состояние психического, физического, эмоционального, социального состоя-



ния больных. В восстановительной терапии применяются разные животные, в зависимости от заболевания: дельфины, собаки, кошки, лошади и другие. Лечение осуществляется с использованием прогулок с животными, ухода за ними, игры; лечение индивидуальное и групповое.

Пет-терапия (англ. *pet therapy*, от англ. *pet* – обобщенное название домашних животных, дословно «любимое животное» или ААТ) (англ. *animal assisted therapy*) – метод лечения пациентов с помощью домашних животных (собак, лошадей, кошек, дельфинов, кроликов, птиц и пр.). В нашей стране пет-терапию в большей степени знают как зоотерапию или анималотерапию (от лат. *animal* – животное). Распространилась пет-терапия сначала на западе. В США находится международная организация терапии животными (Pet Therapy International). Пет-терапия пока не имеет общей терминологии [6; 12]. Обычно используют понятие «терапия с использованием животных» (“Animal Assisted Therapy”), включающая терапевтическую деятельность с одним клиентом и одним животным с определенной целью. Можно использовать и понятие «деятельность с участием животных» (“Animal Assisted Activities”).

Анималотерапия – разновидность терапии с включением животных как формы лечения с целью улучшения социальных, эмоциональных или когнитивных функций. Некоторые знают ее как теорию привязанности (биофилия), в основе которой – связь человека и животных.

Анималотерапия пользуется своим инструментарием. Это могут быть рисунки животных, рассказы, сказки, кино о них, игрушки и, конечно, настоящие животные, безопасные для общения.

Таким образом, у человека и животных давняя неразрывная связь. Так как общение с животными нравится детям, подросткам, взрослым, анималотерапия станет полезной людям, с трудом выражающим свои мысли и чувства, управляющим эмоциями. Анималотерапия считается молодым направлением в области лечебной и восстановительной медицины; ее

исследования перспективны в плане открытия новых направлений лечения, которые могут восстанавливать здоровье и быть результативными в дальнейшем [13].

Как показывают исследования, одним из эффективных средств достижения эмоционального благополучия детей является анималотерапия.

При общении с животными происходит расслабление всего организма, улучшается эмоциональное состояние, появляется возможность выразить чувства и управлять своими эмоциями. Общение с животными лечит нарушения эмоциональных и поведенческих проявлений. Анималотерапия снижает агрессивность, раздражительность, гиперактивность. Общение с животными, в том числе и домашними, помогает детям выразить свои эмоции. Когда дети наблюдают за животными и взаимодействуют с ними, их поведение меняется в лучшую сторону. Животные как источник интереса со стороны детей могут быть отвлекающим фактором, снижающим напряжение во многих ситуациях.

В рамках обозначенной выше темы нами было проведено исследование уровня эмоционального благополучия старших дошкольников в одном из ДОУ г. Муром. К исследованию привлечена группа воспитанников в количестве 18 детей.

За основу показателей эмоционального благополучия нами взяты критерии, определенные Н. Ю. Сергеевой. Это эмоциональные состояния и характер их проявления (эмоциональная устойчивость, положительный фон настроения, уверенность); поведение (общительность, активность, доброжелательность) [18, с. 184].

Их качественная характеристика следующая. При высоком уровне эмоциональной устойчивости ребенок обладает адекватной тревожностью, спокоен, безмятежен; фон настроения – жизнерадостный, бодрое настроение, оптимистичный настрой. Уверенность высокого уровня характеризуется тем, что ребенок не сомневается в своих силах, смело приступает к новым видам деятельности, имеет



адекватную самооценку. Активность дошкольника высокого уровня проявляется в работоспособности, раскованности, свободе в самовыражении, инициативности, самостоятельности, творческом воображении. Доброжелательность высокого уровня – это заботливое и внимательное отношение к сверстникам и взрослым, проявление миролюбия, дружелюбности, сочувствия, готовности к плодотворному сотрудничеству. Высокий уровень общительности выражается в стремлении к общению, контактности, в умении не теряться в ситуациях общения, брать инициативу на себя, стремиться к лидерству, легко находить общий язык с партнером.

