

О. М. Романова

ФОРМИРОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Обсуждается проблема формирования эмоциональной культуры младших школьников, в том числе средствами общеобразовательных дисциплин, а также с помощью психологической службы учреждений образования. Данная проблема рассмотрена на примере эксперимента по развитию эмоциональной культуры, проведенного в одной из школ г. Саранска.

The article is devoted to the problem of children's' emotional culture. The author analyses the possibility of its formation by means of basic educational disciplines. Special attention is paid to the development of emotional culture by psychological centres of education institutions. This problem is considered through the example of the experiment on emotional culture improvement conducted in one of the schools of Saransk

Ключевые слова: эмоциональная культура, младшие школьники, направления формирования эмоциональной культуры, формирующий эксперимент, диагностика эмоциональной культуры.

Key words: emotional culture, primary school children, directions of emotional culture development, experiment, diagnostics of emotional culture.

Формирование эмоциональной культуры представляет собой одну из актуальных и важных социальных и психолого-педагогических задач. В настоящее время в нашей стране ее развитие происходит стихийно, что ведет не только к низкому уровню эмоциональной культуры, но и к различным ее дефектам, перекосам, а порой и к нарушениям в эмоциональной сфере личности. Решить эту задачу можно введением в программы обучения такого предмета, как психология, однако подобные возможности содержат и другие дисциплины, особенно гуманитарные. К примеру, на занятиях по обществознанию школьники изучают феномен личности и эмоции как неотъемлемый элемент духовной жизни, играющий значительную роль в межличностных отношениях.

В примерной программе по биологии основного общего образования в разделе «Человек и его здоровье» предлагается познакомить детей с понятием эмоций, стресса. В процессе изучения данной темы рекомендуется тренировать некоторые практические умения у школьников, что, к сожалению, не предусмотрено авторами.

Формировать элементы эмоциональной культуры позволяют музыка, изобразительное искусство, мировая художественная культура. Благодаря им воспитываются нравственные чувства и отношение к людям, развиваются определенные навыки (сопереживание, воздействие на свое состояние и выражение его с помощью соответствующих произведений).

Курс физической культуры обладает большим потенциалом для выработки навыков саморегуляции и самоорганизации, умения управлять эмоционально-волевой сферой.

Важнейший инструмент воспитания эмоциональной культуры – литература (в начальной школе – чтение). Без преувеличения можно сказать, что в мировой литературе сконцентрирован огромный психологический опыт человечества. Не случайно многих великих писателей называют психологами: Ф.М. Достоевского, Л.Н. Толстого, А.П. Чехова и др. В особой художественной форме они изображают тончайшие душевные движения и раскрывают субъективный мир героев.

В последнее время в целенаправленной работе с эмоциональной культурой в специально организованных кружках, коррекционно-развивающих группах, на факультативных и элективных курсах по психологии наблюдаются значительные сдвиги.

Анализ исследований затрагивающих вопросы формирования отдельных компонентов и элементов эмоциональной культуры людей разных возрастных групп, позволяет условно выделить три методических направления: когнитивное, практическое и ценностно-смысловое [3].

Когнитивное направление включает методические разработки, способствующие становлению у человека знаний в области психологии эмоций. Реализация целей направления происходит во всевозможных беседах и инструктажах о правилах поведения в эмоциогенных, и прежде всего стрессовых, ситуациях. Необходимо отметить, что чисто когнитивная ориентированность учебного процесса позволяет сформировать в лучшем случае элементы психологического мышления, но не полноценные психологические знания. Однако такой специалист не способен к практическому применению своего потенциала.

Практическое направление работы и методические подходы, осуществляющие создание практических умений и навыков обращения человека с чувствами других людей или своими собственными переживаниями, что достигается благодаря активным методам социального

обучения: всевозможным социально-психологическим тренингам, деловым и ролевым играм. Важным их достоинством становится деятельность самих обучаемых. Кроме того, такие формы обучения способны порождать ценностно-смысловые образования эмоциональной культуры. Это заложено в принципах организации тренинговой работы с группой, нарушение которых либо несоответствие ведущим профессиональным и духовно-нравственным требованиям грозит превратить тренинги в инструмент психологического манипулирования, что может принести огромный вред психическому здоровью людей.

Формирование духовно-нравственного компонента эмоциональной культуры в нашей стране традиционно. Воспитание гуманного отношения к людям всегда было главной задачей педагогики и соответствующих социальных институтов. Большой теоретический и практический вклад в ее решение внесли А.С. Макаренко, В.Н. Мясищев, В.А. Сухомлинский и т.д. Во многих случаях процесс создания отношений происходит стихийно, так как они не существуют отдельно от жизни, а пронизывают социальное бытие людей и делают его человеческим.

