**ВСТУП**

Оволодіння особистістю загальнолюдськими цінностями неможливе тільки на рівні усвідомлення. У цьому процесі активну роль відіграють емоції. Тому на сучасному етапі розвитку педагогічної науки і шкільної практики суттєвого значення набуває проблема виховання духовної культури особистості та її важливої частини - емоційної культури. Актуальність розробки й вирішення даної проблеми визначається й тим, що вивчення та аналіз шкільної практики засвідчує наявність суперечностей між інтелектуальним та емоційним розвитком особистості, рівнем знань та емоційним сприйняттям учнів. Нерідко інтелектуальне випереджає емоційне. Психологами і педагогами відмічено, що емоційні процеси займають важливе місце у формуванні особистості дитини, а емоційна культура є складовою частиною духовної культури особистості. Емоції допомагають розкрити внутрішній світ людини, впливають на її вчинки, відіграють роль регуляторів людського спілкування.

Проблема виховання емоційної сфери школярів знайшла своє теоретичне обґрунтування в роботах філософів та культурологів - Аристотеля, Платона, Б. Спінози, І. Канта, Л. Фейербаха. Психологічні аспекти культури почуттів і емоцій знайшли своє відображення в працях Б. Ананьєва, Л. Божович, В. Вілюнаса, Л. Виготського, І. Джидар'ян, Б. Додонова, Я. Рейковського, Б. Теплова, П. Якобсона та ін. У педагогічному аспекті культура почуттів та її питання цікавили зарубіжних педагогів І. Гербарта, Я. Коменського, Д. Локка, Ж.-Ж. Руссо, вітчизняних педагогів і діячів культури Г. Ващенка, О. Духновича, Я. Козельського, С. Русову, Г. Сковороду, В. Сухомлинського, К. Ушинського та ін. Одним із перших, хто почав займатися проблемами емоційного виховання учнів, був В.О. Сухомлинський. Говорячи про гармонію у вихованні особистості, він відмічає необхідність єдності емоційного й інтелектуального, емоційного й естетичного, емоційного й морального. Емоційна культура, естетичні смаки та громадські якості не можуть, за його переконанням, формуватися на ґрунті емоційної бідності; емоційне безкультур’я у ставленні до людей породжує егоїзм. Видатний педагог був упевнений, що школа стане “майстернею гуманності”, якщо буде вчити своїх вихованців відчувати відтінки думок і почуттів людей, їх емоційні стани. У дослідженнях Т. Антоненко, В. Бачиніна, Н. Крилової, Л. Коваль, В. Толстих, П. Якобсона та ін. зосереджено увагу на пошуку засобів, шляхів формування культури емоцій у дітей різного вікового періоду.

**Актуальність даної теми:** молодший шкільний вік - найбільш сприятливий період розвитку емоційної сфери, культури почуттів особистості. Одночасно із загальним розумовим розвитком учнів молодшого шкільного віку удосконалюється й діяльність їх аналізаторного апарату. Розвинений "апарат відчуттів" дає можливість учням пізнавати множинність властивостей предметів, явищ природи, продуктів людської праці, сприяє тому, що діти стають більш чутливими до гармонійних і дисгармонійних сполучень кольорів, звуків, рухів тощо. Підвищена чутливість, тобто сенситивність молодших школярів, зумовлена художнім типом їх особистості, для якої характерні схильність до естетичної і художньої діяльності, вразливість, емоційність, образність сприймання, тобто якості, властиві діячам мистецтв і талановитим читачам, глядачам, слухачам музики. Зростає й рівень естетичних переживань дітей, збагачуються їхні почуття, підвищується загальна культура. Сенсорна відкритість, емоційна чутливість, особлива сприйнятливість молодших школярів до мистецтва стають основою та умовою розвитку у них спостережливості, естетичних почуттів, що є необхідним для виховання емоційної культури.

**Метою** даної роботи є вивчення психологічних особливостей розвитку емоційної сфери молодших школярів.

**Об’єкт дослідження** - група дітей молодшого шкільного віку (9-10 років).

**Предмет дослідження** - рівень розвитку емоційної сфери.

**Завданнями** роботи є:

) вивчення фізіологічних та психологічні особливостей молодшого шкільного віку; вивчення теоретичних питань щодо емоцій, емоційних станів та емоційності;

2) дослідження вікових та статевих особливостей емоційної сфери; визначення особливостей розвитку емоційної сфери дітей;

)проведення емпіричного дослідження розвитку емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку у досліджуваній групі; зробити висновки за результатами дослідження.

**Методика дослідження** - діагностика "емоційного інтелекту" (Н. Холл).

**Гіпотеза -** основною гіпотезою виступає припущення, що різні соціально-психологічні умови виховання дітей дошкільного віку по-різному впливають на формування їхньої емоційної сфери. Характер такого впливу обумовлює як зміни, так і взаємодію в певному колі ознак емоційних особливостей. Визначення таких ознак дозволить нам змогу не тільки уточнити тенденції емоційного розвитку сучасних дітей, які перебувають у різних умовах виховання, але й розробити адекватні психолого-педагогічні засоби попередження і корекції небажаних проявів емоційного розвитку дітей.

**Наукова новизна** - вперше встановлено: а) зростання у структурі емоційного розвитку в усіх дітей дошкільного віку підвищеного прояву агресивності та тривожності, що найяскравіше виступає в дітей з дитячого будинку; б) спільні та відмінні ознаки в механізмах емоційного розвитку дітей залежно від віку та соціально-психологічних умов виховання, що можуть бути представлені на рівні загальної емоційності як відносно провідної на всіх етапах розвитку та емоційної амбівалентності, що детермінуються переважно соціально-психологічними умовами виховання. Подальшого розвитку набули: а) уточнення сутності емоцій, тлумачення їх як складного явища психіки, пов’язаного з різними властивостями та процесами, які характеризують суб’єктивне відношення, що виражається у специфічній формі оцінки; б) систематизація соціально-психологічних умов розвитку емоційної сфери дітей, де типовим виступає - виховання дітей: тільки в сім’ї; в сім’ї та дитячому садку; в неповній сім’ї; в дитячому будинку. Відповідно уточнено: а) зміст основних ознак характеру емоційного розвитку дітей 4-6 років на рівні виділення відмінностей між ними у проявах загальної емоційності, страху, злості тощо; б) науково-методичні умови з навчально-професійної підготовки психологів з профілактики і корекції негативних проявів емоцій у дітей за рахунок інтеграції та системності формування теоретичних знань і практичних навичок.

**Науково-практична цінність *-*** результати дослідження, пов’язані з уточненням сутності, змісту емоцій, типових соціально-психологічних умов емоційного виховання, та експериментальні дані, що розкривають характеристику прояву найбільш суттєвих емоційних властивостей та провідних із них, можуть бути використані як основа для проведення подальших досліджень у інших вікових групах дітей, а також при підготовці навчальних посібників, рекомендацій та науково-методичних порад для фахівців з проблем емоційного розвитку дітей дошкільного віку. Розроблена система цілеспрямованої психологічної підготовки студентів-психологів до діагностики, профілактики і корекції відхилень емоційного розвитку дітей була впроваджена у процес навчально-професійної діяльності відділення психології Південноукраїнського державного педагогічного університету (м. Одеса) ім. К.Д. Ушинського. Акт впровадження (довідка №3 від 20.06.2000).