Эмоциональная устойчивость среднего уровня по тем же критериям определяется следующими показателями: выраженная тревожность; переменчивое настроение, временами ребенок раздражен, возбужден; часто не сомневается в своих силах при условии внешней поддержки, помощи; имеет неадекватную самооценку. Дошкольник демонстрирует ситуативную активность в хорошо знакомой деятельности, иногда проявляет инициативу, самостоятельность, избирательную доброжелательность, нередко бывает заботлив и внимателен по отношению к одним и резко враждебен, несправедлив по отношению к другим, выборочно готов к сотрудничеству; стремится к общению, но иногда не может найти общий язык с партнером, понять другого, уступить.

Низкий уровень эмоциональной устойчивости – это повышенная тревожность, ребенок полон мрачных опасений, страхов; может проявлять агрессивность, апатию, депрессию. У дошкольника угнетенное, подавленное настроение, пессимистический настрой; он опасается приступать к новым видам деятельности. Если самооценка выше или ниже реальных возможностей, имеет место самоуверенность или неуверенность; ребенок проявляет низкую работоспособность, пассивность, скованность, несамостоятельность мышления.

Дошкольник небрежно, невнимательно относится к сверстникам, взрослым; часто проявляет конфликтность, враждебность по от-

ношению к ним, не имеет навыков совместной деятельности. Он неконтактен в общении, теряется в ситуациях общения, не берет инициативу на себя; часто фиксируется на замкнутых, отчужден, изолирован.

Для определения обозначенных уровней эмоционального благополучия предусматривается реализация следующих методов исследования: наблюдение, анкетный опрос. Также нами подобран конкретный диагностический инструментарий оценки развития эмоциональной сферы дошкольников. В качестве основных методов выступили наблюдение за эмоциональным состоянием ребенка в течение дня; беседы с ребенком о его настроении, о том, что влияет положительно и отрицательно на настроение; беседы с родителями об эмоциональных проявлениях ребенка, об имеющихся поведенческих проблемах; анкетирование родителей и педагогов.

Обобщенные данные исследований показали следующее: уровень эмоционального благополучия в норме у 12 детей (66,7 % от общего числа детей). Средний уровень эмоционального благополучия у 5 человек (27,8 %). Низкий уровень эмоционального благополучия выражен только у 1 ребенка (5,5 %).

Полученные данные наблюдений в большинстве своем совпадают с результатами анкетирования родителей. Родители (10 человек) считают эмоциональное состояние своих детей хорошим, благополучным, что объясняют нравственной атмосферой семьи, любовью к детям, интересом к их переживаниям и мнению. Взаимоотношения со взрослыми и другими детьми – ровные, неконфликтные. В доме есть кошка или собачка, за которыми дети ухаживают, играют с ними. В результате взаимодействия с животным эмоциональное состояние ребенка в большей степени положительное: он общительный, доброжелательный, активный, уверенный. В отношениях с другими детьми и взрослыми, в том числе и в детском саду, уравновешенные, терпеливые, уступчивые и приветливые. Причем, замечено, что эмоционально благополучные дети воспитываются в семьях, где есть домашнее животное – кошка или собака.



Однако следует отметить, что часть родителей не так оптимистичны в отношении эмоционального благополучия своих детей. Они отмечают, что во взаимоотношениях со взрослыми иногда бывают конфликты. Ребенок обижается на взрослых за то, что его наказывают, или что-то не разрешают. В отношениях с другими детьми бывают разными, чаще их эмоциональное состояние неустойчивое, они склонны командовать. Домашних животных, в этих семьях нет по причине безразличия к ним или аллергических реакций на животных у кого-то из членов семьи.

