

Н. О. Кордунова

*кандидат психологічних наук,
доцент кафедри педагогічної та вікової психології,
Східноєвропейський національний університет імені лесі Українки,
Луцьк, Україна*

ЗВИЧКА ЯК ФОРМА ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ ДИТИНИ

Найбільші радощі і найважчі прикrostі в житті більшості людей пов'язані з вихованням дітей, із виробленням у них форми поведінки. Правильне виховання може попередити багато серйозних ускладнень у житті родини. На що ж треба звертати увагу, коли йдеться про виховання?

Видатні педагоги минулого століття А. С. Макаренко, В. О. Сухомлинський і К. Д. Ушинський надавали надзвичайно великого значення вихованню в дітей звичок, тому що саме вони складають основу поведінки.

Педагоги й батьки часто стикаються з тим, що в підлітка чи юнака “усвідомлення того, як потрібно поступати”, не відповідає звичним

формам поведінки. Учень усвідомлює, наприклад, що для закінчення школи йому необхідні систематичні заняття. Однак він звик працювати над книгою уривками, не вміє зосереджуватися на тривалій час, тому після декількох днів зусиль бере верх звична форма поведінки. Навіть тоді, коли необхідно, перебороти якусь звичку на короткий час, цього домогтися нелегко. Звичні форми поведінки чинять великий вплив і в незначних, і в серйозних ситуаціях у житті людини.

Правильно вважав К.Д.Ушинський, коли писав, що різні переконання тільки тоді починають впливати на поведінку дитини чи дорослої людини, коли вони переходять у звичку [3].

Результати нашого дослідження показали, що формування звички в дитини відбувається в основному двома шляхами:

1) дитина виробляє певні форми поведінки (звички) шляхом накопичення досвіду та роз'яснення;

2) дитині пояснюють необхідність і зміст певної форми поведінки, тобто прищеплюють навички свідомого регулювання своїх дій.

Як відомо, особистий досвід дитини починає накопичуватися дуже рано – із перших тижнів її життя. Вже 4–5-місячні діти поводяться по-різному залежно від того, які звички в них вироблені: одна дитина “вимагає” до себе постійної уваги, кричить, якщо з нею не займаються, а інша лежить спокійно без втручання дорослих. А як по-різному вони поводяться під час виконання гігієнічних процедур. І ця різниця лише частково може бути пов'язана з індивідуальними особливостями дітей [2]. В основному вона визначається тим, чому навчив дитину особистий досвід. Свідоме ж регулювання своєї поведінки, як казав К. Д. Ушинський, виявляється доступним лише для дітей старшого віку. Проте недостатньо того, щоб дитина зрозуміла поставлені до неї вимоги і захотіла ними керуватися. Переконання й роз'яснення дають хороші результати лише в тому випадку, якщо для них підготовлений ґрунт, тобто виховані необхідні звички з раннього віку, бо вже пізніше можуть сформуватися негативні звички.

Наприклад, у 12-річної дівчинки занедужала бабуся, а мама дуже зайнята на роботі. Дівчинці говорять, що їй варто взяти на себе якусь частину домашніх справ, і сама вона щиро хоче допомогти. Однак у неї закріпились інші форми поведінки: завжди бабуся і мама все їй готували й подавали. Через відсутність у дівчинки необхідних звичок ситуація виявляється для неї надто важкою. Звідси видно, яке серйозне значення має виховання звичок уже із дошкільного віку. Надалі вони накладають відбиток на формування всієї поведінки дитини. Очевидна й необхідність розуміння того, як формуються звички.

Виникає питання: чому про виховання звичок говорять фізіологи? Розумову діяльність дитини, її поведінку й характер відносять до проявів так званої душевної, чи психічної, діяльності. Тому питаннями виховання повинні займатися психологи й педагоги.

