АНДРОНОВА Н. В., ПОСТНИКОВА А. С.

РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Аннотация. В статье рассматривается понятие «эмоциональная культура», анализируется проблема развития эмоциональной культуры детей младшего школьного возраста. Представлены результаты экспериментального исследования эмоциональной культуры личности.

Ключевые слова: эмоциональная сфера личности, эмоциональная культура, младшие школьники, программа развития, формирующий эксперимент.

ANDRONOVA N. V., POSTNIKOVA A. S.

EMOTIONAL CULTURE DEVELOPMENT IN PRIMARY SCHOOL CHILDREN

Abstract. The article considers the concept of emotional culture. The study focuses on the problem of the development of emotional culture in primary school children. In this connection, the results of an experimental study of the individual emotional culture are presented.

Keywords: emotional sphere of personality, emotional culture, primary school children, development program, educational experiment.

В последнее время эмоциональная культура приобретает статус важнейшей личностной характеристики современного человека. С этим положением нельзя не согласиться, поскольку человек в современном обществе постоянно ощущает увеличение эмоциональных нагрузок, периодически испытывает «душевный дискомфорт», ему не хватает гармонии с окружающим миром.

И. Н. Рыбакова под эмоциональной культурой личности подразумевает комплекс явлений, представляющих собой в значительной мере развитие и совершенствование тех качеств эмоциональной жизни, которые в ограниченном виде проявлялись на более ранней возрастной ступени. Автор полагает, что эмоциональная культура – главный определитель успеха взаимодействия, общения, субъект-субъектных отношений [5].

А. В. Зарезнова понятие эмоциональной культуры рассматривает в двух смыслах:

1) в широком, как особую область деятельности, регулируемую общепринятыми нормами выражения эмоций, которая оказывает влияние на развитие личности в целом;

2) в узком, как способность осознания субъектом собственных и чужих эмоций, ценностной дифференциации эмоциональных состояний и на этой основе эмоциональной саморегуляции в деятельности и общении [1].

О. М. Романова эмоциональную культуру представляет как особое личностное образование, определяющее уровень эффективности человеческих взаимоотношений в

обществе через развитие трех структурных компонентов: когнитивного, практического и ценностно-смыслового [4].

Согласно мнению Н. С. Ульяновой, в настоящее время у школьников необходимо формировать основы эмоциональной культуры через: развитие умений оценивать свои эмоции и чувства; обучение адекватным способам эмоционального реагирования (избавление от стрессов, восполнение эмоциональной недостаточности, использование методами релаксации) [6].

Мы полагаем, что развитие эмоциональной культуры приобретает особую значимость в младшем школьном возрасте. В этот период отмечается усложнение эмоционально-мотивационной сферы и возникновение внутренней жизни, появляется логика чувств. Уменьшается импульсивность и непосредственность поведения ребенка. Он начинает скрывать свои переживания и колебания, пытается не показывать другим, что ему плохо. Однако у него в значительной мере сохраняется и стремление выплеснуть все эмоции на окружающих, и сделать то, что сильно хочется [2].

О. М. Романова указывает на следующие характеристики эмоционального развития младших школьников:

– легкая отзывчивость на происходящие события;

– непосредственность и откровенность выражения своих переживаний – радости, печали, страха, удовольствия или неудовольствия;

– большая эмоциональная неустойчивость, частая смена настроения (на общем фоне жизнерадостности, бодрости, веселости, беззаботности), склонность 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;

– свои и чужие эмоции и чувства слабо осознаются и понимаются [4].

Важность формирования эмоциональной культуры младших школьников вытекает также из нового федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования [7]. Среди установленных стандартом (ФГОС) требований к личностным результатам обучающихся указываются ценностно-смысловые установки младших школьников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции и личностные качества. Соответствующие результаты должны, в частности, отражать развитие эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей, становление гуманистических ценностных ориентаций обучающихся.

Для определения уровня развития эмоциональной культуры нами было организовано и проведено эмпирическое исследование. В качестве испытуемых выступали 30 учеников 3 «А» класса МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 3» р. п. Кузоватово Ульяновской области.

На первом этапе исследования мы определяли степень сформированности эмоциональной культуры младших школьников. В ходе диагностической процедуры применялись следующие методики: стандартизированный опрос О. М. Романовой [4], проективный тест личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций «Домики» О. А. Ореховой [3], тест оценки эмоционального интеллекта Николаса Холла [8].

