

Візуалізація – ще один ефективний прийом. Малювання, ліплення, конструювання за мотивами прочитаного допомагають закріпити враження від твору, розвивають творчу уяву та дрібну моторику.

Для того, щоб література була не просто розвагою, а й виконувала виховну функцію, важливо правильно підбирати твори. Найбільш ефективними для морального виховання є казки, оповідання та вірші. Народні казки – це скарбниця мудрості, яка передається з покоління в покоління. Вони вчать добра, справедливості, показують наслідки поганих вчинків. Авторські казки часто торкаються актуальних проблем сучасного суспільства, допомагають дитині орієнтуватися в складних ситуаціях. Оповідання для дошкільнят зазвичай мають простий сюжет, яскравих героїв і близькі до дитячого досвіду ситуації. Це робить їх легко сприйнятливими і допомагає дитині співпереживати персонажам. Вірші розвивають мовлення, пам'ять, естетичний смак. Багато віршів мають виховний характер, вчать доброті, дружбі, любові до природи [1].

Висновки і перспективи подальших досліджень. У статті було теоретично обґрунтовано роль дитячої літератури у формуванні моральних якостей у дітей дошкільного віку; проаналізовано сучасні дослідження з цього питання, розглянуто методи та прийоми використання літературних текстів у виховному процесі, а також наведені приклади конкретних творів, які можуть бути ефективними для формування моральних уявлень у дошкільнят.

Список використаних джерел

1. Гавриш Н.В. Книга – незамінний засіб духовно-морального виховання. *Дошкільне виховання*. 2013. № 9. С. 9-12.
2. Гуменникова Т.Р. Українські національні традиції як засіб формування першооснов моральної культури. *Початкова школа*. 2003. № 1. С. 38-40.
3. Кисельова О. І. Методика морально-етичного виховання старших дошкільників. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського. Педагогічні науки*: [зб. наук. пр. у двох томах]. Том 1. Миколаїв, 2008. С. 88–95.
4. Поніманська Т.І. Моральне виховання дошкільників: Навчальний посібник. К.: Вища школа 1993. 111 с
5. Сухомлинський В.А. Книга в духовному житті дитини. Серце віддаю дітям. Київ: Радянська школа, 1987. С. 165 – 170.

УДК 159.942:159.922.7-053.4

Пасічніченко А. В.

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

Ковалевська Н. В.

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

ЕМОЦІЙНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Анотація. У статті визначено роль емоційної компетентності у збереженні психічного здоров'я дітей дошкільного віку. Зазначено, що художня література, театралізована діяльність, психогімнастика є одними із ефективних засобів формування

емоційної компетентності, Визначено, що інтеграція ігрових і творчих підходів у виховний процес є ключовою для розвитку соціальних навичок та емоційного благополуччя дітей. Наголошено на необхідності зміни підходів у вихованні, які акцентують увагу на емоційній сфері особистості.

Ключові слова: дитина дошкільного віку, емоційна компетентність, психічне здоров'я.

Постановка проблеми у загальному вигляді. У сучасному світі багато людей стикаються з різними емоційними викликами, такими як страх, тривога, невпевненість та інші прояви дисбалансу. Для дітей ці проблеми особливо актуальні, оскільки вони часто спостерігаючи за дорослими, наслідують їх і через них поглиблюють своє розуміння світу, вбираючи навколишню негативну інформацію. Це може викликати стрес, який, у свою чергу, призводить до різноманітних наслідків, таких як психосоматичні прояви, посттравматичні стресові розлади, невротичні стани та інші форми емоційного перевантаження. Все це негативно впливає на психічний розвиток та самопочуття дітей, знижуючи рівень їхньої внутрішньої безпеки та комфорту.

З огляду на сучасні виклики, однією з ключових місій дорослих є створення сприятливих умов для підтримки психічного здоров'я дітей, що передбачає не лише надання підтримки та розуміння, а й активне формування позитивного емоційного середовища, в якому дитина могла б відчувати себе захищеною та упевненою.

Аналіз останніх досліджень. Психічне здоров'я є предметом досліджень як вітчизняних, так і зарубіжних вчених, серед яких С. Болтівець, О. Василевська, І. Галецька, С. Жарікова, В. Кохан, І. Коцан, Г. Ложкін, С. Максименко, А. Маслоу, О. Носков, Є. Потапчук, К. Роджерс, Н. Світлична, Р. Сірко, О. Устінов, М. Фомич, О. Чабан та інші. Незважаючи на значний обсяг проведених наукових розвідок, проблема психічного здоров'я дітей дошкільного віку залишається недостатньо вивченою та набуває особливої актуальності в сучасних умовах.

Мета статті – визначення ролі емоційної компетентності у збереженні психічного здоров'я дітей дошкільного віку.

Виклад основного матеріалу. Зауважимо, що сучасна наука розглядає різні підходи до розуміння терміну «психологічне здоров'я». Зазвичай використовується термін «психологічне здоров'я» як взаємозамінний із «психічне здоров'я». Однак, варто відзначити, що психічне здоров'я охоплює різноманітні аспекти психічного стану людини, включаючи емоційний, психологічний, соціальний та духовний аспекти. У свою чергу, психологічне здоров'я зазвичай більш акцентується на емоційному та психологічному благополуччі особистості.

У психологічному словнику психічне здоров'я визначається як стан душевного благополуччя, що характеризується відсутністю патологічних психічних проявів та здатністю адекватно регулювати свою поведінку й діяльність відповідно до реальних умов. Це поняття виходить за межі медичних і психологічних критеріїв, адже воно також включає суспільні та групові норми й цінності, які впливають на духовне життя людини [3, с. 148].

