Развитие современного общества предполагает формирование инициативной, активной, самостоятельной, творчески ориентированной личности. Одним из источников активно развивающейся личности выступает эмоциональная сфера. Мир чувств и эмоций, как и другие формы психической деятельности, является способом отражения объективного мира и человека в нём, и представляет собой многогранную и до конца не изученную сферу.

В Федеральном государственном образовательном стандарте начального образования отражаются личностные результаты освоения основной образовательной программы, которые включают в себя: формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.

Изучением развития эмоциональной сферы занимались отечественные психологи: П.К. Анохин, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, Т.А. Данилина, Н.А. Довгая, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, П.В. Симонов, Б.М Теплов, Д.Б. Эльконин, М.И. Лисина, а также зарубежные психологи: В. Вундт, К. Э. Изард и др.

Анализ литературы показал, что, несмотря на значимость эмоциональной сферы в школьном возрасте, ее развитие осуществляется не в полной мере. Недостаточно разработано содержание педагогической деятельности в развитии эмоциональной сферы, не в полной мере определены методы и приемы организации педагогической деятельности по развитию эмоциональной сферы. Таким образом, высокая актуальность и недостаточная её разработанность темы в психолого-педагогической литературе послужили основанием для выбора темы данной статьи.

Практическая значимость результатов исследования определяется тем, что положения и выводы, полученные в ходе исследовательской работы, могут быть использованы в непосредственной практике педагогов для развития эмоциональной сферы школьников в процессе учебной деятельности.

Проектировочная работа проводилась на базе МБОУ СОШ №12 им. В.Г.Распутина. В исследовании приняли участие 20 детей школьного возраста 11-12 лет (из которых 12 девочек и 8 мальчиков).

Для цельного представления об эмоциональной сфере психологи выделяют: собственно эмоции, аффекты, чувства, а также такие эмоциональные состояния как настроение, стресс и др. Эмоции (от лат. Emovere – волновать, возбуждать) – это особый класс субъективных психологических процессов и состояний, связанных с инстинктами, потребностями, мотивами и отражающих в форме непосредственного переживания значимость действующих на индивида явлений и ситуаций для осуществления его жизнедеятельности.

Считается, что эмоции появились как приспособительный механизм. Физические изменения, которые наблюдаются у человека в том или ином эмоциональном состоянии, рассматривались Дарвином, как рудименты реальных приспособительных реакций организма, которые были необходимы на предыдущих ступенях эволюции. У эволюционной теории так же были последователи П. Экман, Х. Фризен, В. Эллсуорт, К. Э. Изард, которые продолжали доказывать правильность этой теории.

К. Э. Изард говорит в своих трудах, что фундаментальные эмоции (страх, гнев и др.) проявляются у людей одинаково, независимо от их культуры, места проживания и иных факторов. Например, люди из племен, которые никогда не имели контактов с людьми иных культур, показывают фундаментальные эмоции так же, как и люди более цивилизованных культур.

Безусловно, эмоции людей в той или иной степени изменяются. Но изменения происходят на базе генетических механизмов фундаментальных эмоций. Сначала происходит физическая реакция на какое-либо событие, а осознание этих процессов и есть эмоция. Т.е. причиной эмоций является физическое воздействие внешних раздражений на нервы. Например, человеку грустно, потому что он плачет. Следует обратить внимание на тот факт, что если из сильной эмоции убрать телесные проявления этой эмоции, то не останется никакого «психического материала», из которого эта эмоция могла бы образоваться. В итоге остается только холодное интеллектуальное восприятие.

Л. С. Выготский опровергал эту теорию за противопоставление «низших», элементарных эмоций, как обусловленных сдвигами в организме, «высшим», истинно человеческим переживаниям (эстетическим, интеллектуальным, нравственным и др.), будто бы не имеющим никаких материальных оснований. В бихевиористской теории эмоций эмоции представляют собой специфический вид реакций, проявляющихся в трех основных формах: страха, ярости и любви. Эти эмоциональные формы являются врожденными и подвергаются изменениям в процессе жизни человека, происходит формирование новых типов реакций.

Таким образом данная теория рассматривает эмоции как реакции, основанные на изменениях внутренних органов. В статье «Бихевиоризм» Дж. Уотсон пишет: «хотя во всех эмоциональных реакциях проявляются такие внешние факторы, как движения глаз, рук, ног, туловища, доминирующими являются висцеральные и секреторные факторы».

