

Хмельницький національний університет
Факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту
Кафедра психології та педагогіки

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

Другий (магістерський)

Освітній рівень

«Психологічні особливості розвитку емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку у дистантних сім'ях».

назва теми

Галузь знань - 05 Соціальні та поведінкові науки

Шифр і назва галузі знань

Спеціальність - 053 Психологія

Шифр і назва спеціальності

Освітня програма - Освітньо-професійна програма Психологія

18230

номер залікової книжки

Виконала: студентка 2 курсу, група ППМ-22-1 _____ О.С. Шістка

Підпис

Ініціали, прізвище

Керівник: доктор філософських наук, доцент, професор _____ В. І. Афанасенко

науковий ступінь, вчене звання

Підпис

Ініціали, прізвище

Нормоконтролер:

До захисту допускаю:

Зав. кафедри психології та педагогіки

доктор психологічних наук, професор _____

Підпис

Т. В. Комар 2023 р.

Ініціали, прізвище

Хмельницький 2023

АНОТАЦІЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ

Тема кваліфікаційної роботи «Психологічні особливості розвитку емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку у дистантних сім'ях»

Студент О.С. ШІСТКА

Керівник В. І. АФАНАСЕНКО

Кваліфікаційна робота включає 60 сторінок, 5 таблиць, 12 рисунків, перелік джерел посилання складає 50 найменувань, 2 додатки.

Ключові слова: молодший шкільний вік, емоційна сфера, психологічні аспекти розвитку дітей, вивчення емоційного сприйняття, стрес та тривога у молодших школярів, дистантна сім'я.

Об'єктом дослідження є емоційна сфера дітей молодшого шкільного віку.

Предметом дослідження є психологічні особливості емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку у дистантних сім'ях.

За результатами дослідження надано рекомендації для батьків та педагогів щодо розвитку емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку у дистантних сім'ях.

Одержані результати можуть бути використані в роботі шкільних психологів щодо вирішення проблем емоційного розвитку дітей молодших класів.

Дипломник

О.С. ШІСТКА

Дата подання кваліфікаційної роботи до захисту ____ 2023 р.

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ В МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ У ДИСТАНТНИХ СІМ'ЯХ.....	7
1.1 Емоційний розвиток як предмет наукового дослідження	7
1.2 Особливості формування емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку	12
1.3 Характеристика дистантних сімей	22
Висновки до розділу	32
РОЗДІЛ 2 ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ У ДИСТАНТНИХ СІМ'Х	34
2.1 Хід, процедура та результати експериментального дослідження розвитку емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку у дистантних сім'ях.....	34
2.2 Рекомендації для батьків, вчителів та психологів щодо розвитку емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку у дистантних сім'ях	52
Висновки до розділу	57
ВИСНОВОК.....	58
ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ	Ошибка! Закладка не определена.
ДОДАТКИ.....	Ошибка! Закладка не определена.
ДОДАТОК А.....	Ошибка! Закладка не определена.
ДОДАТОК Б	Ошибка! Закладка не определена.

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. У міжособистісній системі тісних стосунків дитини з дорослими та однолітками виникає і розвивається складний набір емоцій, що характеризує її соціалізовану особистість. Відповідно до продуктивності різних аспектів емоційності вона по-різному ставиться до однолітків і дорослих. Діти, які змалку звикли бути в центрі уваги, потребують такої ж уваги в шкільному віці, особливо в початковій школі. Це явище в ранньому дитинстві є природним, оскільки дорослі піклуються про дитину, зазвичай задовольняючи всі її емоційні потреби. Діти звикли до одного способу задоволення власних емоцій і потреб, а в школі їм потрібно поступитися цим способам задоволення, що призводить до непорозумінь серед молодших школярів і вчителів, однолітків та інших дорослих в шкільному середовищі.

Дослідження психологічних аспектів розвитку емоційної сфери молодших школярів у дистантних сім'ях є актуальним, оскільки усвідомлення важливості емоційного та психічного здоров'я зростає. Діти, що проживають на відстані, можуть стикатися з відсутністю соціальної взаємодії та можливості розвивати емоційні навички. Вони можуть потребувати додаткової психологічної підтримки та взаємодії з батьками та родиною. Розуміння психологічних особливостей розвитку сприятиме батькам у наданні ефективної допомоги своїм дітям.

Вивчення психологічних особливостей розвитку емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку в дистантних сім'ях, має велике значення для психологів, вчителів, батьків та інших фахівців, що працюють з дітьми. Відомості, отримані з таких досліджень, можуть використовуватися для розробки кращих стратегій підтримки та навчання дітей, які живуть дистантними сім'ями, та покращення їхньої якості життя та емоційного благополуччя.

Об'єкт дослідження – емоційна сфера дітей молодшого шкільного віку.

Предмет дослідження – психологічні особливості емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку у дистантних сім'ях.

Мета дослідження – з'ясувати психологічні особливості емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку у дистантних сім'ях.

Основні завдання:

1. Теоретично охарактеризувати емоційну сферу дітей молодшого шкільного
2. Визначити психологічні чинники, що впливають на емоційну сферу дітей молодшого шкільного віку у дистантних сім'ях.
3. Емпірично дослідити особливості емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку у дистантних сім'ях.
4. Розробити практичні рекомендації щодо покращення емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку у дистантних сім'ях.

Гіпотеза дослідження – ми припускаємо, що дистантність може негативно впливати на формування емоційного стану дитини молодшого шкільного віку, тому ми розробили рекомендації щодо розвитку емоційної сфери дітей.

Методи дослідження

- теоретичні: аналіз, синтез наукової літератури.
- емпіричні: спостереження, бесіда, проєктивні методики «Малюнок сім'ї», «Дім – дерево – людина», Методика «Визначення емоційності (В.В. Суворова), Тест на визначення емоційного інтелекту (Н. Гола).
- методи математичної обробки даних: кількісний та якісний аналіз.

Практичне значення роботи – Отримані дані та висновки можуть бути використані в роботі шкільних психологів щодо вирішення проблем емоційного розвитку дітей молодших класів.

Експериментальна база дослідження – Комунальний заклад загальної середньої освіти “Ліцей №2 Хмельницької міської ради”.

Апробація результатів дослідження – Результати дослідження представлені у V Міжнародній науково-теоретичній конференції «Сучасний стан розвитку світу наука: характеристика та особливості», (м. Лісабон, Португалія. 2 червня 2023 року.), опубліковано тези «Сімейне життя дистантної

сім'ї в умовах війни як психологічна проблема». Стаття «Психологічні особливості розвитку емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку» подана до друку у науковий журнал «Psychology Travelogs».

Структура роботи – кваліфікаційна робота включає 61 сторінку, 5 таблиць, 12 рисунків, перелік джерел посилання складає 50 найменувань, 2 додатки.

РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ В МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ У ДИСТАНТНИХ СІМ'ЯХ

1.1 Емоційний розвиток як предмет наукового дослідження

Велика кількість психолого-педагогічних досліджень присвячена проблемам розвитку та виховання емоцій, а також виявленню новоутворень у емоційній сфері на різних етапах особистісного розвитку. Проте складність емоційних процесів призвела до неоднозначності їхніх параметрів у різних наукових теоріях. Багато питань, пов'язаних із умовами виникнення емоцій, закономірностями їхнього онтогенетичного розвитку, а також їхніми структурними та функціональними аспектами у поведінці, залишаються невирішеними. У цьому контексті для характеристики емоційної сфери ми звернемося до таких понять, як емоції та почуття.

Емоція (від лат. «*emovere*» — збуджувати, хвилювати) – це внутрішнє відображення, виражене у вигляді спонтанних, наперед визначених переживань, що виникають внаслідок сприйняття важливості подій та ситуацій у житті, обумовленого взаємодією їх об'єктивних властивостей із потребами суб'єкта [44, с. 127].

Емоції, за своїм походженням, представляють собою форму видового досвіду: вони служать орієнтиром для індивіда, спонукаючи його до виконання необхідних дій (наприклад, уникнення небезпеки чи забезпечення продовження роду), прихована доцільність яких може залишатися невідомою для самого індивіда. Емоції також мають важливе значення для набуття індивідуального досвіду — у цьому контексті вони викликаються ситуаціями і сигналами, які передують прямим впливам, викликаючи емоції, і це дозволяє готуватися до них заздалегідь.

Емоційний розвиток в онтогенезі проявляється у кількох аспектах:

- Диференціацією якостей емоцій, тобто розвиток включає в себе збагачення та різноманітність емоцій, що відзначаються в процесі зростання.
- Ускладненням об'єктів, що викликають емоційний відгук, тобто з часом збільшується різноманітність та складність ситуацій та об'єктів, які можуть викликати емоційний відгук.
- Розвитком здатності регулювати емоції та їхнє зовнішнє вираження, тобто, особистість набуває здатності більш ефективно контролювати та виражати свої емоції у відповідь на різні ситуації.

Щодо ролі емоцій у спілкуванні, вони виступають як регулятори, впливаючи на вибір партнерів по спілкуванню та визначаючи способи та засоби комунікації. Один із засобів виявлення емоцій у спілкуванні — це виразні рухи, які мають сигнальний та соціальний характер і можуть зазначати різні аспекти емоційного стану. Зауважимо, що вони можуть суттєво змінюватися в різних історичних епохах та культурах [44].

Дослідники намагалися роз'яснити та висвітлити специфіку та особливості емоційно-чуттєвої сфери людини. Людина, яка є суб'єктом практичної та теоретичної діяльності, висловлює своє сприйняття та змінює світ, не є або безпристрасним спостерігачем подій, що відбуваються навколо неї, або бездушним автоматом, що реагує на події як бездушна машина. Під час своїх дій вона виробляє зміни в природі та предметному світі, впливає на інших людей, а також сама відчуває впливи, які йдуть від інших та від своїх дій, що змінюють її відносини з оточуючими. В процесі цього вона переживає своє ставлення до навколишнього середовища, і це уособлюється в сфері почуттів та емоцій.

У психологічній літературі основна ідея емоцій загалом пояснюється через поняття переживань. Емоції визначаються як психічні процеси та стани, які у формі безпосередніх переживань відображають важливість чогось у життєдіяльності людини [12].

Протягом останнього часу було виділено певну кількість фактів і систематизовано безліч спостережень щодо емоцій, що супроводжується значним досвідом їх експериментального вивчення.

В цьому нагромадженні вже видно виблискування контурів цілісної системи. Людське життя наповнене різноманітними явищами та об'єктами, і ніщо не залишає його байдужим. Всі емоції та почуття, які він відчуває, є виявом його суб'єктивного ставлення до реальності, відображенням його переживань у полі його сприйняття.

Терміни «емоції» і «почуття» використовуються як синоніми, хоча вони не є абсолютно ідентичними. Емоції є реакцією людини на вплив внутрішніх і зовнішніх стимулів, і вони мають виражений суб'єктивний характер.

Проблема формування емоційної сфери особистості має теоретичне обґрунтування в працях видатних філософів та культурологів, серед яких можна виділити таких авторів, як Аристотель, І. Кант, Платон, Б. Спіноза та Л. Фейербах.

Аристотель у своїх творах «Етика Нікомахова» та «Риторика» досліджував етичні аспекти та важливість емоцій у формуванні характеру особистості. Він розглядав поняття емоцій як частину морального життя та важливий елемент вирішення етичних питань.

Іммануїл Кант в працях «Критика практичного розуму» та «Метафізика моралі» аналізував роль почуттів і емоцій у моральному виборі. Він визначав емоції як важливий аспект формування особистісного характеру та визначення моральності.

Платон у своїх діалогах, зокрема у «Державі» та «Федрі», звертав увагу на важливість розвитку емоційної стійкості та мудрості в формуванні ідеального громадянина та лідера.

Барух Спіноза філософська праця «Етика» висвітлює його погляди на природу емоцій та їхню роль у самореалізації особистості. Спіноза розглядав емоції як важливий компонент етичного та психологічного стану людини.

Людвіг Фейербах у своїй праці «Сутність християнства» розглядав релігійні емоції та їх вплив на формування світогляду особистості, вказуючи на важливість емоційного аспекту в сфері віри та культури.

Таким чином, теоретичні розвідки зазначених філософів та культурологів внесли значний вклад у розуміння процесів формування емоційної сфери особистості та її впливу на різні аспекти життя.

У своїй теорії В. Вундт розглядав структуру емоційних процесів як двокомпонентну. Шляхом проведення власних досліджень, він визначив шість основних компонентів емоційного процесу та представив три ключові виміри емоцій:

- задоволення – невдоволення;
- напрямок – дозвіл;
- збудження – заспокоєння.

Це концепція знаходить своє відображення у тривимірній теорії почуттів В. Вундта [23].

У той самий час К. Ізард розробив свою класифікацію, виокремлюючи фундаментальні та похідні емоції. До фундаментальних емоцій відніс: інтерес – хвилювання, радість, подив; горе – страждання, гнів, огида, зневага, страх сорому, вина. З синтезу кількох фундаментальних емоцій виникають складні емоційні стани, такі як тривожність, яка може об'єднувати страх, гнів, провину та навіть інтерес – збудження. Також до складних емоційних переживань можуть відноситися любов і ворожість [40].

Існує кілька класифікацій емоцій, і одна з них належить К. Ізарду, який виділяє десять базових емоцій. Кожна з цих емоцій викликає різні внутрішні переживання та виявляється різним зовнішнім вираженням:

1. Інтерес – позитивна емоція, що грає важливу мотиваційну роль у розвитку та формуванні навичок та творчих прагнень.
2. Радість – переживання активного внутрішнього задоволення та успіху у власній діяльності.

