Содержание

Введение

. Эмоции как механизм регуляции поведения личности

.1 Определение понятия "эмоции"

.2 Классификация эмоций

. Особенности эмоциональной сферы младших школьников

.1 Эмоциональная сфера личности младших школьников как объект исследования в психологии

.2 Возрастные особенности эмоционально-волевой сферы младших школьников

. Эмпирическое исследование

.1 Программа исследования

.2 Результаты исследования, их интерпретация

Заключение

Список литературы

Приложение

Введение

Одно из проявлений отражательной психической деятельности человека - формы переживания человеком своего отношения к различным объектам - это чувства и эмоции. Чувства и эмоции возникают в процессе деятельности и влияют на ее протекание. Чем старше человек, тем более сложны и своеобразны формы их выражения. Человек научается управлять своими переживаниями и их проявлениями. Чувства и эмоции выполняют регулирующую, сигнальную функцию, функцию оценки хода и результатов деятельности, мобилизационную, интегративно-защитную функции.

В возрастной и педагогической психологии младший школьный возраст занимает особое место: в этом возрасте осваивается учебная деятельность, формируется произвольность психических функций, возникают рефлексия, самоконтроль, а действия начинают соотноситься с внутренним планом. Такие достижения связаны с изменениями в потребностно-мотивационной сфере, развитием психических процессов (особенно в интеллектуально-познавательной сфере), что ведёт и к изменениям в эмоциональной сфере.

В психолого-педагогических исследованиях обобщены научные данные изучения эмоциональной сферы младших школьников (Г. Мюнстерберг, С.Л. Рубинштейн, Л.С. Выготский и др.).

Изучением особенностей эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста занимались такие учёные, как К. Бюлер, Ф. Гудинаф, А.М. Прихожан, А.В. Запорожец.

Проблема эмоциональных нарушений рассматривается с различных позиций у Л.И. Божович, В.В. Лебединского, Ю.М. Миланич, В.С. Мухиной, О.С. Никольской, В.А. Прокофьевой.

Учёные доказали, что начало обучения в школе порождает существенные изменения в эмоциональной жизни детей. У младших школьников постепенно развивается умение владеть своими эмоциями, хотя они ещё не могут сдерживать проявления своих эмоций. В связи с этим вопрос изучения и диагностики эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста актуален и требует постоянного развития, что находит своё отражение в поиске новых диагностических методов и приёмов по коррекции эмоциональной сферы младших школьников.

Возросший в последнее время интерес к изучению эмоциональной сферы обусловлен тем, что выяснение закономерностей эмоционально-волевого развития может значительно углубить и понимание механизмов развития интеллекта и личности в целом.

Учитывая важность воспитания эмоциональных качеств у младшего школьника, а также роль эмоций в формировании сознательного управления поведение на последующих этапах развития, можно говорить об актуальности исследования данной проблемы для педагогов-психологов, работающих в школах.

Объект исследования - дети младшего школьного возраста. Предмет - особенности эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста.

Методы исследования:

1. Эмпирические методы исследования (диагностические методики, тесты).

2. Количественные и качественные методы обработки результатов исследования.

База исследования: СОШ №50 г. Мурманска. Выборка: учащиеся 2 "А" класса.

Гипотезой выступает предположение о том, что эмоциональная сфера детей младшего школьного возраста неустойчива.

В связи с актуальностью темы была сформулирована цель курсовой работы: изучение особенностей эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

- проанализировать психолого-педагогическую литературу по теме4

- исследовать особенности развития эмоциональной сферы в младшем школьном возрасте;

- рассмотреть методы исследования эмоциональной сферы младших школьников;

- провести эмпирическое исследование особенностей эмоционально-волевой сферы детей младшего школьного возраста.

Структура работы обусловлена целью и задачами, потому включает введение, три главы, заключение, список литературы и приложения.

1. Эмоции как механизм регуляции поведения личности

.1 Определение понятия "эмоции"

Анализ справочной литературы показал, что в различных словарях предлагается различное определение эмоций. Так, в Большом психологическом словаре эмоции рассматриваются как "особый класс психический процессов и состояний (человека и животных), связанных с инстинктами, потребностями, мотивами и отражающих в форме непосредственного переживания (удовлетворения, радости, страха и т.д.) значимость действующих на индивида явлений и ситуаций для осуществления его жизнедеятельности".

В словаре И.М. Кондакова эмоции трактуются как "психические процессы, связанные с не посредственной оценкой значимости для индивида действующих на него факторов, выражаются, прежде всего, в форме непосредственных переживаний удовлетворения или неудовлетворения. Они являются одним из главных регуляторов деятельности. Главная особенность человеческих эмоций состоит в том, что в общественно-исторической практике был выработан особый эмоциональный язык, который может передаваться как некое общепринятое описание".

В "Новейшем психологическом словаре" дано следующее определение: "эмоция - психическое отражение в форме непосредственного пристрастного переживания смысла жизненных явлений и ситуаций, обусловленного отношением их объективных свойств к потребностям субъекта. Эмоции - непременные компоненты жизнедеятельности, могучее средство активизации сенсорно-перцептивной деятельности личности".

В энциклопедии М.И.Еникеева эмоция определяются как "психический процесс импульсивной регуляции поведения, основанный на чувственном отражении потребностной значимости внешних воздействий, их благоприятности или вредности для жизнедеятельности организма".

В Российской социологической энциклопедии эмоции характеризуются как "особый класс психических процессов и состояний, характеризующий отношение человека к окружающему миру". Здесь же рассматривается основная функция эмоций, которая заключается "в регуляции активности субъекта путем оценки значимости внешних и внутренних сигналов для его жизнедеятельности в целом". В энциклопедии также указывается, что для "определения понятия эмоция необходимо учитывать три составных: субъективное переживание эмоций в форме удовольствия или неудовольствия, страха, радости и т.п.; процессы, происходящие в нервной, дыхательной, сердечно-сосудистой и др. системах организма; выразительные комплексы эмоций, поддающиеся внешнему наблюдению".

"Эмоции человека, - как указывается в энциклопедии, - можно разделить на эмоциональные реакции; эмоциональные состояния; эмоциональные отношения, или чувства. В обыденном языке эмоции часто употребляют как синоним чувства. Формирование эмоций человека - важнейшее условие развития его личности".

Наши отечественные психологи указывали на важность эмоциональной сферы личности. Так С.Л. Рубинштейн считает, что эмоцию нужно рассматривать как форму существования и развития потребностей. "Основной исходный момент, определяющий природу и функцию эмоций, заключается в том, что в эмоциональных процессах устанавливается связь, взаимоотношение между ходом событий, совершающимся в соответствии или вразрез с потребностями индивида, ходом его деятельности, направленной на удовлетворение этих потребностей, с одной стороны, и течением внутренних органических процессов, захватывающих основные витальные функции, от которых зависит жизнь организма в целом, - с другой; в результате индивид настраивается для соответствующего действия или противодействия".

