



пед. наук: 13.00.05. Луганський національний педагогічний ун-т ім. Тараса Шевченка. – Луганськ, 2004.

11. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів. – К.: Олімпійська література, 2001. – 438 с.

12. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Ч. 1. – Тернопіль: Навчальна книга-Богдан, 2003. – 272 с.

13. The handbook of physical education / ed. D. Kirk, D. Macdonald, M. O'Sullivan. – London; Thousand Oaks; New Delhi: SAGE Publications, 2006. – 838 p.

14. Weinberg R.S. Foundations of Sport & Exercise Psychology / R. S. Weinberg, D. Gould. Third Edition. – Human Kinetics, 2003. – 586 p.

УДК 37.014.623

ВИХОВАННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ УЧНІВ МОЛОДШОЇ ШКОЛИ ЯК ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА

Ульянова В.С., д. пед. н., доцент,
професор кафедри музично-інструментальної підготовки вчителя
Харківська гуманітарно-педагогічна академія

У статті порушено проблему оволодіння молодшими учнями навичками самоконтролю й саморегуляції, уміннями ефективно управляти своїми емоційними імпульсами та станами, гнучко реагувати в емоційному плані на зміни в ситуації, а також здатністю не піддаватися дії руйнівних емоцій.

Ключові слова: виховання, емоційна сфера, учні, педагогічна проблема, молодша школа.

В статтю затронута проблема оволодіння молодшими школьниками навичками самоконтролю й саморегуляції, уміннями ефективного управління своїми емоціональними імпульсами й станами, гнучко реагувати в емоціональному плані в умовах зміни ситуації, а також здатністю протистояти дії руйнівних емоцій.

Ключевые слова: воспитание, эмоциональная сфера, младшая школа, педагогическая проблема, ученики.

Ulianova V.S. NURTURING EMOTIONAL SPHERE ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS AS A PEDAGOGICAL SCIENCE

The article raised the problem of mastering the younger students the skills of self-monitoring and self-control, the ability to effectively manage their emotional impulses and States flexibility to react emotionally in the face of the changing situation, and also the ability to resist the effects of destructive emotions.

Key words: education, emotional sphere, junior school, teaching problem students.

Постановка проблеми. Виховання емоційної сфери особистості є однією із центральних проблем сучасної педагогіки, оскільки емоційні прояви дитини суттєво впливають на формування всіх інших складників її особистісної структури. Свою назву ця сфера отримала від латинського слова *emovere*, що означає «хвилювати, збуджувати».

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз наукової літератури свідчить, що значний інтерес до емоційного складника структури особистості проявляли ще стародавні мислителі, які добре усвідомлювали її значущість. Так, Платон підкреслював, що емоції значною мірою залежать від зовнішнього світу й підводять людину під залежність від нього. Звільнитися від цієї залежності людина може тільки за допомогою власного розуму, який має стати головним регулятором для вибору нею певного варіанта дій [1, с. 44]. Інший видатний

мислитель Аристотель у праці «Про душу» також писав про те, що поведінка людини, яка здатна давати чуттєві оцінки речей як добрих чи поганих, значною мірою залежить від того, які емоції (задоволення чи незадоволення) викликають ці оцінки. Але не можна допускати, щоб особою керували тільки її емоції [10].

Вагомий внесок у розвиток проблеми дослідження емоційної сфери людини зробили У. Джеймс і К. Ланге, які пов'язали емоційні прояви людини з фізіологічними змінами в її організмі. Однак у їхніх поглядах спостерігалася певна нелогічність, оскільки причина та наслідок у послідовності реакцій індивіда були переставлені місцями («Мені страшно, тому що я тремчу») [6; 1; 5].

П. Симонов відзначав, що емоції залежать також від низки інших факторів. На його думку, серед них, передусім, слід ураховувати такі:



– індивідуальні (типологічні) особливості суб'єкта (особливості емоційних проявів, мотиваційної сфери тощо);

– фактор часу, залежно від якого емоція може набутися різної інтенсивності виявлення;

– якісні особливості потреб.

