

Валерія Руда,

здобувач ступеня вищої освіти
бакалавра навчально-наукового
інституту права та психології
Національної академії
внутрішніх справ
Науковий керівник:
кандидат психологічних наук,
доцент, доцент кафедри
психології навчально-наукового
інституту права та психології
Національної академії внутрішніх
справ **С. Горбенко**

РОЗВИТОК МОВЛЕННЯ ДИТИНИ ЯК ФАКТОР СТРЕСОСТІЙКОСТІ

Мовлення є важливим інструментом для регуляції емоцій і стресу. Розвиток мовленнєвих навичок допомагає особистості ефективно виражати свої почуття, вирішувати конфлікти та адаптуватися до нових умов.

Теоретичний аналіз наукового доробку вчених таких, як А. Богуш, Л. Виготський, А. Галетова, Д. Ельконін, Р. Жуковська, О. Леонт'єв, М. Пентилюк та інших, дозволив з'ясувати, що проблеми розвитку мовлення дітей відбувалося багатовекторно, зокрема: розвиток зв'язного мовлення за текстом оповідань, у продуктивній діяльності, розвиток мовлення в ігровій діяльності тощо [3]. У результаті наукового пошуку визначено, що Лев Семенович Виговський підкреслював роль мовлення у саморегуляції та подоланні стресу, Олександр Романович Лурія вивчав нейропсихологічні аспекти мовлення, зокрема його вплив на регуляцію емоцій стійкості.

Мовлення, як засіб емоційної регуляції, формується у соціальному оточенні. Діти, які вміють чітко формулювати свої думки та почуття, легше справляються зі стресом, оскільки можуть виразити, що їх турбує. Вони часто говорять уголос під час гри або виконання завдань, це їх форма мислення та самонавіювання [1]. Здатність виражати свої почуття та емоції словами допомагає дитині розуміти себе та оточуючих, а також покращує її самопочуття. Мовлення може служити інструментом для регуляції емоцій, допомагаючи дитині впоратися зі стресом або негативними емоціями. Отже, можна зробити висновок,

мовлення допомагає дітям усвідомлювати, вербалізувати та контролювати свої емоції.

Розвинуте мовлення сприяє формуванню соціальних зв'язків. Дошкільники із нормально розвинутим мовленням можуть ефективно вирішувати проблеми замість того, щоб реагувати агресивно або замикатися в собі. Вони легше налагоджують дружні стосунки, що забезпечує їм соціальну підтримку як важливий фактор стресостійкості [2].

Водночас, із зовнішнім мовленням формується внутрішня його сторона. Внутрішнє мовлення допомагає дитині керувати своїми емоціями, думками та діями. Розвиток внутрішнього мовлення формує здатність до самозаспокоєння. У процесі дорослішання діти навчаються використовувати «внутрішній діалог» для самозаспокоєння в стресових ситуаціях. Вихователі та батьки навчають дітей зосереджувати увагу на своїх думках і почуттях без осуду. Це сприяє розвитку внутрішнього діалогу, завдяки якому дитина може об'єктивно оцінювати свої емоційні реакції. Саме такі навички особливо важливі у ранньому віці, коли формуються основи емоційної саморегуляції [3].

Отже, мовлення є ключовим фактором у розвитку стресостійкості та емоційної регуляції дитини. Різні аспекти цього процесу підкреслюють важливість як зовнішнього, так і внутрішнього мовлення для загального психологічного благополуччя. Мовлення є не лише засобом передачі інформації, а й ключовим інструментом для емоційної регуляції, розвитку стресостійкості та формування соціальних навичок.

Розвинуті мовленнєві компетенції сприяють кращій адаптації до навчальних і життєвих викликів, знижують рівень тривожності та зміцнюють емоційне благополуччя дитини.

Таким чином, підтримка мовленнєвого розвитку у дітей має бути важливою складовою як у системі освіти, так і в сімейному вихованні.

Список використаних джерел

1. Богуш А.М. Мовленнєвий портрет п'ятирічної дитини. *Дошкільне виховання*, 2013. № 7. С. 6–10.
2. Гречишкіна І. А. Особливості розвитку мовлення у дітей молодшого дошкільного віку. *Вісник Луган. нац. ун-ту імені Тараса Шевченка (м. Старобільськ): Педагогічні науки*. 2017. № 4 (309). Ч. IV. С. 18–25.
3. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія: навчальний посібник. К.: Академвидав. 2003. 448 с.