3. Подив – переживання, пов'язане із сприйняттям раптового та несподіваного.
4. Сум – переживання суму, зневіри та ізоляції, гальмуючи розумову та фізичну активність.
5. Гнів – переживання обурення та незадоволення, важливий компонент агресивної мотивації.
6. Відраза – неприємне переживання, викликане бридкими чи огидними речами.
7. Презирство – глибока зневага до морально низьких об'єктів.
8. Страх – переживання сильного переляку та непевності, пов'язане із загрозою особистої безпеки.
9. Сором – переживання незадоволеності собою, мотивує бажання сховатися чи втекти.
10. Провина – переживання, пов'язане із порушенням моральних та етичних норм [2].

Ці емоції можуть виявлятися через вирази обличчя, рухи тіла та інтонації голосу, визначаючи зовнішній прояв емоційної сфери. Щодо розвитку емоційної сфери у дітей старшого дошкільного віку, це може бути підтверджено адекватною реакцією на оточуючий світ, здатністю розрізняти та інтерпретувати емоційні стани інших людей, широким діапазоном усвідомлюваних емоцій та адекватним проявом емоцій під час спілкування.

Емоції виникають під час взаємодії між суб'єктом та об'єктом, цей взаємний процес визначається великою складністю і залежить від різноманітних зовнішніх чинників. Емоції виконують функцію пізнання, сприяючи відображенню навколишнього світу. У процесі сприйняття суб'єктом існують дві основні спрямованості: перша відображає предмети та явища у їхніх природних проявах, а друга - оцінює ці явища з урахуванням потреб та установок суб'єкта.

В. Ільїн поділяє дослідників емоційної сфери на дві групи. Перша група вважає поняття «збудження» та «активація» більш стійкими і придатними для

дослідження, ніж поняття «емоції», які вони розглядають як більш швидкоплинні, нестійкі і досить аморфні. Друга група вчених вважає, що емоції є основою мотиваційної сфери [38].

Зробивши аналіз літератури видно, що у вчених є така думка, що емоції виконують роль внутрішніх сигналів і стимулів. Вони виражають відношення між мотивами діяльності та предметом діяльності і забезпечують енергетичну основу діяльності. Емоційне напруження, що супроводжує діяльність, служить способом додаткових витрат енергії. У свою чергу, емоційна втома і надмірне збудження можуть призводити до виснаження нервової системи та психологічного стресу, що заважає фахівцеві змінювати рівень емоційного збудження та об'єктивно оцінювати умови подальшої діяльності.

Загалом історія поглядів на емоційну сферу пронизана розділеннями: чи відіграють емоції позитивну чи негативну роль, чи є вони мимовільними явищами, які короткочасно впливають, чи представляють собою стійкі стани, здатні суттєво впливати на діяльність особистості.

1.2 Особливості формування емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку

Молодший шкільний вік представляє собою унікальний період у розвитку дитячої психіки, охоплюючи від 6-7 до 10-11 років, і співпадає з етапом початкової освіти в сучасній школі. Цей період характеризується значущими змінами в образі життя та стилі соціальної ролі як учня. Діти стають учасниками нового виду діяльності – навчання, яке базується на пізнавальному інтересі.

У молодшому шкільному віці відбувається активний процес набуття та вдосконалення різноманітних навичок, починаючи від читання і письма й закінчуючи грою у футбол, плаванням, гімнастикою, танцями, велосипедними прогулянками та іншими видами діяльності. Центральним елементом цього

періоду є самоперевірка, прийняття та вирішення складних завдань, що виникають перед учнем. Дитина активно досліджує себе та свої можливості, розвиває вміння вирішувати проблеми та впливати на своє оточення [41].

Молодший шкільний вік є невід'ємною частиною етапу дорослішання дитини, оскільки вимагає від учнів концентрації довільної уваги, вольових зусиль, відповідальності та самостійності, які ще розвинені недостатньо у дітей цього віку. При вступі до школи емоційні реакції стають спрямованими не лише на гру і спілкування, але і на навчальний процес та його результати. Дитини у цьому віці особливо чутливі до оцінок та думок вчителів.

Кожна дитина реагує на психічні процеси по-своєму: для одного ситуація може викликати емоційне піднесення, а для іншого – смуток та апатію. Вольова сфера впливає на мотивацію до навчання та сприяє свідомому контролю над власними діями та вчинками.

Інтенсивний розвиток емоційно-почуттєвої сфери є характерною особливістю дітей молодшого шкільного віку. Цей період відзначається не лише активним виявом емоцій, але й підвищеною вразливістю до навколишнього середовища та вражень.

Розвиток емоційної сприйнятливості важливий для формування особистості. Здатність до емпатії, тобто співпереживання почуттів інших людей, є важливим аспектом соціального розвитку. Ця здатність не лише допомагає в утворенні близьких стосунків з оточуючими, але й розвиває творчу уяву та сприяє загальному психічному розвитку дитини.

Культура почуттів, яка формується в процесі пізнавального взаємодії з оточенням, визначає сприйняття індивідом світу та його емоційний відгук на різноманітні події. Враховуючи це, важливо створювати сприятливі умови для розвитку емоційно-почуттєвої сфери дітей у процесі навчання та виховання [3].

Для ефективного розвитку особистості школярів важливо використовувати різноманітні форми та методи роботи, а також вести спільну роботу з батьками, спрямовану на виховання вольових якостей у дитини. Вивчення емоційно-вольової сфери дітей молодшого шкільного віку вимагає

комплексного підходу, що враховує психологічні та особистісні особливості кожного школяра.

Отже, дослідження методик різних авторів, спрямованих на вивчення цієї сфери у школярів, є необхідним для зрозуміння індивідуальних особливостей кожної дитини. Дитина на цьому етапі свого розвитку може відчувати емоції, але може не завжди розуміти їхнє походження. Тому важливо виявляти та коментувати неадекватні емоційні реакції, надаючи дитині зворотний зв'язок.

Діти розпізнають виникнення емоцій у зв'язку з власним самопочуттям, виконанням або невиконанням завдань, образами чи фізичними відчуттями. Вони можуть відрізнити як позитивні, так і негативні емоції. Успішність, дотримання шкільних норм, відсутність проблем у спілкуванні та емоційне благополуччя вважаються ознаками успішної адаптації до шкільного життя. Однак, внаслідок різноманітних чинників, може виникнути дезадаптація, що виявляється у відмінному відношенні до школи, високому рівні тривожності, підвищеній емоційній нестійкості, низькій працездатності, труднощах у спілкуванні з вчителями та однолітками. Самооцінка грає важливу роль у формуванні результативного управління поведінкою школяра. Від характеристик самооцінки залежать багато відчуттів, ставлення до шкільного навчання і соціуму, а також рівень амбіцій.

Створення об'єктивної оцінки навколишніх та адекватної самооцінки власних можливостей є ключовою у вихованні молодшого покоління [20].

Одним із аспектів соціального пізнання є обмежена кількість досліджень впливу навчальних втручань на сприйняття емоцій дітьми. Початковий внесок в цей напрямок був зроблений Беннеттом і Хіскоком ще у 1993 р., які використовували парадигму, засновану на перегляді відео, для поліпшення сприйняття дітьми суперечливих емоцій. Інші дослідники, зокрема Пенг, Джонсон, Поллок, Гласпул і Хемс, зосереджувалися на розумінні дітьми амбівалентних емоцій [50].

Набуваючи нові знання, дитина вивчає казки та історії, що читає вчитель, вивчає природні явища, розглядає ілюстрації в книжках і одночасно сприймає

емоційне ставлення вчителя до теми уроку. У процесі цього вивчення дитина не лише отримує інформацію, але також вбирає судження дорослого. Вона формує своє емоційно-ціннісне ставлення до оточуючого світу. Без емоційної близькості з учителем, дитина виявляє бажання задовольнити свою потребу в задоволенні та позитивних емоціях. Дитина вступає в комунікацію лише тоді, коли це цікаво для неї, наприклад, коли вона хоче поговорити з товаришем по парті чи іншим однокласником.

Психічне та емоційне ставлення до правил і моральних норм формується в дітей через емоційно-критичне ставлення дорослих до них, вплив яких формує сприйняття моральних норм у дитини. Афективне ставлення дорослих до дитини спонукає її до певного типу поведінки.

Науковці стверджують, що період молодших шкільних років є чутливим для формування емоційного інтелекту. Це пояснюється тим, що на цей час природна потреба в емоційному сприйнятті оточуючого середовища поєднується з активним інтелектуальним розвитком молодших школярів, особливо з фокусом на навчальній діяльності у початковій школі.

Емоційний інтелект виявляється через внутрішній позитивний настрій, співчутливе ставлення до оточуючих та розвиток контролю над власними емоціями і діями. Детально розглядаються методи досягнення мети, а також проводиться оцінка за різними критеріями, включаючи поведінкові, рефлексивні та комунікативні аспекти[26].

Термін «емоційний інтелект» з'явився в психології недавно. В. Зарицька вказує, що використання поняття та теорії емоційного інтелекту, емоційної компетентності у психології та професійній підготовці психологів та педагогів стало популярним з 1990 року (за П. Селовеєм і Дж. Майєр, Д. Гоулман, Р. Бар-Он). Вони визначили емоційний інтелект як підструктуру соціального інтелекту, яка включає «здатність відстежувати свої та чужі почуття і емоції, розрізнити їх і використовувати цю інформацію для направлення мислення і дій»[47].

Дослідник з Америки, Д. Гоулман, вказує, що успішна діяльність молодших школярів залежить від оптимального функціонування як емоційного, так і інтелектуального інтелекту. Розвиток обох видів інтелекту позитивно впливає на соціалізацію дитини та формування розуміння власних почуттів.

Згідно з моделлю, яку розробив Д. Гоулман у 2001 році, освітні програми, спрямовані на розвиток емоційного інтелекту, повинні враховувати наступні результати:

- усвідомлення власних емоцій, включаючи розпізнавання, назву та розуміння причин емоцій, а також передбачення можливої поведінки;
- самоконтроль або управління власними емоціями, включаючи опанування негативних емоцій, адекватне висловлювання емоцій, підзарядження себе позитивними емоціями, ефективне впорядкування стресу та уникнення негативних станів;
- особиста мотивація, яка передбачає продуктивне використання власних емоцій, концентрацію на завданні, управління імпульсивністю;
- емпатія, яка включає розуміння думок, емоцій та вчинків інших людей, а також слухання інших з повагою;
- управління соціальними відносинами, яке означає розуміння міжособистісних відносин, вирішення конфліктів, регулювання суперечок, розв'язання розбіжностей у стосунках з оточуючими, виявлення відкритості, наполегливості та позитивного співпрацювання [44].

Клінічний психолог К. Штайнер підкреслює, що основні емоційні навички, які поліпшують якість життя, спрямовані на любов, співпрацю та стосунки, що не використовують маніпуляції, емоційне насильство або домінування. З його думкою, особиста сила та емоційне здоров'я залежать від сприятливих взаємин з власними емоціями і емоціями інших. Емоційно здорові особистості є чутливими до емоцій і можуть розуміти власні почуття, їх силу, причини виникнення та можливі наслідки. Вони володіють навичками вираження емоцій без насильства та відповідальності за них. Здатність до

емоційної грамотності дає можливість людині відчувати любов, близькість, прийняття, єдність, щирість та чесність, зберігаючи гармонію з собою.

Теорія емоційної грамотності, заснована на концепції транзактного аналізу Е. Берна, визначає міжособистісні відносини як об'єктивний предмет дослідження, дивлячись на них з раціональної точки зору. Відзначається тим, що зміна у поведінці є ключем до подолання емоційних проблем, і формування нових емоційних навичок є основним напрямком цього процесу [47].

Дж. Мейер та П. Селовей розробили принципи теорії емоційного інтелекту, які об'єднують ключові характеристики, такі як емпатія, обізнаність, рівновага і відповідальність.

Емпатія це основа емоційного інтелекту. Вираз емпатії означає співпереживання та співчуття до почуттів інших людей. Емпатія виявляється у вираженні емоцій, чутливості та виявленні емпатичних реакцій на об'єкт.

Обізнаність допомагає підтримувати емоційний стан, так як необхідно мати компетентність у своїх власних відчуттях. Це включає розпізнавання та прийняття продуктивних і непродуктивних емоцій, а також вміння відмежовувати їх у відповідний момент.

Рівновага допомагає людям з високим рівнем емоційного інтелекту збалансувати функціонування двох ділянок мозку, а саме вісцерального мозку, де зберігається досвід емоційного життя, та нової кори, що концептуалізує та оцінює ситуації.

Особа з високим рівнем емоційного інтелекту бере відповідальність за своє благополуччя, яке визначається розумовим та психологічним здоров'ям. Емоції активують пробудження до прийняття вибору та сприяють конкретним діям та формуванню поведінки [21].

У молодшому шкільному віці розвиваються межі нових емоцій, особливо в контексті навчальної діяльності. Важливим завданням є набуття навичок соціальної взаємодії з однолітками та вміння створювати дружбу.

Важливу думку висловлює М. Раттер щодо того, що здатність взаємодіяти з групою однолітків та вміння створювати дружбу з ними є

критичним етапом у розвитку дитини на цьому етапі. Під час взаємодії з дорослими та однолітками в дитини формуються складні емоційні комплекси, що свідчать про її соціалізованість. Це включає любов до себе, що виражає бажання самоствердження та конкуренції, а також відчуття відповідальності та адаптації до різних ситуацій.

Особливо інтенсивно ці почуття розвиваються в умовах навчальної діяльності. Вчений підкреслює, що позитивний аспект соціального розвитку дитини виявляється у її ставленні до інших людей, виявленому під час безпосереднього спілкування. Це внутрішнє відчуття довіри до інших людей, співпереживання та створення атмосфери солідарності між дітьми.