Шаронова І. встановлює зв'язок між психічним здоров'ям та розумовим, емоційним благополуччям людини. Вона визначає його як стан, коли відсутні хворобливі прояви у психіці, особа адекватно реагує на навколишню дійсність та вміє регулювати свою поведінку і діяльність. Психічне здоров'я дає можливість індивідуально, з урахуванням своїх фізичних та психічних можливостей, а також природних та соціальних умов навколишнього середовища, задовольняти біологічні та соціальні потреби [4, с. 741].

Зазначимо, що психологічно здорова дитина проявляє адекватність у сприйнятті навколишньої дійсності, гармонійний розвиток відповідно до свого віку, успішну адаптацію до соціального середовища, а також здатність до активного особистісного зростання, ефективного регулювання своєї поведінки та діяльності у відповідності з загальноприйнятими нормами і правилами.

Психічне здоров'я забезпечує можливість для відповідного виконання дітьми вікових, соціальних і культурних обов'язків і ролей, сприяючи при цьому їх безперервному і повноцінному розвитку та ефективній самореалізації. Воно також служить своєрідним резервом сил для них, допомагаючи подолати стресові ситуації та зменшити негативний вплив на їх фізичне здоров'я [1, с. 420].

Важливим фактором для збереження та підтримки психологічного здоров'я є емоційна компетентність, яка виявляється у здатності особистості не лише розпізнавати та розуміти власні та чужі емоції, а й у вмілому використанні їх для мотивації себе, управління власними емоціями та спілкування з іншими.

Половіна О. зазначає, що емоційна компетентність – це сукупність знань, вмінь і навичок, які дозволяють адекватно реагувати на основі емоційної обробки інформації. Це сприяє швидкому аналізу емоційно значущих ситуацій і є важливою умовою успішності людини в усіх аспектах життя [2, с. 30].

Проаналізувавши погляди науковців, слід зауважити, що емоційна компетентність сприяє розширенню досвіду особистості, допомагаючи швидко аналізувати емоційно насичені ситуації та успішно функціонувати в різних сферах життя. Вона є виявом емоційної зрілості, яка поєднує в собі емоційні, інтелектуальні та регулятивні аспекти психіки.

Емоційна компетентність у дошкільному віці відіграє ключову роль у забезпеченні психологічного здоров'я дитини. Достатній рівень сформованості емоційної компетентності допомагає їй розпізнавати, розуміти та виражати свої емоції, що є основою для подальшого розвитку стратегій саморегуляції та важливим для успішної адаптації до різних життєвих ситуацій.

Крім того, розвиток емоційної компетентності сприяє активному формуванню соціальних навичок у дитини, які включають у себе вміння ефективно спілкуватися, виявляти емпатію та вміння будувати позитивні взаємини з іншими. Це створює підґрунтя для плідної взаємодії з оточенням та успішної адаптації у соціальному оточенні. Завдяки таким навичкам дитина

може ефективно взаємодіяти з різними людьми та успішно інтегруватися у групові процеси.

Не менш важливою є роль емоційної компетентності у загальному психологічному самопочутті дитини. Діти, які володіють такими навичками, зазвичай мають більш позитивний погляд на світ, вищий рівень самосвідомості та впевненість у собі, що, у свою чергу, сприяє покращенню їх загального психічного стану та допомагає запобігти можливим проблемам з психічним здоров'ям у майбутньому.

Однак, як зазначає Половіна О. «аналіз освітнього простору у системах соціальної взаємодії «діти-батьки», «діти-педагоги», «батьки-педагоги» свідчить, що формування емоційно-ціннісної сфери особистості в них у кращому випадку лише декларується. А реальний стан освітньої практики зумовлений запитами батьків на розвиток академічних здібностей дитини та інтелектуальної сфери особистості. Дорослі не усвідомлюють, що наслідками такої деформації є емоційна глухота. Вона проявляється у сучасному суспільстві значним збільшенням міжособистісних конфліктів, депресії, жорстокості, насильства» [2, с. 25].

Проведене нами дослідження підтверджує, що акцент на академічних досягненнях замість емоційного розвитку дітей дійсно призводить до зниження їхньої емоційної чутливості, що, у свою чергу, сприяє збільшенню асоціальних проявів. Більшість батьків вважають, що успіхи в навчанні є головним критерієм оцінки здібностей дитини. На нашу думку, це створює атмосферу, в якій емоційні потреби дітей і їхнє бажання виражати почуття часто ігноруються або недооцінюються. Результати дослідження підкреслюють необхідність зміни підходів у вихованні, які б акцентували увагу не лише на академічних досягненнях, але й на розвитку емоційної сфери дітей, що може суттєво вплинути на зменшення асоціальних проявів у суспільстві.

Для розвитку емоційної компетентності у дітей дошкільного віку доцільними можуть бути різноманітні ігри, які спрямовані не лише на формування умінь розпізнавати, розуміти та виражати емоції, але й розвивають навички спілкування, співчуття і саморегуляції, що є основою емоційної компетентності («Впізнай емоцію», «Покажи емоцію», «Театр емоцій», «Емоційні кольори», «Коло емоцій» та ін.).

Ефективним засобом формування емоційної компетентності є художня література, яка допомагає дітям знайомитися з різноманітними емоціями героїв літературних творів, усвідомити та зрозуміти, як відчуваються інші. У свою чергу, театралізована діяльність, в основі якої є програвання різноманітних ролей, дозволяє дітям активно виражати, переживати емоції персонажів, розвивати свою емпатію та комунікативні навички. Таким чином, театралізовані ігри стають потужним інструментом у формуванні емоційної компетентності у дітей.

Виконання дітьми творчих завдань спонукає до вираження позитивних емоцій. Творчі завдання, такі як малювання, ліплення, аплікація, театралізація та інші, створюють безпечне середовище для експериментування з емоціями,