Сами эмоции, согласно этой теории, появляются из-за нарушения или восстановления равновесия в структурах центральной нервной системы, как ответ на воздействие раздражителя. Д. Хеббу, в ходе своих экспериментов, удалось выявить зависимость между уровнем эмоционального возбуждения человека и успешностью его деятельности. Эту зависимость он выразил в виде кривой, которая иллюстрирует, что наивысшие результаты деятельности наблюдаются при среднем уровне эмоционального возбуждения. Слабое или сильное эмоциональное возбуждение ведет к ухудшению результата. Также Д. Хебб отметил, что для каждого человека характерен свой оптимум эмоционального возбуждения. Л. М. Веккер при этом признавал ограниченность своей теории, поскольку представления о внутренней организации субъекта эмоций недостаточно изучены.

П. К. Анохин сформулировал биологическую теорию. Он основывался на суждении, что поведение живых существ делится на две стадии: формирование потребностей и удовлетворение этих потребностей. Если потребность была удовлетворена, то возникают положительные эмоции, если удовлетворение потребности не произошло, то возникают отрицательные эмоции.

Эмоциональная сфера рассматривается как целостный класс явлений, охватывающий и примитивные влечения, и сложные формы эмоциональной жизни. Она осуществляет активацию, побуждение и аффективную оценку действительности, организуя целостные формы поведения, разрешающие простые и сложные адаптационные задачи, подчеркивают П. К. Анохин, Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн, П. К. Симонов.

С. Л. Рубинштейн, А. В. Петровский, А. Г. Ковалёв – относят чувства к высшим и сложным социальным эмоциям. Они могут возникать при определенном интеллектуальном уровне интеллекта и отражают отношение предметов и явлений к высшим потребностям и мотивам деятельности человека, как личности. Они выделяют чувства: этические, интеллектуальные, эстетические. Иные ученые считают, что, для разделения чувств и эмоций необходимо учитывать: потребности, функции и физиологические механизмы.

В период средней школы у детей происходит физическое и психическое развитие личности. В этом возрасте способность регулировать свои эмоциональные состояния еще не сформировалась полностью. Это отражается в импульсивном поведении, неспособности к долгому сосредоточению на одной и той же деятельности, возбудимости.

 Учеба, общение, игра — это основные виды деятельности в школьном возрасте, оказывающие влияние на дальнейшее развитие. Познавательная деятельность имеет ряд особенностей. Учебный процесс требует от обучающихся высокой степени самоконтроля и восприятия, это возможно лишь при достаточной произвольности этих процессов. В школьном возрасте, произвольность и самоконтроль не сформированы, преобладает непроизвольное внимание. Особенности мышления в этом возрасте повторяют процесс мышления в дошкольном возрасте. Развивается конкретно-образное мышление.

В процессе обучения мышление становится гибким, появляются критичность к собственной деятельности. Развитие переживаний происходит на основе их обогащения путем появления опыта как положительного, так и отрицательного. Это связано с общим развитием ребенка, расширением его интересов. Развитие эмоций происходит в результате обобщения эмоций, направленных на определенный объект. В системе эмоций взрослого человека эмоция – это проявление чувства. Также появляется умение контролировать свои эмоции.

В школьном возрасте нравственные чувства формируются быстрее, чем понимание нравственных норм. То или иное нравственное чувство основывается на жизненном опыте. Интеллектуальные чувства развиваются в процессе познания, проявляются в получении отрицательного или положительного результата собственной деятельности, познавательной активности. Их развитие происходит постепенно: сначала они просто связаны с самим процессом в независимости от результата, затем интересует не только процесс, но и сам результат своих действий.

В процессе обучения изменяется содержание чувств школьника и происходит их дальнейшее развитие в плане все большей осознанности, сдержанности, устойчивости. На эмоциональную сферу оказывает влияние уровень развития, на котором находится обучающийся в момент школьного обучения. Расширение круга общения, появление новых интересов способствует развитию социальных чувств. Эмоции становятся более сознательными, прочными.

Эмоциональная сфера является важным фактором развития детей среднего школьного возраста, так как общение теряет свою эффективность, если его участники не могут распознавать эмоции, понимать и регулировать их. П. М. Якобсон считает, что невозможно понять эмоциональную сферу, если рассматривать ее вне личности, так как по мере формирования личности в эмоциональной сфере также появляются новообразования.

Если для детей дошкольного возраста характерно яркое проявление эмоциональных реакций, которые связаны с кратковременными желаниями, то в среднем школьном возрасте они становятся более социально ориентированными и осознанными. В этом возрасте эмоции больше направлены на социальную жизнь обучающихся.

C. Л. Рубинштейн говорит о том, что путь эмоционального развития, проходит те же этапы, что и интеллектуальное развитие. Сначала эмоциональные проявления предопределены его окружением, но со временем они сознательно начинают выходить за рамки и расширяют спектр чувств, эмоции перестают быть абстрактными и приобретают осознанный характер.