**РОЗДІЛ 1. АНАЛІТИЧНИЙ ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРИ**

**.1** **Поняття емоцій як психічного процесу, та їх загальна характеристика**

В зарубіжної психології первісно емоційність частіше всього розумілась як емоційна збудженість (чуйність людини до емоціогенних ситуацій) та реактивність. Емоційність використовується як синонім гіперемоційності, тобто як прояв більш частих та більш міцних емоційних реакцій, ніж це в середньому властиво людям. У сучасній зарубіжній психології емоційність трактується у термінах актів поведінки, які можна спостерігати і які теоретично зв’язані з емоцією, яка лежить в їх основі, тобто емоційність є проявом поведінки, який вважається основним компонентом щодо оцінки відчуває мої емоції.

"... багато які люди більш схильні відчувати почуття гніву, ніж почуття радощі; у багато кого егоїстичні почуття більш розвинуті, ніж альтруїстичні. Очевидно також, що ті почуття, які найбільш властиві даному індивідууму, збуджуються в нього значно легше і можуть досягнути більшій інтенсивності, ніж всі інші", таким чином у вітчизняній психології А.Ф. Лазурським було визначене феномен, який значно пізніше розглядався як властивість людини - емоційність.

Значним підсумком було надано В.Д. Небиліциним, учнем Б.М. Теплова, розгорнуте визначення емоційності як широкого комплексу властивостей та якостей, які характеризують особливості появи та припинення різноманітних почуттів, афектів та настрою. Ці положення у конкретних дослідженнях почала утілювати А.Є. Ольшаннікова зі своїми учнями. Перш за все в основу емоційності вона поклала знак, тобто позитивне або негативне відношення до об’єкту, спрямованість на об’єкт чи від нього, та модальність емоції. Модальність - це інформація про якість переживання емоційних ознак та стійких схильностей до переживання емоцій. Основуючись на фізіологічних даних, вона спочатку виділила три основні емоції: задоволення - радість, гнів та страх. Пізніше, в якості самостійної емоції до тріади додалась печаль.

Намагаючись визначити сутність **радощі**, психологи відчувають значні труднощі. Тому деякі з них йдуть в розумінні від противного - чім вона не є. К. Ізард не відносить її до почуття сенсорного задоволення (емоційного тону відчуття), так як радість не має локалізації, вона охоплює увесь організм. Радість та емоційний тон з’являються на різних рівнях емоційної сфери. К. Ізард відмічає, що радість супроводжується переживанням задоволення собою та навколишнім світом - мабуть це і є її головна відмінна риса. Тому можна визначити радість як сильне задоволення. Характерним для радощі є її швидкісна поява, чім вона наближується до афекту. Афект - це сильне та відносно короткочасне емоційне переживання, яке супроводжується різко виразними руйнівними та вісцеральними проявами.

**Емоція печалі** переживається як сумність, хандра, смуток. У печалі людина відчуває навколо себе темряву та порожнечу, відсутність іншої людини, з ким можливо було б розділити це відчуття порожнечі та самотності. Ця емоція включає в себе комплекс почуттів, які супроводжуються конкретними образами, думками та спогадами. Переживання печалі викликає спогади про інші печальні події, часто визначаючи наше сприйняття світу, яке здається сірим та похмурим.

**Гнів** - це емоційний стан, негативний по знаку, який, як правило, проходить у формі афекту та з’являється неочікуваною появою серйозної перешкоди на шляху задоволення важливої для суб’єкта потреби.

Поняття "гнів" синонімічно поняттям "злість", "обурення". Сильний гнів визначають як ярість, при якої з’являється невтримна агресивна поведінка. Агресивна поведінка завжди сигналізує про недостачу засобів або здібностей для вирішення проблемної ситуації.

**Страх** - це емоційний стан, який відображає захисну біологічну реакцію людини при переживанні їм реальної або мнимої небезпеки здоров’ю та благополуччю. Суб’єктивно страх може переживатись як передчуття, невпевненість, як незахищеність, ненадійність свого положення, як почуття небезпеки та загрози (фізичної або психологічної) своєму існуванню.

Різні сполучення вказаних емоцій, ступень домінування кожної з них складають індивідуальну своєрідність емоційного реагування. Емоційні реакції гніву, радощі, печалі та страху підрозділяються на емоційний оклик, емоційний вибух (афект) та емоційний спалах. Емоціональний оклик є самим динамічним та постійним явищем емоційного життя людини, яке відображає швидкі та неглибокі переключення в системах відносин людини рутинним змінам ситуацій життя. Інтенсивність та довготривалість емоційного оклику не великі, він не здатен суттєво змінити емоційний стан людини. Більш виразною інтенсивністю, напругою та довготривалістю переживання характеризується емоційний спалах, який здатен змінити емоційний стан, але не зв’язаний з втратою самовладання. Емоційний вибух характеризується бурним розвитком емоційної реакції великої інтенсивності з послабленням контролю волі над поведінкою. Це короткочасне явище, після якого наступає спадок сил.

Таким чином, емоційність розглядають як властивість людини, що характеризує вміст, якість та динаміку його емоцій та почуттів. Змістові аспекти емоційності відображають явища та ситуації, які мають особливе значення для суб’єкта. Якісні властивості емоційності характеризують відношення людини до явищ навколишнього світу і знаходять свій виріз в знаку та модальності домінуючих емоцій. До формально - динамічних властивостей емоційності відносять особливості виникнення, протікання та припинення емоційних процесів та їх зовнішнього вираження. В цих характеристиках, в свою чергу, можна виділити дві відносно самостійні групи: Перша характеризує динаміку емоційних переживань - індивідуальний поріг, глибину, тривалість, стійкість, частоту емоцій і т. і. Друга група параметрів характеризує динаміку прояву емоцій зовні - характерний для людини набір виразних засобів, ступень насиченості емоційними проявами. Друга група зв’язана с параметрами безпосередньо самої емоційної реакції у відповідь на отриману інформацію як на рівні зовнішнього прояву, так і на рівні внутрішньої психічної діяльності. Зміст цієї діяльності різний для емоцій різних модальностей, і ці відмінності, перш за все, стосуються особливостей перетворювання суб’єктом сприйнятої інформації, тобто співвідношення "аферентного" та "еферентного" компонентів емоцій. Таких варіантів перетворювання два: мінімізації та максимізації інформації об емоціогенному об’єкті. В першому випадку об’єкт ігнорується, в другому, навпаки, характерна сильна концентрація уваги на об’єкті. Важливо, що в обох випадків має місто викривлення об’єктивної реальності. Перший варіант типовий для модальності гніву, другий - для модальності дістресу та страху.

В якості основних характеристик емоційності виділяють вразливість, імпульсивність та емоційну лабільність - ригідність.

**Вразливість** виражає афективну сприйнятливість людини, чуйність його до емоціогенного впливу, тобто його збудливість. З точки зору фізіології, емоційна збудливість є ні що інше, як емоційна готовність, тобто готовність емоційно реагувати на значущі для людини подразники. Суттєву роль в формуванні готовності грає адреналін. Емоційна збудливість може проявлятися в таких особливостях поведінки, як запальність, дратівливість. Саме в відношенні запальності К. Ізард вважає доцільним ввести поняття "емоційного порогу". Людина з низьким порогом емоції гніву більш запальний і частіше знаходиться в цьому стані. Про значну емоційну збудливість можна говорити лише в тих випадках, коли всі почуття, які доступні даному індивіду, виникають в нього з однаковою легкістю. Емоційна збудливість відображає загальну збудливість нервової системи, яка обумовлена рівнем активації покою.