З поступовим засвоєнням шкільних норм і правил дитина будує систему стосунків у класі, засновану на емоційних зв'язках з однолітками та вчителями. Набуття навичок соціального спілкування з однолітками та здатність знаходити спільну мову та дружити визнаються одними з ключових моментів у розвитку дитини цього віку.

Участь у шкільному колективі сприяє розвитку почуття колективізму та підтримки у дітей молодшого шкільного віку. Діти, які беруть участь у навчанні, отримують корисний практичний досвід в суспільстві через розподіл обов'язків у класі, спільну навчальну діяльність, що сприяє взаємній формуванню почуття обов'язку та відповідальності. Вони також вчаться контролювати свої емоції та вирішувати конфліктні ситуації на користь загальних цілей колективу. У результаті цього формуються моральні норми поведінки, а в колективі з'являється відчуття товариства та дружби серед школярів.

Важливі відмінності у характері дружби помітні в різних класах молодших школярів. Учні перших і других класів демонструють менш стійке визначення дружби, а їхні мотиви дружби можуть бути слабо усвідомленими. Часто діти цього віку змінюють своїх друзів за випадковими чи особистими мотивами. Основою дружби в молодших класах є спільні інтереси, особливо пов'язані з ігровою діяльністю, розвагами і прогулянками.

У молодших школярів формуються дружні стосунки та відповідні почуття на основі їхніх обмежених інтересів. У цьому віці діти оцінюють своїх друзів, виходячи з того, яка користь вони отримують від цих взаємин та які послуги їм надають. Однак вони ще не завжди усвідомлюють, що дружба має базуватися на рівноправності та спільному виконанні обов'язків.

Страх – це емоція, яка може з'явитися навіть у новонародженого. Найбільш вразливий період для виникнення страхів припадає на вік приблизно семи років, коли дитина вступає в школу. В цей період адаптації молодших школярів може спостерігатися значна тривожність, що може призвести до виникнення цієї негативної емоції. Треба зазначити, що дівчатка більш схильні до виникнення цього стану порівняно з хлопчиками.

Страхи, що переживає дитина молодшого шкільного віку, відображають його сприйняття навколишнього світу, межі якого розширюються постійно. Зазвичай ці страхи виникають через події в сім'ї, школі та серед однолітків. Традиційні страхи від вигаданих персонажів витісняються реальними ситуаціями і турботами. Страхи можуть впливати з уроків, лікарняних процедур, природних явищ та взаємин між однолітками.

Сором є найбільш важливою емоцією з соціальною складовою. Це відчуття переважає страх за своєю інтенсивністю. Дитина молодшого шкільного віку соромиться через можливий осуд своєї поведінки, вчинених дій або випадків, коли вона відчуває невдоволення самою собою. Сором, як страх осуду, формується у віці від трьох до семи років і визначається не фізичними ознаками, а соціальним значенням.

Молодші школярі можуть виявляти гнів з різних причин, таких як фізичні обмеження, образи чи правила поведінки. Гнів є важливою емоцією, яку особливо уважно контролюють під час соціалізації дітей молодшого шкільного віку, оскільки відкрите висловлення гніву у суспільстві розглядається як неприпустиме. Утримання гніву може призвести до різноманітних психосоматичних проблем. Тому важливо навчити дитину молодшого

шкільного віку висловлювати свої почуття протесту та роздратування через творчу діяльність.

Розквіт позитивних емоцій у дітей молодшого шкільного віку спостерігається під час ігрових ситуацій на уроці або під час дослідницької діяльності. Відчуття радості в процесі гри у дітей різних вікових груп може виявлятися по-різному. У дошкільнят радість викликає сам процес гри, тоді як у молодших школярів – це вже завершення гри та досягнення бажаного результату. Зі зростанням віку у молодших школярів накопичується соціальний досвід, і вони починають радіти за своїми ровесниками, близькими та рідними.

Щодо інтересів, це обране сприйняття особистістю об'єкта, визначене його значущістю та емоційною привабливістю. У дітей молодшого шкільного віку інтерес на початковому етапі є стихійним, а з часом може перетворитися на потребу. Поступово у молодших школярів інтереси стають стійкішими. Спочатку діти не мають пізнавальних інтересів до навчального матеріалу, але вони формуються під час вивчення різних предметів, таких як математика, граматики, навколишній світ, літературне читання. Під час цього етапу, якщо учні не зіткнулися із значними труднощами, у них виникають пізнавальні інтереси, які служать основою для навчальної діяльності.

Від першого до третього класу значно розширюється спектр моральних почуттів у учнів початкових класів. У першокласників ці почуття базуються на особистому досвіді, такому як їхня власна поведінка, дії батьків та інструкції вчителя. Учні другого і третього класів вже долучають художню літературу, музику та кіно до впливу на розвиток своїх моральних почуттів.

Моральні почуття дітей молодшого шкільного віку формуються під впливом їхньої поведінки. Якщо у першокласників моральні вчинки виконуються за вказівками старших, то в третьому класі діти більше орієнтовані на свої власні уявлення і вчинки вже здійснюють із власної ініціативи.

Вступ дитини до школи призводить до різкого змінення її емоційної сфери. Збільшується сенситивність до страхів, може виникнути сором за погані

оцінки та соціальні оцінки від однолітків та дорослих. Розвивається радість та формується інтерес до отримання нових знань. Стиль життя та відносини з однолітками та дорослими також зазнають змін. Діти, які лише вступають до школи, тільки починають виробляти навички регулювання емоцій у відносинах та лише починають будувати стосунки на взаємоповазі, тому вони ще не повністю розвинуті і не несуть повної відповідальності перед своїм класом. Усі ці аспекти морального розвитку перебувають на початковому етапі формування.

Науковець К. Левін стверджує, що емоційні стани можуть заміщувати інші психічні процеси, тобто емоції, які не виявлені повністю, можуть існувати приховано. Основна ідея автора полягає в тому, що афективні, емоційні реакції не можуть бути відокремлені як окремі елементи психічного життя, і вони активізуються та взаємодіють з іншими елементами під час актуалізації. Здатність до довільних та вольових дій дозволяє людині контролювати свої емоційні реакції.

За думкою вченого, довільні дії включають три складові:

- процес мотивації, що є тривалою боротьбою між мотивами;
- процес вибору або прийняття рішення, який завершує боротьбу мотивів; наміри, які визначають довільність дій та діяльності[48].

Батьківсько-дитячі відносини виступають як одна з ключових сфер взаємодії дитини з навколишнім світом. У молодший шкільний вік дитина залишається залежною від батьків, і саме в цей період взаємодія з ними суттєво впливає на її особистісний розвиток. Стосунки, які формуються між батьками та дітьми, можуть визначати різні аспекти особистості молодшого школяра, включаючи емоційний розвиток, соціальну адаптацію, навчальні досягнення та самооцінку.

На емоційному рівні, батьківська любов та підтримка можуть сприяти формуванню стійкої психологічної основи, що надає дитині впевненість у власних здібностях та навичках.

Батьківські стосунки також впливають на соціальний розвиток дитини, зокрема на розвиток навичок спілкування та взаємодії з іншими людьми. Якщо батьки виступають як приклад ефективної взаємодії з іншими людьми, то дитина може навчитися успішно спілкуватися та вирішувати конфлікти. Навпаки, відсутність інтересу батьків до соціальної взаємодії та відсутність у них здатності вчити дитину спілкуватися може призвести до соціальної ізоляції та проблем у соціальній адаптації.

Стосунки з батьками можуть суттєво впливати на самооцінку дитини. Якщо дитина відчуває, що її батьки її люблять, приймають і підтримують, це може сприяти формуванню високої самооцінки та віри в свої можливості. Засвоєння у дитини усвідомлення того, що вона є цінною та прийнятною, може стати основою для позитивної самоідентифікації [29].

Навпаки, якщо батьки виявляють незадоволеність поведінкою дитини, часто критикують або висловлюють негативні коментарі, це може призвести до зниження самооцінки та виникнення в дитини відчуття незадоволення самою собою. Ключовою роллю батьків у цьому випадку є створення позитивної емоційної атмосфери, сприяння розвитку позитивного сприйняття власної особистості та високої самооцінки дитини.

1.3 Характеристика дистантних сімей

Сім'я є основною одиницею суспільства, де формуються цінності, традиції та взаємодія між людьми. Проте в сучасному світі склалася ситуація, коли сім'ям доводиться знаходитися на відстані однієї від однієї з різних причин, таких як географічні обмеження, робочі або інші життєві властивості. Такі родини, які підтримують зв'язок та спілкуються за допомогою сучасних засобів комунікації, можна називати дистантними сім'ями.

Зауважмо, що дистантна сім'я є одним з варіантів неповної сім'ї, де існують юридичні відносини між двома батьками, проте один із них протягом

тривалого періоду відсутній у сім'ї з різних причин, таких як трудова міграція, конфлікти в родині та інші обставини, і взаємодіє з родиною на відстані [6].

У сучасному світі все більше сімей стикається з викликами дистанційних стосунків. Це може бути викликано сильними факторами, такими як робочі переїзди, навчання в інших містах або країнах, військова служба або міжнародна міграція. Дистантна сім'я - це форма сімейних стосунків, коли члени родини проживають у різних географічних місцях та підтримують зв'язок за допомогою засобів зв'язку на відстані.

На основі аналізу наукової літератури можна застосувати, що дистантна сім'я - це члени, члени яких протягом тривалого періоду часу перебувають на одній відстані від одного через інші аспекти, такі як робочі переїзди, розташування в інших країнах, в'язниця або тривало лікування батьків[10].

Такі сім'ї відрізняються від традиційних моделей сімей, де всі члени проживають разом. У віддалених сім'ях члени родини можуть знаходитися в різних місцях і спілкуватися за допомогою телефонних дзвінків, відеозв'язку, соціальних мереж та інших електронних комунікаційних засобів.

Такі сім'ї можуть бути класифіковані за різними критеріями, включаючи причину роз'єднання. Наприклад, робоча міграція може призвести до тимчасового або постійного роз'єднання сім'ї. Іншими типами дистантних сімей є міжнародні сім'ї, військові сім'ї, сім'ї студентів та родини, які розділені через роботу або інші потреби [7].

Дистантні сім'ї зіштовхуються з власними викликами і труднощами, але можуть підтримувати міцні сімейні зв'язки та взаєморозуміння за допомогою засобів комунікації на відстані. Важливо, щоб члени сім'ї були терплячими, відкритими та підтримували один одного, незважаючи на фізичну відстань. З часом та зусиллями дистанційна сім'я може зберегти здорові та щасливі стосунки, не дивлячись на відстань між ними.

Зробивши аналіз наукової літератури ми виділили такі типи дистантних сімей:

- Розлучена сім'я:

У цьому випадку одному з подружжя потрібно переїхати на роботу або навчання в інше місце або країну, залишаючи родину в рідному місці проживання. Це може бути тимчасове або постійне розлучення [28].

– Міжнародна сім'я:

Цей тип дистантної сім'ї визначається, коли члени сім'ї проживають у різних країнах через роботу, навчання або міграцію. Це може бути особливо складно через різні часові пояси, культурні різниці та мовні бар'єри [28].

– Військова сім'я:

У військових сім'ях дистантність може бути наслідком переїзду військовослужбовця на іншу військову базу або місце призначення. Це може бути тимчасове розлучення на період служби або тривале, якщо військовослужбовець постійно перебуває в далеких від родини місцях. Зв'язок у військових сім'ях забезпечується за допомогою листування, телефонних дзвінків, відеозв'язку та спеціальної програми для зв'язку зі службовими особами.

– Сім'я студента:

Цей тип дистантної сім'ї коли один із членів сім'ї переїжджає для отримання вищої освіти в інше місто або країну. Студентська сім'я фактично вступає в режим дистанційних стосунків на період навчання [31].

– Дистанційна робота та розселені сім'ї:

У деяких випадках дистанційна робота дає змогу сім'ям жити у різних місцях або навіть країнах. Це може стати результатом переїзду одного з партнерів на нову роботу або навчання, або ж бажання бути ближче до родичів або друзів. У таких розселених сім'ях зв'язок партнерів побудований на основі регулярної комунікації за допомогою засобів зв'язку. Вони стикаються з викликами подолання фізичної відстані і прагнуть зберегти свої сімейні зв'язки, не зважаючи на це [42].

Дистантні сім'ї стикаються зі своїми власними викликами і труднощами, але засоби комунікації на відстані можуть допомогти зберегти сильні сімейні зв'язки та підтримати взаєморозуміння. Важливо, щоб члени сім'ї проявляли

терпіння, сприйнятливість та підтримку одного, незважаючи на фізичну віддаленість. З часом, зусиллями і здатністю адаптуватися, дистанційна сім'я може підтримувати здорові та щасливі стосунки, не зважаючи на відстань.

Дослідження та обговорення питань, пов'язаних із дистантними сім'ями, активно проводяться на рівні державних, урядових та громадських організацій. Також науковці та практики з соціально-педагогічної та соціально-психологічної роботи, приділяють увагу проблемам, які виникають у сім'ях як соціальному інституті.

Різні автори розглядають аспекти сімейного неблагополуччя та дезадаптації, вказуючи на неефективність виконання батьками основних сімейних функцій та девіації в сімейних відносинах.

Аналізуючи літературу було виявлено низку українських вчених, що досліджували психологічну проблематику сім'ї: В. Бочарова, О. З. Кісарчук, Бондарчук, І. Гребеннікова, М. Голубенко, В. Заслуженюк, Л. Карамушка, О. Петрунько, Т. Кравченко, О. Ліщинська, О. Балакірева, О. Максимович, Т. Гончаренко, Р. Овчарова, та інші.

