

## VAIKŲ EMOCINĖS SVEIKATOS UGDYMAS(IS) IKIMOKYKLINIO UGDYMO ĮSTAIGOJE: MOKYTOJŲ NUOMONĖS IR PATIRTYS

NERINGA STRAZDIENĖ<sup>1</sup>, GITANA TOLUTIENĖ<sup>2</sup>

Klaipėdos universitetas (Lietuva)

### ANOTACIJA

Ikimokykliniame amžiuje dedami vaiko emocinės sveikatos pamatai, siekiant optimalios vaiko fizinės, emocinės, socialinės ir pažinimo brandos. Tyrimo tikslas – atskleisti ikimokyklinio ugdymo mokytojų nuomones bei patirtis vaikų emocinės sveikatos ugdymo(si) ypatumų ir galimybių ikimokyklinio ugdymo įstaigoje aspektais. Interviu būdu apklausta 10 ikimokyklinio ugdymo mokytojų. Tyrimas atskleidė, kad vaikų emocinę sveikatą lemia alfa kartos vaikų bruožai, jos ugdymui(si) teigiamą poveikį daro šie veiksniai: saugumo užtikrinimas, kokybiško laiko su vaiku leidimas, mokymas(is) pažinti ir tinkamai reikšti jausmus, dėmesys vaiko gebėjimams ir jo fiziniam aktyvumui. Vaikų emocinės sveikatos ugdymo(si) procese tikslinga taikyti žaidimų, pagyrimų ir paskatinių, pokalbių metodus, išnaudoti įvairių programų, projektinės veiklos, dailės terapijos, nusiramino pertraukėlių, kasdienių gyvenimiškų situacijų, savarankiškos vaikų veiklos teikiamas galimybes.

PAGRINDINIAI ŽODŽIAI: *ikimokyklinio amžiaus vaikai, emocinės sveikatos ugdymas(is), ikimokyklinio ugdymo įstaiga, mokytojų nuomonės ir patirtys.*

JEL KLASIFIKACIJA: I12, I21; I31.

DOI: <https://doi.org/10.15181/rfds.v42i1.2617>

### Įvadas

Ikimokyklinio ugdymo paskirtis – padėti vaikui tenkinti prigimtinius, kultūros ir etninius, socialinius, pažintinius gebėjimus, ugdyti vaiko kognityvinius įgūdžius, padėti jam pasirengti ugdytis pagal priešmokyklinio ugdymo programą (Lietuvos Respublikos švietimo įstatymo Nr. I-1489 2, 7, 8, 24, 36, 47 ir 67 straipsnių pakeitimo įstatymas, 2020). Ikimokykliniame amžiuje dedami vaiko emocinės sveikatos pamatai, siekiant optimalios jo fizinės, emocinės, socialinės ir pažinimo brandos bei sėkmingo pasirengimo pradėti mokytis mokykloje (Priešmokyklinio, pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo bendrosios programos, 2022). Šiuo laikotarpiu svarbu ugdyti vaikų emocinį intelektą ir emocinius gebėjimus, savigarbą, siekiant, kad vaikas išmoktų įveikti emocinius sunkumus, bei užkirsti kelią psichikos sveikatos problemoms ateityje

<sup>1</sup> Neringa Strazdienė – Klaipėdos universiteto Socialinių ir humanitarinių mokslų fakulteto Pedagogikos katedros profesorė, daktarė (socialiniai mokslai)

Moksliniai interesai: ikimokyklinis, priešmokyklinis ir pradinis ugdymas, vaikų sveikatos ugdymas, ugdymo(-si) aplinkos kūrimas

El. paštas: n.strazdiene@gmail.com

Tel. +370 615 415 95

<sup>2</sup> Gitana Tolutienė – Klaipėdos universiteto Socialinių ir humanitarinių mokslų fakulteto Tęstinių studijų centro docentė, daktarė (socialiniai mokslai), Sveikatos mokslų fakulteto Sveikatos tyrimų ir inovacijos mokslo centro vyr. mokslo darbuotoja

Moksliniai interesai: vaikų, paauglių mokymo, ugdymo ir suaugusiųjų švietimo, mokymosi harmonizavimas, efektyvus mokymosi ir ugdymosi procesų organizavimas, didaktinės veiklos tobulinimas ir inovacijos; asmens ir visuomenės sveikatos priežiūros specialistų rengimas, studijų kokybė, kompetencijų ugdymas, profesionalumo, kvalifikacijos tobulinimas, profesionalizacija

El. paštas: gitana.tolutiene@gmail.com

Tel. +370 612 043 30

(Baker-Henningham, 2014). Moksliniais tyrimais atskleista, kad emocinės ir psichikos sveikatos stiprinimas vaikystėje leidžia ateityje išvengti suaugusiųjų psichikos sveikatos problemų (Otto ir kt., 2021).

Ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinė sveikata yra jų gerovės prielaida. Vaikų gerovė siejasi su jų akademiniais pasiekimais (Clarke, 2020), o emocinis intelektas gali veikti kognityvinį vaiko vystymąsi (Trigueros ir kt., 2020). Vaikai, kurių aukštesnis emocinis intelektas, rečiau patiria nerimą ir depresiją, jiems būdinga didesnė savigarba, be to, tarpusavio santykiai jiems dažniau teikia pasitenkinimą (Castilho ir kt., 2017).

Ikimokyklinio amžiaus vaikai susiduria su naujomis jiems nežinomomis situacijomis, kurios gali kelti stresą ir lemti konfliktus. Tuo tarpu socialiniai-emociniai gebėjimai leidžia jiems orientuotis atpažįstant savo ir kitų emocines būsenas, skatina užmegzti sveikus santykius su bendraamžiais bei suaugusiaisiais, ankstyvosios socializacijos procese tai ypač svarbu (Speidel ir kt., 2023).

Mokslinėje literatūroje pabrėžiama, kad šiandienos ikimokyklinio amžiaus alfa kartos vaikams, gimusiems / gimiantiems 2010–2025 metais (Macijauskienė, Norvilienė, 2018) ir augantiems kartu su išmaniosiomis technologijomis, būdingi šie ugdymo(si) ypatumai: siekia gauti informaciją čia ir dabar; greitai susidomi ir greitai pajaučia nuobodulį; vienu metu gali atlikti kelis darbus; jiems būdinga prasmės visame kame paieška ir kt. (Thompson, 2018). A. Macijauskienės, A. Norvilienės (2018) tyrimas atskleidė, kad šios kartos vaikai linkę bendradarbiauti, tačiau yra egocentiški, emocionalūs, išreikštas jų fizinis bei emocinis aktyvumas ir kt.

