(cc) BY

Николаева Ирина Александровна
канд. психол. наук, старший преподаватель
ФГБОУ ВПО «Ульяновский государственный
педагогический университет им. И.Н. Ульянова»
г. Ульяновск, Ульяновская область

ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ДОО

***Аннотация**: в статье представлены результаты теоретического и практического исследования сущности понятия психологическое здоровье ребенка, обобщены представления различных авторов на эту проблему и представлены результаты пилотажного исследования психологического здоровья детей дошкольного возраста в условиях обучения в ДОО.*

***Ключевые слова**: психологическое здоровье детей, социальное здоровье, физическое здоровье и психическое здоровье.*

Актуальность темы данного исследования заключается в том, что в последнее время в обществе происходят образовательные реформы, которые должны нести в себе не только большой развивающий и обучающий потенциал, но и должны сохранять здоровье всех участников образовательного процесса. От состояния здоровья детей зависят качественные и количественные характеристики не только сегодняшнего, но и будущего населения. В детском возрасте закладывается фундамент личности, формируются ее основные качества: физическое и психическое здоровье, культурный, нравственный и интеллектуальный потенциал. В настоящее время существует достаточное количество рисков для подрастающего поколения, которые ведут к целому ряду проблем психологического характера, требующих решения. Важная роль в концепции дошкольного образования отводиться здоровьесберегающим технологиям, психологическому сопровождению детей в образовательных учреждениях, сохранению и укреплению психологического здоровья.

Понятие здоровье многогранно, каждая отрасль науки определяет его с учетом своей специфики. Выделяют несколько аспектов здоровья человека: соматическое, психическое и социальное здоровье. Эти аспекты и грани здоровья человека тесно взаимосвязаны друг с другом [1, с. 72].

Соматическое (физическое) здоровье – это состояние, при котором у человека саморегуляция функций и физиологические процессы соответствуют норме, наблюдается максимальная адаптация к различным факторам внешней среды. Основу физического здоровья составляют морфологические и функциональные резервы клеток, тканей, органов и систем органов. Так же соматическое здоровье характеризуется отсутствием хронических заболеваний, физических дефектов и функциональных изменений в организме [2].

Психическое здоровье – это состояние душевного благополучия, характеризующееся отсутствием болезненных психических проявлений и обеспечивающее адекватную условиям действительности регуляцию поведения и деятельности.

Социальное здоровье – это определенный уровень развития форм и способов взаимодействия индивида с внешней средой (социумом), определенный уровень личностного развития, позволяющий успешно реализовывать это взаимодействие [2].

Таким образом, психологическое здоровье – это системное качество, основу которого составляет психофизиологическая и физическая сохранность функций организма (соматическое здоровье), душевное благополучие и гармония (психическое здоровье), особенности взаимодействия индивида с окружающей средой и социумом (социальное здоровье) [1, с. 73].

Пилотажное исследование, целью которого является изучение психологического здоровья детей дошкольного возраста, призвано выявить актуальные проблемы дошкольного образования и определить пути их решения.

Гипотеза исследования заключается в предположении о том, что психологическое здоровье детей дошкольного возраста можно оценить по ряду параметров, в частности, по уровню соматического здоровья, уровню развития ком-

муникативных навыков, уровню проявления тревожности и агрессивности ребенка.

Были отобраны ряд методик для диагностики детей:

– методика «Несуществующее животное»;

– методика для определения самооценки «Лесенка» т. д. Марцинковской;

– методика для изучения межличностного взаимодействия «Рукавички» Г.Л. Цукерман;

– карта наблюдений, автор Сирс;

– опросник для диагностики уровня агрессии авторов Г.П. Лаврентьева, Т.М. Титаренко.

Было проведено пилотажное исследование на выборке детей дошкольного возраста, воспитанников ДОО г. Ульяновска. Общий объём выборки составил 60 детей в возрасте 5–6 лет. Результаты полученные в ходе исследования позволили определить группы детей в зависимости от уровня их психологического здоровья.