По мнению П.Я. Гальперина чувства и эмоции можно рассматривать как "своеобразные и притом могущественные способы ориентировки в жизненно важных обстоятельствах…Этого рода ориентировку нельзя заменить ниинтеллектуальным решением, ни волевым усилием". В.К. Вилюснас считает, что как субъективные состояния (или переживания) эмоции - одни из наиболее ярко обнаруживающихся феноменов внутренней жизни человека. "Процессы мотивации, - пишет В.К. Вилюнас, - на уровне субъективного образа презентуются эмоциональными переживаниями, направленными на потребностно значимые предметы и воздействия и открывающими эту значимость субъекту".

Б.Д. Карвасарский считает, что: "Эмоции и чувства - процесс отражения субъективного отношения человека к объектам и явлениям окружающего мира, другим людям и к самому себе в форме непосредственного переживания. Эмоции выражают состояние субъекта и его отношение к объекту".

Г.А. Маклаков заявляет, что в психологии под эмоциями понимают психические процессы, протекающие в форме переживаний и отражающие личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций для жизнедеятельности человека. Следовательно, наиболее существенной характеристикой эмоций является их субъективность. Благодаря эмоциям человек сознает свои потребности и предметы, на которые они направлены. Другая всеобщая черта эмоций, о которой необходимо сказать, - это их содействие в реализации потребностей и достижении определенных целей. Поскольку любая эмоция положительна или отрицательна, человек может судить о достижении поставленной цели. Так, положительная эмоция всегда связана с получением желаемого результата, а отрицательная, наоборот, с неудачей при достижении цели. Таким образом, делает вывод Г.А. Маклаков, "эмоции самым непосредственным образом связаны с регуляцией деятельности человека. Большинство эмоциональных состояний отражается на особенностях поведения человека".

Таким образом, суммируя рассмотренные представления об эмоциях можно сказать, что в психологии эмоциями называют особый класс субъективных психологических состояний, процессы, отражающие личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций для жизнедеятельности человека в форме непосредственных переживаний, ощущений приятного или неприятного отношения человека к миру и людям, процесс и результаты его практической деятельности. Наиболее существенной чертой эмоций является их субъективность.

1.2 Классификация эмоций

Анализ научной литературы позволяет сделать вывод о том, что существует множество классификаций эмоций. Наиболее очевидно разделение эмоций на положительные и отрицательные. Используя критерий мобилизации ресурсов организма, выделяют стенические и астенические эмоции. Стенические эмоции повышают активность, вызывая прилив энергии и подъем, в то время как астенические эмоции действуют противоположным образом. По потребностям отличают низшие эмоции, связанные с удовлетворением органических потребностей, так называемые общие ощущения (голод, жажда и т. д.), которые отличаются от высших эмоций (чувств), социально обусловленных, связанных с общественными отношениями. эмоция поведение школьник психология

По силе и длительности проявлений выделяют несколько видов эмо-ций: аффекты, страсти, собственно эмоции, настроения, чувства и стресс. С.Л. Рубинштейн в книге "Основы общей психологии" дал им характеристику.

Аффекты - это особо выраженные эмоциональные состояния, сопровождаемые видимыми изменениями в поведении человека, который их испытывает. Аффект не предшествует поведению, а как бы сдвинут на его конец. Это реакция, которая возникает в результате уже совершенного действия или поступка и выражает собой его субъективную эмоциональную окраску с точки зрения того, в какой степени в итоге совершения данного поступка удалось достичь поставленной цели, удовлетворить стимулировавшую его потребность.

В аффективном действии в той или иной мере может быть нарушен сознательный контроль в выборе действия. Действие в состоянии аффекта, т. е. аффективное действие, как бы вырывается у человека, а не вполне регулируется им.

Страсть - сильное, стойкое и всеохватывающее чувство, главенствующее над другими чувствами человека и приводящее к сосредоточению на предмете страсти всех его устремлений и сил. Страсти в психологической литературе часто сближают с аффектами. Страсть - это сильное, стойкое, длительное чувство, которое, пустив корни в человеке, захватывает его и владеет им. Характерным для страсти является сила чувства, выражающаяся в соответствующей направленности всех помыслов личности, и его устойчивость; страсть может давать вспышки, но сама не является вспышкой. Страсть всегда выражается в сосредоточенности, собранности помыслов и сил, их направленности на единую цель. В страсти, таким образом, ярко выражен волевой момент стремления; страсть представляет собой единство эмоциональных и волевых моментов; стремление в нем преобладает над чувствованием.

Стресс (эмоциональный) - эмоциональное состояние, возникшее в ответ на разнообразные экстремальные действия (стрессоры), например, угрозу, опасность, обиду и т. д.

Эмоции в узком смысле носят ситуативный характер, выражают оценочное отношение к складывающимся или возможным ситуациям. Собственно эмоции могут слабо проявляться во внешнем поведении, если человек умело скрывает свои эмоции, то вообще трудно догадаться, что он испытывает. Чувства - наиболее устойчивые эмоциональные состояния. Носят предметный характер. Это всегда чувство к чему-то, к кому-то. Иногда их называют "высшими" эмоциями, поскольку они возникают при удовлетворении потребностей более высокого порядка.

Настроение - это состояние, которое окрашивает наши чувства, общее эмоциональное состояние в течение значительного времени. В отличие от эмоций и чувств настроение не предметно, а личностно; оно не ситуативно, а растянуто во времени.

По классификации, предложенной К. Изардом, выделяются эмоции фундаментальные и производные. К фундаментальным относят: интерес - волнение; радость; удивление; горе-страдание; гнев; отвращение; презрение; страх; стыд; вину. Остальные - производные. Из соединения фундаментальных эмоций возникает такое, например, комплексное эмоциональное состояние, как тревожность, которая может сочетать в себе и страх, и гнев, и вину, и интерес- возбуждение.

Выводы по первой главе

Таким образом, эмоции в психологии - это процессы, отражающие личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций для жизнедеятельности человека в форме переживаний.

Эмоции и чувства представляют собой отражение в сознании реальной действительности в форме переживаний. Различные формы переживания (эмоции, аффекты, настроения, стрессы, страсти и др.) образуют в совокупности эмоциональную сферу личности.

Т.е., если эмоции - отношение человека к миру, к тому, что он испытывает и делает, в форме непосредственного переживания, то эмоциональная сфера - совокупность переживаний человеком своего отношения к окружающей действительности и к самому себе.

2. Особенности эмоциональной сферы младших школьников

.1 Эмоциональная сфера личности младших школьников как объект исследования в психологии

Прослеживая путь развития эмоциональной сферы ребенка, Г. Мюнстерберг в начале XX века писал: "Вначале чувствования вызываются только состояниями собственного тела ребенка. Голод, усталость и физическое раздражение неприятны, легкое возбуждение и принятие пищи - приятны; позднее предметы внешнего мира и люди доставляют удовольствие или неудовольствие, а затем, наконец, достигается та стадия, когда вещи заменяются словами, и объекты мысли становятся источниками удовлетворения и неудовлетворения".