Возраст с одиннадцати до пятнадцати лет - период усвоения и накопления знаний в социальной сфере. Залогом успешной школьной адаптации являются черты личности, которые характеризуют данный возраст: восприимчивость, повышенная внимательность, а также преобладание игрового интереса и вместе с тем легкость отношения к происходящим изменениям.

В школе увеличивается нагрузки - физические, психические эмоциональные. Учеба становится значимой деятельностью. Вместе с приобретением новых знаний изменяется и социальный статус, а вместе с ним и весь уклад жизни. В период обучения начинает происходить «обобщение переживаний», постоянно возникающие неудачи ведут к возникновению комплекса неполноценности. В дальнейшем по мере укрепления чувства значимости, опыта эти чувства могут изменяться или же находить подкрепление извне и формироваться в виде устойчивых структур личности, влиять на самооценку, уровень притязаний.

Для обучающихся характерны возможные проявления школьной тревожности. Она являет собой форму эмоционального неблагополучия для ребенка. Она может выражаться в повышенном беспокойстве, неуверенности в учебной среде. В первые месяцы такая тревожность характерна для данного возраста. Тревожность может как мотивировать на изменения, так и нести в себе негативные черты, влияющие на общее состояние обучающихся.

Также часто бывает большая сдержанность в проявлении эмоций. Ребенок сдерживает проявление в коллективе таких негативных реакций, как: гнев, обида, злость, раздражение, так как они могут вызвать порицание, обсуждение в коллективе, в отношении со сверстниками они проявляются в конфликтах. Контроль над своими эмоциями со временем становится все лучше. Негативные реакции выражаются не только двигательно, но в речевой форме: насмешка, сомнения и т.д. Состояния злобы, как правило, проявляются скрыто.

Близким и взрослым детей среднего возраста важно иметь представление о мотивах тех или иных поступков и реакции детей, об их внутренней жизни, о факторах, которые могут повлиять на их поведение. Эмоции — это корень всего нашего жизненного состояния, общения, развития и существования в этом мире, так как мы реагируем на мир через свои эмоции.

Эмоциональное благополучие способствует развитию личности ребенка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям. В условиях взаимной любви в семье ребенок начинает учиться любви сам. Чувство любви, нежности к близким людям, прежде всего к родителям, братьям, сестрам, дедушкам и бабушкам, формирует ребенка как психологически здоровую личность.

На данный момент психология эмоций значительно уступает по степени разработанности основных вопросов таким направлениям общей психологии, как психология памяти, мышления, внимания, психология ощущений и т.д. В психологии эмоций отсутствует единая теория эмоций, не решен вопрос о классификации эмоциональных феноменов. Как признают исследователи, искусство, особенно литература и живопись, гораздо дальше и глубже продвинулись в изучении эмоциональной сферы, чем наука.

«Нелюбовь» ученых к данной проблематике ряд авторов связывает с тем, что сами по себе эмоциональные явления не укладываются в рамки позитивистского подхода, доминирующего в современной науке, ориентированной на принципы материализма и объективизма при проведении научного исследования. Эмоции и чувства, пожалуй, наиболее субъективные психические образования, при этом основными их характеристиками являются многообразие и динамичность.

Все это существенно осложняет реализацию научного подхода к исследованию эмоциональной сферы личности школьника и изучению их эмоциональных переживаний. При этом значение проблемы научного анализа эмоций едва ли нуждается в обосновании. Каждый момент существования человека сопровождается определенным психическим состоянием, так или иначе эмоционально окрашенным.

Так, П.М. Якобсон подчеркивает, что в своих чувствах и переживаниях человек как личность проявляется гораздо более ярко, чем в интеллектуальной деятельности. Итак, признавая, что степень изученности эмоциональной сферы личности значительно отстает от других направлений общей психологии, и что попытки объективно исследовать эмоции и чувства приводят к утрате самого предмета исследования, специалисты предлагают пересмотреть подход к изучению данных аспектов психической жизни личности.

При решении вопроса о методологии исследования эмоций, они считают нужным обратиться к логике накопления научных знаний, состоящей в том, что первоначальным этапом накопления любого научного знания является наиболее полное описание изучаемого феномена. Таким образом, вслед за Ж.-П. Сартром, В.К. Вилюнасом, мы склонны считать феноменологический подход к исследованию эмоциональной сферы наиболее приемлемым и адекватным, позволяющим преодолеть те методологические и методические барьеры, которые препятствуют на данный момент полноценному изучению эмоций.