Проблема дистантних сімей була оприлюднена у працях багатьох вчених, зокрема у напрацюваннях О.Безпалько, К.Левченко, В.Торохтія, І.Трубавіної, Д.Пенішкевич, Є.М.Потапчука, Г.Венгер.

І. Трубавіна розглядає дистантну сім'ю як ту, члени якої перебувають на відстані один від одного з різних причин, таких як професійні зобов'язання, ув'язнення, лікування або передача дітей тимчасово в інтернат.

В. Торохтій класифікує сім'ю як дистантну з урахуванням особливих умов її життя, включаючи недостатню турботу та непостійне батьківство, і відносить до цієї категорії сім'ї моряків, бортпроводників, геологів, військових, великих спортсменів та артистів.

Д. Пенішкевич віднесла сім'ї заробітчан за кордоном до категорії дистантних сімей і надала їм класифікацію, розподіляючи їх на кілька типів:

Сім'ї, де панує взаєморозуміння, і кожен з батьків виконує визначену роль, один із них забезпечує матеріальні потреби, такі як освіта дітей,

будівництво житла, розвиток власного бізнесу тощо. Такі сім'ї не можна вважати неблагополучними, і соціальний захист зводиться до надання їм інформативної соціально-педагогічної допомоги.

В дистантних сім'ях, де один з батьків, зазвичай жінка, залишається вдома з дітьми, важко виконувати ролі і матері, і батька, що призводить до стресу та депресії у членів сім'ї. Часто це також може призвести до втрати роботи через необхідність догляду за дитиною, а також до зловживання алкоголем та недбалості у вихованні дітей.

Сім'ї, де обидва батьки тривалий час перебувають за кордоном на роботі, а дитина залишається під опікою різних родичів, сусідів чи друзів. Це може призвести до дезадаптації та соціальної незахищеності дитини.

Сутність явища дистантної сім'ї можна найкраще розкрити через визначення її основних функцій:

- Народження і виховання дітей.

Як правило в дистантних сім'ях ця функція страждає найбільше через невідповідність та розмитість позицій між подружжям у плані виховання дітей. Діти часто опиняються в ситуації, де «пущені на самоплив», навіть при наявності живих батьків.

- Збереження, розвиток, передача цінностей і традицій.

Тобто акумулювання та реалізація соціально-виховного потенціалу, які сприяють збереженню та передачі цінностей суспільства наступним поколінням.

- Задоволення потреб в психологічному комфорті та емоційній підтримці, створення умов для почуття безпеки, цінності та значущості «Я», а також задоволення потреб у емоційному теплі та любові.
- Створення умов для розвитку особистості, забезпечення умов для особистісного зростання всіх членів сім'ї.
- Задоволення сексуально-еротичних потреб, реалізація фізичного аспекту сімейного життя.

- Задоволення потреб у спільному проведенні дозвілля, спільна організація часу для відпочинку та розваг.
- Організація спільного ведення домашнього господарства, розподіл обов'язків у сім'ї та надання взаємодопомоги.
- Задоволення потреб у спілкуванні, розвиток комунікативних зв'язків та встановлення надійних відносин з близькими людьми.
- Задоволення потреб у батьківстві, спілкування та виховання дітей, реалізація батьківської ролі та самореалізація в дітях.
- Соціальний контроль, відстеження та регулювання поведінки окремих членів сім'ї.
- Організація фінансового забезпечення сім'ї, забезпечення фінансових потреб та розподіл витрат у сім'ї.
- Рекреативна функція, збереження здоров'я членів сім'ї, організація відпочинку та зняття стресових станів.

У випадку дистантної сім'ї, не дивлячись на збережену структуру, обидва батьки, у силу певних обставин, роз'єднані просторово, що призводить до неможливості належного виконання практично всіх сімейних функцій хоча б одним з партнерів (рідше – обома) [35].

Характеристика дистантних сімей включає: члени сім'ї живуть окремо; відокремлення робочого місця від сім'ї; зміни ціннісних орієнтацій; порушення сімейного балансу; руйнування сімейних відносин; пріоритетність однієї з функцій сім'ї.

У сучасній науковій літературі фахівці описують дистантну сім'ю як сім'ю, де члени, з різних причин, проживають окремо один від одного тривалий період часу. Ці сім'ї включають моряків, артистів, полярників, геологів, спортсменів, космонавтів, трудових мігрантів тощо. Більшість соціологів і психологів вважають такі сім'ї менш стійкими, хоча вони не виключають можливість і навпаки.

I. Сірик розглядає батьківську сім'ю як модель для створення власної родини в дорослому житті, і вказує, що наявність неповної сім'ї є не винятком. Дослідження I. Сірик підтверджують, що у дітей, які виростили в неповній сім'ї, спостерігається тенденція до самотності і утруднення встановлення відносин з представниками протилежної статі [37].

Дистантна сім'я, де члени родини роз'єднані територіально через різні обставини, може виникнути з різних причин. Така сім'я може мати свої унікальні виклики та аспекти.

Функції сімейної системи можуть бути не належним чином реалізовані в дистантній сім'ї, що є дуже важливим. Зокрема, відсутність фізичної присутності одного з батьків може впливати на різні аспекти виховання та розвиток дітей.

В ситуаціях трудової міграції діти залишаються без прямого батьківського догляду. Це може мати вплив на їхнє емоційне та соціальне благополуччя.

Наголошення на тому, що ніхто не може замінити турботу матері, вказує на важливість материнського тепла та любові в розвитку дитини. Однак важливо враховувати, що інші члени сім'ї, такі як батько чи інші родичі, можуть грати значущу роль у житті дитини, надаючи їй підтримку та розуміння.

У дистантних сім'ях важливо шукати способи забезпечення якнайбільшої взаємодії та підтримки між членами родини, навіть на відстані. Сучасні технології можуть виявитися корисними для збереження зв'язків і створення відчуття спільності в дистантних родинах.

Дослідники стверджують, що батьківська сім'я відіграє важливу роль у формуванні особистості, встановленні поведінкових тенденцій і емоційного стану особи, які, якщо залишаться некерованими, можуть негативно вплинути на подальше життя індивіда.

У дистантного подружжя бракує позитивних емоцій, менше ніжності, тепла і любові, вони зосереджені на економічних стосунках, а їхні шлюби – лише формальність.

Крім того, відсутність прямого спілкування також може вплинути на емоційний стан. Немає сумніву, що дистантні сім'ї потребують соціальної та психологічної допомоги.

Безперечно, викривлення сімейно-рольової структури має вплив на взаємовідносини в сім'ї, зокрема на розвиток дитини. Спостерігається зростання кількості дистантних сімей, які набувають статусу неповних або неблагополучних, і це призводить до нового комплексу проблем, з якими стикаються діти.

Проте важливо відзначити, що не всі дистантні сім'ї опиняються у важкій ситуації. Багато визначається готовністю адаптуватися до нових умов, бажанням зберігати емоційний зв'язок з дітьми незважаючи на відстань.

Обмежене спілкування з родиною може має негативний вплив на взаємини в сім'ї, особливо для дітей, які потребують постійної взаємодії та емоційного контакту з батьками. Діти часто важко сприймають відсутність батьків, оскільки це може викликати відчуття втрати батьківського тепла і любові, а також впливати на їхнє повноцінне виховання.

На даний момент ситуація є нерадісною, оскільки діти з дистантних сімей залишаються без належного нагляду, розпочинають вживати алкоголь у ранньому віці, призводять аморальний спосіб життя, і, таким чином, входять до категорії «дітей вулиці». З усім цим спостерігається тенденція — самооцінка підлітків із дистантних сімей вища, ніж у тих, хто виховується в традиційних сім'ях.

Цей феномен можна пояснити тим, що підлітки на даному етапі бажають якнайшвидше відчутти себе дорослими і виявити свою самостійність. Відсутність одного чи обох батьків підвищує особисту відповідальність, що, в свою чергу, відкриває можливості для самореалізації на рівні дорослої особи.

Крім того, економічне положення сім'ї покращується, що сприяє підняттю соціального статусу підлітка порівняно з його ровесниками [1].

Отже, особисте виховання має базуватися на усвідомленні, самосвідомість, повага до духовних і культурних цінностей людей і родин. Процес міграції населення за сучасних умов не сприяє засвоєнню сімейних морально-етичних цінностей, а відрив батьків від сім'ї призводить до втрати кращих традицій, тобто досвіду батьків у вихованні дітей.

Війна є складною та тривожною ситуацією, яка несе значні наслідки для життя людей. Особливо сильно вона впливає на сімейні відносини, а коли члени сім'ї перебувають на відстані один від одного через війну, це створює особливі психологічні виклики.

Стрес та тривога є джерелом високого рівня стресу для всієї сім'ї, але особливо для тих, хто знаходиться на передовій або в зоні конфлікту. Члени дистантної сім'ї також відчувають тривогу та стурбованість за безпеку та долю своїх батьків. Цей постійний стрес може призвести до зниження психологічного стану, підвищити ризик розвитку психологічних проблем та вплинути на якість сімейних відносин.

Дослідження, проведені А. Шведовською на дошкільнятах, показали, що відносини між батьками і дітьми характеризуються особливим типом відносин, заснованим на співвідношенні комерційної та емоційної складових у взаємодії батьків і дітей. Вона розробила емпіричну типологію діадичних взаємодій батьків і дітей. Типологія включає наступні типи взаємодії: конфліктну, гармонійну, відчужену та авторитарну, які ще поділяються на два типи, які часто називають «батько-диктатор» і «дитина-диктатор».

1. «Конфліктна взаємодія»: Партнери в цьому типі взаємодії виявляються в особливих ролях. Один з батьків приймає авторитарну, домінуючу позицію, тоді як дитина виявляється егоцентричною та активною.

Взаємодія діади характеризується неузгодженістю «МИ», а саме активною боротьбою за лідерство, що виявляється як у батьків, так і у

дитини. Дитина в усіх ситуаціях, будь то ведучий чи ведений, відстоює свою першість.

2. «Гармонійна взаємодія»: Цей тип взаємодії визначається демократичною позицією одного з батьків та ініціативністю та слухняністю дитини. Взаємодія діади характеризується комплементарним «МИ», з взаєморозумінням та узгодженістю позицій. Розподіл ролей відбувається відповідно до змісту діяльності, з урахуванням того, хто виступає в ролі ведучого.
3. «Дистантна взаємодія»: У цьому випадку батьки виявляються відстороненими та холодними, в той час як дитина залишається ініціативною та «слухаючою». Взаємодія в даній діаді є «поручною», і характеризується відстороненістю батьків від управління взаємодією. Дитина приймає цю ситуацію, не проявляючи активної боротьби за лідерство.
4. «Батько-диктатор»: Один з батьків у цьому типі виявляється авторитарним, а дитина – слухняною та пасивною. Взаємодія в діаді характеризується диктаторським підпорядкуванням, і відзначається відсутністю боротьби та конфліктності.
5. «Дитина-диктатор»: У цьому випадку хтось з батьків залишається покірливим, тоді як дитина виявляється егоцентричною та активною. Взаємодія в даній діаді також є диктаторською, але в цьому випадку конфліктність значно менше, і дитина не бореться за лідерство [4].

У контексті дистантної сім'ї, через відсутність одного чи обох батьків, спостерігається перетворення системи взаємин між батьками і дітьми. Ця динаміка впливає на функціонування та взаємодію як всередині сімейної системи, так і за її межами. Структура взаємодій між батьками і дітьми формує норми, правила та моделі поведінки для дітей, що визначає якість їхнього соціального досвіду. Цей досвід в подальшому впливає на емоційні відносини та взаємини з іншими особами, такими як друзі, однолітки та педагоги.

Висновки до розділу

Емоційний розвиток є важливою частиною загального психологічного розвитку дошкільників. Емоції зберігають своє значення і на наступних етапах життя, але на ранніх стадіях онтогенезу вони лідирують, тому що від них багато в чому залежить поведінка дошкільнят.

Емоції проходять загальний для вищих психологічних функцій шлях розвитку: від зовнішніх, соціально детермінованих форм до внутрішніх психологічних процесів. Розвиток дітей базується на вроджених реакціях. З часом під впливом все більш складних соціальних взаємодій воно трансформується у вищі емоційні процеси – інтелектуальні та естетичні складові особистісного емоційного багатства.

Емоційна сфера особистості сприяє правильному сприйняттю та протистоянню негативному впливу соціального оточення. У взаємодії з навколишнім світом людина взаємодіє з тим, що відбувається, та намагається розкрити свій внутрішній світ. Однак подорож у власний психічний світ супроводжується розвитком емоційності та почуттів. Щодо емоційної сфери, ми маємо на увазі вияв переживань людини, таких як хвилювання, радість, захоплення, горе, гнів, любов, ненависть тощо.

Емоції та їхнє регулювання визначають та мотивують когнітивні процеси та поведінку, що є необхідним для ефективної взаємодії індивіда з соціумом. У молодшому шкільному віці головна задача полягає в навчанні дітей виражати свої емоції адекватно під час взаємодії з оточуючими.

Основа розвитку особистості складає емоційний інтелект, і його структурні компоненти починають формуватися ще на етапі молодшої школи, покращуючись протягом усього життя.

Формування емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку визначається рядом особливостей: молодший шкільний вік вважається періодом особливої чутливості для формування емоційної сфери. У цей час дитина активно сприймає та осмислює навколишні емоційні враження; ігрова

ситуація важлива для розвитку емоцій. Процес гри, а також взаємодія з однолітками та дорослими в грі сприяє виявленню та регуляції різних емоцій; перехід від дошкільного до шкільного життя включає в себе нові виклики та стреси. Діти молодшого шкільного віку навчаються адаптуватися до нового середовища, взаємодіяти з однолітками та дорослими, що впливає на їхню емоційну сферу; у цьому віці діти вивчають соціальні норми та правила, що також впливає на розвиток їхньої емоційної сфери. Вони навчаються взаємодіяти в колективі, розпізнавати емоції інших людей; з часом діти вчаться розрізняти та називати різні емоції, розвиваючи свою емоційну грамотність. Вони освоюють способи вираження своїх почуттів та вивчають стратегії емоційної регуляції; діти навчаються реагувати на позитивні та негативні впливи навколишнього середовища, формуючи свою емоційну реакцію на різні ситуації.