Підсумовуючи свої думки, П. Симонов наголошував на тому, що під впливом різних факторів у людини може виникати безліч різноманітних емоцій. Однак серед цих факторів необхідними й достатніми є тільки два: потреба й імовірність (можливість) її задоволення. Під час проведення дослідження нами було встановлено, що в різні часи вагомих внесок у розвиток проблеми емоційної сфери особистості зробили І. Бех, Г. Бреслав, В. Вілюнас, Б. Додонов, Є. Ільїн, О. Леонт'єв, С. Максименко, Л. Рожина, С. Рубінштейн, Г. Шингаров, М. Якобсон [1; 4; 3; 6; 8; 9; 5; 7] та інші. На основі аналізу наукових праць ми дійшли висновку, що в контексті нашого дослідження під поняттям «емоційна сфера» розуміється сукупність усіх емоційних проявів людини, які допомагають їй адекватно поводитися в соціумі. При цьому важливо відзначити, що емоційна сфера кожного індивіда має свої особливості, оскільки в ній відбивається суб'єктивна значущість для людини різних об'єктів у конкретних ситуаціях.

У науковій літературі підкреслюється, що емоційна сфера є багатокomпонентною системою. Але авторами висловлюються різні погляди на її структурні компоненти. Так, за поглядами С. Рубінштейна, структура емоційної сфери особистості складається з трьох основних рівнів:

– рівень органічної афективно-емоційної чутливості, до якого належать елементарні фізичні відчуття (задоволення й незадоволення), що пов'язані з органічними потребами людини, реакції у вигляді емоційного забарвлення, тону окремого процесу відчуття, настрою.

– предметні почуття, котрі відповідають предметному сприйняттю й предметній дії, вони є вираженням усвідомленого ставлення людини до світу;

– узагальнені (світоглядні) почуття, які відображають загальні більш-менш сталі світоглядні установки людини (почуття гумору, почуття піднесення тощо) [6, с. 58].

На основі узагальнення різних поглядів науковців щодо визначення структури емоційної сфери характеризуємо її основні компоненти. Так, науковці (П. Анохін, Є. Ільїн, П. Симонов) зауважують, що одним із них є *емоційний тон* відчуттів як результат реагування особи на окремі властивості об'єктів чи явищ. Наприклад, вона вста-

новлює для себе, чи є для неї приємним певний запах, звук тощо. Поява певного емоційного тону в людині під час взаємодії з деяким об'єктом дає їй змогу приймати швидке рішення стосовно своїх подальших дій, причому почуття задоволення спонукає особу до дій, спрямованих на збереження й посилення приємного враження, а незадоволення – до протилежних рухів.

Вищеназваними дослідниками були також визначені основні функції емоційного тону відчуттів, а саме:

– орієнтовна, яка проявляється через повідомлення організму людини, бажаним чи небажаним є для нього певний вплив;

– забезпечення зворотного зв'язку, завдяки якому людині повідомляється про те, що її певна біологічна потреба задоволена (тоді виникає позитивний емоційний тон – задоволення) чи, навпаки, незадоволена (тоді вона відчуває негативний емоційний фон – незадоволення);

– стимулююча, що реалізується через спонукання людини до здійснення певних видів діяльності до того часу, поки не буде досягнутий бажаний результат [5; 8; 6].

У контексті нашого дослідження значний інтерес мають ідеї М. Ланге, який вважав, що в емоційному тоні людини знаходяться відбиття не тільки органічні й кінетичні відчуття, але й естетичні враження людини. Тому науковець вважає за доцільне додати до поняття емоційного тону відчуттів, що зводиться до фізичного задоволення чи незадоволення, ще й емоційний тон вражень – естетичне задоволення чи незадоволення [8].