Обзор методов, позволяющих исследовать некоторые аспекты эмоциональной сферы, также указывает на неразработанность данной проблемы. Среди конкретных методик, в первую очередь, следует отметить довольно большое количество опросников, направленных на выявление некоторого уровня выраженности той или иной черты или психодинамического свойства личности, связанных с эмоциональной сферой, (эмоциональная лабильность в опросниках темперамента, уровень тревожности, агрессивности, эмоциональной чувствительности в личностных опросниках и т.д.).

К недостаткам существующих опросных методик следует отнести тот факт, что они не позволяют изучить все многообразие эмоциональной сферы школьников. Что касается проективных методов, тем или иным образом исследующих сферу эмоций и чувств конкретной личности, то их применение также приводит к редуцированию многообразия переживаний к нескольким ключевым понятиям, нередко имеющим клинический характер (конфликт, фрустрация, вина и т.д.).

Общий вывод, касающийся методов изучения эмоциональной сферы, заключается в следующем: на данный момент сформировалась необходимость разработки специальных методов, позволяющих исследовать как многообразие эмоций и чувств, так и специфичность каждого эмоционального переживания конкретной личности.

Психофизический подход, в целом, и ряд психофизических исследований, в частности, представляются весьма продуктивными в качестве методологической базы для решения поставленной задачи. В первую очередь, они позволяют охватить все многообразие эмоций понятием «эмоциональное пространство» (по аналогии с понятием «сенсорное пространство», введенным М. В Ермолаева для изучения многообразия сенсорных ощущений). Во-вторых, учение о шкалах и субъективном шкалировании может стать, по нашему мнению, отправной точкой в изучении многочисленных переживаний человека, их различных модальностей и интенсивностей.

Известно высказывание С. Стивенса о том, что проблема оценки стимула является основополагающей проблемой не только психофизики, но и психологии в целом, поскольку нет такого психического явления, к которому тем или иным образом не относилось бы субъективное оценивание. Эмоции и чувства также являются психическими явлениями, таким образом, в отношении них личность также производит некоторую оценку, на основании чего можно заключить, что эти явления психики составляют определенную упорядоченную структуру, которую можно обозначить как эмоциональное пространство личности.

Исследования отечественных психофизиков (A.A. Понукалин, Т.Д. Калистратова) показали, что сущность субъективной оценки проявляется в речевой форме, в связи с чем именно оценка вербальных стимулов, характеризующих то или иное эмоциональное состояние, представляется наиболее адекватной формой отражения структуры эмоционального пространства конкретной личности. Следует отметить, что современная психодиагностика становится все более ориентированной на субъективную парадигму анализа данных (А.Г. Шмелев, Н.Н. Королева), с точки зрения которой испытуемый характеризуется множеством параметров в многомерном пространстве. Такой подход позволяет проникнуть во внутренний мир личности школьника, воссоздать ее индивидуальное своеобразие.

В соответствии с выдвинутой целью, задачами опытно-поисковая работа включает в себя следующие этапы:

1. Определение уровней развитости эмоциональной сферы детей среднего школьного возраста на констатирующем этапе в исследуемой группе детей, анализ полученных результатов и на этой основе формулирование задач для последующей работы с детьми.

 2. Анализ академической успеваемости учащихся с последующим сравнительным анализом влияния развитости эмоциональной сферы на успеваемость учащихся.

Проектировочная работа проводилась на базе МБОУ СОШ №12 им. В.Г.Распутина

В исследовании приняли участие 20 детей среднего школьного возраста 11-12 лет (из которых 12 девочек и 8 мальчиков). Для проведения уровня развитости эмоциональной сферы необходимо было определить показатели и критерии эмоциональной сферы, разработать характеристику уровней, определить диагностические задания. С этой целью в данном параграфе были поставлены следующие задачи:

1. Определить диагностический тест для выявления уровня развитости эмоциональной сферы детей среднего школьного возраста в процессе музыкально-творческой деятельности.

2. Определить показатели и критерии, необходимые для выявления уровней развитости эмоциональной сферы детей среднего школьного возраста.

На основе определения понятия «эмоциональная сфера» и выявленных структурных компонентов были определены показатели и критерии эмоциональной сферы, в рамках данной работы изучается влияние уровня эмпатии на академическую успеваемость детей.

Показатель эмпатии характеризуется такими критериями, как:

* умение вчувствоваться в эмоциональное состояние другого человека и определить его эмоциональное состояние;
* умение проявлять сочувствие, доброжелательность, сопереживание.

Оценка развитости каждого показателя определялась с помощью критериев, соотнесенных с тремя уровнями развитости эмоциональной сферы: высоким, средним и низким.

Для выявления уровня развития эмоциональной сферы пятиклассников была выбрана методика «Проявление эмпатии к сверстнику» Е. Н. Васильевой.