Проте, як відомо, вся поведінка людини – від простих мимовільних дій (наприклад, здригання від несподіваному дотику чи звуку) до складних, так званих свідомих вчинків – результат рефлекторної діяльності мозку. Це науково довели знамениті фізіологи І. П. Павлов, І. М. Сеченов та їх учні. Ними були вивчені закономірності роботи мозку. Встановлено, що в основі тих форм поведінки, що набуваються в процесі життєвого досвіду, лежить утворення нових (умовних) рефлексів, які є основою формування звички.

Аналіз результатів дослідження показав, що дуже рано, вже в перші місяці життя, дитина подає умовні “сигнали” сама. Наприклад, вона заплакала – і мати підійшла, заспокоїла її, взяла на руки. Якщо кілька разів така поведінка дитини була “підкріплена” ласкою матері й заколисуванням, то виробляється умовний рефлекс. У міру того, як рефлекс закріплюється, дитина надалі все частіше й частіше буде виявляти занепокоєння. Так у неї виробляється звичка – форма поведінки “вимагати”, щоб нею займалися. Однак це не означає, що взагалі не можна брати дитину на руки чи гратися з нею. Це навіть необхідно для її правильного розвитку. Не можна лише “підкріплювати” вередування, плач чи крик дитини чимось приємним для неї, треба лише постаратися усунути причину занепокоєння. Спостереження засвідчують, що це звичка – закономірна, постійна форма реакції на певні впливи. Якщо проаналізувати умови життя дитини, то безліч взаємодій, які впливають на її нервову систему, можуть бути розподілені на певні групи. Це впливи, пов’язані з умиванням чи одяганням, годуванням дитини, чи впливи, необхідні під час гри з дитиною та ін. На ряд подразників (“стереотип”, як це називається у фізіології) виробляється і послідовний ряд дій [1].

Візьмемо для прикладу просту процедуру миття рук. Вона складається з окремих елементів (див. табл. 1).

Таким чином, можна стверджувати, що процес миття рук складається з низки окремих рефлекторних актів. Послідовність їх виробляється в процесі накопичення життєвого досвіду дитини і стає звичкою. Наше дослідження показує, що вже на другому році життя дитина часто сама підставляє руки під струмінь води і відразу ж починає витирати їх або намилює руки і хапається за рушник. Потрібна послідовність дій устанавлюється лише поступово. І фізіолог скаже, що тепер закріпився стереотип, а психолог чи педагог – що сформувалася звичка.

Для вироблення звички необхідна система дій. Повернемося до прикладу з миттям рук. Якщо один раз дитина сама взяла мило, а інший раз руки їй намила мама, то вона миє руки то з милом, то без нього. Іноді рушник дають дитині відразу, іноді вона йде витирати руки в кімнату. Таким чином, порядок подразників у системі і порядок дій, які виконує дитина, часто порушуються. Система дій у таких умовах не формується, а отже, не виробляється і звичка.

Таблиця 1

Елементи процедури миття рук

<i>Подразник</i>	<i>Відповідна реакція</i>	<i>Послідовність дій</i>
Вигляд мила	Дитина простягає руку, бере мило	1-й
Дотикове і зорове відчуття мила в руці	Підставляє руки під струмінь води	2-й
Дотикове і зорове відчуття мокрою мила в руках	Обертючими рухами намилює руки	3-й
Вигляд мильної піни та мила в руках	Кладе мило	4-й
Вигляд мильної піни в руках	Підставляє руки під струмінь води	5-й
Дотикове і зорове відчуття від мокрих рук	Бере рушник, витирає руки	6-й

Спеціальні спостереження за дітьми показали, що за один раз вироблену систему дій зруйнувати не можна. Можна її придушити, загальмувати, але вона все-таки зберігається. З перших тижнів життя дитини потрібно дуже серйозно задуматися над тим, як діяти, щоб сформовані в неї системи дій (звички) не потрібно було потім переробляти. Дуже часто мати говорить, що її дитина ще мала, а от коли підросте і стане краще розуміти, тоді вона і буде виховувати в неї потрібні звички. Але тоді їй доведеться вже займатися перевихованням тих звичок, що сформувалися в дитини, без її участі – роботою вкрай важкою і невдячною.