**Імпульсивність** розуміється як швидкість, з якою емоція стає спонукальною силою вчинків та дій без їх передчасного обміркування та свідомого рішення виконати. Стійка властивість індивіда - це емоційна чуйність, яка виявляється в тому, що він легко, швидко та гнучко емоційно реагує на різні події - соціальні, побутові та інше. Втрата емоційного резонансу - це повна або майже повна відсутність емоційного оклику на різні події. Здатність відчувати при деяких найбільш благоприємних обставинах такі інтенсивні почуття, які доступні лише деяким називається силою почуття. Ця властивість рівнозначна інтенсивності, глибині переживаємої емоції.

**Емоційна ригідність** - це той найбільший для даної людини відрізок часу, н6а протязі якого емоція, вже збуджена, продовжує ще виявлятися, не зважаючи на те, що обставини вже змінилися і збудник перестав діяти. Емоційно ригідні люди відмічаються "в’язкістю" емоцій, їх стабільністю. Це зв’язано з фіксацією уваги на яких-небудь значних подіях, об’єктах, психотравмуючих обставинах, невдачах та образах. Нестійкість емоцій виявляється в тому, що не зважаючи на те, що спочатку вона може бути інтенсивною, але потім швидко слабшає, та згодом затухає, перетворюючись у стан спокійної байдужості. Таким чином, лабільність емоції (рухливість, перемикання) характеризується тим, що людина швидко реагує на зміну ситуацій, обставин та партнерів, вільно виходити з одного емоційного стану та входити в іншій. Занадто виразна лабільність емоцій може ускладнювати відносини з навколишніми, тому що людина стає реактивною, імпульсивною, погано володіє собою. Емоційна лабільність властива особам з високим нейротизмом (тривожністю). Навпаки, низькому нейротизму відповідає емоційна ригідність.

Характеристики емоційного реагування, які постійно та ярко виявляються у даної людини є його емоційними властивостями, до яких входять вразливість, імпульсивність, емоційна лабільність - ригідність, а також емоційна стійкість, експресивність. До емоційної стійкості різні автори відносять різні емоційні феномени. Так деякі розглядають її як стійкість емоцій. Ця властивість характеризує індивіда у процесі напруженої діяльності окремі емоційні механізми котрої, які гармонічно взаємодіють між собою, сприяють успішному досягненню встановленої цілі. Для інших емоційна стійкість рівнозначна стабільності, тобто стійкість певного емоційного стану. Емоційну стійкість визначають: час появи емоційного стану при довгої та постійної дії емоційного фактору, чім пізніше з’являється емоційний стан, тим вище емоційна стійкість; сила емоціогенного впливу, яка викликає певний емоційний стан (страх, радість, печаль, гнів), чім більше сила, тим вище стійкість. Вона різна до різних емоціогенних факторів.

Поява емоцій у людини індивідуальна, тому говорять про таку особисту характеристику, як експресивність. Чим більш виразно людина висловлює свої емоції через міміку, жести, голос, тим більше в нього виражена експресивність.

Таким чином, емоційність - це інтегральна властивість людини. Чим вище емоційна збудливість, тим більше інтенсивність появи емоцій і тим довше вони зберігаються.

**1.2 Емоційна сфера, її вікові та статеві особливості**

Якщо розглянути вікові та статеві аспекти емоційності, то можна виділити наступне. У всіх вікових групах схильність до прояву радощі явно переважає над схильністю до прояву гніву, страху та печалі. Схильність до гніву виражена більше, ніж до страху та печалі, а схильність до печалі виражена менш за все. Загальні зміни емоційної сфери похилої людини характеризуються наступними ознаками: зміна динамічності емоційного стану, яка виражається або в інертності, або в лабільності емоцій; ріст ролі міста, що зайняте негативними емоціями; висока стійкість вищих емоцій, в тому числі тих, що зв’язані з індивідуальною творчістю. В похилому віці значно зменшується контроль за проявом емоцій (сміх, гнів, печаль). Нерідко спостерігається і протилежне явище - емоційна черствість, зниження емпатійності. До приватних ознак Т.А. Немчин відносить стійке переважання той або іншій модальності переживання: тривоги, сумніву, роздратовування, незадоволення. Однак є велика категорія людей, у яких до глибокій старості зберігається оптимістичний настрій. Більшість особливостей емоційної сфери осіб похилого віку обумовлено змінами своєї ролі у суспільстві у зв’язку з виходом на пенсію, з необхідністю адаптації до нових умов життя. У одних це викликає появу негативних емоційних переживань, в інших - позитивних, коли людина радіє, що нарешті вона зможе вільно розпоряджатися своїм часом. Знак емоційності значною мірою виявляється тим, яку стратегію свого пристосування до нового життя обирає пенсіонер - збереження себе як особистості з соціальними зв’язками з суспільством або, як індивіда, що замикається у рамках своєї родини та самого себе.

Підбиваючи підсумок вікових змін емоційної сфери, можна виділити наступні моменти:

) збільшення кількості емоційних об’єктів, особливо тих, що мають соціальний характер;

) зріст диференціювання емоційних переживань;

) виникнення емоційних переживань не тільки з приводу теперішнього, але й з приводу майбутнього;

) поява здібностей відривати експресивні засоби від переживань; ріст емпатійності;

) перехід емоціогених реакцій від імпульсивності до довільності.

Е. Маккобі та К. Джеклін на основі ряду експериментальних досліджень прийшли к висновку, що в перші роки життя не має різниці в частоті та тривалості негативних емоційних реакцій у хлопчиків та дівчат, але з віком їх частота та інтенсивність у хлопчиків росте, а в дівчат - спадає. Це вони пояснюють тим, що дівчата, що мають такі ж агресивні тенденції, що і хлопчики, лякаються проявити їх через покарання, в той час як до агресії хлопчиків навколишні люди відносяться більш прихильно.

Різницю в емоційної сфері чоловіків та жінок багато психологів зв’язують з особливостями виховання тих та інших. У жінок досить сильна емоційна залежність від протилежного полу, занурювання в “кохання” при забороні на відкритий прояв почуттів, проява агресії. Це створює у жінок мазохістичну установку. В той час як для чоловіків все це тільки посмішки. У чоловіків в процесі їх виховання чуттєвість здавлюється, в той час як у жінок вона домінує. В літературі відмічається велика емоційна чуттєвість та емоційна нестабільність жінок. Особи жіночої статі явно перевершують осіб чоловічої статі у всіх вікових групах з емоційної збудженості, в меншій ступені - з інтенсивності, ще в меншій ступені - з довго тривалості збереження емоцій та емоційної стійкості. К. Хорні пише, що, згідно з розділом соціальних ролей сформувався певний погляд на жінок як на інфантильних осіб, що живуть емоціями. У жінок емоційна сфера більш диференційована та складніша, ніж у чоловіків.

