

РОЛЬ СТАТЕВОГО ВИХОВАННЯ У ЗБЕРЕЖЕННІ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ДОШКІЛЬНИКА

Стаття присвячена проблемі статевого виховання в дошкільному дитинстві, автором охарактеризовано психологічні аспекти статевого розвитку особистості в дошкільному віці, детально розглянуто періоди формування статевої ідентичності, критерії психічного здоров'я, значення статевого виховання в гармонійному розвитку особистості дитини.

Освоєння в дошкільному дитинстві нових, змістовніших видів діяльності сприяє розвитку глибших і стійкіших емоцій, пов'язаних не лише з близькими, а й із віддаленими цілями, не тільки з тими об'єктами, що дитина сприймає, а й тими, які уявляє. Діяльність породжує передусім позитивні емоції, причому своєю метою, сенсом, якого вона набуває для дитини, і самим процесом її виконання. Інтенсивно розвиваються соціальні емоції (симпатії, антипатії, уподобання тощо). Виникають інтелектуальні емоції. У процесі спілкування дитини з дорослими формуються її моральні почуття. Урізноманітнюються прояви почуття власної гідності: розвивається як самолюбство, так і почуття сорому, ніяковості. У період дошкільного дитинства закладаються й формуються найбільш глибокі шари психіки, що позначаються на подальшому розвитку особистості.

Статева диференціація найбільш інтимним чином уплетена в канву цього періоду. Для збереження власного здоров'я діти мають знати свій організм. У дошкільному віці їх цікавить власне тіло. Зацікавленість власним тілом проявляється від народження. З віком дитина вільно розрізняє і правильно називає органи й частини свого тіла: очі, язик, губи, зуби, вуха, волосся; голова, шия; тулуб – спина, живіт; руки й ноги з пальцями. Цікавиться їх дією на власному досвіді. Ще до трьох років дитина робить «відкриття»: показує, де в неї очі, вуха, ротик, носик, язичок, зубки. Називає свої дії: «Я бачу», «Я чую», «Я сказав (ла)» тощо. Батькам і вихователям варто пам'ятати, що задоволення зацікавленості дитини щодо власного тіла є основною потребою. Відомо, що незадоволення значущих для дитини потреб спричинює страждання, а часті страждання призводять до виникнення «руйнівних» емоцій: гніву, злості, агресії. Вони руйнують і саму дитину (і психіку, і здоров'я загалом), і її взаємини з оточенням. А від досвіду, набутого в період дошкільного дитинства, значною мірою залежить, буде дитина оптимістом чи песимістом, наскільки віритиме у свої сили, а отже, як зуміє здолати звичайні труднощі життя, протистояти перешкодам, спокусам тощо.

***Ключові слова:** дитина дошкільного віку, емоційно-вольова сфера, статеви́й розвиток, вікова періодизація психічного розвитку, критерії психічного здоров'я.*

Постановка проблеми. Сьогодні ми все частіше стикаємося з такими проявами психічного нездоров'я дітей, як підвищена тривожність, страх, невпевненість у собі, надмірна вразливість тощо. Вирішення проблеми збереження психічного здоров'я кожної дитини є одним із головних завдань дошкільної та шкільної освіти, адже від стану психічного здоров'я залежить особистісний розвиток дітей. Саме тому гостро постає проблема дослідження взаємозв'язків формування статевої ідентичності та психічного здоров'я в період дошкільного дитинства.

Проблема психологічного здоров'я недавно порушена в науково-психологічній літературі, нею займалися багато вчених, психологів і філософів. На думку авторів (Л.І. Божович, А.А. Бодалев, В.С. Мухіна, Т.А. Репіна та інших), дитина як найбільш чутлива частина соціуму піддається різноманітним негативним впливам. Останніми роками найбільш розповсюдженими явищами

є тривожність і страхи в дітей дошкільного віку (І.В. Дубровіна, В.І. Гарбузов, А.І. Захаров та інші).

