
МЕТОДОЛОГІЯ І ТЕОРІЯ ПЕДАГОГІКИ

УДК 37.015.32
DOI 10.31654/2663-4902-2024-PP-1-8-19

Кононко О. Л.

докторка психологічних наук, професорка,
завідувачка кафедри дошкільної освіти
Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя
kononko11@ukr.net
orcid.org/0000-0003-2815-6261

Аніщук А. М.

кандидатка педагогічних наук, доцентка
Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя
anishchuk1965@gmail.com
orcid.org/0000-0002-0292-689X

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ОСОБИСТІСНОГО ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ ДОШКІЛЬНИКА

У статті розкрито зміст феномену «особистісного здоров'я», під яким розуміється зріла особистість, яка характеризується комфортним станом відносин з собою та світом, сприятливим для її успішного самовизначення, самореалізації, саморозвитку та самозбереження. Повноцінне особистісне здоров'я засвідчується балансом індивідуальних потреб та соціальної спрямованості дошкільника та дозволяє дитині стати самодостатньою, набутти внутрішнього погляду та усвідомити життєві орієнтири. Схарактеризовано концепцію розвитку психологічно здорової особистості у дошкільному дитинстві. Розкрито важливий аспект особистісної зрілості дитини – розвиток ціннісного ставлення до самої себе. Ціннісно ставитися до себе, означає усвідомлювати свою значущість для рідних, поважати себе, відстоювати власну гідність. Виділено особливості самовизначення у дошкільному дитинстві: уміння дитини самовизначатися, приймати власні рішення, здійснювати самостійні вибори великою мірою визначаються її здатністю орієнтуватися, аналізувати, порівнювати, узагальнювати. Розроблено критерії та показники, за якими визначено рівні сформованості психологічно здорової особистості дошкільника. Критеріями оцінки виступив комплекс з чотирьох основних життєво необхідних зростаючій особистості умінь: добре орієнтуватися та доцільно самовизначатися; здатності повноцінно реалізовувати свій потенціал; схильності до саморозвитку, праці над собою, самовдосконалення та вироблення базових якостей особистості; турбота про самозбереження, захисту поведінку, відстоювання особистої території. Описано авторську типологію особистісного здоров'я дошкільника, до складу якої увійшли чотири основні типи: конструктивно-гармонійний, конструктивно-фрагментарний, деструктивно-агресивний, конформно-інфантильний. Визначено основні психолого-педагогічні умови оптимізації освітнього процесу ЗДО, спрямованого на забезпечення особистісного здоров'я дошкільників, до яких

віднесено: поглиблення та розширення уявлень дітей про основні життєві тенденції (самовизначення, самореалізація, саморозвиток, самозахист); сприяння розвитку довіри до себе, до своїх можливостей; підтримка балансу проявів внутрішнього і зовнішнього життя дитини; з допомогою педагогічної оцінки піднести особистісне здоров'я до найвищих людських цінностей.

Ключові слова: особистісне здоров'я дошкільника, психологічне здоров'я, самовизначення, самореалізація, саморозвиток, самозахист особистості, психолого-педагогічні умови оптимізації освітнього процесу.

Постановка проблеми. Оперуючи поняттям «особистісне здоров'я», маємо на увазі психологічні аспекти розвитку дитини. Зазвичай, увага педагогів прикута радше до фізичного (тілесного) та психічного (відсутності психічних розладів) здоров'я. Питання особистісного здоров'я, пов'язане із захистом та розвитком особистості дошкільника, знаходиться на узбіччі педагогічних проблем. Навіть за умови запровадження у педагогічну практику особистісно орієнтованої парадигми. Поняття *особистісне здоров'я* залишається мало уживаним, недостатньо чітким для розуміння. Більшість фахівців, характеризуючи особистість, мають на увазі стан її здоров'я, а не особливості її розвитку! Це – серйозна помилка у дослідженні складного феномену.

Розмитість уявлень про цю комплексну характеристику дошкільника є наслідком переважання в педагогічній практиці орієнтації на засвоєння дітьми знань та умінь, необхідних для підготовки до школи. Усвідомлюючи важливість даного аспекту освітньої діяльності, зауважимо: *вона не гарантує готовності дитини до життя!* Складного, швидкоплинного, з неочікуваними поворотами, подекуди небезпечними для життя подіями. Дошкільник може добре рахувати, легко розв'язувати математичні задачі, читати, писати, володіти азами іноземної мови, віртуозно вправлятися з гаджетами та іншими технічними засобами й водночас залишатись закритим для спілкування, конфліктним, недостатньо сприйнятливим та чутливим, губитися у складних ситуаціях, поводитися неадекватно, бути не здатним відстояти власну гідність або впоратися із страхами, підтримати себе у стресових ситуаціях, прийняти самостійне рішення та відповісти за його наслідки.