Описание методики «Проявление эмпатии к сверстнику» Е. Н. Васильевой.

Цель: выявить уровень развитости показателя «эмпатия».

Материал: 10 проблемных ситуаций.

Методика проведения: детям предлагается спрогнозировать собственное поведение в 10 проблемных ситуациях, предложенных в форме индивидуальной беседы.

Задания разделены на 5 подгрупп:

1 блок – оказание помощи другому;

2 блок – ущемление личных интересов;

3 блок – проявление сочувствия к товарищу, нарушившему какую-либо норму поведения или указание взрослого;

4 блок – проявление радости;

5 блок – оказание помощи сверстнику в затруднительной ситуации. Описание проблемных ситуаций представлено в Приложении №1.

Ответы детей оцениваются в баллах. Количество набранных баллов по каждому блоку зависит от адекватности и обоснованности ответа, его распространенности и вариативности. В каждом блоке фиксирован высший (максимальный) предел количественной оценки ответов детей: для 1 блока – 9 баллов, для 2 блока – 8 баллов, для 3 блока - 10 баллов, для 4 блока – 3 балла, для 5 блока – 3 балла.

Подсчитывается количество набранных ребенком баллов.

22-33 балла – высокий уровень развития эмпатии школьника, а также высокий уровень специальной осведомленности (объем представлений об эмоциях и чувствах человека).

11-21 балл – средний уровень развития эмпатии.

0 -10 баллов – низкий уровень развития эмпатии.

Цель методических рекомендаций: профилактика негативных эмоциональных переживаний школьников, обучающихся в МБОУ СОШ №12 им. В.Г.Распутина.

Для достижения этой цели в процессе коррекции должны решиться следующие задачи:

1. Сформировать у школьника осознанное восприятие эмоций и воли;

2. Научить ребенка адекватно выражать и понимать свои эмоциональные состояния;

3. Дать ребенку возможность осознать произвольность регуляции своего эмоционального состояния и поведенческого;

4. Научить ребенка справляться с тревожностью;

5. Повышение групповой сплоченности.

Для осуществления цели и задачи необходимо использовать рекомендации по коррекции развития эмоционально-волевой сферы. В процессе общения с преподавателем у детей происходит совместное восприятие сложившейся ситуации, понимание собственного поведения. Только заинтересованное, доброжелательное отношение к ребенку поможет (позволит) ему полностью проявиться, что даст наилучшую возможность для взаимопонимания и успешного общения.

Рекомендации педагогу по коррекции эмоционально-волевой сферы дети среднего школьного возраста:

1. Для того чтобы сформировать эмоционально-волевую сферу школьника необходимо, чтобы общение педагога с учеником несло гуманистическую направленность;

2. Педагогу необходимо преумножать у учеников культурно-нравственное развитие;

3. Педагогу в работе с детьми рекомендуется использовать методики, которые способствуют расширению и осознанию эмоционально-чувственного, опыта человека. К ним относятся игры и упражнения, стимулирующие развитие механизма эмоций;

4. Так же педагогу необходимо применять в работе с детьми методики, которые способствуют развитию волевой сферы, в том числе, психодиагностические опросники, направленные на диагностику воли.

Вырабатывая стратегию действий, применительно к школьникам с низким уровнем эмоционально-волевой сферы, учитель и дети доверительно относятся друг к другу, стараются корректировать, прежде всего, условия воспитания, что является главной предпосылкой восстановления утраченной гармонии школьников.

Руководствуясь общей программой развития детей среднего школьного возраста, опираясь при этом на сильные стороны педагогических приемов воспитания, пользуясь рекомендациями по коррекции эмоционально-волевой сферы школьников, педагог сможет сформировать достаточный уровень эмоционально-волевой сферы у школьников.

1. Проведено эмпирическое исследования эмоциональной сферы обучающихся 5 класса на базе МБОУ СОШ №12 им. В.Г.Распутина.

В исследовании приняли участие 20 детей среднего школьного возраста 11-12 лет (из которых 12 девочек и 8 мальчиков). Для проведения уровня развитости эмоциональной сферы необходимо было определить показатели и критерии эмоциональной сферы, разработать характеристику уровней, определить диагностические задания.

В соответствии с выдвинутой целью, задачами опытно-поисковая работа включает в себя следующие этапы:

1. Определение уровней развитости эмоциональной сферы детей среднего школьного возраста на констатирующем этапе в исследуемой группе детей, анализ полученных результатов и на этой основе формулирование задач для последующей работы с детьми.

 2. Анализ академической успеваемости учащихся с последующим сравнительным анализом влияния развитости эмоциональной сферы на успеваемость учащихся.