Сходная динамика развития эмоциональной сферы ребенка дается и С.Л.Рубинштейном: "Эмоциональное развитие человека проходит… путь, аналогичный пути его интеллектуального развития: чувство, как и мысль ребенка, сначала поглощено непосредственно данным; лишь на определенном уровне развития оно высвобождается от непосредственного окружения - родных, близких, в которое ребенок врос, и начинает сознательно направляться за пределы этого узкого окружения. Заодно с перемещением эмоций от единичных и частных объектов в область общего и абстрактного, происходит другой, не менее показательный сдвиг - чувство становится избирательным".

По мнению Л.С. Выготского эмоции с развитием ребенка не подавляются и ослабляются, а кривая развития эмоций идет вверх от аутистического мышления, когда эмоции играют скорее ведомую роль интеллектуального процесса, к реалистическому интеллектуальному процессу, вернее происходит "синтез интеллектуального и эмоционального процесса".

К. Бюлер (1930) показал, как с возрастом развиваются положительные эмоции. Момент переживания удовольствия в детских играх сдвигается по мере развития ребенка: у малыша удовольствие возникает в момент получения желаемого результата. На следующей ступени развития удовольствие доставляет не только результат, но и сам процесс игры. На третьей ступени у детей постарше появляется предвосхищение удовольствия в начале игровой деятельности.

Как полагают западные психологи, весь процесс социализации ребенка сопровождается состоянием тревоги, так как он пытается избежать неприятных переживаний. Изменение с возрастом претерпевает два типа реакции гнева: взрывные реакции гнева, направленные реакции гнева, вследствие родительского недовольства и наказания.

Социальное преобразование эмоциональных реакций отчетливо видно из данных, полученных Ф.Гудинаф (Goodenough, 1931). Проанализировав рассказы матерей о проявлениях у их детей состояния гнева в период от 7 месяцев до 7 лет 10 месяцев, она установила, что с возрастом гнев как взрыв, не направленный на конкретный объект, встречается все реже и реже, а гнев, направленный на конкретный объект (например, сломать что-либо) встречается все чаще и чаще.

Нельзя не учитывать и наличие школьной тревожности, связанной с учебным процессом. У А.М. Прихожан показана возрастная динамика изменения тревоги у школьников. На протяжении младшего школьного возраста наблюдается ее относительная устойчивость, затем происходит резкий всплеск тревоги в старшем подростковом возрасте, особенно в 9-м классе. В 10-м классе уровень тревоги резко снижается и вновь повышается перед выпуском из школы.

А.В. Запорожец отмечая большое значение эмоционального развития личности младшего школьника подчеркивал важную роль чувства в энергетическом обеспечении деятельности ребенка, её структурировании, образовании новых мотивов, выделения целей и эталонов эмоционального отношения к людям при помощи учителя, авторитетного взрослого и коллектива сверстников. Он отмечал наличие образца аффективной реакции для ребенка со стороны авторитетного взрослого в мотивационно-смысловой ориентации ребенка: "Влияние такого образца на мотивационно-эмоциональную сферу личности возрастает, если взрослый не просто демонстрирует его пассивно-созерцательному ребенку, а организует в соответствии с образцом детскую деятельность ориентируя её на достижение результатов, полезных для окружающих, на реализацию гуманного отношения к людям, на оказание помощи сверстникам и взрослым".

.2 Возрастные особенности эмоционально-волевой сферы младших школьников

Младший школьный возраст охватывает период жизни ребенка от 6 до 10 лет. Это годы обучения ребенка в начальной школе. В это время происходит интенсивное биологическое развитие детского организма. Сдвиги, происходящие в этот период, - это изменения в центральной нервной системе, в развитии костной и мышечной системы, а также деятельности внутренних органов.

Значительные перемены, вызванные ходом общего развития младшего школьника, изменения его образа жизни, некоторых целей, возникающих перед ним, приводят к тому, что становится иной его эмоциональная жизнь. Появляются новые переживания, возникают новые, привлекающие к себе задачи и цели, рождается новое, эмоциональное отношение к ряду явлений и сторон действительности, которые оставляли дошкольника совершенно безразличным.

Безусловно, имеются серьезные различия в психическом облике школьника I и школьника IV класса. Поэтому суммарная характеристика эмоциональной жизни за весь период младшего школьного возраста можетп оказаться несколько общей. Однако при наличии различий между первоклассником и учеником IV класса можно с достаточной отчетливостью увидеть то, что в целом является характерным для эмоциональной жизни именно ребенка младшего школьного возраста.

Первой особенностью эмоциональной сферы младшего школьника, особенно первоклассника, является свойство бурно реагировать на отдельные и задевающие его явления.

В этом отношении младший-школьник мало отличается от дошкольника. Маленький школьник вообще реагирует бурно на многое, что его окружает. Он с волнением глядит, как собака играет со щенком, с криком он бежит к позвавшим его товарищам, начинает громко смеяться при чем-нибудь смешном и т.д. Каждое явление, в какой-то мере затронувшее его, вызывает резко выраженный эмоциональный отклик. Чрезвычайно эмоционально поведение маленьких школьников при просмотре ими театрального спектакля: очень резки переходы от сочувствия герою к негодованию на его противников, от печали по поводу его неудач к бурному выражению радости при его успехе. Большая подвижность, многочисленные жесты, ерзание на стуле, переходы от страха к восторгу, резкие изменения в мимике свидетельствуют о том, что все, затронувшее младшего школьника во время спектакля приводит к ярко выраженному эмоциональному отклику.

Второй особенностью эмоциональной сферы становится большая сдержанность в выражении своих эмоций - недовольство, раздражение, зависть, когда находится в коллективе класса, так как несдержанность в проявлении чувств вызывает тут же замечание, подвергается обсуждению и осуждению. Это не значит, что младший школьник уже хорошо владеет своим поведением - подавляет выражение тех или других неодобряемых окружающими чувств. Нет, он достаточно ярко проявляет страх, недовольство, обиду, гнев, хотя и старается их подавить. Все эти эмоции отчетливо проявляются в его поведении во время столкновений со сверстниками.

Способность владеть своими чувствами становится лучше год от года. Свой гнев и раздражение младший школьник проявляет не столько в моторной форме - лезет драться, вырывает из рук и т.д., сколько в словесной форме ругается, дразнит, грубит; появляются оттенки, которые не наблюдаются у дошкольников, например, в выражении лица и интонациях речи - ирония, насмешка, сомнение и т.д. Если дошкольник в состоянии каприза способен лечь на пол и начать кричать, брыкаться, бросать предметы, то с младшим школьником этого не бывает; формы выражения каприза или сильного раздражения у него иные, чем у дошкольника. Переживания злости: к стыду проявляются в более скрытой форме, правда, достаточно явной для окружающих (особенно взрослых).

Так на протяжении младшего школьного возраста нарастает организованность в эмоциональном поведении ребенка.

Третья особенность - это развитие выразительности эмоций младшего школьника (большее богатство оттенков интонаций в речи, развитие мимики).

Четвертая особенность связана с ростом понимания младшим школьником чувств других людей и способности сопереживания с эмоциональными состояниями сверстников и взрослых. Однако в уровне такого эмоционального понимания наблюдается отчетливая разница между первоклассниками и третьеклассниками и особенно четвероклассниками.