Друга група включає в себе ті напрямки, які дотримуються прямо протилежних позицій. Психотерапевтичний, психометричний та суб’єктний підходи вважають, що людина в праві й може самостійно вибирати та визначати для себе норму, ідеал та спрямованість своєї емоційної сфери, не перекладаючи відповідальність на соціум і панівні культурні стереотипи. При цьому суб’єктний підхід вивчає потенційні можливості та засоби безпечного та ефективного розвитку емоційності людини. З широкого психотерапевтичного досвіду відомо, що людина може свідомо регулювати інтенсивність своєї емоційної реакції та розвивати це вміння. Вміння розпізнавати та визначати якісні характеристики емоцій теж піддаються розвитку. Крім цього, людина може контролювати і свідомо змінювати і більш глибокі параметри своєї емоційної сфери, такі як якісні та кількісні характеристики емоційного фону.

Актуалізація емоційної пам’яті та уяви як засіб виклику певного емоційного стану - захід, який використовується як складова частина саморегулювання - людина пригадує ситуації зі свого життя, які супроводжувались в нього сильними переживаннями, емоціями радощі або смутку. В останній час заявив про себе новий напрямок управління емоційним станом - глотологія (від греч. Gelos -- сміх). Встановлено, що сміх оказує позитивну дію на психічні та фізіологічні процеси. Він пригнічує біль, так як під час сміху звільнюються гормони катехоламіни та ендорфіни, що перешкоджають запаленню та мають знеболювальну дію. Сміх також зменшує стрес та його наслідки, знижує концентрацію стресових гормонів. Експресивні засоби вираження емоцій сприяють розрядженню виникаючий нервово-емоційної напруги. При плаче разом зі слізьми з організму виводиться речовина, яка утворюється при сильному нервово-емоційному напруженню. К Ізард відмічає три засоби переборення небажаного емоційного стану: 1) за допомогою іншої емоції; 2) когнітивна регуляція; 3) моторна регуляція. Психічна регуляція зв’язана або з впливом ззовні, або з саморегулюванням: релаксаційне тренування, аутогенне тренування, медитація та ін.

В питанні об обумовленості емоцій друг другом особливе місто займає положення взаємо породженні оцінюваних (задоволення - не задоволення) та спонукуваних (бажання, потяг) переживань. Значення цих простих положень (неприємне породжує бажання від цього позбавитися, незадоволене бажання викликає незадоволення) міститься в тому, що їх прийманням або відторгненням вирішується питання об відношенні емоцій та мотивацій.

Розглядаючи механізм впливу когнітивне-стилевих характеристик на емоційне, потрібно відзначити існуючи положення про те, що в житті нормальної людини позитивні "підкріплення", реальні досягнення та успіхи, зустрічаються з більшою частотою, ніж негативні - "невдачі", якщо мати на увазі первісні, елементарні мотиви та цінності. В психологічній літературі можна знайти посередні підтвердження цього припущення. Так, велику узагальненість та, відповідно, меншу інформативність позитивних емоцій порівняно з негативними можна розглядати як наслідок неоднакової емоційної адаптації до "негативних" та "позитивних" подіям, в силу більшої частоти останніх. До цього ж слід віднести дані про те, що рівень задоволення первісних мотивів (зв’язані, наприклад, зі станом здоров’я, загальним становищем у сім’ї, матеріальним благополуччям та ін.) корелює (негативно) лише з частотою та силою негативних емоцій, позитивні емоції навіть при високому рівні задоволення цих мотивів звичайно не виникає. Вчені вказують на перевірену у багатьох експериментах універсальну тенденцію частіше використовувати слова, які висловлюють позитивні оцінки, ніж негативні. Є дані, що співвідношення цих оцінок відповідає правилу "золотого переріза" (відповідно 62 % та 38 %). З цих даних слідує, що надто аналітична спрямованість повинна, вочевидь, утруднити адекватне відображення того співвідношення "нагород" та "покарань", яке існує в "генеральній сукупності" подій реального життя. В процесі "модулювання ймовірного майбутнього" для аналітика на перший план при прогнозуванні повинна виступати його специфіка, відміна від раніше пережитих аналогічних подій. А так як в минулому досвіді переважали успіхи, то прогноз аналітика буде менш благо приємним, ніж при синтетичної спрямованості розуму.

Таким чином, зміни емоційної сфери зв’язані як з фізичним, так і з психічним станом людини. Нездатність людини що-небудь зробити для інших викликає в неї почуття заздри та вини, яки потім проростають байдужістю к навколишнім людям, байдужім відношенням до свого теперішнього та майбутнього, к зниженню емоційного контролю.

**1.3 Розвиток емоційної сфери дитини з перших днів до молодшого шкільного віку**

Емоційний світ дитини починає формуватися з перших днів і продовжує розвиватися разом з особистістю - від першого плачу та усмішки до широкої гами виявів позитивних та негативних переживань і станів. Від емоцій, які найчастіше переживає і виявляє дитина, залежить успіх її взаємодії з соціумом.

Деякі психологи колишнього часу (К. Блер, Е. Болдін, В. Штерн) вважали, що основними почуттями дитини першого року життя є почуття страху, гніву, тому народжені діти відразу після появи на світ кричать. Тим самим виявляють незадоволення новим і страшним світом. проти Такі ствердження не мають під собою об’єктивної наукової основи. Спеціальні дослідження розвитку емоційної сфери дитини від народження до трьох років, які зафіксовані у щоденниках Павлова, Менчинської, Левоневського та проводилися вченими Н.Л. Фігуріним, М.П. Денисовою Н.М. Щеловановим та ін. виявили наступне:

. Прості органічні почуття дитина відчуває з перших днів життя. Раніше за все вона переживає негативні почуття. Вони проявляються у вигляді плачу, крику, якими дитина відповідає на несприятливі дії зовнішнього і внутрішнього середовища: пониження температури повітря в кімнаті чи води у ванній, спазми порожнього шлунку, перевантаження шлунку, занадто строгий голос батьків та ін. Все це викликає бурну емоціональну реакцію дитини, яка може виразитися у плачі, поганому сні, відказі від їжі та ін. Однак загальна лабільність нервової діяльності дитини проявляється в тому, що їх почуття носять короткочасний характер, не стійки і швидко затухають. На ранньому ступеню розвитку прості почуття мають безусловно рефлекторну природу и виникають як відповідь на дії життєво важливих подразників.

. Вже на другому місяці життя деякі почуття дитини набувають условно-рефлекторний характер. Приближення материнської груди викликають у дитини чітку позитивну емоційну реакцію. З 4-5 місяців дитина реагує загальним комплексом на появу дорослого, його голос, посмішку. В першій половині року ця реакція ще не зовсім ідентифікована, дитина позитивно реагує на будь-яку людину, а не тільки на рідних, але до кінця першого року відношення дитини з оточуючим світом змінюються: вони стають диференційованими, вибірковими. Діти цього віку радісно тягнуться до матері, сміються, показують своє задоволення. Поява чужої людини викликає в них настороженість, вони плачуть, махають обороняючись руками і ногами, мотають головою.

З другої половини першого року діти починають проявляти радість при сприйнятті іграшок, дій з ними. Ці почуття дитини короткочасні і не носять стійкого характеру.

. Найбільш сильну емоційно-позитивну реакцію викликають у дітей ігри, жарти з ними дорослих. На другому році життя дитині все більшу радість приносять такі ігри з дорослими, в яких дитина виступає ініціатором: ховається від дорослих, "лякає" дорослого.