Заметим, что методика О. М. Романовой содержит вопросы, касающиеся таких основных эмоций, как радость, грусть, злость, страх, удивление и стыд/чувство вины. Она охватывает различные психические явления: ощущения и восприятие, память, мышление, мотивационную сферу и поведенческий компонент (как ведет себя человек под влиянием эмоций, и что он делает, чтобы с ними справиться). Первая часть вопросов касается непосредственно самого испытуемого (этап «Я сам»), а с помощью второй части изучаются его представления относительно эмоционального мира других людей (этап «Другие»). Каждому ребенку предлагается ответить, что он (или другой человек) ощущает, вспоминает, думает, желает, делает «обычно», «как правило», «чаще всего» при переживании той или иной эмоции [4].

В процессе опроса многие дети испытывали трудности. В ряде случаев возникала необходимость в наводящих вопросах, а для получения ответов на некоторые вопросы нужна была и предварительная беседа. Это указывает на то, что диагностируемое свойство недостаточно сформировано. По результатам опроса, две трети выборки младших школьников (20 человек или 66,7 %) имели низкий уровень развития эмоциональной культуры. Около четверти испытуемых (7 человек или 23,3 %) демонстрировали средний уровень развития изучаемого свойства. Они без особого труда отвечали на вопросы по основным эмоциям блока «Я сам», но затруднялись в ответах на блок «Другие». К сожалению, только у трёх младших школьников (10 %) был выявлен высокий уровень сформированности эмоциональной культуры. Им легко давались вопросы обоих блоков.

С помощью проективного теста «Домики» нам удалось выявить особенности эмоциональной сферы испытуемых – младших школьников. По данным исследования, чуть более половины детей (16 человек или 53, 3 %) в основном испытывают отрицательные эмоции. Для них характерно доминирование плохого настроения и неприятных переживаний, наличие проблем, которые они не могут решить самостоятельно. Около трети выборки испытуемых (9 человек или 30 %) показали эмоциональное состояние,

соответствующее норме. Эти дети могут и радоваться, и печалиться, у них нет поводов для беспокойства. Лишь небольшая часть участвовавших в исследовании младших школьников (5 человек или 16, 7 %) в целом отличалась позитивной оценкой окружающего мира. Этим детям в большей степени присущи положительные переживания, среди которых наиболее яркими являются чувства восхищения и счастья.

Обобщение результатов обследования испытуемых с помощью методики Н. Холла позволило установить, что высоким уровнем эмоционального интеллекта обладает всего один ученик (3,3 %), средним – 19 испытуемых (63,4 %), низким – 10 детей (33,3 %). К сказанному добавим, что более половины детей имели низкие показатели по шкалам «Управление своими эмоциями» (20 человек или 66,7 %) и «Самомотивация» (19 человек или 63,4 %). Это свидетельствует о слабом развитии эмоциональной отходчивости, эмоциональной гибкости, затруднённом управлении своим поведением с помощью управления своими эмоциями. Отрадно, что по шкалам «Распознание эмоций других людей», «Эмпатия» и «Эмоциональная осведомленность» было получено достаточно много средних показателей (соответствующие процентные доли: 76,7 %, 66,7 % и 60,0 %). Эти данные указывают на присущий большей части испытуемых нормальный уровень развития умения воздействовать на эмоциональное состояние других людей. Для них характерно осознание и понимание своих эмоций, понимание эмоций других людей, умение сопереживать текущему эмоциональному состоянию другого человека. Что касается высоких показателей, то их было обнаружено не так много. По шкале «Эмоциональная осведомленность» таковых 30 % (9 человек), по шкале «Управление эмоциями других людей» – 10 % (3 человека), по шкале «Самомотивация» – 6,6 % (2 человека), а по шкалам «Эмпатия» и «Управление своими эмоциями» ещё меньше – по 3,3 % (по 1 человеку).

Сопоставление эмпирических данных дало нам возможность сделать вывод о недостаточной степени сформированности эмоциональной культуры младших школьников и необходимости её целенаправленного развития.

В рамках формирующего эксперимента с участием той же группы испытуемых была использована программа «Мы и эмоции», направленная на развитие эмоциональной культуры младших школьников. Данная программа рассчитана на 10 занятий общей продолжительностью 45 минут каждый. Основные приемы и методы работы: психогимнастические упражнения (мимические и пантомимические), которые проводятся на заданную тему и позволяют ребенку почувствовать нужное эмоциональное состояние через движение и мимику; элементы арт-терапии (музыка, изобразительная деятельность); сюжетно-ролевые игры; релаксационные упражнения.