Pastarųjų metų moksliniai tyrimai atskleidė, kad daugėja vaikų, turinčių elgesio ir (ar) emocinių sunkumų arba sutrikimų (Abdolazadeh ir kt., 2018; Collishaw, Sellers, 2020; Harikrishnan, Sailo, 2021 ir kt.). Todėl ikimokyklinio amžiaus vaikų ugdymą reikėtų sutelkti ties emocijų pažinimu ir jų valdymo ugdymu: šiuo amžiaus tarpsniu vaikams svarbu išmokti atpažinti ir apibūdinti savo jausmus; gebėti pažinti ir valdyti emocijas (emocijai sustiprėjus, vaiko elgesys pakinta ir jis greitai praranda savitvardą); išmokti pasitikėti savimi, patirti empatiją, būti atidžiam ir dėmesingam kitiems žmonėms; gebėti konstruktyviai spręsti problemas ir būti atspariam gyvenimo sunkumams (Hille, Evanschitzky, Bauer, 2015). Netikslus emocijų atpažinimas gali lemti netinkamą jų interpretavimą, tai gali pasireikšti agresyviu elgesiu, kurio pasekmė – bendraamžių atstūmimas. Elgesio ir emocijų sunkumai neigiamai veikia vaiko raidą ir asmenybės vystymąsi (Ogundele, 2018; Justicia-Arráez ir kt., 2021; Martinsone ir kt., 2022 ir kt.).

Emocijų supratimas reiškia individo socialinį kognityvinį gebėjimą suvokti emocijų, jas sukeliančių situacijų ir jų rodomo elgesio tarpusavio ryšį (Pons ir kt., 2004). Nemažai mokslinių tyrimų orientuoti į veido išraiškų atpažinimą, emocijų suvokimą, pagrįstą išoriniais veiksniais, norais, įsitikinimais ir kt., vis dėlto atpažįstant emocijas svarbus ir kognityvinis lankstumas (gebėjimas prisitaikyti prie naujų užduočių ar kintančių problemų) (Mengxia, 2024). Ikimokyklinio amžiaus vaikų emocijų suvokimo ir raiškos pasiekimai atskleisti „Ikimokyklinio amžiaus vaikų pasiekimų apraše“ (2016).

Nors emocinė sveikata ir jos reikšmė plačiai analizuojami įvairių mokslų kryptių atstovų, pasigendama platesnių alfa kartos ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos ugdymo(si) ikimokyklinio ugdymo įstaigoje tyrimų. Keliamas probleminis klausimas, kokie yra vaikų emocinės sveikatos ugdymo(si) ypatumai ir galimybės ikimokyklinio ugdymo įstaigoje?

Tyrimo objektas – vaikų emocinės sveikatos ugdymas(is) ikimokyklinio ugdymo įstaigoje.

Tyrimo tikslas – atskleisti ikimokyklinio ugdymo mokytojų nuomones bei patirtis dėl vaikų emocinės sveikatos ugdymo(si) ypatumų ir galimybių ikimokyklinio ugdymo įstaigoje.

Tyrimo metodai: mokslinės literatūros ir dokumentų analizė, interviu, turinio (content) analizė.

## 1. Tyrimo metodologija

Tyrimo metodas. Tyrimui pasirinkta kokybinio tyrimo strategija, taikant pusiau struktūruoto interviu metodą, kuris leidžia pažvelgti į problemos gylį. Šiam tyrimui būdinga interpretacinė paradigma, kai tiriamas reiškinytis interpretuojamas vartojant tuos terminus, kuriais jį suvokia žmonės, ir leidžia išsiaiškinti pašnekovo poziciją tiriamu klausimu, jo nuomonę apie iškeltą problemą (Kardelis, 2017).

Kokybinio tyrimo imtis, dalyvių demografinės charakteristikos. Kadangi aiškių kokybinio tyrimo imties dydžio nustatymo taisyklių nėra (Rupšienė, 2007), ekspertų interviu metodu apklausta 10 informantų iš penkių Vakarų Lietuvos regiono ikimokyklinio ugdymo įstaigų, pasirenkant atvejus, kurie informatyvūs tiriamuoju požiūriu (Rupšienė, 2007). Informantai atrinkti tikslinės, kriterinės atrankos būdu pagal šiuos kriterijus:

- Ikimokyklinio ugdymo mokytojas.
- Pedagoginio darbo stažas – ne mažesnis kaip 10 metų.
- Ne žemesnė nei vyresniojo mokytojo kvalifikacinė kategorija.

Informantų demografinės charakteristikos pateiktos 1 lentelėje.

1 lentelė. Mokytojų pasiskirstymas lyties, amžiaus, pedagoginio darbo stažo, kvalifikacinės pedagogo kategorijos aspektais

Informanto kodas	Lytis	Amžius	Pedagoginio darbo stažas	Kvalifikacinė kategorija
P1	Moteris	45	13	Vyresnysis mokytojas
P2	Moteris	52	24	Mokytojas metodininkas
P3	Moteris	61	39	Mokytojas metodininkas
P4	Moteris	59	41	Mokytojas metodininkas
P5	Moteris	40	15	Mokytojas metodininkas
P6	Moteris	51	11	Vyresnysis mokytojas
P7	Moteris	53	12	Vyresnysis mokytojas
P8	Moteris	56	34	Mokytojas metodininkas
P9	Moteris	38	10	Vyresnysis mokytojas
P10	Moteris	44	10	Vyresnysis mokytojas
<b>Iš viso 10 informantų</b>	<b>10 moterų</b>	<b>Amžiaus vidurkis – 50 metų</b>	<b>Pedagoginio darbo stažo vidurkis – 21 metai</b>	<b>Vyresnysis mokytojas – 5 Mokytojas metodininkas – 5</b>

Kokybinio tyrimo instrumentas. Tyrimui pasirinktas pusiau struktūruotas interviu, kuris dėl savo lankstumo ir galimybės reaguoti į realią interviu eigą bei tyrimo dalyvio minčių dėstymo tėkmę (Bitinas, Rupšienė, Žydžiūnaitė, 2008) užtikrino tyrimo kokybę. Interviu vyksmui sudarytas pokalbį nukreipiančių klausimų sąrašas, leidęs išsamiau apžvelgti situaciją šiais aspektais (2 lentelė):

2 lentelė. Interviu temos ir klausimai pedagogams

Tema	Klausimas
1. Emocinės sveikatos samprata ir reikšmė	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kas, Jūsų nuomone, yra emocinė sveikata? Kokia emocinės sveikatos samprata vadovaujant savo darbe?</li> <li>2. Kada reikėtų pradėti ugdyti ir stiprinti ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinę sveikatą? (Savo atsakymą pagrįskite)</li> <li>3. Kodėl svarbu ugdyti ir stiprinti ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinę sveikatą?</li> </ol>
2. Vaikų emocinės sveikatos būklė, jos ugdymo ypatumai	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kokia yra šiandienos alfa kartos ikimokyklinio amžiaus vaikų sveikata? Ką byloja Jūsų pedagoginė patirtis?</li> <li>2. Įvardykite veiksnius, kurie padėtų stiprinti ir ugdyti ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinę sveikatą.</li> <li>3. Kokiais mokymo(si) metodais ir kitais būdais ugdote savo grupės vaikų emocinę sveikatą?</li> </ol>
3. Ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos ugdymo(si) problemos	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kokių problemų kyla ugdant ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinę sveikatą?</li> <li>2. Kokios, Jūsų nuomone, yra šių problemų sprendimo galimybės?</li> </ol>