Враховуючи ці особливості, важливо створювати сприятливі умови для розвитку емоційної сфери у дітей молодшого шкільного віку, сприяючи їхньому психосоціальному розвитку та адаптації до шкільного оточення. Успішність діяльності з розвитку емоційного інтелекту у молодших школярів залежить від створення відповідних психологічних умов вдома та в школах, належного методичного супроводу та усвідомлення педагогами важливості цього актуального питання.

У сім'ї, де відсутній хоча б один з батьків, спостерігається переформатування системи взаємодій між батьками та дітьми через дистантність. Ця динаміка впливає на функціонування і взаємодію як всередині сімейного кола, так і поза його межами. Організація взаємодій між батьками та дітьми формує стандарти, правила та моделі поведінки для дітей, визначаючи характер їхнього соціального досвіду. Цей досвід у подальшому впливає на емоційні зв'язки та взаємини з іншими особами.

РОЗДІЛ 2 ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ У ДИСТАНТНИХ СІМ'ЯХ

2.1 Хід, процедура та результати експериментального дослідження розвитку емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку у дистантних сім'ях

Проективні методи є цінними інструментами для дослідження емоційної сфери, оскільки вони дозволяють вивчати внутрішні переживання, які важко виміряти або виразити словами. Ось деякі переваги використання проективних методів для дослідження емоцій:

Проективні методи дозволяють отримати інформацію, яка може бути прихованою або недоступною для свідомого сприйняття. Вони створюють умови для виявлення несвідомих емоційних станів.

Деякі проективні методики, такі як тест малювання тіла, дозволяють суб'єктам вільно виражати свої почуття за допомогою творчості. Це може призвести до більш повного, інтенсивнішого емоційного вираження.

Проективні методи можуть дати розуміння емоційних станів, оскільки вони часто вимагають інтерпретації та аналізу суб'єктом.

Використання проективних методів дозволяє вивчати індивідуальні відмінності в емоційних реакціях, виявляючи закономірності та особливості емоційних переживань індивідів.

Проективні методики можуть зменшити вплив соціального викривлення порівняно з анкетуванням чи іншими стандартними методами, оскільки вони створюють менш структуроване, більш відкрите середовище.

Проективні методи дозволяють вивчати динаміку емоцій, а не просто їх ізольоване виявлення, що корисно для вивчення змін емоційних станів у часі.

У психотерапії проективні методи можуть бути корисним інструментом для дослідження та розуміння емоційного стану пацієнта.

Загалом, використання проєктивних методів може допомогти розкрити більше інформації про емоційну сферу та внутрішній досвід, що робить їх важливими в наукових і клінічних дослідженнях.

Зробивши аналіз літературних джерел, ми дійшли до висновку, що потрібно на практиці переконатися, як проживання у дистантних сім'ях впливає на психологічний розвиток дітей молодшого шкільного віку.

В дослідженні брали участь 25 дітей молодшого шкільного віку (учні 4 класу). З них 15 дівчат і 10 хлопчиків у відсотковому співвідношенні – 60% та 40%.

5 дітей (20%) на момент дослідження знаходилися у статусі «дистантної сім'ї». Це 1 дівчинка і 4 хлопчики.

1 хлопчик живе з бабусею і дідусем – батьки за кордоном;

1 хлопчик живе із старшою сестрою та її чоловіком – батьки за кордоном;

2 хлопчиків живуть з мамами – тато зараз на війні;

1 дівчинка живе з мамою – тато за кордоном.

Проективна методика “Дім-Дерево-Людина” (ДДЛ) – Одна з найвідоміших методик проєктивного дослідження особистості, представлена Дж. Буком у 1948 році [27], є використовуваною як для дорослих, так і для дітей, і може бути застосована у формі групового обстеження. Ця методика використовує зорову метафору взаємодії між будинком, деревом і людиною. При вивченні усього малюнка можна виявити символіку, що відображає реальні аспекти нашого життя.

Аналіз результатів дослідження показав, що 12 дітей відчувають себе захищеними, є відкритими до зовнішнього оточення, зокрема до людей. Малюнки життєрадісні, кольорові, що свідчить про емоційну відкритість. При поясненні власних малюнків було почуто багато таких слів, як «щастя», «радість», «веселощі», «спокій», «затишок».

6 дітей є більш закриті, вони малювали закриті двері вікна. Малюнки яскраві, але словесний опис малюнків був скутішим за попередніх дітей. Емоції від малювання були спокійними. При розмові з психологом відчувалася

невпевненість і опис намальованого був досить вичерпним, тобто діти розповіли що вони намалювали, що було першим намальовано. Чітко відповідали на поставлені питання не було словесних прикрас малюнку. Всі деталі були намальовані нічого окрім будинка, дерева та людини.

5 дітей можна об'єднати таким чином, що на малюнках зображено все одним кольором, на питання «Чому одним кольором?» відповідь «Так захотілося, або кольорові олівці не для мене». Малюнки намальовано посередині аркушу, що свідчить про життя в сьогоденні. Не деталізовані малюнки, якщо зображення будинку, то це лише каркас і дах, вікно та двері без деталей. Схематичне зображення людини, деталі також однотонні та дерево – стовбур та крона без листя та гілок, крона зображена у формі «шапки» або кругла крона, що часто говорить про емоційність. На основі цього є такий висновок, що досліджувані досить замкнуті та не мають близьких друзів, але є емоційними та приховують ці емоції в собі. При словесному описі малюнків 2 дітей взагалі не хотіли нічого пояснювати. Інші підтвердили, що не мають друзів і в родині не дуже тісні взаємини.

1 дитина намалювала лише будинок з великим замком на дверях. Коментувати малюнок відмовилася. Намальовано все чорним кольором, хоча вибір олівців був. Можна говорити про сором'язливість дитини, наляканість. Спостерігаючи за малюванням цього малюнку були чіткі та короткі рухи більш до штриховки є ознаки прихованої агресії. Поговоривши із вчителем дізналися, що немає друзів.

1 дитина намалювала одне велике дерево, яке чітко промалювала кольоровими олівцями, малюнок по центру і досить симетричний це може свідчити про прагнення примирення із зовнішнім світом, можлива скрита агресія, самотність. Поспілкувавшись ближче виявилось, що вона зобразила себе як одну на світі і їй потрібно бути тут. Гілки дерева зображені врізнобіч, тобто пошук самоствердження та контактів з соціумом. Є емоційно скутою.

Підводячи підсумки інтерпретації малюнків можна сказати, що з 25 дітей – 12 є відритими, виражають свої емоції на зовні, життєрадісні; 6 дітей

проявляють емоції спокійніше за попередніх, але також відкриті та більш врівноважені для прояву своїх почуттів та емоцій; 5 дітей ховають власні емоції всереді себе і не хочуть відкриватися оточенню. Вони більше інтроверти чим екстраверти; 1 дитина відмовилася коментувати малюнок та намалювала лише будинок чорним кольором з замком на дверях. Самотність в класі, інтровертованість, сором'язливість, злість; 1 дитина зобразила кольорове дерево, під час коментування малюнку скуто розповідала про нього, лише сказала, що то вона, не було ніяких яскравих емоцій, все чітко. Потім дитина розповіла, що живе з мамою, а тато зараз за кордоном, тобто проживає у дистантній сім'ї. Результати кількісного аналізу висвітлено у «Рисунку 2. 1» та «Таблиці 2.1».

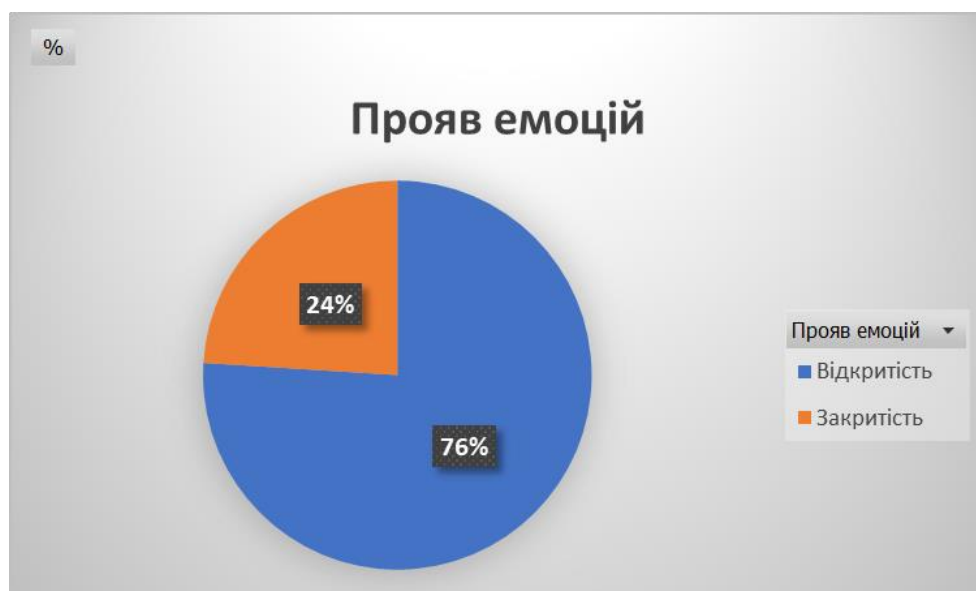


Рисунок 2.1 – Прояв емоцій у дітей молодшого шкільного віку

Таблиця 2.1 – Вираження емоцій

Кількість дітей	Вираження емоцій	Закритість чи відкритість	Коментарі
12	Вираження емоцій на зовні, емоційність.	Відкриті	Яскраво забарвлений опис малюнків часто фантазували про те, що є за межами малюнку.
6	Проявляють емоції спокійно.	Відкриті	Чітке, захоплена розповідь про намальоване.
5	Проживають емоції в собі.	Закриті	Розмова чітка, впевнена.
1	Прояв негативних емоцій під час малювання, зокрема злості.	Закриті	Відмова коментування.
1	Видно, що є самотність та самотність в прояві емоцій.	Відкрита	При розмові соромилася, але з цікавістю розповідала

При бесіді з досліджуваними було виявлено 5 дітей, які проживають у дистантних сім'ях. Всі вони відкрито проявляють емоції тільки 1 дитина закрито проявляє. Відсоткове співвідношення дітей які проживають з батьками та дистантними сім'ями висвітлено у «Рисунку 2.2»

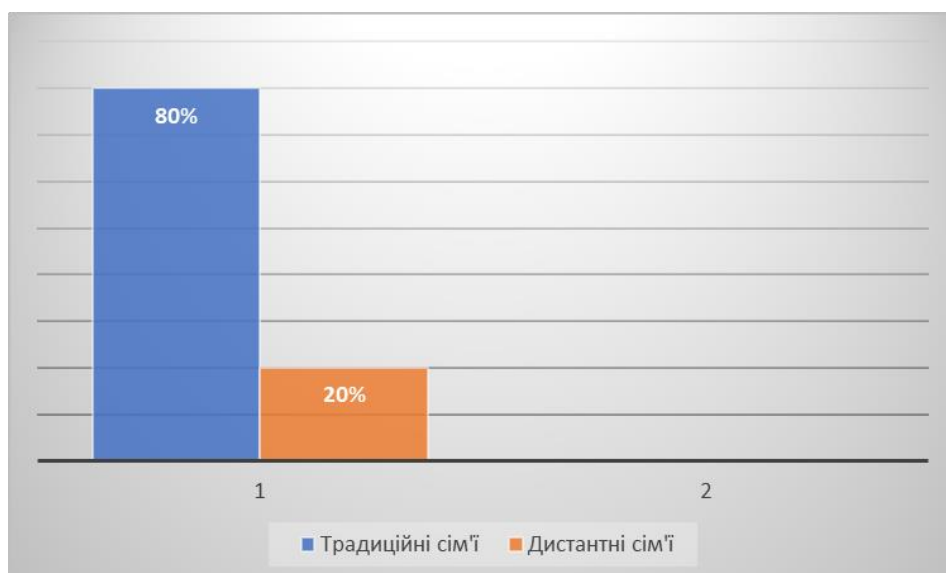


Рисунок 2.2 – Відсоткове співвідношення дітей які проживають з батьками та дистантними сім'ями

Отже, можна зробити висновок, що прояв емоцій у дітей молодшого шкільного віку є досить відкритим, живим. Більша половина дітей яскраво виражає емоції, щедро ділиться з оточуючими ними. У інших дітей прояв емоцій спокійний, відсутня надмірна емоційність.

За результатами дослідження у класі було виявлено 5 дітей, що проживають в дистантних сім'ях, але на 4 з них не вплинула дистантність, вони емоційні, відкриті, мають велике коло спілкування. Лише 1 дитина закрита, але життєрадісна, хоче знайти друзів та не бути самотньою в емоційному плані.

Тобто, ми бачимо, що на основі цієї методики дистантність не впливає на негативне формування емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку.

Проективна методика «Малюнок сім'ї» [23].

Методика призначена для виявлення особливостей сімейних відносин.

Методику можна використовувати з 3,5 років.

Інструкція: “Намалюй, будь ласка, свою сім'ю”. Не слід давати які-небудь вказівки чи уточнення. На запитання, які може поставити дитина, типу “Кого треба малювати, а кого не треба?”, “Треба намалювати всіх?”, “А дідуся малювати треба?” тощо, відповідати слід ухильно, наприклад: “Малюй так, як тобі хочеться”.

