**Трофаїла Н.Д.**

*аспірант кафедри теорії та методик дошкільної освіти*

*Уманського державного педагогічного університету*

 *імені Павла Тичини*

*м. Умань, Україна*

**РОЛЬ ПОЗИТИВНИХ ТА НЕГАТИВНИХ ЕМОЦІЙ У ЖИТТІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

Ми живемо у складному, швидкоплинному світі, насиченому різними загрозами. Вони актуалізують необхідність своєчасного прищеплення дітям п’яти – семи років елементарних умінь обирати оптимальний варіант поведінки у нових, незвичних умовах, незвичних ситуаціях тощо. У дітей важливо сформувати специфічні вміння, пов’язані не стільки з конкретними видами діяльності, скільки з орієнтацією у загальних закономірностях людської поведінки у небезпечних умовах. Ідеться не лише про фізичні, а й про психологічні, соціальні ризики [3].

Спостерігаючи за останніми реформами у сфері освіти, можна сказати, що суспільство починає усвідомлювати необхідність серйозного ставлення до розвитку емоційної сфери дошкільника, потребу дбати про неї не менше, а, можливо, й більше ніж про інтелектуальну. Але ж сама по собі емоційна сфера не складається − її необхідно формувати. Адже система дошкільної освіти тривалий час була спря­мована загалом на формування теоретичних знань, що дещо ігнорувало емоційний розвиток дитини. Діти стали менше спілкуватися з дорослими і однолітками, а більше замикаються на телевізорах і комп'ютерах, хоча саме спілкування в значній мірі збагачує чуттєву сферу. Відомо, сучасні діти менш чуйні до почуттів інших, присутній і агресивність в їх поведінці.

Емоції відіграють дуже важливу роль у житті кожної [дитини](http://mamovediya.com.ua/868_ditina.html), оскільки допомагають їй сприймати дійсність і реагувати на все, що відбувається. Емоції [дитини](http://mamovediya.com.ua/868_ditina.html) дуже легко побачити і зрозуміти, по виразу обличчя дошкільника, по жестах і міміках, а також з поведінки дитини в певних життєвих ситуаціях.

На сьогоднішній день, вчені не дійшли однієї думки, щодо тлумачення терміну «емоції». Але однозначно емоції – це те, що ми переживаємо (в певній ситуації, дії, події), це наш внутрішній й досить яскравий, складний світ.

Останнім часом нам доводиться спостерігати, як важко дітям дошкільного віку впоратись з емоціями, зі своїми емоційними сплесками, некерованістю. Від таких емоцій страждають не лише діти, але й близькі люди, друзі, однолітки, які її оточують.

До основних характеристик емоцій відноситься те, що вони відображають стан, процес і результат задоволення потреби. Крім того, емоції дитини дозволяють судити про те, які потреби і інтереси є для неї пріоритетними. Біологічно і соціально обумовлена потреба завжди супроводжується емоціями, які сигналізують про задоволеність або про незадоволення цієї потреби дошкільником [2].

P. Лазарус, розглядаючи емоцію як відповідь організму на загрозу, виділив три типи категорій емоційної відповіді: когнітивний, експресивний і інструментальний. Когнітивні відповіді, (емоції) в основному синонімічні захисних механізмів, таким, як придушення і проекція. Експресивні відповіді розглядаються в основному як мімічні вирази обличчя; а інструментальні включають символи або звичаї [4].

У дослідженнях П. Симонова емоція повʼязана з кількістю одержаної інформації, та є результатом когнітивної оцінки ситуації. Згідно з його уявленням, емоційна сфера виконує особливу роль в орієнтуванні дитини в ситуації. П. Симонов охарактеризував емоцію як відображення мозком актуальною потреби та ймовірності її задоволення, яку мозок оцінює на основі генетичного і індивідуального досвіду [5].

Поширена думка, що для емоцій характерна полярність: емоції, протилежні одна одній за якістю переживань, утворюють пари: радість і печаль, гнів і страх, насолода і огида.

Емоції мають досить стійкий зв'язок з мотиваційною сферою особистості. Мотивація, будучи усвідомленими або неусвідомлюваним фактором, спонукає індивіда до вчинення дій та визначає їх спрямованість і цілі.

Вивчаючи взаємозв'язок емоцій з вегетативною нервовою системою, Е. Гельгорн і Дж. Луфборроу висунули положення про динамічну рівновагу парасимпатичного відділу вегетативної нервової системи, пов'язаного з «позитивними» емоціями, і симпатичного відділу вегетативної нервової системи, пов'язаного з «негативними» емоціями.

На думку Б. Додонова «негативні» емоції, відіграють більш важливу біологічну роль в порівнянні з «позитивними» емоціями. Негативна «емоція» − це сигнал тривоги, небезпеки для організму. Не випадково механізм негативних емоцій функціонує у дитини з перших днів появи її на світ, а позитивні емоції проявляються значно пізніше.