Пятой особенностью эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста является их впечатлительность, их эмоциональная отзывчивость на все яркое, крупное, красочное. Монотонные, скучные уроки быстро снижают познавательный интерес первоклассника, ведут к появлению отрицательного эмоционального отношения к учению.

Шестая особенность связана с интенсивно формирующимися моральными чувствами у ребенка: чувство товарищества, ответственности за класс, сочувствие к горю окружающих, негодование при несправедливости и т.д. При этом они формируются под влиянием конкретных воздействий, увиденного примера и собственного действия при выполнении поручения, впечатления от слов учителя. Но важно помнить о том, что когда младший школьник узнает о нормах поведения, то он воспринимает слова воспитателя лишь тогда, когда они эмоционально его задевают, когда он непосредственно чувствует необходимость поступить так, а не иначе.

Младший школьник может совершить хороший поступок, проявить сочувствие при чьем-то горе, испытать жалость к больному животному, проявить готовность отдать другому что-то для него дорогое. Он может при обиде, причиненной его товарищу, броситься на помощь, несмотря на угрозу более старших детей. И вместе с тем в сходных ситуациях он может и не проявить этих чувств, а, наоборот, посмеяться над неудачей товарища, не испытывать чувства жалости, отнестись с равнодушием к несчастью и т.д. Конечно, услышав осуждение взрослых, возможно, он быстро изменит свое отношение и при этом не формально, а по существу и вновь окажется хорошим.

В младшем школьном возрасте нравственные чувства характеризуются тем, что ребенок не всегда достаточно отчетливо осознает и понимает нравственный принцип, по которому следует действовать, но вместе с тем его непосредственное переживание подсказывает ему, что является хорошим, а что плохим. Поэтому-то, совершая недозволенные поступки, он испытывает обычно переживания стыда, раскаяния и иногда страха. То есть за период младшего школьного возраста происходят серьезные сдвиги в интересах ребенка, в его доминирующих чувствах, в объектах, которые его занимают и волнуют.

Выводы по второй главе

Эмоциональная сфера младших школьников характеризуется:

1. легкой отзывчивостью на происходящие события и окрашенностью восприятия, воображения, умственной и физической деятельности эмоциями;

2. непосредственностью и откровенностью выражения своих переживаний - радости, печали, страха, удовольствия или неудовольствия;

. готовностью к аффекту страха;

. эмоциональной неустойчивостью, частой сменой настроений, склонностью к кратковременным и бурным аффектам.

Эмоциогенными факторами для младших школьников являются не только игры и общение со сверстниками, но и успехи в учебе и оценка этих успехов учителем и одноклассниками, что приводит к неадекватным ответным реакциям младших школьников. Исключение составляют базовые эмоции страха и радости, в отношении которых у детей этого возраста уже имеются четкие представления, которые они могут выразить вербально.

3. Эмпирическое исследование

.1 Программа исследования

Тема: "Исследование эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста".

Цель исследования - изучение эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста.

Объект - младшие школьники. Выборка - учащиеся 2 "А" класса в количестве 18 человек. Возраст - 8-9 лет. Девочек в классе - 6, мальчиков - 12.

Предмет исследования - эмоциональная сфера учеников 2 "А" класса.

База исследования - СОШ № 50 г. Мурманска.

Исследование по изучению эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста проводилась на основе методики "Шкала явной тревожности CMAS" (адаптация А.М. Прихожан) и проективной методики "Домики" (адаптация О.А. Ореховой).

этап. Методика "Шкала явной тревожности CMAS" (адаптация А.М. Прихожан)

Шкала явной тревожности для детей (The Children’s Form of Manifest Anxiety Scale - CMAS) предназначена для выявления тревожности как относительно устойчивого образования у детей 8-12 лет.

Инструкция к тесту.

На следующих страницах напечатаны предложения. Около каждого из них два варианта ответа: верно и неверно. В предложениях описаны события, случаи, переживания. Внимательно прочти каждое предложение и реши, можешь ли ты отнести его к себе, правильно ли оно описывает тебя, твое поведение, качества. Если да, поставь галочку в колонке Верно, если нет - в колонке Неверно. Не думай над ответом долго. Если не можешь решить, верно или неверно то, о чем говорится в предложении, выбирай то, что бывает, как тебе кажется, чаще. Нельзя давать на одно предложение сразу два ответа (т. е. подчеркивать оба варианта). Не пропускай предложения, отвечай на все подряд. Давай потренируемся:

Утверждения Верно Неверно

1. Ты мальчик.

2. Тебе нравится играть на улице, а не дома.

. Твой любимый урок - математика.

Примечание

Методика может проводиться как индивидуально, так и в группах, с соблюдением стандартных правил группового обследования. Для детей 7-8 лет предпочтительней индивидуальное проведение. При этом если ребенок испытывает трудности в чтении, возможен устный способ предъявления: психолог зачитывает каждый пункт и фиксирует ответ школьника. При групповом проведении такой вариант предъявления теста, естественно, исключен.

Примерное время выполнения теста - 15-25 мин.

Содержание теста прилагается (см. приложение 1).

Обработка данных.

Предварительный этап

1. Просмотреть бланки и отобрать те, на которых все ответы одинаковы (только "верно" или только "неверно"). Как уже отмечалось, в CMAS диагностика всех симптомов тревожности подразумевает только утвердительный ответ ("верно"), что создает при обработке трудности, связанные с возможным смешением показателей тревожности и склонности к стереотипии, которая встречается у младших школьников. Для проверки следует использовать контрольную шкалу "социальной желательности", предполагающую оба варианта ответа. В случае выявления левосторонней (все ответы "верно") или правосторонней (все ответы "неверно") тенденции полученный результат следует рассматривать как сомнительный. Его следует тщательно проконтролировать с помощью независимых методов.

2. Обратить внимание на наличие ошибок в заполнении бланков: двойные ответы (т. е. подчеркивание одновременно и "верно", и "неверно"), пропуски, исправления, комментарии и т. п. В тех случаях, когда у испытуемого ошибочно заполнено не более трех пунктов субшкалы тревожности (вне зависимости от характера ошибки), его данные могут обрабатываться на общих основаниях. Если же ошибок больше, то обработку проводить нецелесообразно. Следует обратить особое внимание на детей, которые пропускают или дают двойной ответ на пять или более пунктов CMAS . В значительной части случаев это свидетельствует о затрудненности выбора, трудностях в принятии решения, попытке уйти от ответа, т. е. является показателем скрытой тревожности.

Основной этап

1. Подсчитываются данные по контрольной шкале - субшкале "социальной желательности".

2. Подсчитываются баллы по субшкале тревожности.

. Первичная оценка переводится в шкальную. В качестве шкальной оценки используется стандартная десятка (стены). Для этого данные испытуемого сопоставляются с нормативными показателями группы детей соответствующего возраста и пола.

Ключ к субшкале *"*социальной желательности*"* (номера пунктов CMAS):

- ответ "Верно": 5, 17, 21, 30, 34, 36.

- ответ "Неверно": 10, 41, 47, 49, 52.

Критическое значение по данной субшкале - 9. Этот и более высокий результат свидетельствуют о том, что ответы испытуемого могут быть недостоверны, могут искажаться под влиянием фактора социальной желательности.