Характерним для дітей цього віку є відсутність страху перед тваринами. Вони хватають його за хвіст, протягають руки до великої собаки. Во6ни ще не знають повадок звірів, тому не відчувають страху. Якщо тварина заричить чи подряпає дитину, вона у подальшому буде лякатися її. З цього випливає, що почуття страху набувається із особистого досвіду дитини, яке виникає як уловний рефлекс на подразник, який отримав негативне підкріплення.

. Серед почуттів однорічної дитини особливої уваги заслуговує почуття подиву, яким дитина реагує на нове, несподіване, яскраве явлення. Воно є початком пізнавального відношення дитини до оточуючого світу.

. Помітні зміни почуттів відбуваються на другому і третьому році життя дитини. Вони зумовлені двома основними факторами: розвитком самостійності дитини в пересуванні і в діях з предметами та розширенням сфери спілкування із дорослими. Замість пасивного, заснованого на повторенні дій іншого, дитина починає проявляти особисті почуття: роблять заспокійливі рухи руками, коли мати плаче, чи робить вид, що плаче, її починає радувати присутність інших дітей, що приносить дитині позитивні переживання.

Діти вже з другої половини другого року життя починають пишатися особистісними досягненнями: дістав іграшку, заліз на сам на ліжко та ін.

. З початком розвитку мови, емоційні почуття дитини зростають. З початку само слово ще може викликати у дитини почуття, оскільки словесний сигнал ще не має для дитини відповідного значення, це відбувається тоді, коли воно доповнюється емоційним відношенням дорослого (мімікою, жестами, інтонацією голосу).

. У перед шкільному віці дитина може вже переживати елементарні естетичні почуття чи стани. Їх може викликати красива музика (марш, весела пісенька). Дитина радується яскравому вбранню, блискучім новорічним прикрасам. Деякий час діти повторяють, що це красиво за дорослими, але згодом самі починають відрізняти красиве від некрасивого, мелодичне від дисгармонічного.

Змінюються і пізнавальні почуття дітей. Подив раннього віку змінюється елементарною зацікавленістю. Виникають і такі почуття як ображення, заздрість, соромлення тощо. Розвиваються нові почуття, яких зовсім не було у ранньому віці. До них, у першу чергу відносяться інтелектуальні почуття: діти вже не просто слухають казку, їх турбує доля героїв, вони позитивно і негативно оцінюють дії героїв, бажають послухати, що трапилося далі, намагаються втручатися у канву розповіді, висказати свої поради героям. Хоча діти ще не можуть адекватно оцінювати значимість подій у житті, наприклад, родини (велике горе, велику радість).

Таким чином, у перед шкільний період дитині доступні різноманітні людські почуття, які дитина переживає сильно, а іноді і бурхливо. Це пояснюється тим, що особливості нервової системи дитини, не мають ще розвинутих тормозних процесів, а тому потребують корекції дорослих.

Виховання в дитини позитивних якостей - це свідоме створення в ній позитивних емоцій, які уможливлюють розвиток позитивних рис характеру і сповільнюють негативні.

З метою розвитку емоційної сфери необхідно передбачити гармонійне виховання різних почуттів і емоцій, а також формувати в дитини необхідні навички в керуванні своїми почуттями і емоціями (гнів, занепокоєння, страх, провина, сором, співчуття, жалість, емпатія, гордість, шляхетність, любов та інші); навчити дитину розуміти свої емоційні стани і причини, що їх породжують. З емоційним благополуччям дитини пов’язана її оцінка самої себе, своїх здібностей, моральних і інших якостей.

**1.4 Фізіологічні та психологічні особливості молодшого шкільного віку**

Період життя дітей від 6-7 до 11 років називають молодшим шкільним віком. При визначенні його меж враховують особливості психічного і фізичного розвитку дітей, перехід їх до навчальної діяльності, яка стає основною.

**Анатомо-фізіологічні особливості.** Фізично дитина у цьому віці розвивається досить рівномірно. Збільшується зріст та вага тіла, підвищується імунітет, швидко розвиваються м'язи серця. Артерії у школяра дещо ширші, ніж у дорослої людини, і саме цим пояснюються особливості артеріального тиску. Частота серцевих скорочень стійкіша, але під впливом різних рухів, позитивних і негативних емоцій вона швидко змінюється.

**Кістково-сполучний апарат** молодших школярів досить гнучкий, оскільки в їхніх кістках ще багато хрящової тканини. На це треба зважати, щоб запобігти можливому викривленню хребта, вдавлюванню грудей, сутулуватості.

Розвиток **м'язової системи** сприяє збільшенню фізичної сили дітей. Але малі м'язи кисті рук розвиваються повільніше. Першокласникам важко писати в межах рядка, координувати рухи руки, не робити зайвих рухів, які спричиняють швидку втому. Тому слід проводити фізхвилинки, які знімають напруження малих м'язів пальців і кистей рук.

Діти цього віку дихають частіше, ніж дорослі. Для підтримання їхньої працездатності особливо важливо, щоб у класі та вдома було чисте повітря.

У дітей добре розвинені всі органи чуття, але деякі з них мають свої особливості. Так, очі, завдяки еластичності кришталика, можуть швидко змінювати свою форму залежно від пози під час читання і письма. Якщо не враховувати цієї особливості органів зору молодших школярів і не виправляти їх пози під час уроків, то це може призвести до підвищення очного тиску, нечіткості зображень на сітківці й до короткозорості.

Вага мозку молодшого школяра наближається до ваги мозку дорослої людини. Особливо збільшуються лобні долі, пов'язані з діяльністю другої сигнальної системи. Водночас відбуваються значні зміни у розвитку і роботі центральної нервової системи. Аналітико-синтетична діяльність кори великих півкуль головного мозку ускладнюється.

**Розвиток психіки і пізнавальної діяльності*.*** Під час навчання - основної діяльності учнів - якісно і кількісно розвиваються пізнавальні процеси. Вони виявляються у розвитку сприймання. Кількісні зміни полягають у збільшенні швидкості процесу сприймання та кількості сприйнятих об'єктів, розширенні обсягу їх запам'ятовування тощо. Якісні зміни свідчать про зростання пізнавальної ефективності.

**Сприймання** стає доцільнішим, цілеспрямованим і категоріальним процесом, але трапляються труднощі в сприйманні форми та її відображенні, написанні букв, цифр. Розвивається здатність розрізняти висоту звуків, чому сприяють заняття з музики і співів. Для початку занять з музики молодший шкільний вік є найсприятливішим.

В учнів формується здатність спостерігати явища навколишньої дійсності, тобто, виходячи з певної мети, помічати їх, виявляти істотні деталі, з'ясовувати взаємозв'язки між ними.

Значні якісні зміни відбуваються в розвитку**пам'яті.** Під впливом навчання формується логічна пам'ять, яка має вирішальне значення у здобутті знань. Але не вміючи ще диференціювати завдання (запам'ятати і відповісти) від інших навчальних завдань (зрозуміти тощо), молодші школярі виробляють у себе настанову на дослівне запам'ятовування і відтворення. За правильного педагогічного керівництва вченні осмислено запам'ятовують доступний для них матеріал. Проте дослівне запам'ятовування й відтворення має і позитивне значення. Воно є важливим засобом нагромадження словникового запасу і культури дитячого мовлення, розвитку довільної пам'яті. У процесі заучування розвиваються самоконтроль, уміння помічати помилки у відтвореному та їх виправляти. Зростають продуктивність, обсяг, міцність, точність запам'ятовування матеріалу. У цей період учні частіше вдаються до спеціальних немічних прийомів запам'ятовування.