Мета статті. Головною метою роботи є проаналізувати вплив статевого виховання на збереження психічного здоров'я дитини дошкільного віку на різних вікових етапах психічного розвитку.

Виклад основного матеріалу. Здоров'я особистості – запорука гармонійного її психологічного, соціального, професійного становлення. Період дошкільного дитинства – це період, коли закладаються й формуються найбільш глибокі шари психіки, що позначаються на подальшому розвитку особистості. Невротичні переживання, неврози, психопати й різні психосоматичні порушення набули поширення в українському соціумі, особливо серед дітей дошкільного віку, адже дитяча психіка дуже чутлива до впливу навколишнього соціального середовища.

У дошкільному віці інтенсивно формується особистість дитини, причому цей процес тісно пов'я-

заний із розвитком емоційно-вольової сфери, з формуванням інтересів і мотивів поведінки, що, відповідно, детерміновано соціальним оточенням, передусім типовими для цього етапу розвитку взаєминами з дорослими.

Джерелом емоційних переживань дитини є її діяльність, спілкування з навколишнім світом. Освоєння в дошкільному дитинстві нових, змістовніших видів діяльності сприяє розвитку глибших і стійкіших емоцій, пов'язаних не лише з близькими, а й із віддаленими цілями, не тільки з тими об'єктами, що дитина сприймає, а й тими, які уявляє. Діяльність породжує передусім позитивні емоції, причому своєю метою, сенсом, якого вона набуває для дитини, і самим процесом її виконання. Інтенсивно розвиваються соціальні емоції (симпатії, антипатії, уподобання тощо). Виникають інтелектуальні емоції. У процесі спілкування дитини з дорослими формуються її моральні почуття. Урізноманітнюються прояви почуття власної гідності: розвивається як самолюбство, так і почуття сорому, ніяковості [5; 6].

Психічне здоров'я – це психічні особливості, що дають людині змогу бути адекватною й успішно адаптуватися до навколишнього середовища (протилежність психічному здоров'ю – психічні відхилення, психічні розлади та психічні захворювання); створюються умови для забезпечення позитивного стану й активного розвитку інтелектуально-емоційної сфери, створення атмосфери душевного комфорту, що забезпечує адекватну поведінку дитини-дошкільника в соціумі та її успішний інтелектуальний розвиток [5]. Можна сказати, що це стан рівноваги між особистістю і середовищем, адекватна регуляція поведінки дитини, здатність протистояти труднощам без негативних наслідків для її здоров'я.

У період дошкільного дитинства закладаються й формуються найбільш глибокі шари психіки, що позначаються на подальшому розвитку особистості. Статеві диференціації найбільш інтимним чином вплетена в канву цього періоду. Для збереження власного здоров'я діти мають знати свій організм. У дошкільному віці їх цікавить власне тіло. Зацікавленість власним тілом проявляється від народження. З віком дитина вільно розрізняє і правильно називає органи й частини свого тіла: очі, язик, губи, зуби, вуха, волосся; голова, шия; тулуб – спина, живіт; руки й ноги з пальцями. Цікавиться їх дією на власному досвіді. Ще до трьох років дитина робить «відкриття»: показує, де в неї очі, вуха, ротик, носик, язичок, зубки. Називає свої дії: «Я бачу», «Я чую», «Я сказав (ла)» тощо. Батькам і вихователям варто пам'ятати, що задоволення зацікавленості дитини щодо власного тіла є основною потребою. Відомо, що незадоволення значущих для дитини потреб спричинює страждання, а часті страждання призводять

до виникнення «руйнівних» емоцій: гніву, злості, агресії. Вони руйнують і саму дитину (і психіку, і здоров'я загалом), і її взаємини з оточенням. А від досвіду, набутого в період дошкільного дитинства, значною мірою залежить, буде дитина оптимістом чи песимістом, наскільки віритиме у свої сили, а отже, як зуміє здолати звичайні труднощі життя, протистояти перешкодам, спокусам тощо [3].