Полученные данные говорят о необходимости осуществления коррекционных мероприятий с использованием анималотерапии под общим названием «Ребята и зверята». Работа осуществлялась в течение двух недель, предполагала проведение 5 занятий (о собаках, кошках, лошадях, аквариумных рыбках и о анималотерапии); игр; практической работы по знакомству с животными; чтение книг, просмотр видеофильмов, использование упражнений, направленных на сплочение и эмоциональную адаптацию детей. Коррекционная работа имела познавательно-исследовательский характер. Участники работы: дети старшей группы, родители воспитанников, педагоги.

Коррекционный этап проводился нами со всеми детьми данной группы. Цель коррекционной работы – рассмотреть анималотерапию как средство достижения эмоционального благополучия детей и систематизировать позитивные эффекты воздействия животных на человека. Для достижения цели важно было подобрать и проанализировать литературу о способах воздействия животных на человека; сформировать знания детей об анималотерапии и представления о том, как животные могут влиять на людей; вовлечь детей и родителей в познавательно-исследовательскую деятельность по теме исследования; разработать рекомендации по общению с животными и их содержанию в городских условиях. Мы предполагали, что по окончании коррекционно-развивающей работы дети смогут по-

следовательно рассказывать о своих домашних питомцах; у них сформируются представления об условиях содержания животных в городских квартирах; дошкольники будут эмоционально воспринимать литературные произведения и выражать свое отношение к персонажам.

Сотрудничество с семьей осуществлялось в форме консультаций, например, на темы: «Чему учат нас домашние питомцы?», «Если в доме животное» и др.; а также работы по повышению уровня компетентности родителей по теме исследования, создание семейных мини-проектов о своих домашних любимцах.

Специалисты ДОО привлекались к участию в физкультурных развлечениях и театрализации на темы о животных. Совместная деятельность педагога с детьми включала беседы, викторины, представление семейных мини-проектов о своих домашних питомцах, театрализованные представления, выставки рисунков и др.

Образовательная деятельность носила интегрированный характер разных ее областей:

- познавательного развития (наблюдение за живым объектом, рассматривание иллюстраций с изображением животного, рассказы и беседы воспитателя, дидактические игры, рассматривание картин, фотографий, ФЭМП, ситуативный разговор, НОД, настольные электронные игры);

- речевого развития (пересказ произведений о животном, чтение художественных произведений, подбор пословиц, загадок о животном, чтение стихов);

- художественно-эстетического (лепка, проектирование, рисование, конструктивная деятельность – оригами, рисование, рассматривание репродукций картин);

- физического развития (ролевая гимнастика (эподы), подвижные игры, имитация движений животных);

- социально-коммуникативного развития (сюжетно-ролевые игры, инсценировки, строительные игры);

- исследовательской деятельности детей (наблюдение за живым объектом – животным,



просмотр видеофильма (изучение внешнего вида и повадок животного), рассматривание мягкой игрушки (изучение внешнего вида животного), просмотр презентации о повадках животного.

В процессе достижения основной цели параллельно осуществлялось еще одно важное обследование детей в начале работы (мониторинг знаний детей).

Цель проведения диагностики – выявить уровень знаний детей по теме программы.

Критерии оценки ответов:

1 балл – если нет ответа или ребенок затрудняется ответить на вопрос, путается;

2 балла – у ребенка имеется определенный объем знаний, но отвечает с помощью наводящих вопросов;

3 балла – ребенок отвечает самостоятельно, может сформулировать выводы.

Критерии, определяющие знания детей:

7-9 баллов – низкий уровень;

10-12 баллов – средний уровень;

13 баллов и выше – высокий уровень.

Низкий уровень в начале работы объясняется чаще всего недостаточным объемом знаний; восприятие темы было слабо выражено и проявлялось только при активном побуждении взрослого.

По завершению коррекционно-развивающей работы было проведено повторное обследование детей с целью выявления уровня знаний детей по теме после серии занятий (мониторинг знаний детей). Цель проведения диагностики – выявление динамики уровня знаний детей о животных и анималотерапии. Критерии оценки ответов те же.