Kokybinio tyrimo organizavimas. Kokybinis tyrimas atliktas 2023 m. rugsėjo–spalio mėnesiais. Tyrime dalyvavo pedagogai iš skirtingų šalies ikimokyklinio ugdymo įstaigų. Su tyrimo dalyviais tartasi iš anksto. Tiriamieji savanoriškai sutiko dalyvauti tyrime, jie buvo informuoti apie tyrimo anonimiškumą ir konfidencialumą. Interviu pokalbiai vyko mokytojų darbo vietose, ugdymo įstaigose, atliekant pokalbių įrašus diktofonu, siekiant vėliau detaliai atkurti tyrimo dalyvių pasisakymus. Vykdamas pokalbį buvo užduodami kryptingi klausimai, pereinant į giluminį interviu, kuris leido giliau pažvelgti į analizuojamą problemą. Atliekant tyrimą, laikytasi tyrimo etikos principų: sąžiningumo, objektyvumo, atidumo, atvirumo, pagarbos intelektinei nuosavybei, atsakingo požiūrio į atliekamus tyrimus ir t. t.

Kokybinė duomenų analizė. Duomenys apdoroti taikant turinio (content) ir aprašomąją interpretacinę analizę. Taikant turinio (content) analizės metodą atliktas daugkartinis transkribuoto teksto skaitymas (gauti duomenys buvo perrašinėjami ir paverčiami tekstu), stengiantis kategorizuoti surinktą medžiagą. Kitame etape kategorijoms priskirti pavadinimai, turinys išskaidytas į subkategorijas, priskiriant atitinkamus pavyzdžius iš konkrečių informantų atsakymų. Taip ištyrus ikimokyklinio ugdymo mokytojų atsakymus, buvo galima nustatyti emocinės sveikatos ugdymo(si) ikimokyklinio ugdymo įstaigoje ypatumus ir galimybes. Šiame straipsnyje panaudota tik dalis empirinio tyrimo duomenų.

## 2. Tyrimo rezultatai

Emocinė sveikata apibūdinama kaip jausmų suvokimas ir priėmimas bei gebėjimas veiksmingai valdyti pokyčius ar iššūkius (Nacionalinis emocinės gerovės centras (NCEW), 2024). Tyrimu, siekta išsiaiškinti, kokia emocinės sveikatos samprata mokytojai vadovaujasi savo darbe (3 lentelė).

3 lentelė. Ikimokyklinio ugdymo mokytojų nuomonės emocinės sveikatos sampratos aspektu

Kategorija	Subkategorija	Patvirtinantys teiginiai	Pasisakymų skaičius
Emocinės sveikatos samprata	Nuotaikų įvairovė	„Manau, kad emocinė sveikata yra vaikų nuotaikos įvairiose gyvenimiškose situacijose. Patiria džiaugsmą, išveria skausmą, nusivylimą, liūdesį“ [P3]	1
	Gebėjimas išgyventi ir valdyti emocijas	„Emocinė sveikata yra gebėjimas valdyti, pažinti visas savo emocijas ir jausmus, tokias kaip pyktis, džiaugsmas, nusivylimas“ [P1] „Vaiko emocinė sveikata yra gebėjimas adekvačiai reaguoti į įvairias situacijas (pagal savo amžių)“ [P5]	3
	Gebėjimas augti visaverčiu žmogumi	„Gebėjimas augti sveikam, laimingam, savarankiškam, pasitikėti savo jėgomis“ [P2]	1
	Gera savijauta	„Tai žmogaus vidinė būseną, kai jis jaučiasi gerai“ [P9] „Gera emocinė sveikata, laimės, komforto ir geros sveikatos būseną, leidžianti augti įvairiapusei asmenybei“ [P7] „Kai žmogus jaučiasi viduje atsipalaidavęs, nestresuojantis. Emociškai ir dvasiškai džiaugiasi gyvenimo pilnatve“ [P10]	3
	Emocinis ir dvasinis atsparumas	„Dvasinis atsparumas yra pats svarbiausias“ [P6] „...manau, kad emocinės sveikatos pagrindas yra emocinis atsparumas“ [P8]	2
<b>Iš viso:</b>			<b>10</b>

Mokytojų nuomonės pasiskirstė į keturias grupes. Daugiausia mokytojų emocinę sveikatą siejo su gebėjimais (išgyventi ir valdyti emocijas; augti visaverčiu žmogumi) (4) ir gera savijauta (3). Kitos mokytojų nuomonės pasiskirstė į panašias grupes pagal pasisakiusių skaičių: emocinė sveikata – tai patiriama nuotaikų įvairovė (1); emocinė sveikata – tai emocinis ir dvasinis atsparumas (2).

Apibendrinant galima teigti, kad daugelio ikimokyklinio ugdymo mokytojų nuomonės dėl emocinės sveikatos sampratos sutapo su mokslinėje literatūroje pateiktų sampratų esme: jos siejamos su gebėjimais išgyventi ir valdyti emocijas bei gera savijauta. Tačiau emocinė sveikata – daugiaspektis reiškinys, tad mokytojai ją siejo ir su kitais parametrais, pvz., su emociniu bei dvasiniu atsparumu, nuotaikų įvairove, visaverčiu gyvenimu.

Siekta sužinoti mokytojų nuomonę apie vaikų emocinės sveikatos ugdymo(si) svarbą. Tuo tikslu mokytojų klausta, kada reikėtų pradėti ugdyti ir stiprinti ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinę sveikatą? Visų mokytojų (10) nuomonė buvo vienareikšmiška – vaikų emocinę sveikatą reikia pradėti ugdyti ir stiprinti kuo anksčiau, t. y. nuo kūdikystės, pvz.: „Emocinę vaiko sveikatą, manau, svarbu stiprinti jau nuo pat gimimo, kai vaikas pradeda pažinti pasaulį, kadangi emocinė sveikata lemia fizinę ir protinę vaiko sveikatą. Tai yra ilgas, nuoseklus, daug kantrybės reikalaujantis darbas kiekvieną dieną, įvairių veiklų metu, kai vaikas patiria įvairias emocijas ir išmoksta jas atpažinti ir kontroliuoti, o tai lemia vaiko sėkmę“ (P9).

Siekiant geriau suvokti emocinės sveikatos svarbą, mokytojams užduotas papildomas klausimas, kodėl svarbu ugdyti ir stiprinti ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinę sveikatą? Atsakymų į šį klausimą rezultatai pateikti 4 lentelėje.