Якщо фундамент цих необхідних для успішного життя та повноцінної реалізації умінь не закладений в дошкільному дитинстві, важко розраховувати, що зростаюча особистість почуватиметься захищеною, реалізованою, задоволеною буттям. Відкладання на потім питання захисту, підтримки та розвитку особистісного здоров'я дошкільника загрожує серйозними проблемами. У найближчому чи віддаленому майбутньому. Отже, кожний день зволікань з часом озветься болем.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Процес становлення і розвитку особистості – складний і тривалий, вимагає чимало зусиль як від дошкільника як суб'єкта життєдіяльності, так і від усіх відповідальних за його зростання дорослих. Дитина не є особистістю від народження. Вона стає нею завдяки докладанню власних зусиль та процесам виховання і навчання. Традиційно науковці розглядають основні процеси становлення суб'єкта – *персоналізацію та індивідуалізацію* через прагнення *бути особистістю*. У той же час уведено в психологію поняття *самоактуалізації, персоніфікації* (К. Юнг, А. Маслоу, К. Роджерс) фіксують увагу на прагненні суб'єкта життєдіяльності *бути самим собою в процесі створення продуктивної життєдіяльності*.

Т. Алексєєнко, визначаючи зміст поняття «самоактуалізація», класифікує його як властивість особистості, яка виявляється в її прагненні до якнайповнішої самореалізації і самовдосконалення, самості, бажання бути тим, ким вона може бути. Людина, що прагне актуалізувати свій потенціал, адекватно сприймає реальність, приймає себе, поводитьсь природно, не намагається справити на когось враження, незалежна у поведінці та діяльності, відстоює своє право на усамітнення й недоторканність

внутрішнього життя, відкрита до нового, здатна до сильних переживань та глибоких взаємин. Самоактуалізація передбачає проходження певних стадій розвитку, оскільки в міру дорослішання у людини спостерігається тенденція до вибіркового самоствердження у значущих для неї галузях життєдіяльності [1].

Становлення і розвиток особистості передбачає засвоєння цінностей культури і формування на їх основі стійкої індивідуальної системи гуманістичних ціннісних орієнтацій, які детермінують поведінку і діяльність. Суспільні норми, вимоги, ідеали, цінності сприймаються і привласнюються особистістю індивідуально і вибірково. Щоб цінності були прийняті особистістю, недостатньо того, щоб дитина усвідомлювала їх необхідність. Цінність набуває спонукальної сили лише тоді, коли стає об'єктом потреби особистості, тобто за умови спрацювання механізму інтериоризації *Інтериоризація* – процес переведення культурних цінностей у внутрішній світ особистості. Коли цінність перетворилася на момент внутрішнього існування, вихованець може чітко сформулювати цілі власної діяльності, знайти ефективні засоби їх реалізації, здійснити своєчасний контроль, оцінку і коректування своїх дій.

Досліджуючи проблему розвитку особистості, під *персоніфікацією та персоналізацією* фахівці розуміють, з одного боку, процеси розвитку особистості, з іншого – різні форми її становлення. Особистість кваліфікується фахівцями як *системна якість* індивіда, яка певним чином співвідноситься з соціумом. Акцентується увага на *особистісному аспекті буття індивіда* (уявлення про особистість в її індивідуальних характеристиках, відмінностях) та *його зв'язках з соціумом* (спосіб розуміння особистості через її представленість в життєдіяльності інших людей).

Важливим аспектом особистісної зрілості є розвиток у дитини ціннісного ставлення до самої себе. Як зазначає О. Рейпольська, ціннісно ставитися до себе, означає усвідомлювати свою значущість для рідних, поважати себе, відстоювати власну гідність. Досліджуючи вказаний феномен та особливості його становлення і формування у дошкільному дитинстві, вказаний автор констатує, що дитина сприймає ціннісне самоставлення як сукупність уявлень, переживань і конструктивних чи деструктивних самоцінувань особистості у формі власних рефлексивних якостей, які, узагальнюючись у ціннісне-Я, зумовлюють стиль її поведінки, діяльності та спілкування [9].

Проблема самореалізації особистості пов'язана з її умінням самовизначатися, приймати продуктивні рішення. Особливості самовизначення у дошкільному дитинстві вивчала М. Монтессорі, яка робила наголос на вихованні у дітей вміння правильно орієнтуватися у довкіллі, виділяти головне і другорядне, безпечне і небезпечне, знайоме і незнайоме. Фахівець підкреслювала, що уміння дитини самовизначатися, приймати власні рішення, здійснювати самостійні вибори великою мірою визначаються її здатністю орієнтуватися, аналізувати, порівнювати, узагальнювати. Навчити цьому дітей дошкільного віку, на думку вказаного автора, означає сприяти зростанню їхньої особистісної зрілості, здатності поводитися впевнено і самостійно [5].