Ключ к субшкале тревожности:

- ответы "Верно": 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 11, 12,13, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 31, 32, 33, 35, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 44, 45, 46, 48, 50, 51, 53.

Полученная сумма баллов представляет собой первичную, или "сырую", оценку. Таблица перевода "сырых" баллов в стены прилагается (см. приложение 2).

4. На основании полученной шкальной оценки делается вывод об

уровне тревожности испытуемого. Характеристика уровней тревожности находится в приложении (см. приложение 3).

этап.

Диагностика дифференциации эмоциональной сферы ребенка "Домики" (методика О.А. Ореховой) для детей 4-11 лет.

Методической основой теста является цвето-ассоциативный эксперимент, известный по тесту отношений А.Эткинда. Тест разработан О.А.Ореховой и позволяет провести диагностику эмоциональной сферы ребенка в части высших эмоций социального генеза, личностных предпочтений и деятельностных ориентаций, что делает его особенно ценным с точки зрения анализа эмоционального отношения ребенка к школе. Для проведения методики необходимы следующие материалы:

- лист ответов (см. приложение 4);

- восемь цветных карандашей: синий, красный, желтый, зеленый, фиолетовый, серый, коричневый, черный. Карандаши должны быть одинаковыми, окрашены в цвета, соответствующие грифелю.

Исследование лучше проводить с группой -10-15 человек, детей желательно рассадить по одному. Если есть возможность, можно привлечь для помощи старшеклассников, предварительно их проинструктировав. Помощь учителя и его присутствие исключается, так как речь идет об отношении детей к школьной жизни, в том числе и к учителю.

Процедура исследования состоит из трех заданий по раскрашиванию и занимает около 20 минут.

Инструкция: сегодня мы будем заниматься раскрашиванием. Найдите в своем листочке задание №1. Это дорожка из восьми прямоугольников. Выберите тот карандаш, который вам приятен больше всего и раскрасьте первый прямоугольник. Отложите этот карандаш в сторону. Посмотрите на оставшиеся карандаши. Какой из них вам больше нравится? Раскрасьте им второй прямоугольник. Отложите карандаш в сторону. И так далее.

Найдите задание №2. Перед вами домики, их целая улица. В них живут наши чувства. Я буду называть чувства, а вы подберите к ним подходящий цвет и раскрасьте. Карандаши откладывать не надо. Можно раскрашивать тем цветом, который, по-вашему, подходит. Домиков много, их хозяева могут отличаться и могут быть похожими, а значит, и цвет может быть похожим.

Список слов: счастье, горе, справедливость, обида, дружба, ссора, доброта, злоба, скука, восхищение.

Если детям непонятно, что обозначает слово, нужно его объяснить, используя глагольные предикаты и наречия.

Найдите задание №3. В этих домиках мы делаем что-то особенное, и жильцы в них - необычные. В первом домике живет твоя душа. Какой цвет ей подходит? Раскрасьте.

Обозначения домиков:

№1 - твоя душа,

№2 - твое настроение, когда ты идешь в школу,

№3 - твое настроение на уроке чтения,

№4 - твое настроение на уроке письма,

№5 - твое настроение на уроке математики

№6 - твое настроение, когда ты разговариваешь с учителем,

№7 - твое настроение, когда ты общаешься со своими одноклассниками,

№8 - твое настроение, когда ты находишься дома,

№9 - твое настроение, когда ты делаешь уроки,

№10 - придумайте сами, кто живет и что делает в этом домике. Когда вы закончите его раскрашивать, тихонько на ушко скажите мне, кто там живет и что он делает (на ответном листе делается соответствующая пометка).

Методика дает психотерапевтический эффект, который достигается самим использованием цвета, возможностью отреагирования негативных и позитивных эмоций, кроме того эмоциональный ряд заканчивается в мажорном тоне (восхищение, собственный выбор).

Обработка данных

Процедура обработки начинается с задания №1. Вычисляется вегетативный коэффициент по формуле:

ВК= (18 - место красного цвета - место жёлтого цвета) / (18 - место синего цвета - место зеленого цвета).

Вегетативный коэффициент характеризует энергетический баланс организма: его способность к энергозатратам или тенденцию к энергосбережению. Его значение изменяется от 0,2 до 5 баллов. Энергетический показатель интерпретируется следующим образом:

- 0,5 - хроническое переутомление, истощение, низкая работоспособность. Нагрузки непосильны для ребенка

,51 - 0,91 - компенсируемое состояние усталости. Самовосстановление оптимальной работоспособности происходит за счет периодического снижения активности. Необходима оптимизация рабочего ритма, режима труда и отдыха.

,92 - 1,9 - оптимальная работоспособность. Ребенок отличается бодростью, здоровой активностью, готовностью к энергозатратам. Нагрузки соответствуют возможностям. Образ жизни позволяет ребенку восстанавливать затраченную энергию.

Свыше 2,0 - перевозбуждение. Чаще является результатом работы ребенка на пределе своих возможностей, что приводит к быстрому истощению. Требуется нормализация темпа деятельности, режима труда и отдыха, а иногда и снижение нагрузки.

Далее рассчитывается показатель суммарного отклонения от аутогенной нормы. Определенный порядок цветов (34251607) - аутогенная норма - является индикатором психологического благополучия. Для расчета суммарного отклонения (СО) сначала вычисляется разность между реально занимаемым местом и нормативным положением цвета. Затем разности (абсолютные величины, без учета знака) суммируются. Значение СО изменяется от 0 до 32 и может быть только четным. Значение СО отражает устойчивый эмоциональный фон, т.е. преобладающее настроение ребенка. Числовые значения СО интерпретируются следующим образом:

Больше 20 - преобладание отрицательных эмоций. У ребенка доминируют плохое настроение и неприятные переживания. Имеются проблемы, которые ребенок не может решить самостоятельно.

- 18 - эмоциональное состояние в норме. Ребенок может радоваться и печалиться, поводов для беспокойства нет.

Менее 10 - Преобладание положительных эмоций. Ребенок весел, счастлив, настроен оптимистично.

Задания №2 и №3 по сути расшифровывают эмоциональную сферу первоклассника и ориентируют исследователя в вероятных проблемах адаптации.

Задание №2 характеризует сферу социальных эмоций. Здесь надо оценить степень дифференциации эмоций - в норме позитивные чувства ребенок раскрашивает основными цветами, негативные - коричневым и черным. Слабая или недостаточная дифференциация указывает на деформацию в тех или иных блоках личностных отношений:

Счастье-горе - блок базового комфорта,

Справедливость - обида - блок личностного роста,

Дружба - ссора - блок межличностного взаимодействия,

Доброта - злоба - блок потенциальной агрессии,

Скука - восхищение - блок познания.

При наличии инверсии цветового градусника (основные цвета занимают последние места) у детей часто наблюдается недостаточная дифференциация социальных эмоций - например, и счастье и ссора могут быть обозначены одним и тем же красным цветом. В этом случае надо обратить внимание, как раскрашивает ребенок парные категории и насколько далеко отстоят пары в цветовом выборе.