Процедура. Дитині дають простий олівець середньої м'якості, набір кольорових олівців, гумку і стандартний чистий аркуш паперу формату А4. Використання будь-яких додаткових інструментів виключається.

Поки дитина малює, психолог повинен ненав'язливо проводити спостереження, відзначаючи такі моменти, як:

- порядок заповнення вільного простору.
- порядок появи персонажів малюнка.
- час початку і закінчення роботи.
- виникнення труднощів при зображенні того чи іншого персонажа або елементів малюнка (надмірна зосередженість, паузи, помітна повільність, користування гумкою тощо.).
- час, витрачений на виконання окремих персонажів.
- емоційний настрій дитини під час зображення того чи іншого персонажа.
- спонтанні коментарі дитини.

Після виконання завдання слід отримати максимум додаткової інформації, організувавши коротку бесіду за допомогою запитань.

1. Скажи, хто тут намальований?
2. Де вони знаходяться?
3. Що вони роблять?
4. Хто в сім'ї найбільш хороший і чому?
5. Їм весело чи нудно? Чому?

При опитуванні психолог повинен з'ясувати сенс намальованого дитиною почуття – почуття до окремих членів родини.

Аналізуючи результати дослідження було виявлено, що дітей які малюють сім'ю разом, де всі один біля одного, живуть під одним дахом, на малюнках добре видно, що в сім'ї панує благополуччя – було 11.

Саме ця методика дозволила виявити дистантні сім'ї їх 5. Відповідно 2 дитини проживають з мамою, а тато наразі на війні; 1 дитина живе з бабусею та дідусем, а батьки за кордоном; 1 дитина проживає з старшою сестрою та її

чоловіком; 1 дитина живе з мамою, а тато за кордоном. Тобто 20 досліджуваних дітей живуть з батьками у повноцінній сім'ї.

Що цікавого саме в цьому дослідженні це те, що 3 дитини які проживають далеко від членів сім'ї втратили емоційний зв'язок з ними. Відповідно не спілкуються кожного дня з рідними по відео зв'язку, не переписуються у соціальних мережах, рідко бачаться наживо.

А ще 2 дітей також проживають у дистантній сім'ї, проте батьки разом з дітьми стараються зберегти близькі стосунки, щоденні розмови, цікавість до життя дитини, наскільки це можливо обізнаність у житті власної дитини. Можна сказати, що емоційний зв'язок один з одним вони зберегли.

Розглядаючи детальніше результати, було виявлено 4 дитини не отримують стільки ж уваги, що і рік назад є деякий холод у відносинах з батьками. Не проводять час разом, дитина відчуває себе самотньою, можна сказати, що емоційний зв'язок з батьками на низькому рівні.

Дослідження показало, що 3 не мають емоційного зв'язку з рідними, хоча проживають разом. На малюнку малюють себе осоторонь від сім'ї. коментуючи, що вони не щасливі і їм не подобається проводити час з ними. Своїми таємницями вони діляться з іншими або взагалі не розкривають їх нікому.

Було 2 дитини, які повністю відмовилися малювати малюнок, причому одна розплакалася, а інша в грубій формі відмовила. Проте попередній малюнок малювала.

Таблиця 2.2 – «Різниця емоційного зв'язку з сім'єю»

Діти, які живуть з батьками	Діти, що перебувають у дистантних сім'ях
11 дітей – високий та середній рівень емоційного зв'язку з колом оточення.	3 дитини – низький емоційний зв'язок з близькими.
4 дитини – середній та низький рівень емоційного прояву в сім'ї.	2 дитини – збереження високого емоційного зв'язку.
3 дитини – низький рівень емоційного зв'язку з сім'єю.	
2 дитини – повна відмова у малюванні малюнку.	

Тому якщо брати до уваги, що 2 дитини відмовилися брати участь у дослідженні виходить 23 досліджуваних і видно, що переважає середній та високий рівень емоційності дітей молодшого шкільного віку. Та у відсотковому значенні це буде виглядати наступним чином.



Рисунок 2.3 – «Рівень емоційного зв'язку дітей, які живуть з батьками»

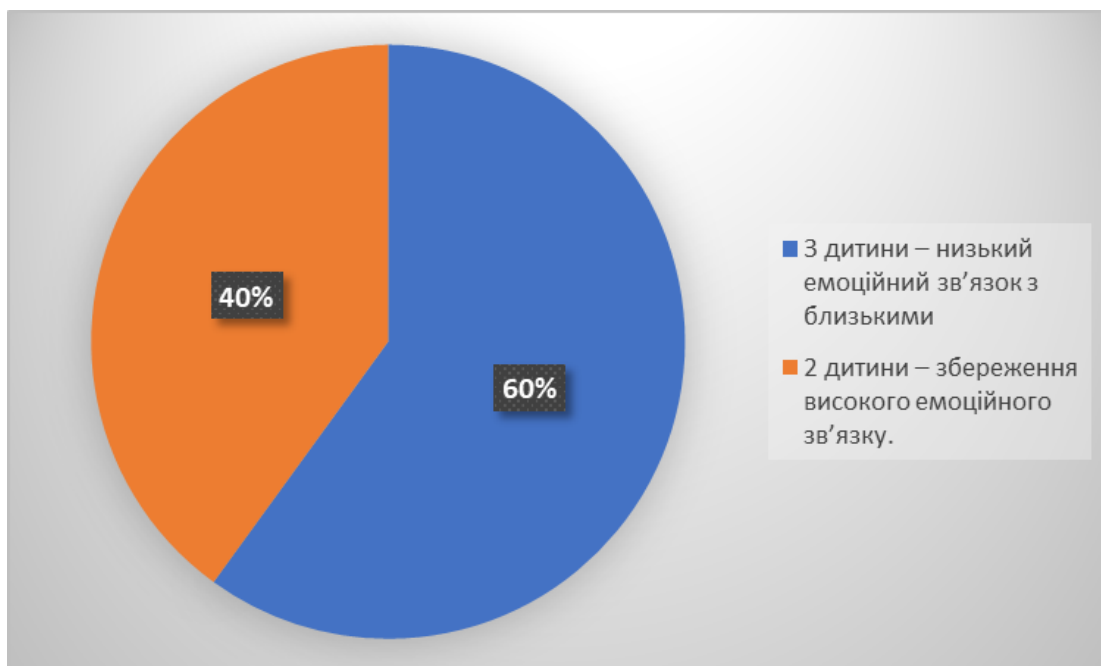


Рисунок 2.4 – «Рівень емоційного зв'язку дітей, що перебувають у дистантних сім'ях»

Отже можна зробити висновок, що дистантність у сім'ї може відігравати роль в формуванні емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку, але було виявлено, що діти які живуть і з мамою, і з татом також страждають на емоційну холодність і це згодом може призвести до негативних наслідків.

Методика «Визначення емоційності» (В.В. Суворова) (Додаток А)

Емоційний рівень дітей молодшого віку є складним і багатогранним аспектом їх психологічного розвитку.

Кожна дитина унікальна, і її емоційний рівень буде визначатися індивідуальними особливостями та темпераментом. Деякі діти можуть бути більш емоційно активними та чутливими, тоді як інші можуть демонструвати менш емоційну реакцію на події.

Для формування емоційного рівня велике значення має вплив сім'ї, школи та навколишнього соціального середовища. Сімейний клімат, стосунки з однолітками та вчителями можуть впливати на те, як діти виражають і регулюють свої емоції.

Здатність взаємодіяти з іншими, враховувати їхні почуття та розуміти себе є важливою частиною емоційного розвитку. Діти, які успішно навчаються соціальним навичкам, часто демонструють більші емоційні здібності.

Емоційні рівні також можна визначити через досвід, особливо через події, які мали місце в житті дитини. Травматичні або позитивні події можуть впливати на розвиток емоційних реакцій і стратегії їх регулювання.

Методика була вперше представлена у 1976 році і дозволяє оцінювати емоційний стан за допомогою інтегрального показника.

Ціль: виявити рівень розвиненості показника «емоційне реагування» [34].
Матеріал: тест із 15 питаннями.

Методика проведення дослідження проводиться індивідуально.

За кожну ствердну відповідь («Так») нараховується 1 бал. Чим більше балів набирає дитина, тим вища її емоційність, здатність регулювати свої емоції.

- від 0 до 5 балів - емоційність низька;
- від 6 до 10 балів – середня;
- від 11 балів і вище - висока.

Результати дослідження за методикою, що представлена вище є наступними. Рівень емоційності у 9 досліджуваних - високий; у 14 – середній; у 2 низький.

Високий рівень емоційності вказує на те, що особа проявляє виразні, інтенсивні та часті емоційні реакції у різних ситуаціях. Це може означати різноманіття інтенсивних переживань, часті емоційні вияви та високу чутливість до зовнішніх стимулів. Особа з високим рівнем емоційності може легко відчувати радість, захоплення, але також стикатися з сильним стресом або тривогою.

Важливо враховувати, що високий рівень емоційності може мати як позитивні, так і негативні аспекти. З одного боку, це може збагатити життя емоційними враженнями та глибокими переживаннями. З іншого боку, така

особистість може бути більш вразливою до стресу та потребує ефективних стратегій саморегуляції.

Середній рівень емоційності вказує на те, що особа може виявляти емоції, але їх інтенсивність та частота можуть бути помірними. Це означає, що вираз емоцій може бути менш інтенсивним порівняно з високим рівнем емоційності, і особа може більш ефективно контролювати свої емоційні реакції.

Середній рівень емоційності може свідчити про те, що особа може гнучко взаємодіяти з емоційними аспектами життя, маючи при цьому певний рівень стійкості та контролю.

Низький рівень емоційності може вказувати на обмежену здатність виражати та відчувати емоції. Особи з низьким рівнем емоційності можуть виявляти менше емоційних реакцій у порівнянні з іншими.

Низький рівень емоційності не обов'язково означає негативні аспекти в деяких випадках це може бути природною рисою характеру. Однак важливо враховувати, що емоції є важливою складовою людського досвіду і можуть впливати на соціальні взаємини та благополуччя.



Рисунок 2.5 – «Рівень емоційності»

Таблиця 2.3 – «Визначення рівня емоційності»

Рівень емоційності	Кількість досліджуваних	Кількість досліджуваних у %
Високий	9	36
Середній	14	56
Низький	2	8
Загальна к-сть	25	100

Рівень емоційності дітей, що проживають у дистантних сім'ях є середнім і якщо брати кількість у відсотковому значенні від інших досліджуваних, що є у діапазоні середнього рівня, то це виходить 36%. А від загальної кількості всіх рівнів це 20% (див. Рисунок 2.6)

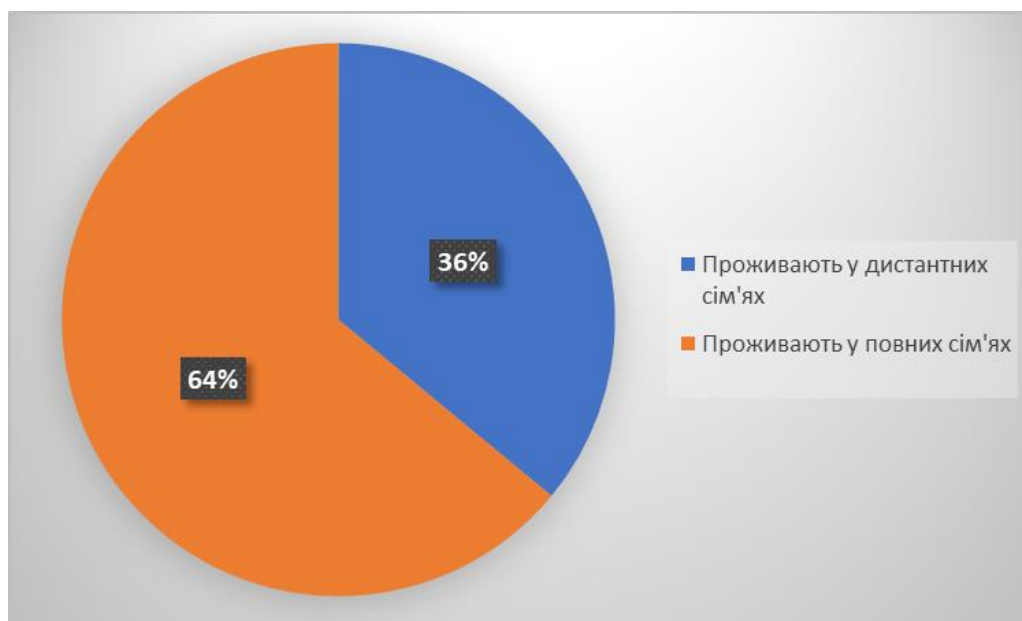


Рисунок 2.6 – Рівень емоційності дітей, що проживають у дистантних

Тест на визначення емоційного інтелекту (Н. Гола) [11]

Тест на емоційний інтелект, розроблений Н. Голлом, відображає, як ви використовуєте свої емоції у повсякденному житті, оцінюючи різні аспекти емоційного інтелекту, такі як відношення до себе та інших, навички спілкування, підходи до життя та прагнення до гармонії. Важливо відзначити,

що емоційний інтелект, нарівні з класичним інтелектом (IQ), є ключовим фактором для досягнення успіху та психофізичного благополуччя людини.

Отримані результати включають не лише загальний показник емоційного інтелекту, а й деталізовану оцінку за кожним з п'яти аспектів, які його складають. В методиці використовуються 30 запитань (по 6 для кожної категорії) як стимульний матеріал. Шкала 1 – «Емоційна обізнаність»; Шкала 2 – «Управління своїми емоціями»; Шкала 3 – «Самотивація»; Шкала 4 – «Емпатія»; Шкала 5 – «Розпізнавання емоцій інших людей».