Розвиток дитини з перших днів життя – це розвиток конкретного хлопчика або дівчинки. Це шлях від перших біологічних, вітальних потреб до духовних інтересів. Залежна від середовища дитина поступово виділяє себе в ньому, усвідомлює свої фізичне та психічне Я, починає усвідомлювати й диференціювати свої відчуття й емоції [6].

Стать – це перша категорія, в якій дитина усвідомлює себе як індивідуальність. На перших кроках це сугубо номінальне значення: дитина знає свою стать, але чому це так, вона пояснити не може. Але треба враховувати, що в різних культурах і в різні часи ці ознаки неоднакові [5].

У динаміці формування статевих ролей і статевої ідентичності в дошкільнят можна виділити три основні періоди.

Період статевих відмінностей (приблизно три роки). Наприкінці третього року життя діти знають свою стать, розрізняють за цією ознакою інших людей, знають про деякі відмінності у вимогах до ігор, стилю поведінки хлопчиків і дівчаток [1]. У цей період відбувається інтенсивне освоєння статевих ролей, яке забезпечується роз'ясненнями дорослих і їхньою реакцією на відповідність або невідповідність поведінки дитини.

Період номінативної статі (3–4 роки). Формуються первинна статеві категоризація та первинне засвоєння статево-рольових уявлень. Ці процеси відбуваються через ідентифікацію фізичної автономії й не мають початково сексуального забарвлення. Діти дізнаються про свої руки, ноги, очі, осягають їх функції й навчаються пов'язувати з ними тілесні відчуття [1]. Так само вони дізнаються й про статеві органи, порівнюють свою тілесну будову з будовою інших людей, включаючи помічені відмінності в систему категоризації статі. У цьому віковому періоді діти ставляться до тілесного низу й пов'язаних із ним функцій як до речей цілком природнім. Видільні функції організму ще не викликають огиди. Вигляд чужих статевих органів може викликати здивування, заздрість, захоплення, навіть страх, але ніколи – відразу [6].

Період статево-рольової ідентифікації (4–6 років). Формується здатність особистості, яка зростає, орієнтуватися в особливостях поведінки та ролей хлопчиків і дівчаток, керуватися у своїх діях моральними нормами, цінувати свою статеву належність, налагоджувати гармонійні взаємини

з оточуючими. З виникненням у дитячій діяльності сюжетно-рольових ігор ці процеси набувають характеру соціосексуальних ігор (ігри «мама – тато», «лікар»), які містять також елементи навчання експресивно-тілесної комунікації. Виражені обмеження або блокування цієї специфічної частини психосексуального розвитку в дитинстві проявляються в дорослому віці сексуальними дисгармоніями та порушеннями [6].

Процес статевого розвитку дитини характеризується загальними закономірностями, що зберігаються протягом усього життя. Моделюючи стратегію статевого розвитку дошкільників, батьки й вихователі мусять знати загальні властивості психічного розвитку дітей та особливості їхніх вікових етапів.

Основними властивостями психічного розвитку вважають такі:

- незворотність як здатність до накопичення змін;
- спрямованість як підпорядкованість єдиній, внутрішньо взаємозв'язаній лінії розвитку;
- закономірність як здатність до відтворення однотипних змін у різних людей [6].

Батькам і вихователям треба пам'ятати, що до 5-6 років активно формується система статевої ідентичності дошкільника. Після цього періоду виховні впливи на окремі сторони системи статевої ідентичності вже набагато менш ефективні. Ось чому так важко буває після цього віку виправляти похибки статево-рольового виховання на попередніх етапах розвитку дитини [1; 2].