4 lentelė. Ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos ugdymo ir stiprinimo svarba

Kategorija	Subkategorija	Patvirtinantys teiginiai	Pasisakymų skaičius
Vaikų emocinės sveikatos ugdymo ir stiprinimo svarba	Vaiko aktyvumo, kūrybiškumo skatinamas	„Teigiamos emocijos skatina vaikų aktyvumą, kūrybiškumą...“ [P2]	2
	Vaiko ugdymo(si) pasiekimų gerinimas	„Vaiko sėkmės ir pasiekimai labai priklauso nuo vaiko emocinės sveikatos“ [P5] „...tik nuo vaiko emocinės sveikatos priklausys jo tolimesnė raida, pasiekimų rezultatai“ [P9]	4
	Vaiko mokymasis puoselėti emocinius ryšius	„...vaikai bendraudami ir bendradarbiaudami mokosi kurti tarpusavio santykius...“ [P2] „...mokymasis kurti emocinius ryšius vaikui padeda jaustis saugesniam“ [P8]	3
	Pasitikėjimo savimi ugdymasis	„...emocinė sveikata padeda vaikui tapti stipresniam ir pasitikinčiam savimi...“ [P7] „mokymasis atsispirti neigiamoms emocijoms padeda pasitikėti savimi“ [P9]	3
	Pagalba socializuojantis	„Vaikai, turintys gerą emocinę sveikatą, moka geriau spręsti socialines problemas“ [P6] „Reikia reaguoti ir ugdyti vaiko emocinę sveikatą, nes drąsina vaiką pritapti ir socializuotis“ [P1]	7
<b>Iš viso:</b>			<b>19</b>

\*Informantų pasisakymų skaičius nesutampa su informantų skaičiumi, nes tiriamieji pateikė keletą reikšmių.

Analizuojant ikimokyklinio ugdymo mokytojų pasisakymus šiuo klausimu, išryškėjo penkios subkategorijos. Labiausiai mokytojai akcentavo emocinės sveikatos ugdymo ir stiprinimo poveikį socializuojantis (7). Pažymima, kad gera vaiko emocinė sveikata sudaro veiksmingesnės vaiko socializacijos prielaidas. Nemaža mokytojų dalis vaiko emocinę sveikatą siejo ir su geresniais jų pasiekimais (4). Mokytojų nuomonės pasiskirstė tolygiai šiose subkategorijose: gera emocinė sveikata padeda vaikui puoselėti emocinius ryšius (3) ir ugdytis pasitikėjimą savimi (3). Mažesnės mokytojų dalies nuomone, teigiamos emocijos skatina vaiko aktyvumą ir kūrybiškumą (2).

Galima teigti, kad mokytojai kaip esminį vaikų emocinės sveikatos ugdymo ir stiprinimo svarbos aspektą įvardijo vaiko socializaciją. Mokytojų praktikų įžvalgos patvirtino emocinės ir socialinės vaiko sveikatos tarpusavio ryšį. Iš pedagogų pasisakymų išryškėjo vaiko emocinės sveikatos ugdymo ir stiprinimo svarba vaiko asmenybės tapsmo, geresnių mokymo(si) pasiekimų ir veiksmingos komunikacijos kontekste.

Siekiant nustatyti alfa kartos vaikų emocinės sveikatos būklę, tyrimo dalyvių klausta, kokia yra šiandienos alfa kartos ikimokyklinio amžiaus vaikų sveikata? Ką rodo Jūsų pedagoginė patirtis? (5 lentelė).

5 lentelė. Šiandienos alfa kartos vaikų emocinės sveikatos būklė

Kategorija	Subkategorija	Patvirtinantys teiginiai	Pasisakymų skaičius
Alfa kartos vaikų emocinė sveikata	Impulsyvūs ir išsiderinę	„...pastebiu, jog kai kurie vaikai yra emociškai išsibalansavę, o jų emocijos yra greitai besikeičiančios“ [P6] „Šiandien vaikai nekantrūs, norintys greitai patenkinti visus savo poreikius“ [P8] „Manau, kad šiandienos vaikų emocinę sveikatą neigiamai veikia IT technologijos, jie neturi kur išlieti savo energijos, todėl darosi neramūs, impulsyvūs...“ [P3]	4
	Sunkiai bendraujantys	„...tėvai skundžiasi, kad sunkiai bendrauja su savo vaiku ir negali su juo susikalbėti...“ [P1]	2
	Negebantys išlaikyti dėmesio	„...neramūs, impulsyvūs, nemoka išlaikyti dėmesio“ [P3]	1
	Emocionalūs ir nervingi	„...vaikai yra labai emocionalūs, nenuspėjami, permainingi“ [P7] „Iš namų jie ateina nervingi...“ [P2] „...vaikai greitai patiria neigiamų emocijų...“ [P6]	3
	Emociškai jautrūs	„Vaikai labai pergyvena dėl kitų nuomonės ir yra jautrūs“ [P2] „Vaikai emociškai jautrūs, pažeidžiami ir uždari...“ [P7] „...nors vaikai labai skirtingi, tačiau pastebiu, jog labai jautriai reaguoja į įvairius aplinkos dirgiklius“ [P5] „Šiandienos vaikai jautresni. Ypač daugėja specialiųjų ugdymosi poreikių turinčių vaikų“ [P1]	5
	Drąsūs	„Vaikai labai skirtingi, iš įvairiausių šeimų. Dauguma drąsūs, labai jautrūs. Kiekvienas vaikas labai individualus. Dažnai pasitaiko kalbos vystymosi sutrikimų“ [P5]	2
<b>Iš viso:</b>			<b>17</b>

\*Informantų pasisakymų skaičius nesutampa su informantų skaičiumi, nes tiriamieji pateikė keletą reikšmių.

Tyrimo rezultatai suskirstyti į penkias kategorijas, iš kurių viena kategorija siejama su teigiamu alfa kartos vaikų bruožu – drąsa (2); trys kategorijos siejamos su neutraliomis, tačiau galinčiomis turėti neigiamų bendravimo, elgesio, mokymosi pasekmių savybėmis – impulsyvumu, išsiblaškyumu (4), emocionalumu, nervingumu (3), emociniu jautrumu (5); dvi kategorijos susijusios su neigiamais alfa kartos vaikų bruožais – vaikai sunkiai bendraujantys (2), nemoka išlaikyti dėmesio (1).

Ikimokyklinio ugdymo mokytojai pastebi, kad alfa kartos vaikams būdinga drąsa, tačiau jie yra emociškai jautrūs, emocionalūs, impulsyvūs, išsiblaškę. Pažymima, kad šios kartos vaikai sunkiai išlaiko dėmesį, jiems sunku bendrauti.

Vykdamas interviu mokytojų prašyta įvardyti ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos stiprinimo ir ugdymo veiksmus (6 lentelė).



6 lentelė. Vaikų emocinės sveikatos ugdymo veiksniai

Kategorija	Subkategorija	Patvirtinantys teiginiai	Pasiskirstymų skaičius
Vaikų emocinės sveikatos ugdymo veiksniai	Saugumo užtikrinimas	„Pirmiausia vaikas turi jaustis saugus, ištikus bėdai, bus atkreiptas dėmesys, galės pasiguosti“ [P2]	3
	Kokybiško laiko su vaiku leidimas	„Kokybiškas laikas su vaiku, kad vaikas augtų saugus ir laimingas“ [P1]	3
	Mokymas(is) pažinti ir tinkamai reikšti jausmus	„Svarbu mokyti vaiką pažinti savo jausmus, mokyti teisingai reikšti savo emocijas“ [P9]	3
	Dėmesingumas vaiko gebėjimams ir jo fiziniam aktyvumui	„Daugiau dėmesio sutelkti vaiko gebėjimų ir fizinio aktyvumo ugdymui“ [P10]	2
<b>Iš viso:</b>			<b>11</b>

\*Informantų pasisakymų skaičius nesutampa su informantų skaičiumi, nes tiriamieji pateikė keletą reikšmių.