Розкриваючи сутність емоційного тону як компонента емоційної сфери людини, слід звернути увагу на такі його характерні властивості:

– емоційний тон відчуттів є нижчим рівнем безумовно-рефлексивного реагування людини на певні подразники, завдяки якому відбувається біологічна оцінка їхнього впливу через виникнення задоволення чи незадоволення, причому для його виникнення необхідний безпосередній контакт із цими подразниками;

– емоційний тон вражень є наступним етапом у розвитку емоційної сфери людини й пов'язаний із процесом її соціалізації, його поява не передбачає обов'язкового фізичного контакту з відповідним подразником;

– емоційний тон відчуттів чи вражень не є двополюсним, кожний із них являє собою певну шкалу диференційованих переживань. Так, наприклад, позитивний емоційний тон може відбиватися у відчутті задоволення, насолоди, блаженства, а не-



гативний тон – у відчутті відрази, незадоволення, страждання тощо;

- емоційний тон відчуттів чи вражень характеризується значно більшою інертністю, ніж самі відчуття чи образи сприйняття певного об'єкта;

- людина може легко керувати емоційним тоном відчуттів чи вражень, певним чином використовуючи подразники.

Важливе місце в емоційній сфері людини займають власне емоції, що трактуються в науковій літературі так:

- суб'єктивні переживання людини (П. Анохін, Л. Веккер, Л. Виготський, Т. Кириленко, С. Максименко, Н. Ліфарева);

- стан суб'єкта та його ставлення до визначеного об'єкта (В. Крутецький, О. Леонтьєв, С. Рубінштейн [9; 5; 6]).

Є. Ільїн, І. Аристова, виділяючи характерні відмінності емоцій від інших проявів емоційної сфери, визначили такі з них:

- емоція, порівняно з емоційним тоном, являє собою більш високий рівень емоційного реагування;

- емоція є реакцією людини не на окремий подразник, а на ситуацію загалом;

- емоції нерідко є завчасними реакціями на ситуацію та її оцінку;

- емоції відображають диференційовані оцінки визначених ситуацій;

- емоції в деяких випадках виступають у ролі завчасної й адекватної підготовки до певної ситуації, яка забезпечується на основі її прогнозування й попереднього оцінювання;

- емоції, як і емоційний тон, є механізмом закріплення позитивного чи негативного досвіду людини [9, с. 69; 8, с. 53].

Однак є й інші точки зору із цього питання. Так, певний емоційний стан може зберігатися від декількох секунд до декількох годин. Якщо в особи спостерігається схильність до того чи іншого емоційного стану, у цьому разі можна говорити про сформованість у неї певної емоційної риси.

Фахівцями в галузі теорії емоцій (Г. Вартанян, Л. Виготський, В. Вілюнас, Г. Бреслав, Є. Ільїн, О. Леонтьєв, С. Максименко, Є. Петров, С. Рубінштейн, Л. Столяренко, П. Якобсон [2; 3; 9; 8] також відзначається, що емоційний стан людини може виявлятися в різних формах. Так, крім описаних вище так званих власне емоцій, ученими виділяються такі форми емоційного стану: афект, стрес, фрустрація, пристрасть і настрій. Ці форми відрізняються між собою за характером переживань.

Так, *афект* – це сильне, короточасне емоційне переживання, яке виникає раптово від дією певного фактора й оволодіває людиною настільки сильно, що вона

втрачає здатність контролювати свої дії. Порівняно із власне емоцією, цей емоційний стан триває коротший час, причому афект виникає наприкінці дії, у той час як емоції звичайно з'являються на початку дії та відображають прогнозований результат діяльності.

Стрес є реакцією організму людини на занадто напружені умови життя чи діяльності, які призводять до дезорганізації поведінки. У стані стресу людина не здатна адекватно оцінювати ситуацію чи власні дії.

Ще одним шкідливим для індивіда емоційним станом є *фрустрація*, яка виникає в нього через утрату життєвих перспектив, відчуття безнадійності, наявність негараздів у сімейному житті тощо. Розрізняють різні види фрустрації: агресивність, діяльність за інерцією, депресивні стани тощо. Однак загальними рисами для всіх них є відчуття людиною невпевненості в собі, безсилля, небажання щось змінити у своєму житті.