Актуальность переживания ребенком того или иного чувства указывает его место в цветовом градуснике (задание №1).

В задании №3 отражено эмоциональное отношение ребенка к себе, школьной деятельности, учителю и одноклассникам. Понятно, что при наличии проблем в какой-то сфере, первоклассник раскрашивает именно эти домики коричневым или черным цветом. Целесообразно выделить ряды объектов, которые ребенок обозначил одинаковым цветом. Например, школа-счастье-восхищение или домашние задания - горе-скука. Цепочки ассоциаций достаточно прозрачны для понимания эмоционального отношения ребенка к школе. Дети со слабой дифференциацией эмоций скорее всего будут амбивалентны и в эмоциональной оценке видов деятельности. По результатам задания №3 можно выделить три группы детей: с положительным отношением к школе, с амбивалентным отношением, с негативным отношением-

Следует отметить, что при крайне низких или крайне высоких показателях ВК и СО, сомнениях в чистоте исследования данная методика может быть продублирована по той же схеме, но индивидуально, со стандартными карточками из теста Люшера.

3.2 Результаты исследования, их интерпретация

Все данные, полученные на выборке в ходе исследования представлены в приложении 5).

этап.

Результаты теста по методике "Шкала явной тревожности CMAS" (адаптация А.М. Прихожан) полученные на выборке представлены в диаграмме 1. Ввиду большого количества ответов во время теста, протоколы предоставить в работе не представляется возможным, а результаты по баллам и стенам находятся в приложении 6. На основе теста были выделены 5 групп детей, состоящих из 6 девочек и 12 мальчиков в зависимости от их уровня тревожности. Данные представлены наглядно в диаграмме 1.

Диаграмма 1



Из данных диаграммы ясно видно, что 2 девочки (33%) и 3 мальчика (25%) находятся на 3-6 уровнях нормальной тревожности. У 2 девочек (33%) и 4 мальчиков (33%) уровень тревожности повышен, они занимают в диаграмме позицию 7-8. Явно повышена тревожность у 1 девочки (17 %) и 2 мальчиков (17%); на 10 уровне высокой тревожности в группе риск находятся также 1 девочка и 2 мальчиков. Для 8% (1 человек) из мальчиков состояние тревожности незнакомо, но это может и не иметь защитного характера. Можно сделать вывод о том, что примерно одинаковое количество детей среди женского и мужского пола во 2-ом "А" классе испытывают время от времени тревожность.

Если говорить об общем уровне тревожности в классе, то у 33 % (6 детей) тревожность повышена, у 17 % (3 ребёнка) преобладает явно повышенная тревожность, более того у 17% - очень высокая тревожность. Т.е., 67 % детей в классе, так или иначе, чувствуют тревожность. Данные наглядно представлены в диаграмме 2.

Диаграмма 2



Проведенное диагностическое исследование, в общем, показывает, что высокий уровень личностной тревожности наблюдается у 34% второклассников, что говорит об устойчивой склонности детей младшего школьного возраста воспринимать угрозу своему "Я" (ожидание негативной оценки или агрессивной реакции, восприятие неблагоприятного к себе отношения, угрозы своему самоуважению, престижу) в самых различных ситуациях и реагировать на эти ситуации повышением тревожности, напряженностью, растерянностью, страхом, что сказывается на эмоциональной сфере детей. Известно, что предпосылкой возникновения тревожности, является повышенная чувствительность (сензитивность) эмоциональной сферы младших школьников.

этап.

После выполнения детьми задания №1 по методике диагностирования дифференциации эмоциональной сферы ребенка "Домики", мы подсчитали

вегетативный коэффициент каждого ребёнка (см. приложение 5). Например, у Анны: (18-5-2) / (18-8-4) = 1,8 (Необходимы расчёты вегетативного коэффициента на каждого ребёнка)

Результаты исследования представлены в приложении 7.

- 0,5 баллов набрало 33% (6 детей), что свидетельствует о хроническом переутомлении, истощении, низкой работоспособности. Нагрузки на данном этапе непосильны для ребенка

,51 - 0,91 баллов получило 44 % (8 школьников). У учеников этой группы состояние усталости может компенсироваться. Самовосстановление оптимальной работоспособности происходит за счет периодического снижения активности. Для них необходима оптимизация рабочего ритма, режима труда и отдыха.

,92 - 1,9 баллов у 17% (3 ребёнка), они имеют оптимальнаую работоспособность. Эти дети отличаются бодростью, здоровой активностью, готовностью к энергозатратам. Нагрузки соответствуют возможностям. Образ жизни позволяет ребенку восстанавливать затраченную энергию.

И только 6 % (1 мальчик) набрал 2, 13 баллов. Чаще всего это является результатом работы ребенка на пределе своих возможностей, что приводит к быстрому истощению. Требуется нормализация темпа деятельности, режима труда и отдыха, а иногда и снижение нагрузки.

В ходе выполнения задания №2 56 % детей показали правильную ориентацию в цветовой гамме согласно теории М. Люшера. Они без труда определили соотношение цвета и эмоции. Тем не менее, 28% не всегда могут определить цветовой характер эмоции, а 28% вообще предпочитают тёмные цвета для большинства положительных эмоций. Данный факт свидетельствует о неблагоприятной обстановке в жизни ребёнка как в семье, так и в коллективе. (Необходимы расчёты по заданию №2, как были подсчитаны проценты)

Для обработки результатов третьего задания подсчитывался показатель СО. Поскольку протоколы ответов испытуемых и подсчёты требуют большого объёма, мы рассмотрим СО у одного испытуемого. Это № 12, Ольга. Итак, норма: 34251607;

Ольга расставила цвета следующим образом: 31204657. Подсчитываем разницу и суммируем баллы: (3-3)+(4-1)+(2-2)+(5-0)+(1-4)+(6-6)+(0-5)+(7-7)=16. СО Ольги составляет 16 баллов. (Необходимы расчеты показателя СО на каждого ребенка)

Выполняя задание №3, 50% детей показали ясное понимание в дифференциации эмоций, они показали положительное отношение к школе, положительные эмоции по отношению к одноклассникам и учителям. Дети со слабой дифференциацией эмоций амбивалентны и в эмоциональной оценке видов деятельности, количество таких детей составило 33%. Негативное отношение к школе, товарищам, к окружению проявило 17% учеников (3 ребёнка).

Выводы по третьей главе

В ходе исследования было установлено:

связь между полом и высоким уровнем личностной тревожности отсутствует;

тревожность относительно устойчивое личностное образование;

младшие школьники отличаются эмоциональной неустойчивостью, частой сменой настроений;

у учащихся с высоким и повышенным уровнем тревожности чаще всего преобладают такие эмоциональные состояния, как напряженность, настороженность, тревога, растерянность, страх; им свойственны постоянный пониженный фон настроения и сильные перепады настроения;

у детей с нормальным уровнем школьной тревожности преобладают такие эмоциональные состояния, как спокойное, ровное, расслабленное состояние или деловое эмоциональное возбуждение.

В ходе нашего исследования была доказана гипотеза, выдвинутая в начале исследования. Действительно эмоциональная сфера младших школьников находится на стадии формирования и является неустойчивой.