Mokytojų nuomonės šiuo klausimu pasiskirstė beveik vienodai. Jie mano, kad siekiant stiprinti ir ugdyti emocinę sveikatą svarbu užtikrinti vaiko saugumą (3), akcentuojant šiltus mokytojo ir vaiko tarpusavio santykius, glaudų tarpusavio ryšį, pasitikėjimo skatinimą. Kitas veiksnys – kokybiško laiko su vaiku leidimas (3), įprasminamas pažinimo, aktyvios veiksenos, socializacijos plėtra, teigiamų emocijų patyrimu. Mokytojų nuomone, svarbu mokyti vaikus pažinti savo jausmus ir tinkamai juos reikšti (3), nes tai leidžia gana anksti išmokyti valdyti emocijas. Pažymima, kad svarbu kreipti dėmesį į vaiko gebėjimų ugdymą, taip skatinama jo raida, kaupiama patirtis, skatinamas fizinis aktyvumas (3), padedantis įveikti neigiamas emocijas, leidžiantis atsipalaiduoti ir patirti judėjimo džiaugsmą.

Mokytojų nuomone, vienodai svarbūs veiksniai, padedantys ugdyti ikimokyklinio amžiaus vaikų sveikatą yra: saugumo užtikrinimas, kokybiško laiko su vaiku leidimas, mokymas(is) pažinti ir tinkamai reikšti jausmus, dėmesingumas vaiko gebėjimams ir jo fiziniam aktyvumui.

Siekiant sužinoti mokytojų taikomus emocinės sveikatos ugdymo(si) būdus klausta, kokiais mokymo(si) metodais ir kitais būdais jie ugdo savo grupės vaikų emocinę sveikatą? (7 lentelė).

Tyrimo rezultatai atskleidė, kad ikimokyklinio ugdymo mokytojai, siekdami užtikrinti vaikų emocinę sveikatą, taiko įvairius mokymo(si) metodus ir kitus būdus, pvz.: „Vaikų jausmai ir emocijos pasireiškia kasdien, kyla įvairios konfliktinės situacijos, tad įvairių užsiėmimų metu, skaitydami, kalbėdamiesi, žaisdami, bandome jas išspėsti“ (P1). Šio amžiaus tarpsnio vaikų ypatumai lemia, kad vienas iš efektyviausių vaikų mokymo(si) būdų yra žaidimai. Daugelio tyrime dalyvavusių mokytojų teigimu, emociniam ugdymui(si) ypač tinka žaidimai grupėse, porose ar savarankiški žaidimai (8). Nemažai tiriamųjų teigė, kad emocinę vaikų sveikatą padeda ugdyti suderintas dienos režimas (6), leidžiantis reguliuoti vaikų aktyvios fizinės ir protinės veiklos bei poilsio procesus, jų kaitą, siekiant išvengti nuovargio. Kaip svarbų emocinės sveikatos stiprinimo ir ugdymo(si) būdą mokytojai įvardijo pagyrimus ir paskatinimą (6), kurie padeda įtvirtinti tinkamą elgesį bei stiprina socialinius santykius. Mokytojai pažymėjo ir pokalbių su vaikais vertingumą (5). Tačiau kai kurie jų pažymėjo, kad dėl didelio vaikų skaičiaus grupėse „pokalbio metu vaikams sunku sulaukti savo eilės ir išklausti visus draugus. Norėtųsi skirti daugiau laiko kiekvienam vaikui individualiai“ [P8]. Mokytojų patirtys rodo „Kimochio“ ir „Zipio draugų“ programų naudingumą (4), pvz., „Zipio draugų“ valandėlės metu vaikams patinka istorijos, jie noriai pasakoja savo paslaptis. Mokau ieškoti išeičių iš susidariusių situacijų, aptariame, kaip dar buvo galima pasielgti“ [P3].

7 lentelė. Mokymo(si) metodai ir kiti vaikų emocinę sveikatą užtikrinantys būdai

Kategorija	Subkategorija	Įrodantys teiginiai	Pasiskirstymų skaičius
Mokytojų taikomi mokymo(si) metodai ir kiti vaikų emocinę sveikatą užtikrinantys būdai	Pokalbiai	„...per pokalbius, skaitomus pasakojimus“ [P6]	5
	Pagyrimai ir paskatinimai	„Siekdama skatinti vaikų teigiamas emocijas naudoju pagyrimus, paskatinimus“ [P6]	6
	Savarankiška veikla	„...skatinu vaikus savarankiškai priimti sprendimus, leidžiu patiems rinktis ir veikti“ [P5]	1
	Suderintas dienos režimas	„Laikomės tinkamo darbo ir poilsio režimo...“ [P8] „Dėmesys vaikui kasdien“ [P4] „Nuosekliai laikomės taisyklių, ritualų...“ [P5]	6
	Programos „Kimochis“ ir „Zipio draugai“	„Ugdome savo grupės vaikų emocinę sveikatą pasitelkę „Kimochio“ žaislus“ [P10] „...„Zipio draugai“ puikiai paruošta medžiaga, vaizdinės priemonės, įvairūs žaidimai, pasakojimai“ [P8]	4
	Projektai	„Projektai, susiję su sveikatingumo savaitėmis“ [P7]	3
	Dailės terapija	„Piešimo metu mokomi savaip išreikšti savo nuotaiką, atsipalaiduoti“ [P9]	3
	Žaidimai	„Įvairūs grupiniai žaidimai“ [P4] „Žaidimų metu mokomės pralaimėti. Užsiėmimų metu savarankiškai atlikti užduotis“ [P2]	8
	Nusiramino pertraukėlės	„Ramios muzikos klausymasis, popieriaus glamžymas / plėšymas, apkabinimas, kvėpavimo pratimai“ [P3]	1
	Kasdienės gyvenimiškos situacijos	„Kiekvieną dieną turime įvairių situacijų, kurios gali būti išnaudojamos vaiko emociniam ugdymui ir emocijų pažinimui“ [P1]	3
„Ryto rato“ veiklos	„Dažniausiai ryto rate, pasikvietus į pagalbą „Kimochio“ žaisliuką“ [P10]	1	
<b>Iš viso:</b>			<b>41</b>

\*Informantų pasisakymų skaičius nesutampa su informantų skaičiumi, nes tiriamieji pateikė keletą reikšmių.