Одним з важливих аспектів дослідження проблеми розвитку особистості дошкільника є питання її *самореалізації*. Як зазначають С. Безкоровайна, В.Татенко, Т.Титаренко, чіткого визначення даного терміну, однозначного тлумачення у вітчизняній літературі практично не існує, хоча вказаним поняттям оперує чимало психологів та педагогів. До самореалізації вказані автори підходять як до невід'ємного атрибуту процесу саморозвитку особистості. Вітчизняні фахівці кваліфікують *самореалізацію* як цілісне явище, що проявляється в усіх основних сферах життєдіяльності.

Під *самореалізацією* С. Безкоровайна розуміє процес здійснення можливостей розвитку «Я» завдяки власним зусиллям, співдіяльності та співтворчості з іншими людьми; розкриттю особистісного потенціалу. Критеріями самореалізації особистості вона визначає *продуктивність* (об'єктивну) і *задоволеність* (суб'єктивну) своїм життям. До психологічних механізмів повноцінної самореалізації особистості вказаний

автор відносить інтеріоризацію, рефлексію, ідентифікацію, екстеріоризацію. Вони важливі для формування уміння особистості самостверджуватися [3].

Базуючись на існуючому доробку провідних психологів та педагогів, у дослідженні кваліфікуємо процес особистісного зростання дошкільника як єдність адекватного Я-образу, ціннісного самоставлення, здатності до саморегуляції та повноцінної реалізації та вдосконалення свого потенціалу. Ми виходимо з розуміння, що становлення і розвиток особистості реалізується за двома векторами:

- *внутрішнім* (розширення та поглиблення самосвідомості);
- *зовнішнім* (самовизначення, самореалізація, саморозвиток, самозбереження, самовдосконалення).

Під *самореалізацією* розуміємо об'єктивацію дитиною дошкільного віку свого внутрішнього світу назовні; задіяння своїх можливостей завдяки власним зусиллям та співтворчості з іншими; втілення у діяльності свого особистісного потенціалу, здібностей, планів, намірів.

За даними досліджень О. Кононко, *особистісне здоров'я* – це стан, який забезпечує дитині *відчуття благополуччя, уможлиблює стійкий розвиток; сприяє успішному особистісному зростанню; уможлиблює самовизначення, самореалізацію, саморозвиток та самовдосконалення*. Особистісне здоров'я дошкільника засвідчується найповнішим виявом і розвитком його особистісних можливостей – самосвідомості, системи цінностей, пізнавальних інтересів, адекватності та стабільності емоцій, саморегуляції поведінки, базових якостей як основи характеру. Повноцінне особистісне здоров'я засвідчується балансом індивідуальних потреб та соціальної спрямованості дошкільника. Особистісне здоров'я дозволяє дитині стати самодостатньою, набути внутрішнього погляду та усвідомити життєві орієнтири. По суті, йдеться про важливість закладання в дошкільному дитинстві основ САМОСТІ, яка символізує повноту реалізації особистісного потенціалу [6].

Поняття особистісне здоров'я близьке, хоча й не тотожне, поняттю *«психологічне здоров'я»*. Під ним вітчизняні психологи розуміють стан душевного комфорту особистості, впевненості у своєму майбутньому, відчуття захищеності свого «Я». Експерти Всесвітньої організації охорони здоров'я визначили такі основні критерії психологічного здоров'я особистості: ставлення до самої себе, ставлення до інших людей, адекватність сприйняття себе, здатність до концентрації уваги, критичність мислення, емоційна стійкість, стримування негативних емоцій, упевненість у собі, самоповага, незалежність, оптимізм, адекватна самооцінка .

До показників психічного здоров'я дитини віднесено:

- *в емоційній сфері*: позитивний емоційний стан, утримання від негативних емоцій, емоційна стабільність та адекватність реакцій;
- *в інтелектуальній сфері*: здатність концентрувати увагу, утримувати інформацію в пам'яті, логічно мислити, виявляти творчі здібності, високу пізнавальну активність (допитливість);
- *в ціннісно-мотиваційній сфері*: адекватні домагання, адекватна самооцінка, особистісна автономність, самоповага, самоконтроль та саморегуляція поведінки та діяльності; цілеспрямованість, позитивна мотивація життєдіяльності; адекватне сприйняття себе та навколишнього світу.

Досліджуючи феномен психологічного здоров'я особистості, І. Власенко та О. Рева зафіксували знижений рівень самоповаги, саморозуміння та аутосимпатії у третини опитаних; виявили недостатній рівень очікуваного ставлення до них інших людей; констатували низьку здатність молоді керувати власними емоціями, мотивувати себе; встановлено існування труднощів у розпізнаванні емоцій інших. Авторами виявлено прояви дезадаптивності, неприйняття себе, емоційного дискомфорту, схильність до зовнішнього контролю; низьку здатність частини респондентів визначити життєві цілі, отримувати від життя задоволення, осмислювати його [4]. Якщо такі проблемні зони у психологічному здоров'ї виявлено дослідниками у студентської

молоді, то їх витоки слід шукати в ранньому онтогенезі, на етапі дошкільного дитинства, коли процес формування особистості лише започатковується.