Для выявления уровня развития эмоциональной сферы пятиклассников была выбрана методика «Проявление эмпатии к сверстнику» Е. Н. Васильевой

3. Проведен анализ результатов исследования и взаимосвязь уровня развития эмоциональной сферы и успеваемости учащихся, в результате которого были сделаны выводы, что дети, имеющие высокий уровень развития эмпатии, имеют высокий годовой академический балл, и, чем ниже уровень эмпатии ученика, тем его оценки ниже.

Благодаря проведенному исследованию была подтверждена гипотеза исследования: высокий уровень развития эмоциональной сферы ребенка положительно влияет на качество обучаемости ребенка и его успеваемость

6. Были разработаны методические рекомендации для педагогов по профилактике негативных эмоциональных переживаний школьников в рамках образовательного процесса.

В результате проведённой работы был выполнен ряд задач, а именно:

1. Проведен анализ определений понятий «эмоции» и «эмоциональная сфера личности» в психолого-педагогической литературе.

Эмоции (от лат. Emovere – волновать, возбуждать) – это особый класс субъективных психологических процессов и состояний, связанных с инстинктами, потребностями, мотивами и отражающих в форме непосредственного переживания значимость действующих на индивида явлений и ситуаций для осуществления его жизнедеятельности.

В свою очередь, эмоциональная сфера - это целостный класс явлений, охватывающий и примитивные влечения, и сложные формы эмоциональной жизни. Она осуществляет активацию, побуждение и аффективную оценку действительности, организуя целостные формы поведения, разрешающие простые и сложные адаптационные задачи

2. Изучены особенности эмоциональных состояний школьников.

Эмоциональные состояния школьников характеризуется:

* легкой отзывчивостью на происходящие события;
* непосредственностью и откровенностью эмоций;
* наличием чувства страха и тревожности, неуверенности в собственных силах, боязни новой обстановки, коллектива;
* большой эмоциональной неустойчивостью, частой сменой настроений;
* отсутствием умения понимать и дифференцировать свои и чужие эмоции (исключение составляют элементарные эмоции радости и страха).

Вместе с тем возможности осознания школьником своих чувств и понимания чужих чувств ограничены. В таком возрасте у ребенка преобладает жизнерадостное настроение, положительные эмоции, в то же время уже выделяется определенная тенденция в выражении чувств: дети с импульсивными, аффективными вспышками или наоборот вялость и апатичность в проявлении эмоций.

3. Рассмотрены приемы и методы исследования эмоциональной сферы школьников.

На данный момент психология эмоций значительно уступает по степени разработанности основных вопросов таким направлениям общей психологии, как психология памяти, мышления, внимания, психология ощущений и т.д. В психологии эмоций отсутствует единая теория эмоций, не решен вопрос о классификации эмоциональных феноменов. Как признают исследователи, искусство, особенно литература и живопись, гораздо дальше и глубже продвинулись в изучении эмоциональной сферы, чем наука.

Общий вывод, касающийся методов изучения эмоциональной сферы, заключается в следующем: на данный момент сформировалась необходимость разработки специальных методов, позволяющих исследовать как многообразие эмоций и чувств, так и специфичность каждого эмоционального переживания конкретной личности.

Таким образом, обобщая все сказанное, можно сформулировать требования к современным методикам исследования эмоциональной сферы личности школьника:

* В качестве стимульного материала данные методики должны содержать вербальные стимулы - понятия, обозначающие эмоции и чувства.
* Результаты обследования должны реконструировать целостную систему представлений человека о составляющих сферы его переживаний, что позволит осознать проблемные зоны, реструктурировать и осуществить регуляцию своих представлений о сфере собственных эмоций и чувств.
* Работа испытуемого со стимульным материалом должна основываться на принципе субъективного шкалирования и оценки конкретного эмоционального переживания и всего их многообразия.

4. Проведено эмпирическое исследования эмоциональной сферы обучающихся 5 класса на базе МБОУ СОШ №12 им. В.Г.Распутина.

В исследовании приняли участие 20 детей среднего школьного возраста 11-12 лет (из которых 12 девочек и 8 мальчиков). Для проведения уровня развитости эмоциональной сферы необходимо было определить показатели и критерии эмоциональной сферы, разработать характеристику уровней, определить диагностические задания.

В соответствии с выдвинутой целью, задачами опытно-поисковая работа включает в себя следующие этапы:

* Определение уровней развитости эмоциональной сферы детей среднего школьного возраста на констатирующем этапе в исследуемой группе детей, анализ полученных результатов и на этой основе формулирование задач для последующей работы с детьми.
* Анализ академической успеваемости учащихся с последующим сравнительным анализом влияния развитости эмоциональной сферы на успеваемость учащихся.