Опираясь на данные обследования детей, которые впервые познакомились с возможностями анималотерапии, можно смело говорить о том, что работа по данной теме заметно улучшила показатели как по каждому ребенку, так и по группе в целом. Лишь у одного ребенка и в конце работы наблюдается низкий уровень, что обуславливается особенностями его психического развития.

У большинства детей наблюдался стойкий интерес к исследовательской деятельности. Проведенная работа оказала положитель-

ное влияние на эмоциональное благополучие детей.

Обобщенные данные показывают незначительную положительную динамику, которая выражается в следующих показателях: уровень эмоционального благополучия в норме у 13 детей (72,2 % от общего числа детей). Средний уровень эмоционального благополучия в целом количественно не изменился – это 5 человек (27,8 %). Но из этой группы перешел 1 ребенок, у которого средний уровень эмоционального благополучия поднялся до высокого уровня. У одного дошкольника после проведенной работы низкий уровень эмоционального благополучия повысился до среднего уровня. По-прежнему отмечаем, что эмоционально благополучные дети воспитываются в семьях, где есть домашнее животное – кошка или собака.

Подводя итог данному исследованию, резюмируем, что реализацию предложенной коррекционной деятельности в исследуемой группе можно считать успешной. Качественный анализ результатов контрольной диагностики уровня эмоционального благополучия детей показывает, что дети в этой группе стали более спокойными, общительными, наладили более позитивный контакт с родителями.

После занятий в рамках данной деятельности у детей сформировались устойчивые поведенческие реакции, обеспечивающие эмоциональную адекватность в контактах с окружающим миром. По результатам наших наблюдений у детей повысилась общая поведенческая активность. Дети стали охотнее вступать в конструктивные контакты со сверстниками, научились договариваться. Все это подтверждает эффективность проделанной нами коррекционной работы.

Для развития эмоциональной сферы детей можно провести нестандартные игры и упражнения – индивидуальные, с подгруппой или групповые. Главное в деле обеспечения эмоционального благополучия ребенка – искренняя заинтересованность в успехе, а также единство взглядов значимых взрослых – родителей, воспитателей.



Работу по поддержанию эмоционального благополучия детей старшего дошкольного возраста следует осуществлять в системе и всеми заинтересованными в этом взрослыми. Главная цель такой работы – не избавить ребенка от всех тревог, а научить его разбираться с помощью взрослого в причинах своих переживаний, не впадать в отчаяние в сложных ситуациях, а искать и находить решение задач, которые будет ставить перед ним жизнь.

Очень важно создавать ситуации успеха в любой детской деятельности, позитивно подкрепляя их. Сотрудникам дошкольного учреждения необходимо поддерживать и подкреплять развивающееся положительное взаимодействие с родителями. При этом рекомендации по формам и методам работы с родителями могут быть следующие:

- подбор специальной психолого-педагогической литературы об особенностях эмоциональных проявлений детей шестого года жизни, которую можно размещать в уголке для родителей;

- ведение дневников «Эмоции и чувства моего ребенка» для отслеживания психо-эмоционального состояния детей – одна из новых и эффективных форм;

- осуществление работы копилки вопросов родителей, например, «О чем бы вы хотели спросить» для получения обратной связи в работе с родителями;

- выпуск памяток, информационных листов об особенностях данного возраста, рекомендуемых упражнениях, развивающих играх;

- информирование родителей через специально созданную систему работы с родителями в данном учреждении, например, информационно-тематические газеты и др.;

- регулярная организация и систематическое проведение тематических встреч с руководителем ДОУ, медицинской службой, педагогами детского сада;

- консультирование с конкретными практическими рекомендациями игр, игровых упражнений.