Створюючи концепцію дослідження, ми ґрунтувалися на принципі суб'єктності, розробленим В. Татенком. Згідно його концепції, бути суб'єктом життєдіяльності означає: виступати ініціатором, автором і творчим виконавцем активних дій; впливати на самого себе, а не очікувати заохочення ззовні; самостійно здійснювати вибори та приймати власні рішення; перетворювати дійсність, а не лише пристосовуватися до неї; долати зовнішні та внутрішні перешкоди; протистояти тому, що шкодить досягненню значущих цілей; залишатися собою, змінювати себе за власним бажанням; керуватися почуттям міри та доцільності [10].

До важливих механізмів становлення особистісного здоров'я особистості фахівці відносять *рефлексію*. У дослідженні І. Беґа проаналізовано основні функції рефлексії: породжувальна, акмецентрована, самоутверджувальна, самозахисна, функція самоцінності, консолідуюча, функція душевного умиротворення. Автор пропонує розглядати «Я» крізь призму ставлення особистості до самої себе. І. Беґ вважає, що рефлексивний процес виступає механізмом формування духовних складових «Я». Фахівець наголошує на важливості виховання у дитини умінь фіксувати та аналізувати власні думки та емоції, поведінку та самопочуття, характер та особистісні риси, цінності та внутрішні спонуки. Адже коректувати свою поведінку слід відповідно зроблених в ході самоаналізу висновків [2].

Н. Пеньковська досліджувала особливості розвитку і прояву рефлексії у молодшому дошкільному віці. Вона підкреслює складність феномену, його багатозначність, різні визначення і трактовки цієї категорії: смисловий центр усієї людської реальності, механізм самопізнання і саморегуляції; принцип існування індивідуальної свідомості; необхідна умова становлення зрілої особистості; здатність особистості усвідомлювати свої особливості; розуміння того, як вони сприймаються іншими людьми; спроможність будувати на цьому підґрунті свою поведінку; рівень ієрархічно організованого мислення; механізм саморозвитку особистості; детермінанта творчого процесу; особливий стан свідомості. Основними критеріями визначення рівня розвитку у досліджуваних рефлексії виступили: здатність до самоаналізу, вміння самовизначатися; спроможність регулювати власну поведінку. Н. Пеньковська констатує: необхідною умовою розвитку рефлексії виступила здатність брати до уваги інших, узгоджувати власну моральну активність з їхніми очікуваннями [8].

У ході дослідження інтерес становило дослідження В. Олексюк, яка вивчала особливості усвідомлення дітьми 6-9 років власного життєвого шляху. Це обумовлене тим, що важливим джерелом особистісного зростання дитини є, на думку автора, внутрішня суперечливість між об'єктивним розгортанням життєдіяльності та його відображенням у суб'єктивній картині життєвого шляху. Життя постає як цілісність у вигляді образів минулого, теперішнього та майбутнього. Образ дорослості виступає тією ідеальною формою, крізь яку воно сприймається. Автор підкреслює: саме дорослий виступає посередником між ідеальною та реальною формами життя. У дослідженні виділено психолого-педагогічні умови формування у молодших дошкільників образу власного життєвого шляху. До них віднесено: розвиток рефлексії, формування елементарної життєвої перспективи, стимулювання внутрішнього плану дій, збагачення у дітей та дорослих загальної культури життєвого самовизначення [7].

Розвиток рефлексії, культури життєвого самовизначення, повноцінної самореалізації, саморозвитку та самозахисту – важливі аспекти проблеми формування особистісного здоров'я дитини старшого дошкільного віку.

Мета статті: визначити зміст категорії «особистісне здоров'я дошкільника»; розробити критерії, показники та компоненти, за якими визначається міра його сформованості; створити авторську типологію досліджуваного явища; обґрунтувати психолого-педагогічні умови оптимізації освітнього процесу у ЗДО.

Виклад основних матеріалів. Дослідження спрямовувалося на з'ясування особливостей прояву дітьми старшого дошкільного віку особистісного здоров'я. Ми виходили з розуміння, що особистісне здоров'я засвідчується мірою сформованості у дошкільника таких життєво необхідних умінь, як *самовизначення, самореалізація, саморозвиток та самозбереження*. Саме вони слугували критеріями оцінки міри сформованості у дошкільників особистісного здоров'я як інтегральної категорії.

У таблиці 1 подано виділені нами критерії і показники розвитку у дітей 5–7 років досліджуваного явища.