Таким образом, развитие эмоциональной сферы у учащихся младшего школьного возраста невозможно без использования специально подобранных методов и приемов, способствующих развитию эмоционально волевой сферы, без учета психологических особенностей развития младших школьников и без создания условий для развития эмоциональной сферы у детей.

Заключение

Эмоциональное развитие ребенка происходит постепенно в общении с окружающими людьми и в процессе различных видов деятельности: игры, учения, труда. Постоянное расширение эмоционального опыта ребенка, глубины и модальности переживаний в значительной степени определяют направленность формирующейся личности.

Эмоциональное развитие младшего школьника напрямую связано с переменой его образа жизни (он начинает учиться в школе) и расширением круга общения. Со временем ребенок начинает уже более сдержанно выражать свои эмоции (раздражение, зависть, огорчение), особенно когда он находится среди сверстников, боясь их осуждения. В школьном возрасте обычно наблюдается значительное снижение эмоциональной возбудимости - возрастает умение ребенка владеть своими чувствами. В этот возрастной период у ребенка активно развиваются социальные эмоции, такие, как самолюбие, чувство ответственности, чувство доверия к людям и способность ребенка к сопереживанию.

Приобретение навыков социального взаимодействия с группой сверстников и умение заводить друзей являются одной из важных задач развития ребенка на этом возрастном этапе. Развитие общения со сверстниками знаменует собой новую стадию эмоционального развития ребенка, характеризующуюся появлением у него способности к эмоциональной децентрации. Но при этом ребенок младшего школьного возраста находится в большой эмоциональной зависимости от учителя и других значимых взрослых.

Неадекватные аффективные реакции у детей младшего школьного возраста могут выражаться по-разному, в зависимости от типа темперамента ребенка, и носят защитный, компенсаторный характер. Эмоциогенными факторами для школьников этого возраста являются не только игры и общение, но и успех или неудачи в учёбе, оценки за учебную деятельность (учителем, сверстниками, родителями).

В младшем школьном возрасте ребенок переживает свою уникальность, он осознает себя личностью, стремится к совершенству. Это находит свое отражение во всех сферах жизни ребенка, в том числе и в эмоциональной.

Эмоциональную жизнь младшего школьника формируют взаимоотношения с учителем, процесс учения, отношения в семье с родителями, с коллективом класса.

Младших школьников отличают высокая эмоциональная впечатлительность, отзывчивость на все яркое, необычное. Монотонные, скучные занятия резко снижают познавательный интерес в этом возрасте и порождают отрицательное отношение к учению. Огромное место в сознании младшего школьника занимает учитель. Его отношение к ребенку, оценки, высказывания, пожелания и требования определяют в большой степени и самочувствие ребенка, и его настроение, и особенности формирующейся самооценки. У младших школьников сложный комплекс переживаний. Это радость от похвалы и огорчение при неуспехе, волнение и неуверенность в себе, если что-то не удается, страх, что сделает ошибку, надежда на успех.

В начальной школе психологу необходимо использовать специально подобранные методики с учётом психологических особенностей развития младших школьников, способствующих развитию эмоциональной сферы.

Дальнейшая работа должна проводиться в трех направлениях: с ребенком (психологическая коррекция эмоционального состояния и высокого уровня тревожности у детей "группы риска"), с родителями и учителями (психологическое консультирование, психологическое просвещение: разъяснение особенностей эмоционального состояния ребенка, выработка необходимых рекомендаций).

Список литературы

1. Божович, Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте / Л.И. Божович. - М.: Просвещение, 1968. - 278 с.

2. Вилюнас, В.К. Психология эмоциональных явлений / В.К. Вилюнас. - М.: Просвещение, 1976. - 315 с.

. Выготский, Л.С. История развития высших психических функций: сборник сочинений в 6т. Т.3 / Л.С. Выготский. - М.: Педагогика, 1982. - 244 с.

. Гамезо, М.В. Возрастная и педагогическая психология / М.В. Гамезо, М.В. Матюхина, Т.С. Михальчик. - М.: Просвещение 1984. - 256 с.

. Гозман, Л.Я. Психология эмоциональных отношений / Л.Я. Гозман. - М.: Просвещение, 1992. - 277 с.

. Додонов, Б.И. Эмоция как ценность / Б.И. Додонов // Вопросы психологии. - 1995. - №3. - С.34-39.

. Иванников, В.А. К сущности волевого поведения / В.А. Иванников. - М.: Просвещение, 1987. - 315 с.

. Иванников, В.А. Психологические механизмы волевой регуляции / В.А. Иванников. - М.: Просвещение, 1991. - 284 с.

. Изард, К.Е. Психология эмоций / К.Е. Изард. - СПб.: Питер, 2000. - 263 с.

. Изард, К.Е. Эмоции человека / К.Е.Изард. - М.: Просвещение, 1980. - 223 с.

. Ильин, Е.П. Психология воли / Е.П. Ильин. - СПб.: Питер, 2000. - 254 с.

. Котырло, В.К. Развитие волевого поведения у дошкольников / В.К. Котырло. - Киев: Высшая школа, 1981. - 198 с.

. Крутецкий, В.А. Психология / В.А. Крутецкий. - М.: Просвещение, 1986. - 277 с.

. Макарушкина, М.А. Проблема воли в зарубежной психологии / М.А. Макарушкина // Вопросы психологии. - 1988. - №3. - С.11-19.

. Мухина, В.С. Возрастная психология / В.С. Мухина. - М.: Академия, 2000. - 374 с.

. Немов, Р.С. Психология: в 3 кн. Кн. 1. Общие основы психологии / Р.С. Немов. - М.: ВЛАДОС, 1997. - 315 с.

. Олыпанникова, А.Е. Эмоции и воспитание / А.Е. Олыпанникова. - М.: Просвещение, 1983. - 277 с.

. Петровский, А.В. Общая психология / А.В. Петровский. - М.: Просвещение, 1997. - 378 с.

. Радугин, А.А. Психология и педагогика / А.А. Радугин. - М.: Центр, 1999. - 277 с.

. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. - СПб.: Питер, 2000. - 315 с.

. Селиванов, В.И. Воля и ее значение / В.И. Селиванов. - М.: Просвещение, 1971. - 277 с.

. Тульчинский, Г.Л. Разум, воля, успех: о философии поступка / Г.Л. Тульчинский. - Л.: ЛГУ, 1990. - 247 с.

. Чистякова, М.И. Психогимнастика / М.И. Чистякова. - М.: Просвещение, 1990. - 244 с.

. Якобсон, П.М. Патология чувств и мотиваций / П.М. Якобсон. - М.: Институт практической психологии, 1998. - 223 с.

. Якобсон, П.М. Эмоциональная жизнь школьника / П.М. Якобсон. - М.: Просвещение, 1986. - 217 с.

Приложение 1

Тест тревожности CMAS

1. Тебе трудно думать о чем-нибудь одном.

. Тебе неприятно, если кто-нибудь наблюдает за тобой, когда ты что-нибудь делаешь.

.Тебе очень хочется во всем быть лучше всех.