Чтобы существенно повысить эмоциональный фон ребенка, педагогам и родителям, вос-

питывающим ребенка, необходимо обеспечить реальный его успех какой-либо деятельности (в рисовании, игре, помощи по дому и др.). Ребенка нужно меньше ругать и больше хвалить, причем, не сравнивая его с другими, а только с ним самим, оценивая улучшение его собственных результатов (сегодня нарисовал лучше, чем вчера; быстрее убрал игрушки и т. д.).

Больше обращать внимание на обстановку, которая складывается дома и в детском саду. Теплые эмоциональные отношения, доверительный контакт со взрослыми тоже могут способствовать улучшению эмоционального благополучия ребенка.

Чтобы помочь ребенку в улучшении эмоциональной сферы была действенной, необходимо изучить его интересы и склонности, желания и предпочтения; пронаблюдать, какие предметы, действия и ситуации вызывают положительные эмоции. Чрезвычайно важно не оставлять без внимания проявления эмоций интереса и удивления. Целесообразно фиксировать ситуации, в которых они возникают, а также отмечать объекты, которые их вызывают; важно налаживать взаимоотношения с ребенком, чтобы он себя чувствовал спокойно и уверенно.

Исследование не исчерпало всех аспектов сложной проблемы, связанной с эмоциональным состоянием ребенка. Дальнейшего изучения требуют вопросы, связанные с рассмотрением содержания системно-ролевой деятельности воспитателя и педагогических аспектов взаимодействия; проблема формирования профессионально-личностных качеств воспитателя, определяющих успех их социального взаимодействия с детьми и эмоциональное благополучие дошкольников, и ряд других.

В нашем исследовании был осуществлен анализ основных подходов по проблеме освещенности вопроса об эмоциональном благополучии, влиянии анималотерапии на эмоциональное состояние дошкольников. Анализ специальной литературы по проблеме исследования позволяет констатировать разнообразие мнений и взглядов ученых на сущность эмоционального благополучия, но единым яв-



ляется признание воздействия социальных факторов на эмоциональное самочувствие человека.

Настоящие изыскания, направленные на коррекцию эмоциональной сферы дошкольников, свидетельствуют об огромном потенциале анималотерапии (взаимодействию с животными). Коррекционная работа, связанная с формированием постоянных поведенческих реакций детей, направлена на обеспечение эмоциональной адекватности дошкольников во взаимодействии с окружающей действительностью посредством анималотерапии. Успешность станет возможной, если будут соблюдаться определенные психолого-педагогические условия:

– во-первых, коррекция включена в образовательный процесс, связанный с обеспечением эмоционального благополучия дошкольников, с использованием анималотерапии;

– во-вторых, педагоги ДОУ компетентны в области коррекции эмоционального поведения детей;

– в-третьих, педагогическая грамотность родителей, связанная с разрешением проблем эмоционального благополучия детей, соответствует высокому уровню.

Работа ДОУ, связанная с организацией деятельности по коррекции уровня эмоционального благополучия дошкольников старшей группы показывает необходимость использования диагностической, профилактической, развивающей форм работы и методов наблюдения, беседы, опроса и других.

Эмпирическое исследование было связано с выявлением уровня эмоционального благополучия у старших дошкольников и направлено на определение того, насколько эффективна использованная коррекция эмоционального поведения старших дошкольников посредством анималотерапии.

Результаты диагностического исследования дошкольников старшей группы выявили, что преобладающее количество детей имеют нормальный уровень эмоционального благополучия. Однако наблюдения за детьми старшей группы убедительно показывают, что

ряд форм эмоционального неблагополучия так или иначе проявляется практически у всех дошкольников группы.

Проведенная повторная диагностика в старшей группе МБДОУ показала эффективность использованной коррекционной деятельности; анималотерапию можно рассматривать как средство достижения эмоционального благополучия детей и систематизировать позитивные эффекты воздействия животных на человека. Беседы с родителями дошкольников подтвердили наше предположение о лучшем поведении детей в домашней обстановке, особенно в семьях, где есть домашние животные.