Зробивши інтерпретацію результатів дослідження було виявлено, що інтегративний показник (рівень емоційного інтелекту) є низьким у 8 дітей; середнім у 12 дітей; високим у 5 дітей.

Якщо дивитися за 5 шкалами окремо, то виходить так, що за шкалою «Емоційна обізнаність» – низький рівень у 10 дітей; середній рівень у 13 дітей; високий рівень у 2 людей. Можна сказати, що в середньому діти розуміють особисті емоції.

Шкала «Управління своїми емоціями» – низький рівень у 8 дітей; середній рівень у 12 людей; високий рівень у 5 дітей. В цілому діти на середньому рівні вміють керувати власними емоціями.

Шкала «Самотивація» – низький рівень у 10 дітей; середній рівень у 11 дітей; високий рівень у 4 дітей. Багато дітей не вміють управляти власною поведінкою за рахунок емоцій.

Шкала «Емпатія» – низький рівень у 7 дітей; середній рівень у 12 дітей; високий рівень у 6 дітей. Сприйняття емоцій інших людей, здатність відчувати та поділити їхні емоційні стани, а також бажання надати підтримку є на високому та середньому рівні серед досліджуваних.

Шкала «Розпізнавання емоцій інших людей» – низький рівень у 9 дітей; середній рівень у 10 дітей; високий рівень у 6 дітей. Здатність впливати на емоційний стан інших людей на середньому рівні в більшості досліджуваних.

Усі показники у відсотковому значенні будуть представлені у таблицях нижче.

Таблиця 2.4 – «Рівні парціального (окремо за кожною шкалою) емоційного інтелекту»

Рівень % / Шкала №	1	2	3	4	5
Низький	40%	32%	40%	28%	36%
Середній	52%	48%	44%	48%	40%
Високий	8%	20%	16%	24%	24%

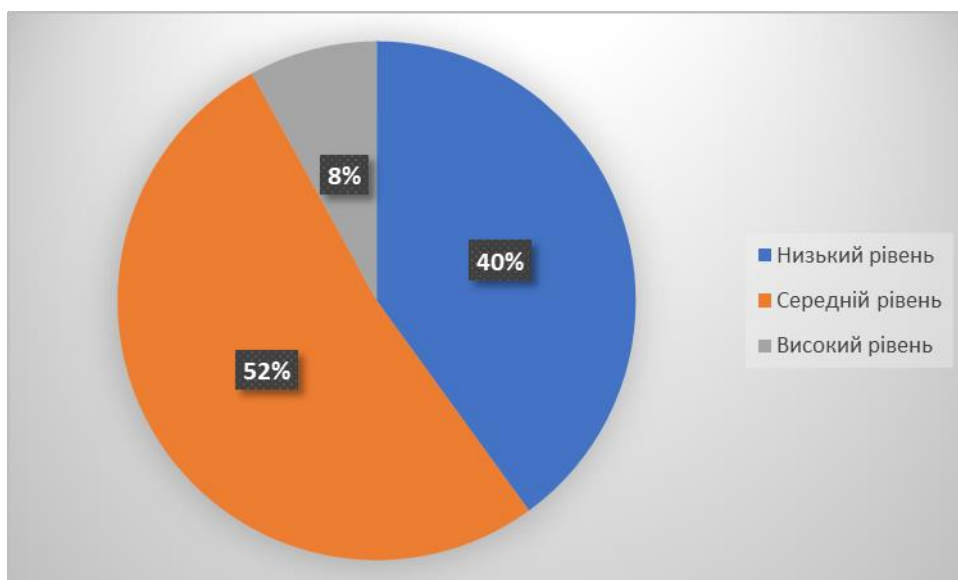


Рисунок 2.7 – Шкала 1 – «Емоційна обізнаність»

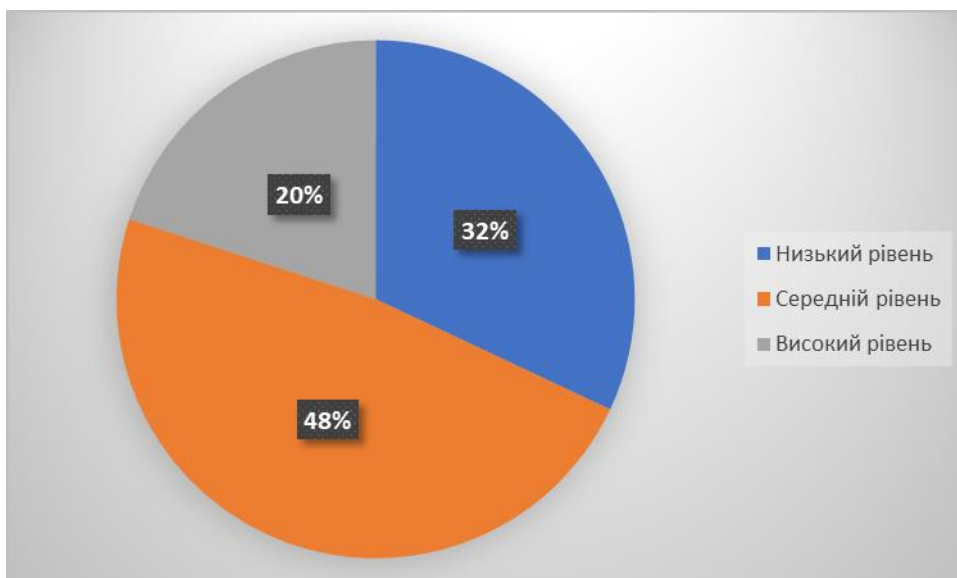


Рисунок 2.8 – Шкала 2 – «Управління своїми емоціями»

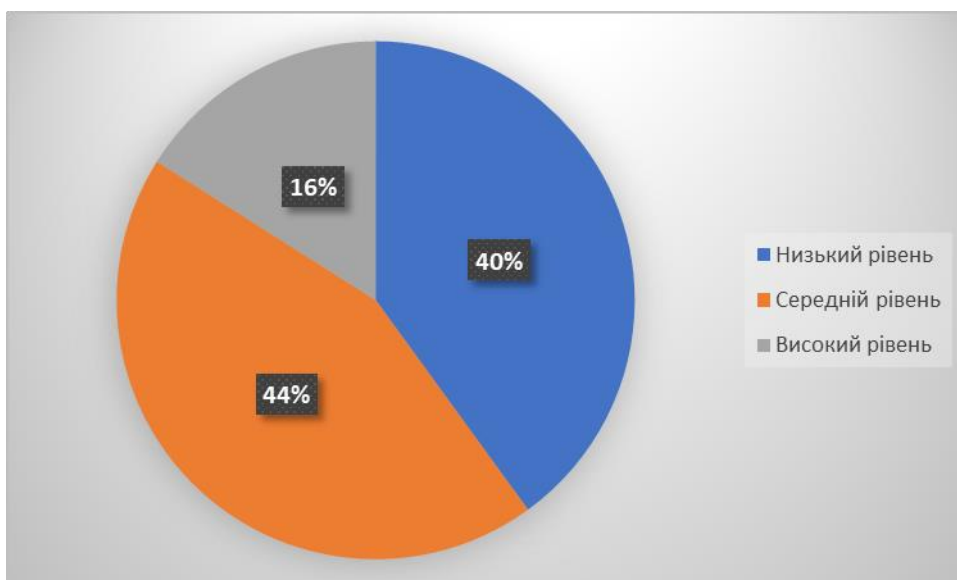


Рисунок 2.9 – Шкала 3 – «Самотивація»

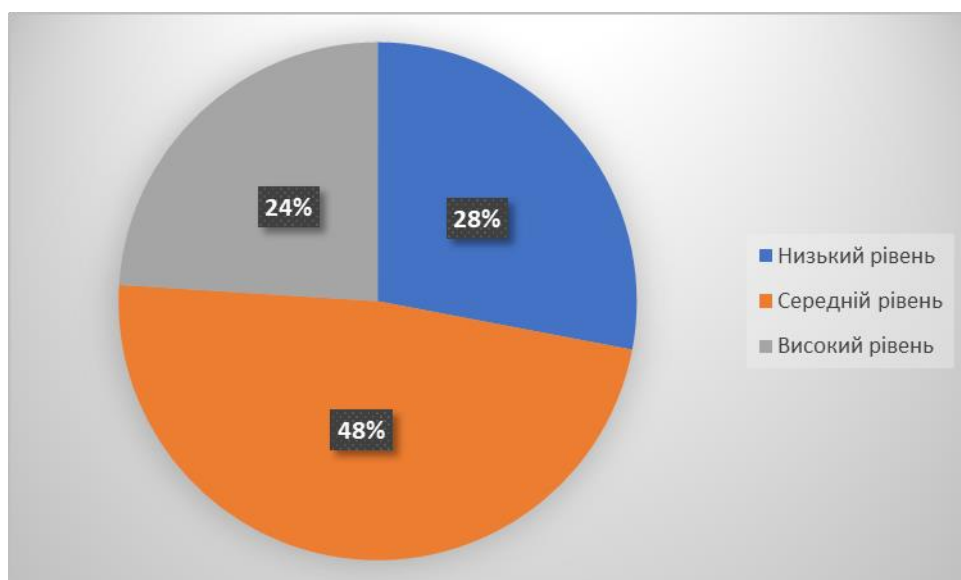


Рисунок 2.10 – Шкала 4 – «Емпатія»

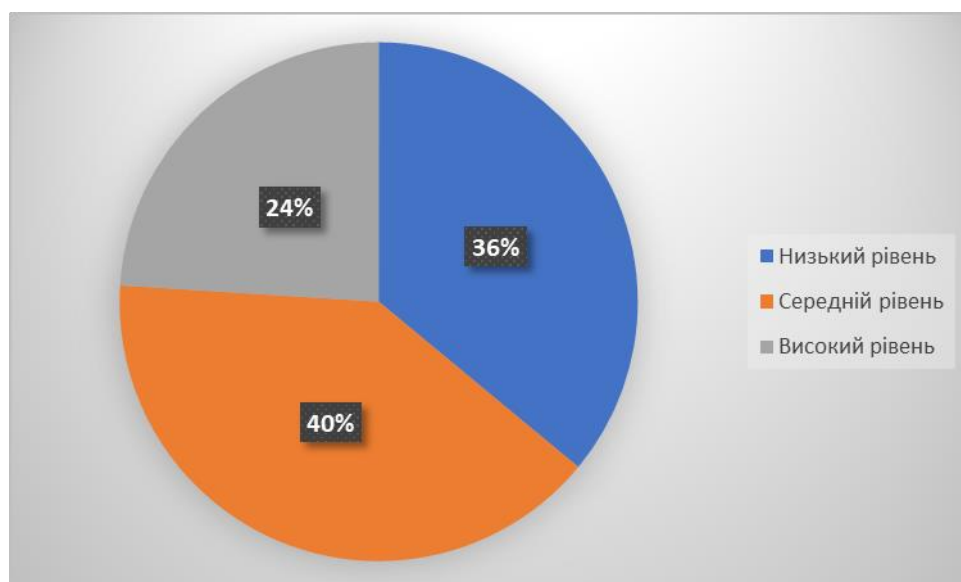


Рисунок 2.11 – Шкала 5 – «Розпізнавання емоцій інших людей»

Таблиця 2.5 – «Інтегративний рівень емоційного інтелекту за всіма шкалами»

Рівень	Низький	Середній	Високий
Кількість у %	32	48	20

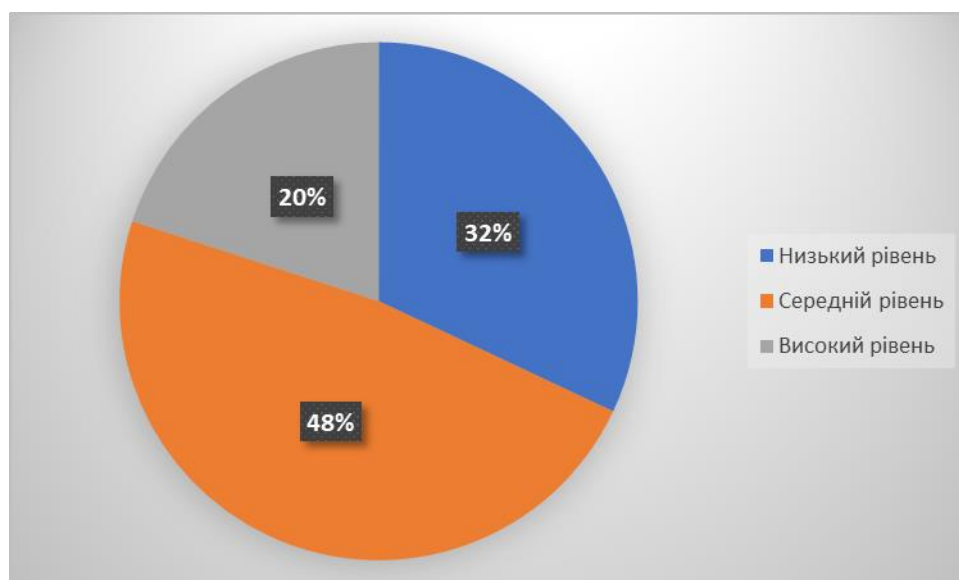


Рисунок 2.12 – «Інтегративний рівень емоційного інтелекту за всіма шкалами»

Рівень емоційного інтелекту за всіма шкалами є середній у 48%, майже половина діти обізнані, що таке емоції можуть розрізняти емоції в інших, керувати ними. Але і низький рівень є у 32 % і це погано так як ці діти не володіють у достатній мірі емпатією, розпізнавання власних та чужих емоцій, не можуть ними керувати.