Форми поведінки, названі “гарними”, чи “корисними”, звичками – це ті, котрі допомагають дитині пристосовуватися до вимог соціального середовища; “погані”, або ж “шкідливі”, йдуть усупереч цим вимогам, заважають життю дитячого колективу чи родини. Якщо дитина ввічлива, вмє гратися з іншими дітьми, не кривдить їх, акуратна, прибирає за

собою, намагається допомагати матері тощо – це розцінюється як “гарні” форми поведінки. Однак дехто з батьків і вихователів інколи каже, що вироблення “корисних” звичок відбувається з докладанням великих зусиль, а ось “шкідливі” виникають “самі собою”.

Звичайно, батьки і персонал дитячої установи відносять до впливів, що мають виховне значення, лише ті, які свідомо спрямовані для досягнення цієї мети, наприклад наказ спокійно сидіти за столом, покарання за те, що дитина скривдила інше маля, похвала за виконане завдання і т. д. У дійсності ж виховний вплив (у позитивному чи негативному напрямі) чинять і ті подразники, що не приймаються навколишніми дорослими до уваги. Так, наприклад, положення тіла – спокійна поза під час сидіння чи поза, яка супроводжується постійними рухами тулуба і ніг, – викликає різні за характером і кількістю нервових імпульсів подразнення в центральній нервовій системі дитини. Якщо мати годує дитину тільки у разі правильної форми поведінки її за столом, то саме ці подразнення з кістково-м’язового апарату і пов’язуються з харчовою діяльністю: у дитини виробиться звичка під час їжі сидіти спокійно. Якщо ж мати годує дитину незалежно від того, як вона сидить, час від часу лише поправляє її позу або кричить на дитину, щоб вона не крутилася, то у зв’язок із харчовою діяльністю вступають саме ті подразнення, що виникають під час руху всім тілом, ногами і т. д. Тут утвориться система дій точно так само, як і в першому випадку, але небажана, і згодом її буде дуже важко переробити. Така неспокійна поведінка за столом залишиться в дитини на багато років.

Уже з цього прикладу зрозуміло, чому так складно виробити неміцні так звані “гарні” звички та корисні навички і чому так легко й міцно утворюються “погані”. Легкість і труднощі тут створюються лише для навколишніх дорослих: щоб сформувати в дитини “гарну” звичку, з нею потрібно проводити спеціальну роботу, уважно стежити за тим, щоб із тією чи іншою діяльністю організму пов’язувалися тільки потрібні впливи, робити зусилля для закріплення нових умовних зв’язків. Небажані ж дії утворюються саме в тих умовах, коли дорослі не контролюють впливів на нервову систему дитини і не докладають ніяких зусиль для їх підбору й закріплення нових умовних зв’язків. Вироблення та закріплення таких дій у дітей відбуваються легко і непомітно для дорослих.

Утворення рефлексів та їх закріплення (і “гарних”, і “поганих”) для дитини будуть представляти зовсім однакову за своєю складністю роботу нервової системи. І якщо ця робота спрямована на придбання небажаних та неприємних для навколишніх людей форм поведінки, то це не провина дитини. Ось чому вкрай важливо намагатися із самого початку створити

умови для формування в дитини такої системи дій, яку б не довелося потім переробляти.

Література

1. Выготский Л. С. Психология развития ребёнка / Л. С. Выготский. – М. : Смысл, Экспо, 2005. – 512 с.
2. Кордунова Н. О. Звички та їх формування у дошкільників: Навч. посіб. / Н. О. Кордунова, А. С. Денисюк. – Луцьк : РВВ “Вежа” Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки, 2006. – 156 с.
3. Ушинський К. Д. Вибрані педагогічні твори / К. Д. Ушинський. – К. : Рад. школа, 1983. – 464 с.