Užtikrinant ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinę sveikatą taikomi ir kiti mokymo(si) būdai: projektai (3) („Dalyvaujame „Mažųjų žaidynėse“, „Futboliuke“. Šie projektai ne tik skatina vaikų fizinį aktyvumą, bet ir pasitikėjimą savimi, bendruomeniškumą. Vaikai mokosi patirti ne tik laimėjimą, bet ir pralaimėjimą“ [P4]); dailės terapija (3); kasdienės gyvenimiškos situacijos, kurios gali būti pasitelkiamos kaip emocijų pažinimo ir valdymo mokymo(si) būdas (3), pasitelkiama savarankiška vaikų veikla (1); nusiramino pertraukėlės (1); „Ryto rato“ veiklos (1).

Apibendrinant galima teigti, kad ikimokyklinio ugdymo mokytojai, siekdami užtikrinti vaikų emocinę sveikatą, taiko įvairius mokymo(si) metodus ir kitus būdus. Reikšmingiausi šio amžiaus vaikams metodai ir kiti būdai yra: žaidimai, pagyrimai ir paskatinimai, suderintas dienos režimas, specialios programos ir kt.

Ikimokyklinio ugdymo mokytojų klausėme, kokių problemų kyla stiprinant ir ugdant ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinę sveikatą? (žr. 8 lentelę).



8 lentelė. Problemos, kylančios stiprinant ir ugdant ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinę sveikatą

Kategorija	Subkategorija	Patvirtinantys teiginiai	Pasiskirstymų skaičius
Problemos, kylančios stiprinant ir ugdant vaikų emocinę sveikatą	Didelis vaikų skaičius grupėse	„Didelis vaikų skaičius grupėje. Visi skirtingi, visi nori būti pastebėti, įvertinti“ [P2] „Mokytojui nepakanka laiko kiekvienam vaikui skirti individualiai, vaikų labai daug“ [P1]	3
	Socialinių ir kasdienių gyvenimo įgūdžių stoka	„Vaikai sunkiai socializuojasi, jiems trūksta kasdienių gyvenimo įgūdžių. Jie nemoka bendrauti, reikšti mintis, dirbti kartu ir siekti bendrų tikslų“ [P6]	4
	Laiko stoka	„Laiko stoka individualiam darbui su vaiku“ [P10]	1
	Tėvų bendradarbiavimo stoka ir nenoras įsitraukti į ugdymo procesą	„...pastebiu tėvų neigiamas nuostatas vaikų emocinės sveikatos atžvilgiu“ [P7] „Pasigendu aktyvesnio tėvų bendradarbiavimo, gerinant vaiko emocinę sveikatą“ [P9] „Tėvai sunkiai pripažįsta emocinius sunkumus“ [P4]	6
	Priemonių trūkumas	„...dar nepakanka ugdymui priemonių“ [P8] „Kokybiškam darbui reikalingų priemonių trūkumas“ [P1]	2
	Specialių mokymų pedagogams stoka	„...pedagogams būtų vertingi seminarai apie konkrečius metodus ir veiklas, kurie padėtų gerinti vaikų emocinę būklę“ [P2]	1
<b>Iš viso:</b>			<b>17</b>
Problemų sprendimo galimybės	Vaikų skaičiaus grupėse mažinimas	„Mažinti vaikų skaičių grupėse“ [P3]	5
	Didesnis finansavimas	„Dėl finansų stokos negalime įsigyti naujų ir šiuolaikinių priemonių, žaislų...“ [P8]	3
	Tėvų švietimas ir įtraukimas	„Didesnis tėvų švietimas apie vaikų emocinės sveikatos saugojimą ir stiprinimą“ [P3] „Susirinkimai su sveikatos specialistais, einamieji grupės projektai, į kuriuos įtraukti ir tėvus“ [P10] „Kuo daugiau bendrauti su vaiko šeima, globėjais ar socialiniu darbuotoju“ [P1]	6
	Pagalbos vaikui ir kitų specialistų įtraukimas į emocinės sveikatos ugdymo(si) veiklas	„Pasikviesti sveikatos specialistę į ryto rato veiklas“ [P7] „Kreiptis (jei būtina nukreipti tėvus į specialistus) suteikti vaikui būtiną pagalbą“ [P1]	4
	Mokytojo padėjėjo vaidmens didinimas	„Pedagogui labai reikia papildomų rankų. Čia galėtų daugiau funkcijų atlikti pedagogo padėjėjas“ [P4]	2
	Problemų sprendimas	„Iškilusių problemų sprendimus aptarti vėliau, kitą dieną, svarbiausia kalbėti, išsiaiškinti, kas įvyko ir kodėl“ [P2]	1
	Pedagogų kvalifikacijos tobulinimas, dalijimasis patirtimi	„Kvalifikacijos tobulinimo galimybės, mokslinės literatūros analizė“ [P9] „Seminarai, literatūra, dalijimasis patirtimi su kolegomis“ [P8]	2
	<b>Iš viso:</b>		

\*Informantų pasisakymų skaičius nesutampa su informantų skaičiumi, nes tiriamieji pateikė keletą reikšmių.

Nemaža mokytojų dalis pastebi tėvų bendradarbiavimo su pedagogu stoką ir nenorą įsitraukti į vaikų emocinės sveikatos stiprinimo bei ugdymo procesą (6). Pedagogai pažymi, kad tėvai nenori pripažinti vaikų patiriamų emocinių sunkumų. Vaikų socialinių ir kasdienių gyvenimo įgūdžių stoka neigiamai veikia socializacijos procesą, kuris ypač reikšmingas vaikui pradėjus lankyti ikimokyklinio ugdymo įstaigą (4). Ikimokyklinio ugdymo mokytojai pažymi, kad didelis vaikų skaičius grupėje apsunkina mokytojo darbą, sudėtinga skirti pakankamai dėmesio kiekvienam vaikui (3). Mokytojai skiria ir kitas vaikų emocinės sveikatos stiprinimo bei ugdymo problemas ikimokyklinio ugdymo įstaigoje: mokymo priemonių trūkumas (2); laiko stoka (1); ribotos pedagogų kompetencijų tobulinimo galimybės (1). Mokytojai mato šias problemų sprendimo galimybes: tėvų švietimas ir įtraukimas (6); vaikų skaičiaus grupėse mažinimas (5); pagalbos vaikui ir kitų specialistų įtraukimas į emocinės sveikatos ugdymo(si) veiklas (4); didesnis finansavimas (3); pedagogų kvalifikacijos tobulinimas (2); mokytojo vaidmens didinimas (2); problemų sprendimas, nepaliekant jų neišspręstų (1).

Galima teigti, kad stiprinant ir ugdant ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinę sveikatą kyla nemažai problemų. Pažymėtina tėvų bendradarbiavimo ir įsitraukimo į ugdymo procesą bei vaikų socialinių ir kasdienių gyvenimo įgūdžių stoka, didelis vaikų skaičius grupėse ir kt. Šioms problemoms spręsti būtini įvairūs išteklių: didesnis ugdymo proceso finansavimas sveikatai palankios ugdymo(si) aplinkos kūrimo, kvalifikacijos tobulinimo reikmėms; vaikų skaičiaus grupėse mažinimas, mokytojo padėjėjo vaidmens didinimas ir kt.