Таблиця 1

Критерії і показники оцінки міри сформованості у досліджуваних 5–7 років особистісного здоров'я

| Критерії | Показники |
|--|---|
| <i>Уміння самовизначатися</i> | Розрізняє реальне та уявне; виділяє головне – другорядне, безпечне-небезпечне, знайоме – незнайоме; аналізує ситуацію, вимоги, обставини; приймає доцільне рішення, витрачає на нього мінімальний час; адекватно реагує на події, ситуації, вчинки людей. |
| <i>Здатність самореалізуватися</i> | Знає свої чесноти і вади; цінує себе; усвідомлює свою значущість для рідних; охоче презентує свої можливості; прагне досягти успіху, докладає для цього зусиль; намагається самоствердитися; завершує розпочате; орієнтується на високі стандарти якості; визнає і виправляє свої помилки. |
| <i>Схильність до саморозвитку</i> | Поводиться самостійно, наполегливо, цілеспрямовано; довіряє своїм можливостям, оцінці, досвіду; виявляє високу пізнавальну активність; прагне відійти від шаблону, зразка, виявляє креативність; не боїться помилитися, вносить необхідні корективи; прагне вдосконалитися, покращити свої знання і вміння; відповідає за прийняті рішення та здійснені вибори. |
| <i>Спроможність до самозбереження</i> | У складній ситуації підтримує себе, відновлює емоційний стан; регулює свою поведінку, відмовляється від непродуктивних дій; не дозволяє іншим себе ображати, відстоює власну гідність та особисту територію; чинить опір руйнівним впливам та незаслуженим оцінкам; надає перевагу комусь-чомусь, коректно відмовляє у прихильності. |

Комплекс перерахованих умінь складає свого роду *авторську модель* ідеального стану особистісного благополуччя дитини. Але як і будь-яка ідея, що тяжіє до ідеалу, вона слугує радше орієнтиром, дороговказом, ніж настановою чи нормативною схемою. До слова: *норма* – це не середньостатистичне для певного віку,

а те найкраще, що можливе для конкретної дитини за відповідних умов життєдіяльності. *Норма* – категорія суб'єктивна, культурологічна. Отже, в ідеалі програма розвитку, виховання і навчання дошкільника має бути *індивідуальною*.

Спостерігаючи за поведінкою досліджуваних в реальних умовах життя, моделюючи ситуації морального вибору та організовуючи індивідуальні бесіди з дошкільниками, ми отримали різні варіанти поєднання умінь самовизначатися, реалізовувати свої здібності, самовдосконалюватися та підтримувати й захищати себе. В одних вони були збалансованими, в інших – лише частково або перебували у дисбалансі. Модальність, сила, стабільність прояву теж суттєво коливались.

Аналізуючи отримані у дослідженні емпіричні дані та спираючись на виділені вище критерії оцінки особистісного здоров'я, ми створили авторську типологію досліджуваного явища, яка включала у себе чотири основних типів особистісного здоров'я дітей старшого дошкільного віку: *конструктивно-гармонійний*, *конструктивно-фрагментарний*, *деструктивно-агресивний*, *конформно-інфантильний*. Якісно-кількісна характеристика проявів свідомості та поведінки представників кожного типу представлено у таблиці 2.

Таблиця 2

**Якісно-кількісна характеристика типів розвитку у досліджуваних
5–7 років особистісного здоров'я**

| Типи | Прояви свідомості і поведінки | Кількісний склад (у %) |
|---|--|------------------------|
| 1 | 2 | 3 |
| <i>Конструктивно-гармонійний</i> | Гармонійно поєднані уміння самовизначатися, реалізовувати свої можливості, вдосконалюватися та захищати себе. Настрій оптимістичний, дії продуктивні, спілкування з оточуючими зацікавлене, інтереси вельми широкі. Не боїться помилитися, проявляє творчість, ініціює оригінальні ідеї. Прагне успіху, діє самостійно, впевнена у собі, довіряє своєму досвіду, доводить розпочате до кінця, адекватно оцінює результати своєї діяльності. Виявляє інтерес до свого внутрішнього світу, активна у проявах соціальної поведінки, розвинені почуття совісті та гідності. Задоволена життям, має особисті плани, формулює власні цілі. | 22 |
| <i>Конструктивно-фрагментарний</i> | Самовизначення та прагнення реалізувати здібності розвинені добре. Вміння самовдосконалюватися та відстоювати власну гідність сформовані значно гірше. Емоційний стан недостатньо стійкий, радість від взаємин легко змінюється незадоволеннями, спілкується вибірково, прагне командувати. На початку діяльності самостійна, впевнена, наполеглива. Під час зіткнення з труднощами уповільнює дії, звертається за допомогою. Самооцінка нестійка, коливається залежно від | 36 |

| | | |
|--|---|--|
| | ситуації, настрою зацікавленості. Орієнтується у поведінці на моральні норми і правила. Оцінка дорослого важливіша за власну. Може поступитися власними інтересами перед авторитетною особою. | |
|--|---|--|