Як стверджує Б. Додонова емоційний сигнал тривоги повинен подаватися до тих пір, поки небезпека не зникла. Такі «негативні» емоції як страх, гнів, лють підвищують інтенсивність обмінних процесів, призводять до кращого харчування мозку, посилюють опірність організму перевантажень, інфекцій.

У той же час є твердження науковців, що рівень розвитку інтелекту у дошкільників нижчий з переважанням «негативних» емоцій і, ніж у дошкільників з переважанням «позитивних» емоцій.

Як вважає П. Симонов, «негативні» емоції, як правило, забезпечують збереження того, що вже досягнуто еволюцією або індивідуальним розвитком дитини [6, с. 63].

Якщо «негативні» емоції, зʼявляються раніше, то «позитивні» емоції з'являються значно пізніше. «Позитивні» емоції − це сигнал повернутого благополуччя. З іншого боку «позитивні» емоції спонукають до діяльності, змушують шукати нові, ще не задоволені потреби, без яких неможлива насолода і які можуть бути обумовлені, в тому числі звичайними, егоїстичними, соціально неприйнятними потребами.

У той же час, без «позитивних» емоцій у дітей дошкільного віку, також важко уявити ті форми діяльності, що не продиктовані безпосереднім утилітарним ефектом: гру, художня творчість і сприйняття творів мистецтва, теоретичне пізнання.

З точки зору П. Симонова, нервові механізми позитивних емоційних реакцій складніші і тонкі, ніж негативні. Він вважає, що «позитивні» емоції мають самостійне пристосувальне значення, «позитивні» емоції спонукають живі системи активно порушувати досягнуте «урівноваження» з навколишнім середовищем: «Найважливіша роль позитивних емоцій - активне порушення спокою, комфорту, знаменитого «врівноважування організму з зовнішнім середовищем » [6, с. 52].

Б. Додонов стверджував, що «для організму важливо не збереження одноманітно позитивних емоційних станів, а постійний їх динамізм в рамках певної, оптимальної для даного індивіда інтенсивності» [1, с. 82].

Тому важливіше виявити не так роль «негативних» і «позитивних» емоцій у розвитку і регуляції діяльності і поведінки окремо, а роль їх взаємовідносин в емоційній сфері дитини дошкільного віку.

Сьогодні вчені багато сперечаються про те, наскільки шкідливі негативні емоційні прояви для здоров'я дошкільників. Існує думка про те, що в розумних кількостях стрес навіть корисний, оскільки допомагає організму триматися в тонусі, щоб не розкисати і підштовхує до дії. Однак важливо розуміти, при сучасному ритмі життя повністю уникати стресів неможливо, потрібно намагатися не накопичувати негативні емоції в собі.

Емоції є не тільки сполучною ланкою між потребою і її задоволенням, але певним чином включаються в мотиваційну сферу індивіда. На відміну від мотивації, задоволення потреби, навпаки, завжди пов'язане з позитивними емоціями. Позитивна емоція закріплюється в пам'яті у вигляді «уявлень» про майбутнє. Відповідно, кожен раз при виникненні відповідної мотивації виникає вже склалося «уявлення».

Таким чином, аналіз психологічних досліджень показав, що емоції відіграють істотну роль у формуванні особистості. Емоції беруть свій початок у відчуттях, і, пронизуючи всю психічну життя людини, синтезують і інтегрують інформацію в пам'яті, фарбують психічні процеси, супроводжують багато видів діяльності. Емоції сприяють концентрації всіх резервів організму, необхідних для якнайшвидшого досягнення мети або отримання результату.

Література

1. Вербицкий A. A. Проблема трансформации мотивов в контекстном обучении / A. A. Вербицкий, H. A. Бакмаева // Вопросы психологии. − 1997. — №4. − С. 48−56.
2. Додонов Б. И. Типы общей эмоциональной направленности и тенденции структурирования эмоциональной сферы / Б. И. Додонов // Вопросы психологии. − 1972. − № 1. − С. 56−62.
3. Кононко О. Соціально-психологічна безпека дошкільника: суть та умови / О. Кононко // Вихователь-методист дошкільного закладу. Київ − 2011. − №12 − С. 18
4. Лазарус P. C. Теория стресса и психофизиологические исследования / P. C. Лазарус // Эмоциональный стресс. − Л., 1970.
5. Психологическое обеспечение профессиональной деятельности / под ред. Г. С. Никифорова. − СПб., 1991. − 151 с.
6. Симонов П. В. Мозговые механизмы эмоций / П. В. Симонов // Журнал высшей нервной деятельности. − 1997. − Т. 47. − Вып. 2. − С. 78−88 с.