Воспитание ценностно-смыслового компонента реализуется через беседы о нравственности, правилах поведения, через поощрения, наказания и другие формы педагогического воздействия. Также важным фактором становится организация гуманистических условий социального бытия детей.

Анализ направлений рассматриваемой проблемы показывает, что у каждого из них свои плюсы и минусы, но ни одно не существует в «чистом» виде. При модернизации любого структурного компонента происходит изменение остальных.

В связи с вышеуказанным перспективным представляется системный подход, ориентированный на формирование эмоциональной культуры как части общей культуры и как целостного личностного образования. Такой подход можно считать четвертым методическим направлением, в основе которого лежат концепции формирования психологической культуры (И.В. Дубровина, Ю.М. Забродин, Е.А. Попова, Л.С. Колмогорова, В.В. Семикин, О.Н. Романова и др. [2; 3]).

В рамках данного направления был проведен эксперимент по развитию эмоциональной культуры в третьих классах школы г. Саранска. Учащиеся – 80 человек – произвольным образом были разделены на контрольную и экспериментальную группы. В экспериментальной группе (40 человек) в течение года еженедельно проходили занятия по формированию эмоциональной культуры.

Одной из главных проблем эксперимента стало то, что мир человеческих эмоций недоступен для непосредственного восприятия, поскольку не обладает физико-химическими свойствами. Его невозможно продемонстрировать детям, поэтому применять ведущий для обучения младших школьников принцип наглядности нельзя. Учащиеся знакомы с эмоциями и, будучи постоянно погруженными в собственные переживания, непосредственно созерцая их, имеют о них некоторое житейское представление, однако пока еще плохо рефлексировать.

Для решения проблемы был использован специальный прием создания ситуаций, направленных на актуализацию интересующих нас психических явлений, т.е. эмоций. Как известно, любое психическое явление актуализируется при соответствующих жизненных обстоятельствах, эмоции, например, при значимости чего-либо или кого-либо. Потому занятия рекомендуется начинать с их моделирования или же с обращения детей к личному психологическому опыту. Отличительная черта младших школьников – в довольно легком погружении в подобные ситуации.

Надо подчеркнуть характерную особенность самосознания младших школьников. Познакомившись с основными эмоциями из самонаблюдения и сталкиваясь с ними в жизни, они «не замечают» их и даже порой путают названия. Задача психолога состоит не только в том, чтобы выделить эмоции из потока сознания, но и обозначить. Именно таким способом вводятся научные психологические понятия. Следует отметить, что учащимся начальных классов нет необходимости давать научные определения, тем более начинать с них – это приводит к формализации и к снижению интереса. Важно не то, что дети знают определения, а то, что они знают название знакомого им психического явления.

Для обобщения вводимых понятий и соответствующих им умственных действий нужно вывести их за рамки индивидуального субъективного опыта детей. Они должны уяснить, что такие психические явления свойственны и другим людям. Для решения задачи применялась процедура обсуждения актуализированного субъективного опыта: каждый желающий рассказывал о чувствах, связанных с заданной ситуацией. Кроме того, эта процедура направлена на формирование умения выражать в речевой форме содержание собственной душевной жизни.

Первое время учащиеся с большим трудом передают свои переживания. Первая причина этого – ограниченность словарного запаса, вторая – отсутствие опыта. В школе дети почти никогда не

встречаются с подобными учебными заданиями. Наконец, большую роль играют социальные стереотипы, содержащие запрет на свободное выражение многих эмоций. Взрослые редко говорят с детьми на такие темы. Поэтому для облегчения процедуры речевого самовыражения детям требуется помощь психолога.

Для обогащения словарного запаса в категории «эмоции» рекомендуется практиковать ведение специальных словарей. В них в процессе работы над новой темой заносятся слова, обозначающие различные оттенки какой-либо эмоции. Следует подчеркнуть, что при этом преследуется цель научить детей дифференцировать тончайшие нюансы эмоционального мира (многие взрослые даже с психологическим образованием затрудняются порой объяснить разницу между некоторыми понятиями, к примеру между «гневом» и «яростью»).

Для дальнейшего совершенствования всех названных психических образований используются художественные тексты. Правомерность их применения в качестве модели реальной жизни определяется таким критерием, как ее соответствие сущности моделируемого явления. Важно, чтобы тексты подбирались с учетом возраста детей (в нашем случае — тексты Чарской, Носова и других детских писателей, изучаемых в рамках учебной программы по чтению). Основное требование — выражение в текстах соответствующих эмоций.