Продовження таблиці 2

| 1 | 2 | 3 |
|--------------------------------|--|-----------|
| Деструктивно-агресивний | Демонстративно самовизначається, використовує асоціальні способи впливу. Реалізовує свої здібності не завдяки, а всупереч обставинам, прагне привернути до себе увагу. Діє здебільшого самостійно, стикаючись з перешкодами, хитрує, спрощує або підмінює мету, намагається довести свою здатність досягати успіху. Жорстко відстоює свої права, особисту територію, оцінні судження. Самооцінка неадекватна, завищена, погано орієнтує в житті. Ігнорує моральні правила і норми, вигадує свої суб'єктивні правила, домагається від інших їх виконання. Використовує інших у своїх цілях. Часто конфліктує з дорослими та однолітками, легко змінює товаришів. | 24 |
| Конформно-інфантильний | Уміння самовизначатися, реалізовувати свої можливості, самовдосконалюватися та захищати й підтримувати себе у складних ситуаціях характеризуються незрілими формами. Невпевнена у собі, рідко досягає успіху, складно встановлює контакти. Залежна, боїться приймати самостійні рішення, легко підкоряється сильнішому за себе; вчиняє так, як вимагає від неї авторитетна людина. Песимістична, емоційно напружена, діє повільно, нерішуче. Говорить тихо, не ризикує, багато чого боїться. Не пристосована до життя. Відсутні особисті плани. Не стільки прагне досягти успіху, скільки уникнути неуспіху. Самооцінка неадекватна, занижена, домагання низькі. | 18 |

Таким чином з'ясувалося, що лише у трохи більшої, ніж п'ята частина (22 %) досліджуваних 5–7 років зафіксовано конструктивно-гармонійний тип особистісного здоров'я – бажаний і доступний для цього віку. Виявилось, що 36 % дітей, тобто понад третини від усієї групи, характеризувалися конструктивно – фрагментарним типом особистісного здоров'я. Інші 42 % дітей старшого дошкільного віку вирізнялися від своїх однолітків конформною (18 %) або агресивною (24 %) поведінкою. Вказані характеристики не сприяють здоровим проявам особистісного зростання та набуття зрілих форм. Вони лише деформують та уповільнюють процес формування особистісної зрілості. Адже особистісне здоров'я засвідчується здатністю дитини до розвитку та руху у бік повноцінної самоактуалізації.

Базуючись на аналізі наведених вище наукових джерел, до основних психолого-педагогічних умов формування особистісного здоров'я дітей старшого дошкільного віку відносимо:

– поглиблення та розширення уявлень дітей про основні життєві тенденції та їх значення в житті (конструктивне самовизначення, продуктивна самореалізація, повноцінний саморозвиток, самозахист та самозбереження);

– сприяння розвитку довіри до себе, до своїх можливостей завдяки вправлянням у проявах самостійності, впевненості в собі та наполегливості; розвиток рефлексії;

– підтримка балансу проявів внутрішнього і зовнішнього життя; сприяння самопізнанню, наближення змісту освіти до життєвих реалій сьогодення;

– з допомогою педагогічної оцінки звести особистісне здоров'я до найвищих людських цінностей.

Освітні технології, сприятливі для збереження та розвитку особистісного здоров'я дітей дошкільного віку можуть створювати самі педагоги. Головне, не забувати: технології – не самоціль. Важливішою за технологію є готовність і здатність вихователя ЗДО осучаснювати реальний спосіб буття дітей, орієнтуватися на ціннісний вимір, сприймати дошкільників як активних суб'єктів власної життєдіяльності. У центрі уваги педагогів ЗДО має бути стан суб'єктивного благополуччя кожної дитини, надання дошкільникам права вибору дій, вчинків, поведінки. Завдяки цьому стану організовується, регулюється та забезпечується цілісність життєвого шляху особистості, підтримується баланс між нею і соціумом. Тісний контакт дошкільника зі своїм внутрішнім світом та зовнішньою реальністю дозволяє йому самовиражатися в життєвій практиці, почуватися активним та автономним суб'єктом власного життя у плинному світі, конструктивно на нього впливати.

Висновки. В ході вивчення феномену особистісного здоров'я розроблено концептуальні засади, які базувалися на сприйнятті дитини 5–7 років активним суб'єктом власної життєдіяльності; проаналізовано основні життєві тенденції, на яких базується життєвий успіх зростаючої особистості: уміння самовизначатися, здатність реалізовувати свої потенційні можливості, схильність до саморозвитку та самовдосконалення, спроможність дитини захищати власну територію та гідність.