Науковці виокремлюють також такий емоційний стан особистості, як *пристрасть*. Цей стан проявляється через сильні, стійкі реакції людини, які цілком захоплюють її життя та спрямовують усі наміри, дії в напрямі досягнення тільки однієї мети, пов'язаної з об'єктом пристрасті.

Наприкінці ХХ ст. в науковий обіг було введено поняття «емоційний інтелект». Цей феномен сприймається деякими науковцями як один із компонентів емоційної сфери особистості.

Уточнюючи й розширюючи думки своїх попередників, Б. Гершон писав, що емоційний інтелект людини відповідає за управління власними емоційними проявами. Ми приєднуємося до цих думок, оскільки також вважаємо, що сформованість емоційної сфери особистості має включати здатність людини управляти своїми емоційними проявами.

Продовжуючи думку, відомий психолог підкреслював, що розвиток емоційної сфери людини нерозривно пов'язаний із розвитком її особистості в цілому, адже вона не розвивається ізольовано від інших сфер життєдіяльності людини, а змінюється в процесі динамічного розвитку світоглядних установок, переконань людини, її ставлення до світу, що формуються в процесі її діяльності та знаходять відображення у свідомості [6, с. 28].

Отже, можна визначити такі властивості емоційної сфери:

- у ній знаходить відображення ставлення індивіда до оточуючого світу;

- в її складі виділяють так звані дискретні емоції, які відбивають найбільш типові та значущі види певних ситуативних ставлень



(гнів, радість, страх тощо), і почуття, які відображають сталі ставлення (любов, повага, ненависть та ін.);

– емоційні явища забезпечують обов'язкове включення всіх систем організму в процеси розумової чи будь-якої іншої діяльності;

– емоційні реакції суттєво впливають на поведінку людини, причому емоційні явища можуть виконувати роль як конструктивного, так і неконструктивного факторів [5, с. 67].

Науковці (В. Вілюнас, О. Леонтьєв, П. Сімонов та інші) підкреслюють, що емоційна сфера виконує в житті людини низку важливих функцій. Серед основних можна відзначити такі:

– функція *відображення й оцінки* (емоція є відображенням актуальної потреби та ймовірності можливості її задоволення, яку людина оцінює на основі набутого в минулому життєвого досвіду);

– функція *переключення* (емоція як активний стан спеціалізованої психічної системи примушує особу змінити поведінку в напрямі посилення чи послаблення цього стану);

– функція *підкріплення* (емоція сприяє створенню, забезпеченню підкріплення чи згасання певного умовного рефлексу);

– функція *захисту* (емоція може попереджати людину про реальну чи уявну небезпеку, стимулюючи її до кращого осмислення життєвої ситуації);

– функція *заміщення* (компенсаторна) (у ситуаціях невизначеності емоція забезпечує гіпермобілізацію вегетативної системи організму індивіда, спонукає його до мобілізації пошукових зусиль, причому позитивні емоції компенсують нестачу незадоволених потреб і підштовхують особу до визначення нових потреб, задоволення яких дозволить їй пережити приємні відчуття) [9; 8; 6];

функція *організації* (емоція здатна спонукати, активізувати, мобілізувати зусилля людини, значною мірою впливаючи на організацію її діяльності й поведінки [1; 5; 2].

Конкретизуючи свої думки щодо висвітлення визначеного вище питання, Г. Бреслав зауважив, що майже всі визначені в наукових працях функції емоцій зводяться до забезпечення саморегуляції людини чи регуляції нею поведінки інших людей. Тому, на думку автора, краще зрозуміти ці функції дозволяє усвідомлення того факту, що процес саморегуляції передбачає, по-перше, репрезентацію значущої для особи інформації та забезпечення відповідної реакції на неї, а по-друге, інтеріоризацію суб'єктивно корисних чи приємних аспектів життєдіяльності, що концентруються у вигляді почуттів, переконань, мотивів тощо [5, с. 72–73].