Можна зробити висновок, діти які проживають у дистантних сім'ях мають середній рівень емоційності та емоційного інтелекту і в даному дослідженні дистантність не відіграє важливої ролі у формуванні емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку.

Проте видно тенденцію зростання низького рівня емоційності у дітей молодшого шкільного віку. Це свідчить про те, що досліджувані молодші школярі не вміють керувати власними емоціями, не можуть правильно зрозуміти яку емоцію відчувають вони або людина поруч. Високий рівень емоційності теж не є добре і його також потрібно вчитися контролювати. Для цього ми розробили ряд рекомендацій.

2.2 Рекомендації для батьків та вчителів та психологів щодо розвитку емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку у дистантних сім'ях

Соціальні чинники грають важливу роль у формуванні емоцій дитини, зокрема обмеженість спілкування, особливо з однолітками, обмеження самостійності, гіперопіка та помилки в вихованні.

В численних своїх наукових працях О. Максимова правомірно вказує на важливість використання особистісно орієнтованого підходу як педагогами, так і батьками, коли вони взаємодіють з дітьми молодшого шкільного віку. Цей підхід передбачає максимальне виявлення та розвиток усіх аспектів особистості дитини, враховуючи її здібності, природжені здібності та таланти, а також враховує потенційні можливості. Особлива увага приділяється стимулюванню позитивних морально-етичних якостей, повазі та любові до дитини, розумінню її унікальності, потреб і мотивів поведінки. Важливим елементом є створення довірливих відносин із учнем або власною дитиною відповідно до їхнього вікового рівня, а також створення благодяного психологічного клімату.

Розуміння та прийняття емоцій є важливим кроком у створенні позитивного емоційного середовища для дітей. Позитивні емоції допомагають дітям розвивати оптимізм та радість, тоді як негативні емоції можуть служити сигналами для розуміння труднощів та їх подолання.

Важливо навчати дітей емоційній грамотності, щоб вони могли ефективно розпізнавати, розуміти та керувати своїми емоціями. Розвиток цих навичок сприяє формуванню психологічної стійкості та емоційної інтелігентності.

Підтримка та розуміння з боку дорослих, зокрема батьків та вчителів, грає вирішальну роль у створенні підтримуючого оточення для дітей. Робота над розвитком емоційних компетенцій може сприяти загальному емоційному та соціальному добробуту дітей, що є ключовим фактором їхнього повноцінного розвитку.

Рекомендації з розвитку емоційності у дітей молодшого шкільного віку є важливим інструментом, оскільки сприяють гармонійному розвитку та формуванню позитивних емоційних навичок.

Діти, які розуміють та вміють керувати своїми емоціями, легше адаптуються до нового навчального середовища, сприймають навчання як позитивний процес та швидше освоюють нові знання.

Розвиток емоційності сприяє покращенню соціальних навичок. Діти навчаються емпатії, розумінню почуттів інших співпраці.

Розуміння та ефективне керування емоціями допомагає дітям краще справлятися зі стресом, який може виникнути внаслідок шкільних завдань, взаємин з однолітками чи іншими ситуаціями.

Здатність виражати свої емоції та розуміти емоції інших допомагає у формуванні позитивних стосунків з оточуючими, зокрема, з учителями та однолітками.

Розвиток емоційності сприяє високому рівню самосприйняття та допомагає дітям зосереджувати увагу на власних можливостях для самовдосконалення.

Діти, які розвивають емоційну грамотність, менше схильні до конфліктів, агресії та інших поведінкових проблем.

Розуміння та ефективне управління емоціями сприяє збереженню позитивного психічного стану, зменшує ризик розвитку депресії та інших психологічних проблем.

Емоційна інтелігенція пов'язана з успішністю в навчанні та кар'єрним зростанням. Здатність адаптуватися до різних ситуацій та керувати емоціями сприяє вищій ефективності та творчості.

Навчання в школі є значущим етапом у житті молодших школярів. У першому класі вони стикаються з виконанням домашніх завдань, формують свою відповідальність за власні дії та поведінку. Супроводжуючий цей процес страх може стати серйозною перешкодою для гармонійного розвитку та адекватної соціалізації. Переляканість робить школярів невпевненими у

власних здібностях, страх отримати негативну відзнаку чи бути викликаним до дошки.

У психолого-педагогічній літературі запропоновано численні методи корекції та профілактики страхів у дітей молодшого шкільного віку, нахильних до психологічного впливу. Роботу з корекції можна проводити як індивідуально, так і в групі, але з акцентом на особисте ставлення дитини до джерела свого страху. Підходи можуть включати розвивальні ігри, позитивне використання прикладів успіху, формування впевненості у власних здібностях та позитивного ставлення до викликів, що представляються. Важливо стимулювати дітей до самовираження, активної участі та спілкування, сприяючи збільшенню їхньої самопевності та відчуття комфорту в учбовому середовищі.

Додатково важливо пояснювати дітям, що всі емоції є абсолютно нормальними та природними, незалежно від того, до якої сфери життя вони відносяться або чи є позитивними чи негативними. Вирішальним є те, як ці емоції впливають на їхню поведінку.

Важливо усвідомлювати, що емоції та їхні виявлення не мають чорного або білого визначення, і не слід забороняти дітям виражати, відчувати та розглядати емоції. Такий підхід може заблокувати емоційний розвиток дитини та вплинути на її здатність адекватно реагувати на різні ситуації.

Хоча виправлення поведінки може бути необхідним, особливо коли збудливість або вразливість впливають на сприйняття ситуацій, важливо здійснювати корекцію через відкриті діалоги. Це дозволить вивести дитину на позитивний лад та в спокійній атмосфері пояснити, які реакції та поведінка є прийнятними в суспільстві, а які необхідно модифікувати.

Батькам рекомендується створювати позитивну атмосферу та використовувати ігровий підхід для вивчення різноманітних емоцій ще до того, як дитина піде до школи та в початкових класах. Це допоможе дитині легше орієнтуватися у власних почуттях та реакціях, надавати їй можливість експериментувати з різними емоціями та вчитися ефективно взаємодіяти з ними

під час будь-яких ситуацій у школі. Гра як метод вчення може зробити цей процес цікавим та доступним для дитини, допомагаючи їй розвивати емоційну грамотність та навички саморегуляції.

Важливо говорити з дитиною відверто про всі емоції, як позитивні, так і негативні, які ви відчуваєте. Це допоможе їй вчитися розрізняти свої власні емоції від чужих і навчить приймати та переживати їх.

Збільшіть кількість емоційних розмов з дитиною: покажіть інтерес до її внутрішнього стану, переживань та бажань. Задавайте питання, вислуховуйте уважно, створюйте відчуття, що ви готові поділитися її емоційним світом.

Виражайте свою любов до дитини через обійми, поглазування, поцілунки, лагідним поглядом та теплими словами.

Підсилюйте в дитини віру в її власні сили та можливості.

Схвалюйте найменший успіх дитини, особливо якщо вона є невпевненою або сором'язливою.

Будьте поруч з дитиною як у труднощах, так і в радощах.

Висловлюйте свої зауваження чи побажання тактовно, з урахуванням чутливості дитини.

Звичайно, підтримка емоційного розвитку дітей у дистантних сім'ях створює дещо важчі проблеми. Для цього створена низка рекомендацій для психологів, які працюють з дітьми молодшого шкільного віку в дистантних сім'ях:

Порекомендуйте батькам ряд занять, які сприяють вираженню емоцій, таких як ведення щоденника, малювання або створення колажу почуттів.

Можна запропонувати книжки чи оповідання відповідно до віку, які допоможуть дітям визначити та зрозуміти різні емоції.

Заохочуйте регулярне спілкування між батьками та дітьми на відстані через відеодзвінки, повідомлення чи електронні листи.

Надайте поради батькам, як говорити з дітьми про емоції та вести відкритий діалог. Підкресліть важливість дотримання постійного режиму для дітей, навіть у віддалених сім'ях, щоб забезпечити відчуття стабільності.

Співпраця з батьками, щоб створити віртуальні розпорядки дня, наприклад казки перед сном або віртуальні сімейні обіди.

Порадьте батькам віртуальні дії, які сприяють емоційному зв'язку, наприклад, спільну гру в онлайн-ігри, одночасний перегляд фільмів або участь у віртуальних сімейних заходах.

Допоможіть дітям виробити стратегії подолання тривоги розлуки або інших емоційних проблем.

Співпраця з вчителями, щоб переконатися, що вони знають про ситуацію дитини та можуть надати додаткову підтримку, якщо це необхідно.

Залучайте батьків до віртуальних батьківських конференцій для обговорення емоційного благополуччя дитини.

Надайте інформацію про ресурси спільноти, такі як віртуальні події чи семінари, присвячені емоційному благополуччю.

Врахування культурних відмінностей та нюансів, надаючи рекомендації, переконавшись, що поради враховують культурні особливості та стосуються походження родини.

Відслідковування емоційного стану дитини та корекція рекомендації відповідно до її потреб, що розвиваються.

Адаптація стратегії відповідно до зміни сімейної динаміки та ситуації.

Педагогам можна рекомендувати такі стратегії для розвитку емоційної сфери у дітей молодшого шкільного віку:

Вчителі можуть створювати завдання, які розвивають в дітей емпатію та співчуття.

Підтримувати взаємодію між учнями, сприяючи позитивному емоційному кліматі в класі.

Заохочувати вираження емоцій через творчість та мистецтво.

Надайте завдання на створення малюнків, колажів або власних творів, які відображають почуття молодшого школяра.

Читання книг, що спрямовані на розвиток емоційного інтелекту, для обговорення різних ситуацій та персонажів.

Заохочення дітей ділитися своїми емоційними реакціями на прочитане.

Висновки до розділу

Отже, використання проєктивних методів може сприяти розкриттю додаткової інформації про емоційну сферу та внутрішні переживання, роблячи їх значущими в наукових дослідженнях. Проведений аналіз літературних джерел призвів нас до висновку, що на практиці слід більш детально розглядати, як проживання у дистантних сім'ях впливає на психологічний розвиток дітей молодшого шкільного віку.

Можна вивести висновок, що діти, які проживають у дистантних сім'ях, виявляють середній рівень емоційності, і в цьому дослідженні дистантна сім'я, як негативний фактор, не вплинула на формування емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку.

Результати вказують на певний середній рівень свідомості дітей стосовно їхніх емоцій та здатності керувати ними. Це позитивно, що більшість дітей обізнані з емоціями та можуть розрізняти їх в інших.

Проте, важливо приділити увагу тим, хто має низький рівень емоційного інтелекту. Діти, які не можуть адекватно розпізнавати та керувати емоціями, можуть зіткнутися з труднощами в соціальних відносинах, а також в процесі власного особистісного розвитку.

Однак спостерігається тенденція до зростання низького рівня емоційності у дітей цього вікового діапазону. Також важливо зазначити, що високий рівень емоційності не завжди є позитивним явищем, і його також необхідно вчитися контролювати. З цією метою було розроблено ряд рекомендацій.

Рекомендації, спрямовані на розвиток емоційності у дітей молодшого шкільного віку, виступають ключовим інструментом, оскільки сприяють узгодженому зростанню та формуванню позитивних емоційних навичок.

ВИСНОВОК

Отже, нами було проведено теоретичний аналіз емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку, який показав, що розвиток емоційної сфери під час молодшого шкільного віку важливий через те, що емоції на цьому етапі життя дитини впливають на всі психічні функції та сприяють розвитку. Процес розвитку емоційної сфери у дітей молодшого шкільного віку включає в себе розширення уявлень про різноманіття людських емоцій, адекватне емоційне реагування, вираження емоцій та розвиток емпатії.

Нами було визначено психологічні чинники, які впливають на емоційну сферу дітей молодшого шкільного віку. Відсутність близького фізичного контакту з батьками може впливати на розвиток емоційних зв'язків та взаєморозуміння.

Недостатня можливість регулярного емоційного спілкування з батьками може призвести до відсутності позитивних емоцій та впливати на самопочуття дитини. Ситуація дистантної сім'ї може викликати стрес та тривогу у дітей, особливо без належної підтримки батьків. Відчуття втрати через відсутність одного з батьків може викликати тривогу та сум.

Тому розуміння цих психологічних чинників дозволяє розробляти ефективні стратегії для підтримки емоційного розвитку дітей у дистантних сім'ях.

Організовано та проведено експериментальне дослідження особливостей емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку у дистантних сім'ях. Дослідження показало, що використання методів проекції може допомогти виявити додаткову інформацію про емоційну сферу та внутрішні переживання, надаючи їм велике значення в рамках наукових досліджень.

Це дослідження показало, що на даний момент діти молодшого шкільного віку в основному мають середній рівень емоційності, тобто вміють виражати власні емоції, відкрито спілкуються з оточуючими, не

закриваються в собі. А також вміють контролювати свої емоції і не піддаються занадто сильним емоціям в непотрібний момент.

Дане дослідження виявило, що дистантні сім'ї впливають на формування емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку, але не критично і навіть традиційна сім'я може негативно впливати на цей фактор.

Розроблено практичні рекомендації щодо покращення емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку у дистантних сім'ях. Які є надзвичайно важливими у виховуванні дітей, щоб вони могли ефективно визначати, розуміти та управляти своїми емоціями. Розвиток цих навичок сприяє формуванню психологічної стійкості та емоційної інтелігентності.

Забезпечення підтримки та розуміння з боку дорослих, зокрема батьків та вчителів, відіграє ключову роль у створенні сприятливого середовища для розвитку емоційної сфери у дітей. Все це може сприяти загальному емоційному та соціальному благополуччю дітей, що визначає їхній повноцінний розвиток. Важливо також пам'ятати, що розвиток емоційного інтелекту є постійним процесом, і важливо надавати дітям можливості вдосконалювати ці навички на протязі їхнього життя.