До складу розробленої авторської типології увійшли такі типи: конструктивно-гармонійний, конструктивно-фрагментарний, деструктивно-агресивний, конформно-інфантильний. Засвідчено, що представники кожного типу відрізняються між собою особливостями прояву свідомого та активного ставлення до життя; відкритістю взаємин з оточуючим світом та інтересом до власного душевного настрою; умінням доцільно самовизначатися, продуктивно реалізовувати свої здібності, самовдосконалюватися та відстоювати свої права. Аргументовано психолого-педагогічні умови оптимізації життєдіяльності дошкільників у ЗДО, до яких увійшли: поглиблення та розширення уявлень дітей про основні життєві тенденції, що гарантують успіх (самовизначення, самореалізація, саморозвиток, самозахист); сприяння розвитку довіри до себе та виховання рефлексії; підтримка балансу внутрішнього і зовнішнього життя дитини; з допомогою педагогічної оцінки звести особистісне здоров'я до найвищих людських цінностей.

Література

1. Алексєєнко Т. Ф. Самоактуалізація. *Енциклопедія освіти*. Акад. пед. наук України; голов. ред. В. Г. Кремень. Київ: Юрінком Інтер, 2008. С. 795.
2. Бех І. Д. Рефлексія у духовному «Я» особистості. *Рідна школа*. 2011. № 8–9. С. 9–14.
3. Безкоровайна О. В. Виховання культури особистісного самоствердження в ранньому юнацькому віці: монографія. Рівне: РДГУ. Видавець Олег Зень, 2009. 470 с.

4. Власенко І., Рева О. Збереження психологічного здоров'я студентської молоді в Україні. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологія»*. 2020. Випуск 3. С. 90–99.
5. Дичківська І. М., Поніманська Т. І. М. Монтессорі: теорія і технологія. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2009. 304 с.
6. Кононко О. Л. Теоретичні аспекти соціально-морального розвитку і виховання дитини дошкільного віку. *Соціально-моральний розвиток і виховання дитини дошкільного віку*: монографія. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2020. С. 7–57.
7. Олексюк В. Р. Особливості усвідомлення молодшими школярами власного життєвого шляху: автореф. дис... канд. психол. наук. Київ, 2009. 20 с.
8. Пеньковська Н. М. Психологічні умови розвитку рефлексії у молодших школярів: автореф. дис.канд. психол. наук. Київ, 2003. 20 с.
9. Рейнпольська О. Д. Теоретико-методичні засади формування у дошкільників ціннісного самоставлення: автореф. дис. докт. пед. наук. Київ, 2021. 46 с.
10. Татенко В. Методологія суб'єктно-вчинкового підходу: соціально-психологічний вимір: монографія. Київ: Міленіум, 2017. 184 с.

References

1. Aliexsieienko, T.F. (2008). Samoaktualizatsiia [Self-actualization]. *Entsyklopediia osvity – Encyclopedia of education*. (V.H. Kremen (Eds.). Kiyv: Yurinkom Inter [in Ukrainian].
2. Bekh, I.D. (2011). Refleksiiia u dukhovnomu «la» osobystosti [Reflection in the spiritual "I" of the individual]. *Ridna shkola – Native school*. No 8–9. P. 9–14 [in Ukrainian].
3. Bezkorovaina, O.V. (2009). *Vykhovannia kultury osobystisnoho samostverdzhennia v rannomu yunatskomu vitsi* [Cultivation of a culture of personal self-affirmation in early youth]. Rivne: RDHU. Vydavets Oleh Zen [in Ukrainian].
4. Vlasenko, I. & Reva, O. (2020). Zberezheniia psykhologichnoho zdorovia studentskoi molodi v Ukraini [Preservation of psychological health of student youth in Ukraine]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu – Scientific Bulletin of Kherson State University*. Issue 3. P. 90–99 [in Ukrainian].
5. Dychkivska, I.M. & Ponimanska, T.I. (2009). M.Montessori: teoriia i tekhnolohiia [M. Montessori: theory and technology]. Kiyv: Vydavnychi Dim «Slovo» [in Ukrainian].
6. Kononko, O.L. (2020). Teoretychni aspekty sotsialno-moralnoho rozvytku i vykhovannia dytyny doshkilnoho viku [Theoretical aspects of social and moral development and upbringing of preschool children]. *Sotsialno-moralnyi rozvytok i vykhovannia dytyny doshkilnoho viku – Social and moral development and upbringing of a preschool child*. Nizhyn: NDU im. M.Hoholia [in Ukrainian].
7. Oleksiuk, V.R. (2009). Osoblyvosti usvidomlennia molodshymy shkoliaramy vlasnoho zhyttievoho shliakhu [Peculiarities of younger schoolchildren's awareness of their own life path]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Kiyv [in Ukrainian].
8. Penkovska, N.M. (2003). Psykhologichni umovy rozvytku refleksii u molodshykh shkoliariv [Psychological conditions for the development of reflection in younger schoolchildren]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Kiyv [in Ukrainian].
9. Reinpolska, O.D. (2021). Teoretyko-metodychni zasady formuvannia u doshkilnykiv tsinnisnoho samostavlennia [Theoretical and methodological principles of the formation of self-esteem in preschoolers]. *Extended abstract of Doctor's*. Kiyv [in Ukrainian].
10. Tatenko, V. (2017). *Metodolohiia subiektno – vchynkovoho pidkhodu: sotsialno-psykhologichnyi vymir* [Methodology of the subject-act approach: socio-psychological dimension]. Kiyv: Milenium [in Ukrainian].