Розвиток пам’яті полягає в зміні співвідношення між мимовільним і довільним запам'ятовуванням (зростає довільне), образної та словесно-логічної пам'яті. Для розвитку логічної пам'яті важливою є настанова вчителя - зрозуміти (проаналізувати, порівняти, співвіднести, згрупувати тощо) матеріал, завчити його. Довільне запам'ятовування продуктивне тоді, коли запам’ятовуваний матеріал стає змістом активної діяльності учнів.

Розвиток *уяви* відбувається у напрямі від репродуктивних її форм до творчого осмислення уявлень, від довільного їх комбінування до логічно обґрунтованої побудови нових образів. Зростає вимогливість дітей до витворів їх уяви, швидкість створення образів фантазії.

**Мислення** стає конкретно-образним, але все більшого значення набувають абстрактні компоненти. Під впливом навчання змінюються співвідношення між його образними і понятійними, конкретними та абстрактними компонентами. Молодші школярі швидше оволодівають індуктивними умовиводами, ніж дедуктивними.

Ці умовиводи переплітаються в мисленні, спрямованому на вирішення пізнавальних завдань, зокрема тих, що вимагають розкриття причин різних явищ, мотивів поведінки людини.

У розвитку **мовлення** важливим є використання різних форм слова, писемного та внутрішнього мовлення, яке виявляється у функціональних формах: повторення, монолог, колективний монолог, повідомлення, критика, наказ, прохання і погрози, питання і відповіді. Відбуваються також зрушення в морфологічній структурі усного й писемного мовлення, розвиток словесних асоціацій, оволодіння писемним мовленням, розширення взаємозв'язків між компонентами структури мовлення. Значно збільшується кількість слів, якими діти позначають предмети, явища, їх ознаки, дії, процеси. Проте є ще чимало дефектів в усному мовленні (шепелявість, заміна одного звука іншим, заїкання, картатість тощо), які вимагають уваги не тільки вчителя, а й спеціаліста-логопеда.

Показником успіхів учнів у оволодінні мовленням є мовчазне читання. Воно відрізняється від голосного згорненістю зовнішніх мовно-рухових актів: спочатку дитина читає пошепки, а потім мовчки. Мовчазне читання розвиває самоконтроль, увагу, внутрішнє мовлення.

Переважає мимовільна увага. Діти активно реагують на все нове, яскраве і незвичайне. Мимовільна увага має позитивне значення, але недостатня для досягнення успіхів у навчанні. З віком зростає обсяг і стійкість уваги, пов'язані із значущістю навчального матеріалу. Усвідомлення учнями важливості його засвоєння - умова стійкості довільної уваги.

**Формування особистості*.*** У молодшому шкільному віці відбувається подальший розвиток особистісних якостей не тільки в інтелектуальній, айв емоційній, вольовій сферах, спілкуванні з дорослими та однолітками. Джерелом емоцій у молодших школярів є навчальна та ігрова діяльність. Формуванню почуттів сприяють успіхи та невдачі у навчанні, взаємини в колективі, читання художньої літератури, сприймання телепередач, кінофільмів, інтелектуальні ігри тощо. До емоційної сфери належать переживання нового, здивування, сумнів, радощі пізнання - основи формування пізнавальних інтересів, допитливості учнів. Колективні заняття сприяють розвитку моральних почуттів і формуванню таких рис характеру, як відповідальність, товариськість, колективізм.

Молодші школярі емоційно вразливі. Відбувається диференціація сором'язливості, яка виявляється в реагуванні на людину, думка якої має значення для них. Розвивається почуття самолюбства, що виявляється в гнівному реагуванні на приниження їх гідності й позитивне емоційне переживання за визнання їх позитивних особистих якостей.

Розвитку **моральних почуттів** (дружби, товариськості, обов'язку, гуманності) сприяє перебування учнів у колективі, об'єднаному спільною навчальною діяльністю. Розвивається почуття симпатії, важливе для утворення малих груп, з яких складаються колективи.

Формуванню **вольових якостей** (самостійності, впевненості у своїх силах, витримки, наполегливості) сприяє шкільне навчання, яке вимагає від учнів усвідомлення й виконання обов'язкових завдань, підпорядкування їм активності, довільного регулювання поведінки, уміння активно керувати увагою, слухати, думати, запам'ятовувати, узгоджувати свої потреби з вимогами вчителя. Ефективність цього процесу залежить від використання учителем прийомів переконання, зауваження, заохочення та інших засобів впливу на дитину. Зловживання негативними оцінками, нотаціями, покараннями спричиняє погіршення ставлення учнів до навчальних обов'язків, зниження активності, виникнення лінощів та інших негативних рис.

З'являється усвідомлення обов'язків, розуміння того, що невиконання правил поведінки шкодить інтересам колективу й кожного учня.

Дітям властиві наслідування й підвищене навіювання, що як позитивно, так і негативно впливають на засвоєння норм і правил поведінки. У зв'язку з недостатнім розвитком самосвідомості, малим життєвим досвідом діти можуть наслідувати небажані форми поведінки: грубість, недисциплінованість тощо. В інших випадках, коли вони беруть за взірець поведінку улюбленого вчителя, авторитетних для них дорослих, наслідування і підвищене навіювання полегшує засвоєння норм і правил поведінки. У цей період зростає роль особистого прикладу дорослих, передусім учителя.

**Стосунки** між дітьми в класі формуються за допомогою вчителя, який завжди вказує на деяких учнів як на взірець, водночас звертає увагу й на хиби в поведінці інших. Більшість дітей відтворює у своєму ставленні до однокласників ставлення вчителя, не усвідомлюючи критеріїв, якими він послуговується при їх оцінюванні.

Починає формуватися **громадська** *думка* стосовно учнів, які успішно навчаються і є дисциплінованими, з'являються спроби оцінити вчинки ровесників. У класному колективі виникають об'єднання, які переростають у стійкі шкільні й позашкільні мікроколективи. Важливо тримати їх у полі зору, знати, що саме об'єднує їх учасників та знаходити способи для коригування їх діяльності.

емоції психічний шкільний дитина

**РОЗДІЛ 2. МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ ПСИХОЛОГЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ У ДИТИНИ**

**.1 Вибір методики дослідження**

Для проведення дослідження розвитку емоціональної сфери молодших школярів були розглянуті наступні методики.

**1. Чотирьохмодальний емоційний запитальник Л.А. Рабінович**

Мета цієї методики - дослідження емоційних переживань: радості, гніву, страху, печалі.

Тест дозволяє виявити стійкі емоційні переживання респондентів, їх схильність до оптимістичності або песимістичності, до позитивного або негативного емоційного фону.

Тест складається з 46 питань, на які респонденти повинні вибрати один з варіантів відповідей:

- Безумовно, так;

- Мабуть, так;

- Мабуть, ні;

- Безумовно, ні.