## Išvados

Mokslinėje literatūroje aptinkama įvairių emocinės sveikatos apibrėžimų, kurie iš esmės panašūs, tačiau turi ir kai kurių skirtumų: vieni autoriai emocinę sveikatą sieja su gebėjimais, kiti – su emociniu ir dvasiniu atsparumu. Ikimokyklinio ugdymo mokytojų nuomonės dėl emocinės sveikatos sampratos rodo jos daugiaspektiškumą: jie emocinę sveikatą sieja su gebėjimais išgyventi, valdyti emocijas ir gera savijauta. Pažymėtinos emocinės sveikatos sąsajos su kitais mokytojų išskirtais parametrais: emociniu ir dvasiniu atsparumu, nuotaikų įvairove, visaverčiu gyvenimu.

Ikimokyklinio ugdymo mokytojai akcentuoja emocinės sveikatos svarbą vaiko socializacijai. Mokytojų praktikų įžvalgos patvirtino emocinės ir socialinės vaiko sveikatos ryšį, nes gera emocinė vaiko sveikata sudaro efektyvesnės jo socializacijos prielaidas. Pabrėžtina vaiko emocinės sveikatos svarba asmenybės tapimo, geresnių mokymo(si) pasiekimų ir efektyvesnės komunikacijos kontekste. Išryškėjo šie vaikų emocinės sveikatos ugdymo(si) ypatumai ikimokyklinio ugdymo įstaigoje: vaikų emocinę sveikatą lemia alfa kartos vaikų bruožai: jiems būdinga drąsa, tačiau šios kartos vaikai yra emociškai jautrūs, emocionalūs, impulsyvūs, išsiblaškę, sunkiai išlaiko dėmesį, be to, jiems sunku bendrauti. Taigi svarbu pasirinkti tikslingas ugdymo(si) formas ir būdus, atsižvelgiant į šios kartos vaikų bruožus. Emocinės sveikatos ugdymą(si) lemia teigiami veiksniai, sudarantys šio proceso efektyvumo prielaidas: saugumo užtikrinimas, kokybiško laiko su vaiku leidimas, mokymas(is) pažinti ir tinkamai reikšti jausmus, dėmesys vaiko gebėjimams ir jo fiziniam aktyvumui.

Mokytojų nuomonių analizė atskleidė vaikų emocinės sveikatos ugdymo(si) galimybes ikimokyklinio ugdymo įstaigoje: mokytojų patirtys rodo, kad ugdymo procese tikslinga taikyti žaidimų, pagyrimų ir paskatinimų, pokalbių metodus, išnaudoti įvairių programų („Kimocho“ ir „Zipio draugų“ ir kt.), projektinės ir kitų veiklų (pvz., „Ryto rato“), dailės terapijos, nusiramino pertraukėlių, kasdienių gyvenimiškų situacijų, savarankiškos vaikų veiklos teikiamas galimybes. Tačiau vaikų emocinės sveikatos ugdymo(si) procese ikimokyklinio ugdymo įstaigoje kyla problemų (tėvų bendradarbiavimo ir įsitraukimo į ugdymo procesą bei vaikų socialinių ir kasdienių gyvenimo įgūdžių stoka, didelis vaikų skaičius grupėse ir kt.), kurias būtina spręsti. Tam reikia įvairių priemonių: didinti finansavimą, siekiant gerinti ugdymo kokybę ir kurti sveikatai palankią ugdymo(si) aplinką; tobulinti mokytojų kvalifikaciją vaikų emocinės sveikatos ugdymo klausimais; mažinti vaikų skaičių grupėse; didinti mokytojo padėjėjo vaidmenį ir kt.

Vaikų emocinės sveikatos ugdymo(si) ikimokyklinio ugdymo įstaigoje tyrimo, analizuojant mokytojų nuomones ir patirtis, ribotumas susijęs su kokybiniais tyrimams būdingu subjektyvumu. Nors kokybinis tyrimas įgyvendintas pagal visus šiems tyrimams keliamus reikalavimus, jo išvadų negalima taikyti visam

ikimokyklinio ugdymo mokytojų kontingentui. Tyrimo rezultatai yra autentiški ir būdingi tik šiame tyrime dalyvavusiems asmenims. Tyrimo radiniai leidžia numatyti tolesnius šio reiškinių tyrimus, siekiant susidaryti platesnį analizuotos problemos vaizdą, pasitelkus kiekybinio tyrimo strategiją. Būtų tikslinga atlikti vaikų emocinės sveikatos bei jos ugdymo(si) ikimokyklinio ugdymo įstaigoje ir / ar šeimoje situacijos analizę šalies mastu.