. Ты легко краснеешь.

. Все, кого ты знаешь, тебе нравятся.

. Нередко ты замечаешь, что у тебя сильно бьется сердце.

. Ты очень сильно стесняешься.

. Бывает, что тебе хочется оказаться как можно дальше отсюда.

. Тебе кажется, что у других все получается лучше, чем у тебя.

. В играх ты больше любишь выигрывать, чем проигрывать.

. В глубине души ты многого боишься.

. Ты часто чувствуешь, что другие недовольны тобой.

. Ты боишься остаться дома в одиночестве.

. Тебе трудно решиться на что-либо.

. Ты нервничаешь, если тебе не удается сделать то, что тебе хочется.

. Часто тебя что-то мучает, а что - не можешь понять.

. Ты со всеми и всегда ведешь себя вежливо.

. Тебя беспокоит, что тебе скажут родители.

. Тебя легко разозлить.

. Часто тебе трудно дышать.

. Ты всегда хорошо себя ведешь.

. У тебя потеют руки.

. В туалет тебе надо ходить чаще, чем другим детям.

. Другие ребята удачливее тебя.

. Для тебя важно, что о тебе думают другие.

. Часто тебе трудно глотать.

. Часто волнуешься из-за того, что, как выясняется позже, не имело значения.

. Тебя легко обидеть.

.Тебя все время мучает, все ли ты делаешь правильно, так, как следует. 30. Ты никогда не хвастаешься.

. Ты боишься того, что с тобой может что-то случиться.

. Вечером тебе трудно уснуть.

. Ты очень переживаешь из-за оценок.

. Ты никогда не опаздываешь.

. Часто ты чувствуешь неуверенность в себе.

. Ты всегда говоришь только правду.

. Ты чувствуешь, что тебя никто не понимает.

. Ты боишься, что тебе скажут: "Ты все делаешь плохо".

. Ты боишься темноты.

. Тебе трудно сосредоточиться на учебе.

. Иногда ты злишься.

. У тебя часто болит живот.

. Тебе бывает страшно, когда ты перед сном остаешься один в темной комнате.

..Ты часто делаешь то, что не стоило бы делать.

. У тебя часто болит голова.

. Ты беспокоишься, что с твоими родителям и что-нибудь случится.

. Ты иногда не выполняешь свои обещания.

. Ты часто устаешь.

. Ты часто грубишь родителям и другим взрослым.

. Тебе нередко снятся страшные сны.

. Тебе кажется, что другие ребята смеются над тобой.

. Бывает, что ты врешь.

. Ты боишься, что с тобой случится что-нибудь плохое.

Приложение 2

*Тревожность.*

*Таблица перевода "сырых" баллов в стены*



Примечание к таблице норм.

д - нормы для девочек;

м - нормы для мальчиков.

Приложение 3



Приложение 4

# Лист ответов к тесту "Домики"

Фамилия, имя, класс, дата

**1 задание**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |

(Указать на отдельном листе в какой цвет раскрашен каждый из 8 домиков для каждого ребенка)

**2 задание**



(Указать на отдельном листе в какой цвет раскрашен каждый из 10 домиков для каждого ребенка)

**3 задание**



 (Указать на отдельном листе в какой цвет раскрашен каждый из 10 домиков для каждого ребенка)

## Приложение 5

## Исследование эмоциональной сферы детей 2 "А" класса (основные показатели на выборке)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | испытуемый | CMAS | ВК | СО |
| 1 | Анна | 16 | 1,8 | 6 |
| 2 | Борис | 15 | 0,71 | 12 |
| 3 | Валерий | 31 | 0,26 | 28 |
| 4 | Денис | 3 | 2,14 | 2 |
| 5 | Елена | 21 | 0,85 | 21 |
| 6 | Константин | 21 | 0,53 | 27 |
| 7 | Леонид | 38 | 0,4 | 30 |
| 8 | Мария | 7 | 0,84 | 7 |
| 9 | Наталья | 33 | 0,33 | 25 |
| 10 | Николай | 11 | 0,66 | 5 |
| 11 | Олег, К.  | 23 | 0,46 | 18 |
| 12 | Ольга  | 23 | 0,8 | 16 |
| 13 | Олег, Ш. | 16 | 0,76 | 8 |
| 14 | Павел  | 19 | 0,73 | 12 |
| 15 | Полина  | 28 | 0,26 | 0,23 |
| 16 | Роман  | 29 | 0,26 | 23 |
| 17 | Стас  | 25 | 0,33 | 31 |
| 18 | Федор | 20 | 0,83 | 15 |

# Приложение 6

# Результаты исследования по методике "CMAS"

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | испытуемый | баллы | стена |
| 1 | Анна | 16 | 6 |
| 2 | Борис | 15 | 6 |
| 3 | Валерий | 31 | 10 |
| 4 | Денис | 3 | 2 |
| 5 | Елена | 21 | 7 |
| 6 | Константин | 21 | 8 |
| 7 | Леонид | 38 | 10 |
| 8 | Мария | 7 | 3 |
| 9 | Наталья | 33 | 10 |
| 10 | Николай | 11 | 4 |
| 11 | Олег, К.  | 23 | 8 |
| 12 | Ольга  | 23 | 8 |
| 13 | Олег, Ш. | 16 | 6 |
| 14 | Павел  | 19 | 7 |
| 15 | Полина  | 28 | 9 |
| 16 | Роман  | 29 | 9 |
| 17 | Стас  | 25 | 9 |
| 18 | Федор | 20 | 7 |

## Приложение 7

## Результаты расчета ВК по методики "Домики" (согласно месту цвета)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | испытуемый | красный | жёлтый | синий | зелёный | ВК |
| 1 | Анна | 5 | 2 | 8 | 4 | 1,8 |
| 2 | Борис | 2 | 6 | 3 | 1 | 0,71 |
| 3 | Валерий | 8 | 7 | 2 | 1 | 0,26 |
| 4 | Денис | 1 | 2 | 7 | 4 | 2,14 |
| 5 | Елена | 4 | 2 |  1 | 3 | 0,85 |
| 6 | Константин | 6 | 4 | 1 | 2 | 0,53 |
| 7 | Леонид | 5 | 7 | 2 | 1 | 0,4 |
| 8 | Мария | 6 | 1 | 2 | 3 | 0,84 |
| 9 | Наталья | 8 | 6 | 5 | 1 | 0,33 |
| 10 | Николай | 3 | 5 | 2 | 1 | 0,66 |
| 11 | Олег, К.  | 5 | 6 | 1 | 2 | 0,46 |
| 12 | Ольга  | 4 | 2 | 1 | 3 | 0,8 |
| 13 | Олег, Ш. | 6 | 2 | 1 | 4 | 0,76 |
| 14 | Павел  | 3 | 4 | 1 | 2 | 0,73 |
| 15 | Полина  | 6 | 8 | 2 | 1 | 0,26 |
| 16 | Роман  | 8 | 6 | 1 | 2 | 0,26 |
| 17 | Стас  | 8 | 5 | 2 | 1 | 0,33 |
| 18 | Федор | 6 | 2 | 5 | 1 | 0,83 |