Нами определены главные психолого-педагогические условия, соблюдение которых способствует эмоциональному благополучию детей. Оно возможно, если удовлетворена потребность ребенка в общении с педагогом, в коммуникации или в совместной деятельности со сверстниками; достигается успех в детской деятельности и другие.

Таким образом, итоги данного исследования позволяют сделать вывод о том, что реализация коррекционной деятельности в старшей группе ДОУ прошла успешно. Качественная оценка результатов контрольной диагностики уровней эмоционального благополучия детей показывает положительную динамику: дошкольники стали спокойнее, общительнее, изменилось и стало позитивнее общение и взаимодействие с родителями. Проведенные занятия в рамках данной работы позволили сформировать у дошкольников положительно-устойчивое поведение, которое обеспечивало эмоциональную адекватность во взаимодействии с окружающей действительностью. Результаты наших наблюдений демонстрируют повышение общей поведенческой активности детей. Дошкольники охотнее и конструктивнее стали контактировать друг с другом, научились договариваться.

В процессе достижения основной цели параллельно была решена еще одна важная задача. В ходе обследования детей в начале и в конце работы (мониторинг знаний детей) выявлен уровень знаний детей о животных и



анималотерапии. Повторное обследование детей также подтверждает эффективность проделанной нами коррекционной работы.

Проверка эффективности разработанных средств, способствующих эмоциональному благополучию детей шестого года жизни позволили решить поставленные задачи и достичь цели нашего исследования.

АННОТАЦИЯ

Статья посвящена открытому для исследований вопросу обеспечения эмоциональной стабильности дошкольника как составляющей детского здоровья. Автор анализирует понятия «эмоциональное благополучие», «анималотерапия» и подходы к обеспечению эмоционального благополучия детей в условиях дошкольного образования в научной литературе; характеризует состояние эмоционального благополучия детей; рекомендует коррекционное, поддерживающее и развивающее направления деятельности по обеспечению эмоционального благополучия дошкольников возможностями анималотерапии.

Ключевые слова: личность ребенка-дошкольника, эмоциональная сфера, эмоциональное благополучие, эмоциональное неблагополучие, анималотерапия.

SUMMARY

The article is devoted to the issue of ensuring emotional stability of a preschooler as a component of children's health, which is open for re-search. The author analyzes the concepts of "emotional well-being", "animal therapy" and approaches to ensuring the emotional well-being of children in preschool education in the scientific literature; characterizes the state of emotional well-being of children; recommends correctional, supportive and developing activities to ensure the emotional well-being of preschoolers with the possibilities of animal therapy.

Key words: personality of a preschool child, emotional sphere, emotional well-being, emotional distress, animal therapy.

ЛИТЕРАТУРА

1. Анималотерапия: что это такое и чем полезна. Здоровье и долголетие [Электронный ресурс]. – URL: <https://ekolekar.com/animaloterapiya.html>.

2. Анималотерапия – лечение животных. Виды и функции анималотерапии. [Электронный ресурс]. – URL: pcenter-itt.ru.

3. Виды и функции анималотерапии [Электронный ресурс]. – URL: defektologiya.pro.

4. Данилова О. Ю. Проблема формирования эмоционального благополучия личности в психологической науке и ее взаимосвязь с индивидуально-типологическими особенностями человека // Сибирский педагогический журнал. – 2007. – № 1. – С. 192–201.

5. Дубровина И. В. Школьная психологическая служба: вопросы теории и практики. – М.: Педагогика, 1991. – 232 с.

6. История и виды пет-терапии [Электронный ресурс]. – URL: <https://studfiles.net/preview/3600135/>.

7. Калишенко В. Д. Влияние оценки педагога на эмоциональное благополучие дошкольников // Вестник славянских культур. – 2012. – № 25. – С. 121–126.