Для збереження власного здоров'я діти мають знати свій організм, знати й розуміти його функції, вміти розпізнавати й адекватно реагувати на сигнали власного тіла. Задовольняючи інтерес до свого тіла, дитина може доступно з'ясувати, з яких частин воно складається [3]. Це насамперед зовнішні частини тіла, а також деякі внутрішні органи. Важливо вміти дослухатися до сигналів своїх зовнішніх і внутрішніх органів, дбати про них. Окрім того, виявляється, що всі вони діють як одне ціле, тому кожен орган необхідний для життя. Вивчаючи власне тіло й набуваючи досвіду, дитина звикає відчувати своє тіло і дбати про нього. До критеріїв психічного здоров'я зараховують:

- адекватний віку рівень зрілості пізнавальної, емоційно-чуттєвої та вольової сфер особистості;
- здатність керувати своєю поведінкою;
- здатність вибирати життєві цілі й розумно планувати їх досягнення;
- особистісний і соціальний оптимізм;
- задоволення від діяльності, особистого й суспільного життя, спілкування, здебільшого стабільний позитивний настрій [4].

Психічне здоров'я дитини характеризується її здатністю успішно регулювати свою поведінку й

діяльність відповідно до загальноприйнятих норм і правил, активно розвиватись як особистість. Кожний віковий період має свої норми психічного здоров'я. Варто зазначити, що в дошкільному та молодшому шкільному віці потрібно говорити про норму психічного здоров'я дитини, що активно розвивається як особистість [4].

Важливе значення в прийнятті дитиною своєї статевої, у формуванні статево-рольової поведінки, почуттів мають дитячі уявлення про позитивні еталони, що дають змогу передбачати емоційні наслідки власної поведінки, завчасно переживати задоволення від її схвалення як «хорошої» або ж невдоволення від її оцінки як «поганої». Таке емоційне передбачення відіграє вирішальну роль у формуванні статевої поведінки дошкільника. Дошкільник починає відособлюватися від дорослого, диференціюючи себе як самостійну людську істоту. При цьому поведінка дитини зорієнтована на дорослого (його вчинки і стосунки з людьми) як зразок для наслідування [3].

Вирішальну роль у збереженні психічного здоров'я дошкільників відіграє оцінка, яку авторитетні для дитини люди дають іншим дорослим, дітям, героям казок і розповідей тощо.

Орієнтація поведінки дошкільника на дорослого зумовлює розвиток її довільності, оскільки тепер постійно зіштовхуються як мінімум два бажання: зробити щось безпосередньо («як хочеться») чи діяти відповідно до вимог дорослого («за зразком»). З'являється новий тип поведінки, яку можна назвати особистісною. Поступово розвивається певна ієрархія мотивів, їх супідрядність. Діяльність дитини тепер зумовлюється не окремими спонуканнями, а ієрархічною системою мотивів, у якій основні та стійкі набувають провідної ролі, підпорядковуючи ситуативні пробудження. Пов'язано це з вольовими зусиллями, потрібними для досягнення емоційно привабливої мети. Що старші стають діти, то рідше в їхній поведінці проявляються афективні дії, їм легше впоратися з виконанням необхідних для досягнення мети дій усупереч обставинам [3; 4]. Для зниження частоти проявів афективних дій, емоційної напруженості потрібно практикувати й використання різноманітних форм роботи: розігрування життєвих ситуацій, проведення сюжетно-рольових ігор «Лікарня», «Сім'я», занять, валеохвилинок, розваг тощо. Треба доволі виважено подавати дошкільникам окреслену інформацію: доступно для їхнього віку, яка б допомагала з теоретичної площини трансформувати отримані знання для прийняття власного тіла на користь власного здоров'я та безпеки.