Kononko O.

Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department
of Preschool Education, Mykola Gogol Nizhyn State University
kononko11@ukr.net
orcid.org/0000-0003-2815-6261

Anischuk A.

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Preschool Education Mykola Gogol Nizhyn State University
 anishchuk1965@gmail.com
 orcid.org/0000-0002-0292-689X

CURRENT PROBLEMS OF DEVELOPMENT PERSONAL HEALTH OF THE PERSONALITY OF THE PRESCHOOL STUDENT

The problem of preservation and development of personal health in children of older preschool age is extremely relevant for several reasons: the formation of a modern preschooler in the conditions of war; the practical absence of research in this direction in domestic psychology and pedagogy; the existence of a pedagogical practice request for diagnostic and educational technologies for the formation of preschoolers' ability to self-determine, realize their potential, self-improvement and defend their own dignity. The article is devoted to the disclosure of the conceptual foundations of the research, the definition of the content of the category "personal health of preschoolers", the disclosure of criteria for assessing the degree of its formation in children 5–7 years old, the description of the author's typology of the development of the studied phenomenon, the justification of the psychological and pedagogical conditions for the preservation and development of personal health investigated.

Methods: analysis and generalization of data from philosophical, psychological and pedagogical sources on the investigated problem; theoretical modeling for the construction of diagnostic research methods; observations, individual conversations.

The results. The most significant author's finalization of the conducted research includes: creation of conceptual foundations and definition of the content and structure of the category "personal health of a preschooler"; characteristics of criteria, indicators and components for determining the degree and features of personal health development of a 5–7-year-old child; development of a diagnostic methodology for the study of the peculiarities of the processes of self-determination, self-realization, self-development and self-defense in preschool childhood; qualitative and quantitative processing of empirical data; creation of the author's typology of preservation and development of personal health in older preschool children, which includes four defined types: constructive-harmonious, constructive-fragmentary, destructive-aggressive, conforming-infantile; characteristics of the characteristics of the 5–7-year-old subjects' manifestation of a conscious attitude to their own life activities and the process of self-improvement; determination of the psychological and pedagogical conditions for increasing the effectiveness of the educational process in preschool education, aimed at activating consciousness and healthy activity, which produce the realization of personal potential, self-regulation of actions and behavior, and the achievement of life success.

Originality. For the first time: the research concept of the process of preservation and development of personal health of older preschool children, based on the subject paradigm, was developed; the content and structure of the leading category are defined; diagnostic procedures aimed at studying the specifics of personal health development in preschool age are characterized; the criteria for evaluating the features of the formation of self-concepts (organism, mental life, social behavior, moral actions) and value attitude towards one's own "I" in children aged five to seven years are described; an author's typology of personal health of preschoolers was created; psychological-pedagogical conditions for optimizing the educational process in secondary education are determined, aimed at the acquisition and successful implementation of the experience of a full-fledged life by the researched.

Conclusions. During the study of the phenomenon of personal health of children of older preschool age, conceptual principles were developed, which were based on the perception of a 5–7-year-old child as an active subject of his own life; the main life trends on which the life success of a growing individual is based are analyzed: the ability to self-

determine, the ability to realize one's potential, the inclination to self-development and self-improvement, the child's ability to protect one's own territory and dignity. The developed author's typology includes the following types: constructive-harmonious, constructive-fragmentary, destructive-aggressive, conforming-infantile. It is proven that the representatives of each type differ among themselves in the features of the manifestation of a conscious and active attitude to life; openness of relations with the surrounding world and interest in one's own state of mind; the ability to self-determine, productively realize one's abilities, self-improvement and defend one's rights. The psychological-pedagogical conditions for optimizing the life of preschoolers in preschools are argued, which include: deepening and expanding children's ideas about the main life trends that guarantee success (self-determination, self-realization, self-development, self-defense); promoting the development of self-confidence and fostering reflection; maintaining the balance of the child's inner and outer life; with the help of pedagogical evaluation, to reduce personal health to the highest human values.

Key words: personal health of a preschooler, psychological health; self-determination, self-realization, self-development, self-protection and self-support of the individual, psychological and pedagogical conditions for optimizing the educational process.