По О.В. Хухлаевой можно выделить 3 группы психологического здоровья детей:

1. Креативный уровень (ребенок – творец, идеальный уровень, выражающий совершенную степень психологического здоровья). Это дети с низким уровнем тревожности и агрессивности, с хорошими физическими показателями и творческой направленностью личности.

2. Адаптивный уровень. В целом это адаптивные дети, но в результате тестирования показывающие отдельные признаки дезадаптации, в частности, повышенную тревожность, агрессивность или конформное поведением. Это группа относительного риска, представляет средний уровень психологического здоровья.

3. Ассимилятивно-аккомодативный уровень. Это низкий уровень психологического здоровья. Это дети, неспособные к гармоничному взаимодействию с окружающими, не владеющие системой, механизмами защиты. Они бесконечно меняют мир вокруг себя и при всём этом не способны к самоизменению в связи

с требованиями социума (ассимиляционное преобладание). Или же имеют эпатажное поведение, аффектированные капризы (аккомодативное преобладание). Их скрытая дезадаптация часто приводит к соматическим нарушениям. Это дети с низким социально-адаптивным уровнем, высоким уровнем агрессии и тревожности [3].

Исследование соматического здоровья детей дошкольного возраста проводилось путем анализа медицинских карт. Оценке подвергалась группа здоровья детей. Группу здоровья определяет педиатр, учитывая осмотры специалистов. При исследовании состояния здоровья ребенка приняты следующие градации:

– 1 группа здоровья – абсолютно здоровые дети;

– 2 группа здоровья – дети с незначительными нарушениями соматического здоровья;

– 3 группа здоровья – дети с хроническими заболеваниями;

– 4 группа здоровья – дети с тяжелыми заболеваниями.

Результаты проведенного анализа показывают, что у 55% детей 1 группа здоровья, у 25% – 2 группа здоровья и у 20% – 3 группа здоровья. В целом показатели соматического здоровья большинства обследованных детей находятся в пределах возрастной нормы.

Исследование социального здоровья детей показали, что у 50% детей отмечается высокий уровень развития коммуникативных навыков, у 20% -средний уровень развития коммуникативных навыков и у 30% – низкий уровень развития коммуникативных навыков. Таким образом, достаточно большой процент детей дошкольного возраста испытывает трудности в общении со сверстниками и взрослыми, что несомненно может сказываться на уровне психологического здоровья.

Исследование личностных особенностей, составляющих основу психологического здоровья детей, а именно самооценки, тревожности и агрессивности позволили сделать следующее выводы:

– у 20% детей отмечается завышенная самооценка, у 60% адекватная самооценка и у 20% – заниженная самооценка.

– высокий уровень агрессии отмечается у 10% детей, средний уровень агрессии у 43% детей и низкий у 47% детей.

– низкий уровень тревожности отмечается у 80% детей, выраженная тревожность у 5% детей и высокая тревожность отмечается у 15% детей.

Проведенный анализ показателей соматического, социального и психического здоровья детей дошкольного возраста позволил выделить группы детей с разным уровнем здоровья психологического.

Результаты, полученные в ходе исследования, позволили отнести к 1 группе детей с высоким уровнем психологического здоровья – 45% детей, 30% детей – к среднему уровню и 25% детей – к низкому уровню психологического здоровья.

Полученные результаты пилотажного исследования дают основания для разработки и внедрения программы по сохранению и укреплению психологического здоровья детей дошкольного возраста в условиях ДОО, апробация которой оправдана наличием достаточно большого процента детей, которые входят в группу риска по нарушению психологического здоровья.

Список литературы

1. Николаева И.А. Теоретические основы исследования психологического здоровья человека / И.А. Николаева // Поволжский педагогический поиск. – 2014. – №2 (8). – С. 72–75.

2. Психология здоровья: учебник для вузов / под. ред. Г.С. Никифорова. – СПб.: Питер, 2006. – 607 с.

3. Хухлаева О.В. Коррекция нарушений психологического здоровья дошкольников и младших школьников. – М.: Академия, 2003. – 176 с.