У контексті нашого дослідження важливо також зазначити, що в емоційному процесі як специфічній реакції людини на зміни в зовнішньому чи внутрішньому середовищі вченими (А. Рейковський, Х. Бордовська, С. Розум) виділені такі послідовні фази:

– фаза емоційного збудження, що забезпечує мобілізаційні зміни організму;

– фаза, на якій людина визначає значення (позитивне чи негативне) емоційної події для себе, тобто визначає її знак;

– фаза, на якій розкривається зміст емоцій, визначаються їхні характерні якісні особливості.

Ураховуючи важливу роль емоційної сфери в житті людини, науковці (Л. Божович, Г. Бреслав, Л. Виготський, Д. Ельконін, В. Єремєєва, О. Запорожець, Т. Лоскутова, Н. Кряжева, Т. Хризман, П. Якобсон [2; 4; 9] та ін.) підкреслюють, що її виховання має займати одне із центральних місць у виховній системі загальноосвітнього закладу, причому особливу значущість у всебічному формуванні учнів як особистостей цей напрям виховної роботи має на етапі молодшої школи. Передусім це пов'язано з віковими особливостями й зміною соціального статусу дитини у зв'язку зі вступом до освітнього закладу.

Аналіз наукової літератури свідчить, що вченими висловлюються різні погляди стосовно основних характерних особливостей учнів молодшої школи. Так, Є. Ільїн визначає такі з них:

1) швидке реагування на будь-які події та процеси, що відбуваються в навколишньому світі, сильна емоційна забарвленість діяльності;

2) безпосередність і відкритість у вираженні своїх переживань;

3) готовність до афекту;

4) сильна емоційна несталість, зміна настроїв, демонстрація заниженої самооцінки на загальному тлі життєрадісності й безтурботності;

5) збільшення кількості емоціогенних факторів, у ролі яких виступає не тільки гра, але й спілкування з однолітками, успіхи в навчанні й оцінка досягнень із боку вчителя тощо;

6) слабе усвідомлення своїх і чужих емоційних проявів [8, с. 41].

В інших наукових публікаціях (Л. Божович, М. Вайнер, Л. Матюхіна, П. Якобсон) зазначається, що вступ до школи означає для дитини перехід до нового способу життя й нової провідної діяльності – навчання, яке змінює попередню провідну для неї діяльність – гру. Організована вчителем взаємодія дитини в межах класного колективу забезпечує суттєві зміни в її ставленнях до



людей і взагалі до навколишнього світу, а також у власній поведінці. Це впливає на подальший розвиток емоційної сфери маленької особи, в якій відбуваються суттєві якісні зміни.

Так, у молодшому шкільному віці основні емоції дитини стають більш тривалими, сталими й глибокими. Також вони набувають чітко вираженого соціального характеру, що пов'язано із загальною соціальною спрямованістю особистості. Важливою особливістю цього вікового періоду є те, що у зв'язку зі входженням у шкільний колектив у дитини відбувається інтенсивне формування моральних почуттів, основою для формування яких є досвід суспільної поведінки [2; 8; 11].

У цьому контексті важливо звернути увагу на думку С. Рубінштейна про те, що під час здійснення навчально-виховної діяльності стимулювання вихованця до відчуття певних емоцій може стати могутнім стимулом до позитивних змін у його особистості. Однак науковець попереджав, що цілком абсурдно ставити пряму мету щодо того, щоб діти відчули ті чи інші заплановані почуття, адже в реальній практиці сформованість цих почуттів є результатом правильно організованої з педагогічного погляду навчально-виховної роботи, оскільки почуття виникають не самовільно, а у зв'язку з тими чи іншими подіями, явищами, учинками людей тощо. А це означає, як підсумовує С. Рубінштейн, що почуття можна «побічно, опосередковано спрямовувати й регулювати через діяльність, в якій вони й проявляються, і формуються» [6, с. 81].

Важливо відзначити, що в молодшому шкільному віці дитина відрізняється високим рівнем навіюваності, схильності до наслідування людей, які їй подобаються, довірливості. Усе це створює значні потенційні можливості для формування соціально значущих якостей і почуттів особистості [4].