Для вторичной диагностики эмоциональной культуры младших школьников применялись те же методики, что и на констатирующем этапе эксперимента.

Сравнение показателей опроса по методике О. М. Романовой до и после проведения формирующего эксперимента выявило динамику развиваемого свойства у испытуемых. Так, количество младших школьников с высоким уровнем сформированности эмоциональной культуры увеличилось на 30, 0 % и составило 40, 0 % от общей численности выборки. Увеличилась и категория детей со средним уровнем развития эмоциональной культуры. Соответствующие показатели были выявлены у 33, 3 % детей, что на 10, 0 % больше, чем на констатирующем этапе эксперимента. Наряду с этими положительными изменениями обнаружено уменьшение на 40, 0 % группы младших школьников с низким уровнем развития эмоциональной культуры. Их стало 26, 7 %.

В ходе расчета t-критерия Стьюдента были отмечены статистически достоверные отличия между показателями уровня развития эмоциональной культуры у младших школьников ($t_{Эмп} = 5,4$; $p \leq 0,01$) до и после формирующего эксперимента.

Анализ данных вторичной диагностики испытуемых посредством проективного теста «Домики» также указывает на позитивный сдвиг в развитии эмоциональной культуры младших школьников. Отметим, что категория детей с высоким уровнем развития соответствующего свойства увеличилась на 16, 6 % и составила 33, 3 % от экспериментальной выборки. Более крупной стала группа испытуемых, демонстрирующая средний уровень развития эмоциональной культуры (43, 3 %, что на 13, 3 % больше, чем на констатирующем этапе эксперимента). Количество младших школьников с низким уровнем развития эмоциональной культуры уменьшилось на 29, 9 %. Их доля составила 23, 4 %.

При расчете t-критерия Стьюдента были выявлены статистически достоверные отличия между показателями уровня развития эмоциональной культуры у младших школьников ($t_{Эмп} = 6,8$; $p \leq 0,01$) до и после формирующего эксперимента.

Осуществлённая после проведения формирующего эксперимента оценка эмоционального интеллекта испытуемых даёт возможность говорить о повышении в целом его уровня у членов экспериментальной группы. Количество младших школьников с высоким уровнем развития названного свойства увеличилось на 36, 7 % и составило 40, 0 %. Численность детей со средним уровнем развития эмоционального интеллекта уменьшилась на 20, 1 % (за счёт перешедших на более высокий уровень) и составила 43, 3 % выборки. Категория испытуемых с низким уровнем развития эмоционального интеллекта уменьшилась на 16, 6 % и составила 16, 7 %.

В ходе расчета t-критерия Стьюдента были получены статистически достоверные отличия между уровнем развития эмоционального интеллекта младших школьников ($t_{Эмп}$ = 5,1; $p \leq 0,01$) до и после формирующего эксперимента.

В заключение отметим, что в результате формирующего эксперимента удалось обогатить психологические знания младших школьников о мире эмоций, усовершенствовать навыки понимания эмоций другого человека, произошло повышение уровня дифференциации эмоций, расширение эмоционального словарного запаса. Это позволяет говорить о том, что предложенная программа занятий действительно способствует развитию эмоциональной культуры детей младшего школьного возраста.

ЛИТЕРАТУРА

1. Зарезнова А. В. Эмоциональная культура как фактор эмоциональной саморегуляции личности // APRIORI. Гуманитарные науки. – 2014. – № 4. – С. 56–59.

2. Кулагина И. Ю. Возрастная психология: развитие ребенка от рождения до 17 лет. – М.: Изд-во УРАО, 1999. – 175 с.

3. Орехова О. А. Методика «Домики»: диагностика дифференциаций эмоциональной сферы ребенка: методическое руководство. – СПб.: ИМАТОН, 2007. – 104 с.

4. Романова О. М. Особенности эмоциональной культуры младших школьников // Интеграция образования. – 2010. – № 3. – С. 89–93.

5. Рыбакова И. Н. Воспитание эмоциональной культуры детей младшего школьного возраста в учебном процессе // Педагогика и психология: теория и методика обучения. – 2011. – № 16. – С. 77–79.

6. Ульянова Н. С. Формирование эмоциональной культуры младших школьников на занятиях по изобразительному искусству: дис. … канд. пед. наук. – Ижевск: ИГУ, 2006. – 219 с.

7. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования. Утвержден приказом Минобрнауки России от 22 сентября 2011 г. № 2357.

8. Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. – 490 с.