8. Карелина И. О. Развитие эмоциональной сферы детей в дошкольной образовательной организации: избранные научные статьи. – Прага: Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ», 2017 – 122 с.

9. Корниец И. Е. Эмоциональное благополучие ребенка дошкольного возраста [Электронный ресурс]. – URL: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2015/11/29/>.

10. Кошелева А. Д. [и др.] Эмоциональное развитие дошкольников. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 176 с.

11. Лаптева Ю. А., Морозова И. С. Развитие эмоциональной сферы ребенка дошкольного возраста // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2016. – № 3. – С. 51–55.

12. Мартынюк А. История и виды пет-терапии [Электронный ресурс]. – URL: <https://hronos-center.ru/o-pet-terapii/>.

13. Общая психология: учебное пособие [Электронный ресурс] / под ред. А. К. Белоусовой, Е. А. Азаровой. – Ростов-н/Д., 2012. – 158 с. – URL: <https://studopedia.org/1-137240.html>.

14. Одинцова В. В., Горчакова Н. М. Эмоциональное благополучие как интегративная



характеристика эмоциональной сферы // Вестник СПбГУ. Сер. 12. – 2014. – Вып. 1. – С. 69–77.

15. Пет-терапия. База знаний. PSYWEB [Электронный ресурс]. – URL: <https://psyweb.global/database/knowledge/article-80-pet-terapiya>.

16. Пожиткина Н. В., Савенок Д. А., Папушина А. В. Анализ эмоционального благополучия дошкольника в контексте его психологического здоровья [Электронный ресурс] // Психология, социология и педагогика. – 2012. – № 6. – URL: <https://psychology.snauka.ru/2012/06/856>.

17. Психология мотивации и эмоций / под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, М. В. Фаликман. – М.: ЧеРо, 2002. – 752 с.

18. Сергеева Н. Ю. Эмоциональное благополучие детей // Народное образование. – 2004. – № 2. – С. 184–188.

19. Урунтаева Г. А., Афонькина Ю. А. Практикум по детской психологии. – М.: Изд. «Владос», 1995. – 96 с.

20. Тарабакина Л. В. Эмоциональное здоровье школьника: теория и практика психологического сопровождения: автореферат дисс. ... д-ра психол. наук. – М., 2000. – 40 с.

21. Фрайфельд И. В., Терентьев А. Е. Организация физкультурно-оздоровительных занятий при формировании эмоционального благополучия дошкольников 3-5 лет // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. СоциокINETика. – 2009. – № 4. – С. 146–150.

22. Шувалов А. В. Интeрcубъeктивнeе условия психологического здоровья детей: автореф. дисс. ... канд. психол. наук. – М., 2000. – 26 с.

О. А. Лебеденко

УДК 159.922

ВЗАИМОСВЯЗЬ СОЦИАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ И САМООТНОШЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

На протяжении всей жизни человек адаптируется ко всему, что его окружает. Социально-психологическую адаптацию можно определить как процесс взаимоотношений личности со средой, где происходит двусторонний процесс удовлетворения потребностей. Результатом успешной социально-психологической адаптации, на наш взгляд, можно считать комфортное пребывание личности в социальной среде, непрерывный процесс развития, реализации личностного потенциала.

Социально-психологическая адаптация является механизмом, посредством которого происходит социализация подростка, формирование самооотношения и личной ответственности подростка. В подростковом возрасте адаптационный процесс направляется на социальное окружение, выбор дальнейшего жизненного пути. Согласно ФГОС общего образования подросток должен использовать свои знания для адекватной ориентации в окружающем мире, выработки способов адаптации в нем, успешной социализации. [9]

Особенность социальной ситуации развития заключается в том, что подросток включается в новые взаимоотношения с окружающими, занимая среди них новое место и выполняя новые функции. Включение подростка в различные виды общественной деятельности способствует усвоению социальных ценностей, а также формированию нравственных качеств личности.

Цель исследования состояла в изучении взаимосвязи социально-психологической адап-