Отже, почуття обов'язку, честі й інші моральні якості можуть бути сформовані в учнів початкової школи тільки тоді, коли вони спираються на зміст їхньої життєдіяльності, набуваючи для них індивідуального сенсу, коли класний колектив функціонує на засадах загальноприйнятих моральних норм.

Слід також відзначити, що в дітей 6–10 років за умови правильно організованого виховання поступово формується здатність приглушувати негативні емоції й посилювати позитивні емоційні прояви. Вони вчать ся враховувати бажання оточуючих під час вибору власних способів поведінки. Це свідчить про те, що в учнів молодшої школи починає формуватися здатність до самоконтролю й саморегу-

ляції, що відображає розвиток емоційного інтелекту як важливого складника емоційної сфери людини [2; 1; 3]. Тому, за О. Запорожцем, у виховній роботі з учнями молодшої школи слід робити наголос як на збагаченні змістових компонентів, тобто переживань, так і на інструментальних складниках (вираженні) емоційної сфери молодших школярів [6].

У контексті нашого дослідження доцільно також звернути увагу на ідеї А. Овчинникової, в яких вона визначила такі характерні особливості дітей молодшого шкільного віку:

1) синкретизм (тенденція пов'язувати у своїх висловлюваннях абсолютно різнопланові речі);

2) анімалізм (наділення неживих об'єктів рисами людей);

3) артифікалізм (спроби зрозуміти природні явища чи інших людей за аналогією із власними судженнями) [3, с. 20].

Особливо значущими у світлі визначеної проблеми є погляди К. Ушинського, який вважав, що саме у своїх почуттях людина проявляється найбільш повно, оскільки саме в них відображається її душа. Тому науковець підкреслював, що вихователь має обов'язково добре розбиратися в проблемі формування емоційної сфери особистості. К. Ушинський вважав, що успішному вихованню емоційної сфери дитини сприяє дотримання таких рекомендацій:

1) під час організації будь-якої діяльності вихователю важливо стимулювати позитивний внутрішній стан дитини, тобто відчуття нею радості, щастя, життєрадісності, упевненості в собі, захищеності тощо, адже тільки в такому разі організована діяльність сприяє особистісному розвитку маленької людини;

2) неприпустимо докоряти дитині за щирий прояв почуттів, а тим паче карати її за це, краще ці емоційні реакції уважно проаналізувати та на основі отриманих висновків внести необхідні зміни в подальшу педагогічну взаємодію;

3) у процесі виховання важливо системно забезпечувати розвиток у дітей інтересів «душевної діяльності» [9].

У контексті нашого дослідження значна увага приділялася також аналізу ідей В. Сухомлинського щодо окресленого питання. Зокрема, розкриваючи важливість розвитку емоційної сфери учнів як необхідної передумови для забезпечення їхнього всебічного виховання, видатний педагог підкреслював, що людина, «крім розуміння й логічного аналізу добра й зла», має оволодіти «почуттям добра чи зла», адже тільки гармонійне поєднання в особистості обі-



знаності й емоційного багатства дозволить їй досягти справжньої мудрості.

Основні шляхи виховання емоційної сфери особистості В. Сухомлинський вбачав у залученні її до суспільно значущої діяльності, у стимулюванні розвитку в неї значущих потреб та інтересів, в організації взаємовідносин між членами класного колективу відповідно до основних норм моралі тощо.

Висловлені вище ідеї щодо розкриття взаємозв'язку між почуттями людини та їхнім зовнішнім відображенням в її рухах продовжує Я. Рейковський, який пише, що характер виявлення емоційної експресивності людини значною мірою впливає на розвиток її відносин з іншими людьми. Тому можливість особи адекватно відображати свої почуття й оптимальним чином використовувати невербальні засоби комунікації є важливою проблемою соціального розвитку людини, а як наслідок – і актуальним завданням для педагогічної діяльності. На підставі вищевикладеного Я. Рейковський робить висновок про можливість і доцільність навчання молоді своєрідній мові зовнішнього прояву емоцій, які узгоджуються із соціальними нормами. Це дає змогу зробити вираження емоцій більш усвідомленим і організованим процесом, що дозволяє адекватно використовувати їх у процесі взаємодії з іншими людьми [5, с. 19–21]. Отже, виховання в людині здатності управляти своїми емоціями включає й забезпечення оволодіння нею відповідними рухами.