Для выявления уровня развития эмоциональной сферы пятиклассников была выбрана методика «Проявление эмпатии к сверстнику» Е. Н. Васильевой.

5. Проведен анализ результатов исследования и взаимосвязь уровня развития эмоциональной сферы и успеваемости учащихся, в результате которого были сделаны выводы, что дети, имеющие высокий уровень развития эмпатии, имеют высокий годовой академический балл, и, чем ниже уровень эмпатии ученика, тем его оценки ниже. Благодаря проведенному исследованию была подтверждена гипотеза исследования: высокий уровень развития эмоциональной сферы ребенка положительно влияет на качество обучаемости ребенка и его успеваемость

6. Были разработаны методические рекомендации для педагогов по профилактике негативных эмоциональных переживаний школьников в рамках образовательного процесса.

Таким образом, все задачи были решены и была подтверждена гипотеза исследования, а также разработанные методические рекомендации для педагогов могут быть использованы для практики в средних школах.

# **Список использованной литературы**

1. Анохин, П. К. Избранные труды. Философские аспекты теории функциональной системы [Текст] / П. К. Анохин. – М.: Просвещение, 2007. – 318 с.
2. Анохин, П. К. Эмоции [Текст] / П. К. Анохин // Психология эмоций: тексты / под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтера. – М., 2009. – С. 181-187
3. Баранов, А. А. Методы изучения личности школьника [Текст]: метод, рекомендации к пед. практике / А. А. Баранов, С. Г. Бутолин. – Ижевск: Изд-во УдГУ, 2008. – 95 с.
4. Басова, Е.Д. Воспитательная работа классного руководителя: системный подход [Текст] / Е.Д. Басова // Воспитание школьников, 2009. –№ 8. – С. 48-54.
5. Батурина, Г. И. Эмоции и чувства как специфическая форма отражения действительности. – В кн. Диалектика познания и сознания. Учёные записки Ивановского пед. ин–та Иваново: Изд–во пед. ин–та, 1973 – 109 с.
6. Благинин, А.А. Психолого-педагогические характеристики личности учащихся с различным уровнем школьной адаптации [Текст] / А.А. Благинин, И.И. Мамайчук, И.П. Истомина // Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина, 2011. – № 2. – С. 163- 166.
7. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте [Текст] / Л. И. Божович. – СПб. [и др.]: Питер, 2008. – 398 с.
8. Большой психологический словарь [Текст] / сост. В. П. Зинченко. М.: АСТ; АСТ–Москва; Прайм–Еврознак; Москва; СПб, 2008. – 826 с
9. Вайнер, М. Э. Профилактика, диагностика и коррекция недостатков эмоционального развития дошкольников [Текст]: учебнометодическое пособие / М. Э. Вайнер. – М. : Педагогическое общество России, 2006. – 333с.
10. Веккер, Л. М. Психические процессы [Текст] / Л. М. Веккер. – М.: Смысл; Академия, 2009. – 544 с.
11. Выготский, Л.С. Педагогическая психология [Текст] / Л.С. Выготский. – М.: Просвещение, 1991. – 480 с.
12. Данилина, Т. А. В мире детских эмоций [Текст]: пособие для практ. работников ДОУ, 4-е изд. / Т. А. Данилина, В. Я. Зедгенидзе, Н. М. Степина. – М.: Айрис-пресс, 2008. – 446 с.
13. Довгая, Н. Об особенностях развития эмоциональной сферы [Текст] / Н Довгая, О. Перелыгина // Ребенок в детском саду. – 2005. – № 5. – С. 23-26.
14. Драганчук, Л. С. Поведение победителей [Текст] / Л. С. Драганчук. – М.: Проспект, 2015. – 173 с/
15. Ермолаева, М. В. Особенности и средства развития эмоциональной сферы дошкольников [Текст]: учеб. пособие / М. В. Ермолаева, И. Г. Ерофеева. – Воронеж: НПО МОДЭК, 2008.
16. Изард, К. Э. Психология эмоций [Текст] / К. Э. Изард ; пер. с англ. В. Мисник. – СПб. : Питер, 2007. – 464 с.
17. Изотова, Е. И. Эмоциональная сфера ребенка: теория и практика [Текст]: учеб. Пособие для вузов / Е. И. Изотова, Е. В. Никифорова. – М.: Академия, 2004. – 288 с.
18. Исаев, И. Алхимия эмоций: немного о природе чувств и страстей [Текст] / И. Исаев, – М.: Беловодье, 2009. – 339 c.
19. Красавский, Н.А. Базисные эмоции // Актуальные проблемы современной филологии: сборник научных работ [Текст] / Отв. редактор Е.Н. Егина. Волгоград, 2012. –С. 47-51.
20. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность [Текст]: учеб. Пособие / А. Н. Леонтьев. – М.: Смысл: Академия, 2005. – 352 с.
21. Мухина, В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: учебник для студ. вузов. 4-е изд., стереотип [Текст] / В. С. Мухина. – М.: Академия, 2012. – 656 с.
22. Ражников, В. Г. Постижение сущности эстетических эмоций и художественных переживаний [Электронный ресурс]: авт. Слов. И методика его применения / В. Г. Ражников // Вестник кафедры ЮНЕСКО «Музыкальное искусство и образование». – 2013. – № 4. – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/postizhenie-suschnosti-esteticheskih-emotsiy-ihudozhestvennyh-perezhivaniy-avtorskiy-slovar-i-metodika-ego-primeneniya (дата обращения: 29.03.2019).
23. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии [Текст]: учеб. Для вузов / С. Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2016. – 705 с.
24. Якобсон, П. М. Психология чувств и мотивации [Текст] / П. М. Якобсон. – М.: Изд–во Ин–та практ. психологии; Воронеж: МОДЭК, 1998. – 304 с.
25. Якобсон, П. М. Эмоциональная жизнь школьника [Текст] / П. М. Якобсон. – М.: Просвещение, 2009. – 621.