## Literatūra

- Abdolazadeh, Z., Bigdeli, I., Mashhadi, A. (2018). The Prevalence of behavioral Problems Among Primary School Children in Outskirts of Maashhad city, Iran. *Iranian Journal of Psychiatry Behavioral Sciences*, 12 (2), e10050. DOI: <https://10.5812/ijpbs.10050>
- Baker-Henningham, H. (2014). The role of early childhood education programmes in the promotion of child and adolescent mental health in low- and middle-income countries. *International Journal of Epidemiology*, 43, 407–433. DOI: <https://10.1093/ije/dyt226>.
- Bronislovas, B., Rupšienė, L., Žydžiūnaitė, V. (2008). *Kokybinių tyrimų metodologija*. Leidėjas: Socialinių mokslų kolegija.
- Castilho, P., Carvalho, S. A., Marques, S., Pinto-Gouveia, J. (2017). Self-compassion and emotional intelligence in adolescence: A multigroup mediational study of the impact of shame memories on depressive symptoms. *Journal of Child and Family Studies*, 3, 759–768. DOI: <https://10.1007/s10826-016-0613-4>.
- Clarke, T. (2020). Children's wellbeing and their academic achievement: The dangerous discourse of 'trade-offs' in education. *Theory and Research in Education*, 18 (3), 263–294. DOI: <https://10.1177/1477878520980197>.
- Collishaw, S., Sellers, R. (2020). Trends in Child and Adolescent Mental Health Prevalence, Outcomes, and Inequalities. *Mental Health and Illness of Children and Adolescents*, 63–73. DOI: [https://10.1007/978-981-10-2348-4\\_9](https://10.1007/978-981-10-2348-4_9).
- Harikrishnan, U., Sailo, G. L. (2021). Prevalence of emotional and behavioral problems among school-going adolescents: A cross-sectional study. *Indian Journal of Community Medicine*, 46, 232–235. DOI: [https://10.4103/ijcm.IJCM\\_451\\_20](https://10.4103/ijcm.IJCM_451_20).
- Hille, K., Evanschitzky, P., Bauer, A. (2015). *3–6 metų vaiko raida. Psichologijos pagrindai ikimokyklinio amžiaus vaikų ugdytojams*. Vilnius: Tyto alba.
- Justicia-Arráez, A., Pichardo, M. C., Romero-López, M., Alba, G. (2021). Can We Manage Behavioral Problems through the Development of Children's Social-Emotional Regulated Behavior? Longitudinal Study of a Preschool Program. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18, 8447. DOI: <https://10.3390/ijerph18168447>.
- Ikimokyklinio amžiaus vaikų pasiekimų aprašas*. (2016). Švietimo ir mokslo ministerijos Švietimo aprūpinimo centras. <https://www.nsa.smm.lt/wp-content/uploads/2020/01/ikimokyklinio-amziaus-vaiku-pasiekimu-aprasas.pdf>
- Kardelis, K. (2017). *Mokslinių tyrimų metodologija ir metodai*. Mokslo ir enciklopedijų leidybos centras.
- Lietuvos Respublikos švietimo įstatymo Nr. I-1489 2, 7, 8, 24, 36, 47 ir 67 straipsnių pakeitimo įstatymas*. (2020). Lietuvos Respublikos Seimas. <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAP/dee2f4701a9f11eb9604df942ee8e443>.
- Macijauskienė, A., Norvilienė, A. (2018). Alfa kartos vaikų bruožai ir ugdymo(-si) ypatumai: pedagogų nuomonė. *Scientific Research in Education*, 2, 76–86. <https://lera.lt/wp-content/uploads/2021/12/Scientific-Research-in-Education-Vol-2.pdf>.
- Martinsonė, B., Supe, I., Stokenberga, I., Damberga, I., Cefai, C., Camilleri, L., Bartolo, P., O'Riordan, M. R., Grazzani, I. (2022). Social Emotional Competence, Learning Outcomes, Emotional and Behavioral Difficulties of Preschool Children: Parent and Teacher Evaluations. *Frontiers in Psychology*, 12, 760782. DOI: <https://10.3389/fpsyg.2021.760782>.
- Mengxia, L. (2024). Preschoolers' cognitive flexibility and emotion understanding: a developmental perspective. *Frontiers in Psychology*, 15, 1280739. DOI: <https://10.3389/fpsyg.2024.1280739>.
- Nacionalinis emocinės gerovės centras (NCEW). (2024). *What is emotional health and well-being?* <https://www.medicalnewstoday.com/articles/emotional-wellbeing>.
- Ogundele, M. O. (2018). Behavioural and emotional disorders in childhood: A brief overview for paediatricians. *World Journal Clinical Pediatrics*, 7 (1), 9–26. DOI: <https://10.5409/wjcp.v7.i1.9>.
- Otto, F., Reiss, F., Voss, C., Wüstner, A., Meyrose, A. K., Hölling, H., Ravens-Sieberer, U. (2021). Mental health and well-being from childhood to adulthood: design, methods and results of the 11-year follow-up of the BELLA study. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 30, 1559–1577. DOI: <https://10.1007/s00787-020-01630-4>.
- Priešmokyklinio, pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo bendrosios programos*. (2022). Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministerija. Vilnius, 2022-08-24, Nr. 17452. <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/45f3b02523e311edb36fa1cf41a91fd9?positionInSearchResults=0&searchModelUUID=0930658b-09d3-4617-9b69-3e37720373e6>.

- Pons, F., Harris, P. L., de Rosnay, M. (2004). Emotion comprehensions between 3 and 11 years: developmental periods and hierarchical organization. *European Journal of Developmental Psychology*, 1, 127–152. DOI: [https://10.1080/17405620344000022](https://doi.org/10.1080/17405620344000022).
- Rupšienė, L. (2007). *Kokybinio tyrimo duomenų rinkimo metodologija*. Klaipėda: Klaipėdos universiteto leidykla.
- Speidel, R., Wong, T. K. Y., Al-Janaideh, R., Colasante, T., Malti, T. (2023). Nurturing child social-emotional development: evaluation of a pre-post and 2-month follow-up uncontrolled pilot training for caregivers and educators. *Pilot and Feasibility Studies*, 9, 148. DOI: [https://10.1186/s40814-023-01357-4](https://doi.org/10.1186/s40814-023-01357-4).
- Trigueros, R., Sanchez-Sanchez, E., Mercader, I., Aguilar-Parra, J. M., López-Liria, R., Morales-Gázquez, M. J., Fernández-Campoy, J. M., Rocamora, P. (2020). Relationship between Emotional Intelligence, Social Skills and Peer Harassment. A Study with High School Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17 (12), 4208. DOI: [https://10.3390/ijerph17124208](https://doi.org/10.3390/ijerph17124208).
- Thompson, A. (2018). Study on The Alpha Generation and the Reflections of its Behavior in the Organizational Environment. *Journal of Research in Humanities and Social Science*, 6 (1), 9–19.

## THE DEVELOPMENT OF CHILDREN'S EMOTIONAL HEALTH AT PRE-SCHOOL: THE OPINIONS AND EXPERIENCE OF TEACHERS

NERINGA STRAZDIENĖ, GITANA TOLUTIENĖ  
Klaipėda University (Lithuania)

### Summary

The foundations of a child's emotional health are established at a pre-school age, in order to develop the optimal physical, emotional, social and cognitive maturity of a child, and successful readiness to start school. The question was posed: what are the specifics and possibilities of children's emotional health education at pre-school?

The aim of the study is to reveal the opinions and experiences of pre-school teachers in terms of the specifics and possibilities of children's emotional health education at a pre-school educational institution.

Research methods: analysis of scientific literature and documents, interviews and qualitative analysis of data.

Interviews were taken from ten people from five pre-school educational institutions in the west Lithuania region. The qualitative study was conducted in September and October 2023. The interviewees agreed voluntarily to participate in the study. During the research, ethical principles of the study were observed. Content analysis and descriptive-interpretive analysis were used to process the data.

Pre-school teachers emphasise the importance of emotional health in children's socialisation. A child's emotional health plays an important part in the context of becoming a person, achieving better educational results, and engaging in more effective communication.

The study revealed the following features of children's emotional health education at pre-school: children's emotional health is conditioned by the traits of alpha-generation children, namely they are courageous. However, on the other hand, children of this generation are emotionally sensitive, emotional, impulsive, distracted, have difficulty paying attention, and have difficulty communicating. The development of emotional health is conditioned by positive factors such as: ensuring safety, spending quality time with a child, helping them understand and properly express feelings, attention to a child's abilities, and his physical activity.

The analysis of teachers' opinions highlighted the possibilities for children's emotional health education at pre-school: the experience of teachers shows that in the teaching process it is advisable to apply the methods of games, praise and encouragement, and conversation, to employ the techniques of various programmes, projects and other activities, art therapy, calming breaks, and everyday life situations, and to provide an opportunity for independent activities. However, different problems arise in the process of developing children's emotional health at pre-school, such as a lack of cooperation and involvement of parents in the education process, the lack of children's social and everyday life skills, the large number of children in groups, etc.

KEY WORDS: *pre-schoolers, emotional health education, pre-school, teachers' opinions and experience.*

JEL CODES: I12, I21, I31.

*Gauta: 2024-03-07*

*Priimta: 2024-03-15*

*Pasirašyta spaudai: 2024-03-22*