Сучасні науковці зазначають, що емоційне стимулювання навчально-виховного процесу, що сприяє активізації формування емоційної сфери учнів, є актуальною потребою сьогодення. Це передбачає, що педагог таким способом організує педагогічну взаємодію, створює такі виховні ситуації, які викликають у дітей запланований емоційний відгук, бажану емоційну реакцію на певні факти, події, вчинки. Вони забезпечують розвиток у дітей соціально значущих мотивів діяльності, прагнення робити корисні для оточуючих справи. У наукових працях визначені також найбільш ефективні «емоційні стимули» для дитини: емоційний відгук, співпереживання, а головне – формування суспільно значущого мотиву поведінки. Вищевказані науковці також роблять висновок про те, що найбільш ефективний розвиток особистості здійснюється тільки в діалогічному контакті з іншими членами соціуму [5; 3].

Зрозуміло, що одним із засобів вираження тих чи інших емоцій є виразні рухи. Однак науковці (С. Виготський, С. Рубінштейн) звертають увагу на той факт, що ці

рухи не тільки відбивають емоційні переживання людини, але й навпаки, здатні їх формувати, причому такі емоційні прояви можуть набути й корисного, і шкідливого для людини характеру. Тому кожній особі важливо навчитися управляти своїми почуттями, що на практиці зводиться до розвитку в ній здатності керувати їхніми зовнішніми виявленнями, тобто пов'язаними із цими почуттями реакціями.

Висновки з проведеного дослідження. На основі врахування думок науковців щодо визначення ролі та функцій, які відіграє емоційна сфера в житті людини як соціальної істоти, і наявних можливостей її виховання в дітей молодшого шкільного віку ми дійшли висновку про те, що здійснення цього процесу має забезпечити таке:

1) самоусвідомлення молодшими школярами емоційних проявів і розуміння ними власних емоційних станів, формування в них здатності адекватно оцінювати свої емоційні реакції та поведінку загалом, прагнення постійно розширювати діапазон емоційних переживань, підвищувати їх інтенсивність і глибину, а також засвоєння кожною особистістю зразків оптимальних реакцій у різних типових життєвих ситуаціях;

2) оволодіння учнями навичками самоконтролю й саморегуляції, уміннями ефективно управляти своїми емоційними імпульсами та станами, гнучко реагувати в емоційному плані на зміни в ситуації, а також здатність не піддаватися дії руйнівних емоцій тощо.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Божович Л. Проблемы формирования личности. Избранные психологические труды. М.: Издательство «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997. 352 с.
2. Бочкарёв Л. Психология музыкальной деятельности. М.: Классика – XXI век, 2006. 35 с.
3. Выготский Л. Эмоции и их развитие в детском возрасте. Собрание сочинений. В 6 т. М.: Педагогика, 1984. Т. 2. С. 416–436.
4. Ильин Е. Эмоции и чувства. СПб.: Питер, 2001. 752 с.
5. Ланге Н. Психический мир. Избранные психологические труды. М.; Воронеж: МОДЭК, 1996. 298 с.
6. Овчинникова А. Эстетическое отношение к действительности как фактор развития младших школьников. М.: Наука, 1997. 105 с.
7. Рубинштейн С. Основы общей психологии. СПб: Издательство «Питер», 2000. 712 с.
8. Симонов П. Информационная теория эмоций. Психология эмоций: тексты / под ред. В. Виллюнаса, Ю. Гиппенрейтер. М.: МГУ, 1984. С. 42–56.
9. Хризман Т., Еремеева В., Лоскутова Т. Эмоции, речь и активность мозга ребенка. М.: Педагогика, 1991. 232 с.