Відповідаючи, респонденти оцінюють свій теперішній стан.

**2.2 Методика "Визначення емоційності" (В.В. Суворова)**

**Тест дозволяє визначити інтегральний показник емоційності.**

Тест складається з 15 питань, на які респонденти повинні відповісти "Так" чи "Ні".

***Діагностика "емоційного інтелекту" (Н. Холл)***

Методика запропонована для виявлення здатності розуміти стосунки особи, що репрезентуються в емоціях, і управляти емоційною сферою на основі ухвалення рішень.

Вона складається з 30 тверджень і містить 5 шкал:

.емоційна обізнаність;

.управління своїми емоціями (емоційна відхідливість, емоційна неригідність);

.самомотивація;

.емпатія;

.розпізнавання емоцій інших людей (уміння впливати на емоційний стан інших людей).

Перша методика (**Чотирьохмодальний емоційний запитальник Л.А. Рабіновіч**) не відповідає повністю меті дослідження, оскільки визначає емоційні переживання респонденту на теперішню мить та має досить велику кількість питань.

Друга методика **("Визначення емоційності")**відповідає меті дослідження, досить компактна, але не адаптована для дітей молодшого дошкільного віку, при відповідях на запитання тесту можливо нерозуміння, а, як результат - невірні висновки.

Третя методика (**Діагностика "емоційного інтелекту"*)*** визначає здатність розуміти стосунки особи, що репрезентуються в емоціях, і управляти емоційною сферою на основі ухвалення рішень. Вона достатньо повно відображує рівень розвитку емоційної сфери, **тому має бути обрана для проведення дослідження.**

**РОЗДІЛ 3. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ У ДИТИНИ**

**.1 Хід дослідження**

Дослідження було проведено у групі молодших школярів (9-10 років) в кількості 20 за допомогою методики «Діагностика «емоційного інтелекту» (Н. Холл).

Дітям були роздані бланки з питаннями (див. Додаток), які вони прочитали, проведено роз’яснення щодо незрозумілих понять та категорій, дана наступна інструкція.

**Інструкція до тесту**

Нижче вам будуть запропоновані вислови, які так чи інакше відображають різні сторони вашого життя. Будь ласка, напишіть цифру праворуч від кожного твердження, виходячи з оцінки ваших відповідей:

) Повністю не згоден (-3 бали).

) В основному не згоден (-2 бали).

) Частково не згоден (-1 бал).

) Частково згоден (+1 бал).

) В основному згоден (+2 бали).

) Повністю згоден (+3 бали).

Якщо в процесі роботи над тестом у вас виникнуть питання щодо змісту деяких пунктів, звертайтесь до мене або до моїх помічників.

Час на проведення тестування не обмежується, або бажано має бути не більше 30 хвилин.

**3.2 Обробка та інтерпретація результатів дослідження**

Обробка результатів дослідження проводиться за наступним ключем.

***Ключ до тесту***

|  |  |
| --- | --- |
| **Шкали** | **Питання** |
| Емоційна обізнаність | 1, 2, 4, 17, 19, 25 |
| Управління своїми емоціями | 3, 7, 8, 10, 18, 30 |
| Самомотивація | 5, 6, 13, 14, 16, 22 |
| Емпатія | 9, 11, 20, 21, 23, 28 |
| Розпізнавання емоцій інших людей | 12, 15, 24, 26, 27, 29 |

Рівні ***парціального емоційного інтелекту*** відповідно до знаку результатів:

- 14 і більш - високий;

- 8-13 - середній;

- 7 і менш - низький.

***Інтеграційний рівень емоційного інтелекту*** з урахуванням домінуючого знаку визначається за наступними кількісними показниками:

- 70 і більш - високий;

- 40-69 - середній;

- 39 і менш - низький.

За результатами дослідження була складена таблиця 2.1.

***Скорочення в таблиці 2.1:***

ЕО - Емоційна обізнаність

У - Управління своїми емоціями

С - Самомотивація

Е - Емпатія

Р - Розпізнавання емоцій інших людей

Таблиця 2.1. Результати дослідження за методикою «Діагностика «емоційного інтелекту» (Н. Холл)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ досліджуваного** | **Рівні парціального емоційного інтелекту** | | | | | **Інтеграційний рівень емоційного інтелекту** |
|  | ЕО | У | С | Е | Р |  |
| 1 | 9 | 7 | 9 | 8 | 14 | 47 |
| 2 | 11 | 8 | 8 | 11 | 8 | 46 |
| 3 | 8 | 6 | 5 | 10 | 6 | 35 |
| 4 | 14 | 10 | 3 | 9 | 12 | 48 |
| 5 | 16 | 9 | 8 | 8 | 16 | 57 |
| 6 | 10 | 5 | 10 | 7 | 5 | 37 |
| 7 | 13 | 8 | 6 | 12 | 8 | 47 |
| 8 | 15 | 12 | 9 | 13 | 10 | 59 |
| 9 | 11 | 14 | 11 | 9 | 14 | 59 |
| 10 | 9 | 9 | 8 | 10 | 15 | 51 |
| 11 | 15 | 10 | 7 | 10 | 7 | 49 |
| 12 | 16 | 7 | 4 | 10 | 8 | 45 |
| 13 | 12 | 16 | 8 | 11 | 11 | 58 |
| 14 | 8 | 8 | 9 | 9 | 13 | 47 |
| 15 | 10 | 8 | 6 | 7 | 9 | 40 |
| 16 | 11 | 9 | 5 | 6 | 16 | 47 |
| 17 | 15 | 10 | 8 | 8 | 11 | 52 |
| 18 | 12 | 6 | 8 | 12 | 8 | 46 |
| 19 | 10 | 12 | 10 | 9 | 7 | 48 |
| 20 | 11 | 7 | 10 | 12 | 5 | 45 |

Виходячи з аналізу даних таблиці 2.1, можна зробити наступні висновки.

Якщо прийняти інтеграційний рівень емоційного інтелекту прямо пропорціональним рівню розвитку емоціональної сфери, то:

. Рівень розвитку емоціональної сфери в дослідженій групі знаходиться в межах середнього, що для дітей молодшого шкільного віку є цілком нормальним.

. У досліджених за №№ 3 і 6 рівень розвитку емоціональної сфери декілька знижений, що складає 10% від загальної кількості.

Можна також відзначити, що найбільш розвиненими в групі є загальні показники *"***Емоційної обізнаності" та "Розпізнавання емоцій інших людей***",* а найменш розвиненими - показник **"Самомотивація"***.*

**ВИСНОВКИ**

Емоції, як суб’єктивні переживання, являють собою один з найвизначніших феноменів внутрішнього життя людини, тому виховання емоційної культури є важливим компонентом формування розвинутої, духовно багатої особистості.

Можна стверджувати, що морально, естетично вихованою людиною є не той, хто тільки знає норми та правила поведінки, а той, у кого такі знання поєднуються з почуттями.

В систематизованому знанні емоційної сфери мають потребу ряд галузей соціальної практики, але найважливіша з них - галузь виховання.