# **Приложения**

Приложение 1

Методика «Проявление эмпатии к сверстнику» Е. Н. Васильевой

*1 блок ситуаций – оказание помощи другому*

Ситуация №1: В столовой твой приятель никак не может повесить полотенце на вешалку, все уже за столом. Как ты поступишь?

Ситуация №2 (отдельно для мальчиков и для девочек): Сосед по парте не может застегнуть замок, просит тебя помочь. А твой друг (подруга) зовет тебя играть в любимую игру. Как ты поступишь?

Ситуация № 7: Учитель на уроке дала задание: сделать поделку из бумаги. Как сделал работу – можно идти играть. Ты уже сделал (а), а твой сосед по столу решил сделать сложную поделку, ему до конца работы еще далеко. Что ты будешь делать?

*2 блок ситуаций – ущемление личных интересов*

Ситуация №3: Ты пускаешь мыльные пузыри, и у тебя осталось совсем немного мыльной воды. К тебе подходит девочка (мальчик) из вашего класса и просит отлить половину. Что ты сделаешь?

Ситуация № 10: У вас появилась новая машина с пультом управления. Ты специально взял ее с собой, чтобы поиграть с ней. Но тут пришел Саша, и он тоже хочет поиграть с этой машиной. Как ты поступишь? (вариант для мальчиков). У вас появилась новая красивая кукла. Она умеет говорить «мама», плакать, смеяться, ходить, у нее очень красивые платье и туфельки. Ты специально пришла в группу пораньше, чтобы поиграть с ней. Но тут пришла Лена, и она тоже хочет поиграть с этой куклой. Как ты поступишь? (вариант для девочек)

*3 блок ситуаций – проявление сочувствия к товарищу, нарушившему какую – либо норму поведения или указание взрослого*

Ситуация №5: Всем детям в классе дали по 2 конфеты. Все съели по одной, а вторую положили по своим портфелям, чтобы отдать потом своим мамам. Ты положил (а) в портфель обе конфеты (ни одной не съел (а)). А Сережа не удержался и съел обе конфеты, ничего не оставив маме. Ему стало стыдно, что все ребята угостят своих мам, а ему маму угостить нечем. Он подошел к тебе и попросил одну конфету. Как ты поступишь?

Ситуация №6: Колю наказали за то, что он сломал цветок на клумбе, и теперь ему нужно убрать мусор на всей площадке. Скоро уже нужно идти домой, а Коля еще и половины работы не сделал, хотя очень старается. Что бы ты сделал (а)?

Ситуация №8: Ты увидел (а), что Лена стоит углу и плачет. Ты подошел (ла) узнать, в чем дело. Лена сказала тебе, что она взяла печенье из Наташиного портфеля, а та пожаловалась учителю, хотя у нее еще печенье осталось. Что ты скажешь Лене?

*4 блок ситуаций – проявление радости*

Ситуация № 4: Андрюша пришел в класс радостный. Он подошел к тебе и сказал, что ему подарили собаку. Что ты скажешь Андрюше?

*5 блок ситуаций – оказание помощи ребенку – сверстнику в затруднительной ситуации*

Ситуация № 9: В класс пришел (ла) новый (ая) мальчик (девочка). Лишних шкафчиков в раздевалке нет, раздеваться ему (ей) негде. Но можно положить вещи прямо на скамейку в раздевалке. Что бы ты предложил (а)?