Висновки. Статеве виховання є невід'ємним складником у формуванні здорового способу життя особистості. Його метою є оптимізація комунікативних навичок і соціальної адаптації,

що, у свою чергу, сприяє зниженню межевих нервово-психічних і психосоматичних розладів. Інформацію про питання статі та статево-рольової поведінки треба надавати своєчасно з урахуванням індивідуальних і вікових особливостей дитини. Інформація має бути правдивою, не формувати в дитини хибних знань чи ставлень, особливо якщо це стосується статі та статевих відносин. Варто наголосити, що статево-виховання в період дошкільного дитинства насамперед передбачає навчання дитини особистої гігієни, адекватної поведінки, ознайомлення з особистісними кордонами. Тому психологічною метою й завданнями статевого виховання є допомога підростаючому поколінню у формуванні психічного здоров'я як необхідного аспекту здоров'я загалом. Статево-виховання орієнтовано на досягнення психічного здоров'я у вигляді комплексу фізичних, емоційних, інтелектуальних і соціальних аспектів статевої поведінки людини, які збагачують її особистість, підвищують здатність до любові та зменшують розповсюдженість статевопатологічних порушень. Отже, впровадження сексуального виховання в нашій країні – це вагомий внесок

у виховання покоління з високими цінностями й повагою до себе та інших.

Література:

1. Исаев Д.Н., Каган В.Е. Половое воспитание детей: Медико-психологические аспекты. 2-е изд., перераб. и доп. Ленинград : Медицина, 1988. 360 с.
2. Калуга В.Ф. Приречена сексуальністю. Проблема ідентичності людини з огляду на її сексуальну природу. Ніжин : Видавець ПП Лисенко М.М., 2011. 488 с.
3. Лохвіцька Л.В. Програма з основ здоров'я та безпеки життєдіяльності дітей дошкільного віку «Про себе треба знати, про себе треба дбати». Тернопіль : Мандрівець, 2014. 120 с.
4. Психологічне здоров'я дошкільників / уклад. Т.І. Прищепи. Харків : Вид. група «Основа», 2010. 239 с.
5. Родомицька Н., Романюк О., Сова Л. Гендерне виховання в ДНЗ. Київ : «Вид. група «Шкільний світ», 2018. 144 с.
6. Ткалич М.Г. Гендерна психологія : навчальний посібник. Київ : Академвидав, 2001. 248 с.

Los O. M. The role of sexual education in preschool mental health care

The article is devoted to the problem of sexual education in preschool childhood, the author describes the psychological aspects of sexual development of a person in preschool age, discusses in detail the periods of formation of sexual identity, criteria of mental health, the importance of sexual education in the harmonious development of the personality of the child.

The development of new, more meaningful activities in the preschool childhood promotes the development of deeper and more stable emotions, connected not only with loved ones, but also with distant goals, not only with those objects that the child perceives, but also with those that he imagines. Activity generates, first and foremost, positive emotions, its purpose, the meaning it acquires for the child, and the very process of its fulfillment. Social emotions (likes, dislikes, preferences, etc.) are intensively developing. Intellectual emotions arise. In the process of communicating a child with adults, its moral feelings are formed. Manifestations of self-esteem are varied: both self-esteem and a sense of shame and unease develop. During the preschool childhood, the deepest layers of the psyche are laid and formed, which affect the further development of the individual.

Gender differentiation is most intimately woven into the canvas of this period. Children need to know their bodies to maintain their health. At preschool age, they are interested in their own bodies. Interest in one's own body is evident from birth. With age, the child freely distinguishes and correctly names the organs and parts of his body: eyes, tongue, lips, teeth, ears, hair; head, neck; torso - back, abdomen; hands and feet with fingers.

Interested in acting on their own experience. Even before the age of three, the child makes a "discovery" – shows where her eyes, ears, mouth, nose, tongue, teeth. He calls his actions: "I see", "I hear", "I said", etc. Parents and caregivers should remember that satisfying a child's interest in their own body is a major need. It is known that the unmet needs of the child cause suffering, and frequent suffering leads to the emergence of "destructive" emotions of anger, anger, aggression. They destroy the child itself (and the psyche, health in general), and its relationship with the environment. And from the experience gained during the preschool years, the child depends to a great extent on the optimist or pessimist, how much he or she will believe in his/her powers, and therefore how he / she will be able to overcome ordinary difficulties of life, resist obstacles, temptations, etc.

Key words: *preschool child, emotional-volitional sphere, sexual development, age-related periodization of mental development, mental health criteria.*