Особливу увагу приділяли вихованню емоційної сфери дітей видатні педагоги Я.А. Коменський, Д. Локк, Ж.Ж. Руссо, І.Г. Песталоці, І.Ф. Гербарт, К.Д. Ушинський, В.О. Сухомлинський та ін. К.Д. Ушинський стверджував, що людина більш "людина" у тому, "як вона відчуває, ніж у тому, як вона думає". Видатний педагог писав, що в людських емоціях проявляється характер не окремої думки, окремого рішення, а всього змісту душі та її строю.

А В.О. Сухомлинський вважав, що емоційні стани - це найважливіші стани в проявах загальнолюдської культури, і виховати такі стани можливо тільки в різноманітній діяльності, у процесі багатогранного духовного життя, емоційного сприйняття навколишнього світу та творів мистецтва.

Аналіз накопичених результатів психолого-педагогічних досліджень дозволяє дійти висновку, що емоції розвиваються в діяльності, залежать від змісту та структури діяльності, а також впливають на діяльність. На думку дослідників, у дітей спостерігається виникнення нових емоційних переживань саме в процесі діяльності. В подальшому, на основі зовнішньої практичної діяльності, починає складатися внутрішня діяльність - емоційна уява, яка являє собою сплав афективних та когнітивних процесів, та єдність інтелекту та афекту, яку Л.С.Виготський вважав характерним для вищих почуттів.

При всій важливості інтелектуального осягнення та освоєння світу, у тому числі розкриття об’єктивної сутності добра і зла, саме емоції та почуття визначають головну лінію людської поведінки. Тому виховання емоційності людини та формування її почуттів є важливим фактором в управлінні становленням її особистості. Процес виховання емоційної культури особистості тісно пов’язаний з вихованням самої особистості.

Проявлення емоційної сфери в житті людини різноманітні, емоції не розрізняються на вищі та нижчі, є людські переживання, від самих простих до самих високих. Всі компоненти емоційної культури знаходяться у взаємодії з культурою інтелекту, сенсорною культурою. Можна сказати, що емоційна культура виконує функції сигнальну, регулятивну та оціночну. Зміст емоційної культури змінюється під впливом соціальних умов та умов виховання, але необхідними компонентами повинні бути гуманістичні почуття, емпатія та ін.

**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Бреслав Г.М. Проблемы змоциональной регуляции общения у дошкольников // Вопросы психологии. - 1984. - № 3.

2. Вартанян Г.А., Петров Е.С. Эмоции и поведение. - Л., 2009.

. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. - М.:Изд-во МГУ, 2006.

. Возрастная и педагогическая психология. Хрестоматия. /Состав. И.В. Дубровина, А.М. Прихожан, В.В. Зацепин - М., изд. центр «Академия», 2009.

. Волков Б.С., Волкова Возрастная психология. В 2-х частях. Ч.2: От младшего школьного возраста до юношества: учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по пед. специальностям / Б.С. Волков, Н.В. Волкова, под ред. Б.С. Волкова. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2005.

. Волков Б.С. Психология младшего школьника. - М.: Просвещение, 2002.

. Грейс Крайг. Психология развития / Грейс Крайг. - Серия «Мастера психологии», 2012.

. Галузинський В.М., Євтух М.Б. Педагогіка: теорія та історія. - К.: Вища школа, 2005.

. Диагностика «эмоционального интеллекта» (Н. Холл) / Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. - М., Изд-во Института Психотерапии. 2008.

. Додонов Б.И. В мире эмоций. - Киев: Политиздат Украины, 2007.

. Изард К.Е. Эмоции человека. - М.: Изд-во Моск. ун-та, 1980.

. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. - СПб., 2009.

. Кэррол Э. Изард. Психология эмоций . - Санкт-Петербург, 2008.

. Лазурский А.Ф. Классификация личностей Психология индивидуальных различий. Хрестоматия / Под ред. Ю.Б.Гиппенрейтер и В.Я. Романова. - М.: ЧеРо, 2008.

. Небылицын В.Д. Актуальные проблемы дифференциальной психофизиологии. - В кн.: Психофизиологические исследования индивидуальных различий. - М., 2006

. Немов Р.С. Психология. - М.: Просвещение, 2010.

. Немчин Т.А. Состояние нервно-психического напряжения. - Л.: Ленинградский Университет, 1988.

. Ольшанникова А.Е., Ямпольский Л.Т. О структуре качественных характеристик эмоциональности.- В кн.: Психология и психофизиология индивидуальных различий. - М., 1977

. Общая психология / Под ред. А.В. Петровского. - М.: Просвещение, 1987.

. Психологія / За ред. Г.С.Костюка. - Київ: Радянська школа, 1988.

. Психологія : Навч. Посібник /За науковою ред.. О.В. Винославської. - К.: ІНКОС, 2005.

. Тесты определения индивидуальных особенностей вегетативного реагирования. - М., 2008.

. Хорни К. Женская психология: (Сборник) / Пер. с англ. - СПб.: Восточно-Европейский институт психоанализа, 1993.

. Якобсон П.М. Психология чувств. - М.: Изд-во Моск. ун-та, 1980.

. Maccoby E.E., Jacklin C.N. The Psychology of Sex Differences. - Stanford, 2011.

**Додаток**

**Диагностика «эмоционального интеллекта» (Н. Холл) <http://vsetesti.ru/29/>**

##### **Тестовий матеріал**

1. Для меня как отрицательные, так и положительные эмоции служат источником знания о том, как поступать в жизни.

2. Отрицательные эмоции помогают мне понять, что я должен изменить в своей жизни.

. Я спокоен, когда испытываю давление со стороны.

. Я способен наблюдать изменение своих чувств.

. Когда необходимо, я могу быть спокойным и сосредоточенным, чтобы действовать в соответствии с запросами жизни.

. Когда необходимо, я могу вызвать у себя широкий спектр положительных эмоций, такие, как веселье, радость, внутренний подъем и юмор.

. Я слежу за тем, как я себя чувствую.

. После того как что-то расстроило меня, я могу легко совладать со своими чувствами.

. Я способен выслушивать проблемы других людей.

. Я не зациклюсь на отрицательных эмоциях.

. Я чувствителен к эмоциональным потребностям других.

. Я могу действовать на других людей успокаивающе.

. Я могу заставить себя снова и снова встать перед лицом препятствия.

. Я стараюсь подходить к жизненным проблемам творчески.

Продовження додатку А

15. Я адекватно реагирую на настроения, побуждения и желания других людей.

16. Я могу легко входить в состояние спокойствия, готовности и сосредоточенности.

. Когда позволяет время, я обращаюсь к своим негативным чувствам и разбираюсь, в чем проблема.

. Я способен быстро успокоиться после неожиданного огорчения.

. Знание моих истинных чувств важно для поддержания «хорошей формы».

. Я хорошо понимаю эмоции других людей, даже если они не выражены открыто.

. Я могу хорошо распознавать эмоции по выражению лица.

. Я могу легко отбросить негативные чувства, когда необходимо действовать.

. Я хорошо улавливаю знаки в общении, которые указывают на то, в чем другие нуждаются.

. Люди считают меня хорошим знатоком переживаний других людей.

. Люди, осознающие свои истинные чувства, лучше управляют своей жизнью.

. Я способен улучшить настроение других людей.

. Со мной можно посоветоваться по вопросам отношений между людьми.

28. Я хорошо настраиваюсь на эмоции других людей.

29. Я помогаю другим использовать их побуждения для достижения личных целей.

. Я могу легко отключиться от переживания неприятностей.