Детям для работы с текстом предлагались специальные задания на выделение необходимого психологического содержания, например высказываний и выражений, в которых дается описание желаний героя, испытывающего злость. Опыт работы показывает, что существует множество способов художественного изображения одних и тех же психических явлений. Учащиеся должны познакомиться с максимально широким их количеством, для этого привлекаются разные тексты, работа по вариантам или по группам.

Важную роль в совершенствовании процессов самопонимания и навыков самовыражения играет подготовка творческих работ на заданную тему, чаще всего в форме сочинений-миниатюр, которые выполняются на уроках. Такие работы должны содержать описание своих субъективных состояний в конкретных жизненных ситуациях, где актуализируются соответствующие эмоции. Как правило, это не выдуманные истории, а воспоминания о реальных случаях. В последующих сочинениях выделяются и обсуждаются наиболее интересные и удачные — это хорошо стимулирует творческую активность детей. Содержание письменных творческих заданий может меняться. С их помощью следует учить детей правильному, психологически тонкому и детальному анализу собственных душевных состояний.

Также на занятиях используются рисуночные задания, несложные тренинговые процедуры, психологические этюды, чтение по ролям, приемы театрализации [1].

До и после эксперимента продиагностирован уровень эмоциональной культуры учащихся по методу стандартизированного интервью.

В интервью были включены вопросы по шести основным эмоциям: радости, грусти, злости, страху, удивлению и чувству вины / стыда (на данном этапе целесообразно не дифференцировать последние две эмоции). При этом мы постарались охватить все базовые явления человеческой психики: 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). Вопросы первой части касались непосредственно испытуемого (этап «Я сам»), во второй части исследовались его представления относительно эмоционального мира других людей (этап «Другие»). Опрос проводился индивидуально. Каждому ребенку предлагалось ответить, что он (или другой человек) чувствует, вспоминает, думает, делает «обычно», «как правило», «чаще всего» при переживании той или иной эмоции. В случае затруднений рекомендовалось вспомнить или представить любую конкретную ситуацию из жизни или художественной литературы (кинофильма).

Полученные ответы мы условно разделили на четыре группы:

- 1) верные — абсолютно точные и правильные при определенных условиях;
- 2) неверные — неправильные с точки зрения эмоциональной культуры (только в ответах «Я сам»), неадекватные в данной ситуации и несоответствующие заданным вопросам;
- 3) излишне общие — абстрактные;
- 4) ответы, относящиеся к психическим явлениям, не указанным в вопросе (табл.).

**Классификация ответов в интервью
по выявлению уровня эмоциональной культуры младших школьников**

Тип ответов	Пример
Абсолютно верные	Что ты чувствуешь, когда испытываешь страх? – «Сжимается все внутри»
Верные при определенных условиях	Что ты делаешь, чтобы поднять себе настроение? – «Смотрю телевизор»
Неверные с точки зрения эмоциональной культуры	О чем ты думаешь, когда испытываешь злость? – «Как сдачи дать»
Неадекватные в данной ситуации	О чем думает человек, когда испытывает радость? – «Что получил "2" или "3"»
Несоответствующие заданным вопросам	Как выглядит человек, испытывающий удивление? – «Упал, а ему не больно»
Абстрактные	Что ты чувствуешь, когда испытываешь грусть? – «Грусть»
Относящиеся к другой области психических явлений	Что ты делаешь, когда испытываешь удивление? – «Хочу узнать, что произошло»

Сравнение средних значений количества правильных ответов у учащихся экспериментальной группы до и после эксперимента (57,5 % и 73 % соответственно) показало наличие статистически достоверного отличия по t-критерию Стьюдента ($t = 2,46$ при $n = 30$; $p < 0,05$). Сравнение результатов в контрольной группе (56 % и 68,5 %) значительных отличий не выявило ($t = 1,77$ при $n = 46$; $p > 0,05$).

Статистически значимые различия наблюдаются также при сравнении средних значений количества вопросов, на которые дети не смогли ответить. По завершении занятий в экспериментальной группе таких вопросов оказалось 8,5 % относительно исходных 25,5 % ($t = 2,43$ при $n = 30$; $p < 0,05$). В контрольной группе подобных изменений не наблюдается, произошло лишь небольшое снижение с 19,5 % до 17,5 % ($t = 0,4$ при $n = 46$; $p > 0,05$).

По остальным показателям статистически значимых отличий не отмечается.

Изучение соотношения групп ответов учащихся до и после эксперимента по χ^2 -критерию показал, что их сдвиг в сторону верных ответов в экспериментальной группе не случайный ($\chi^2 = 20,71$ при $m = 6$, $p < 0,01$), как и изменение соотношения количества ответов и их отсутствия ($\chi^2 = 14,76$ при $m = 1$, $p < 0,001$). Статистически достоверных отличий в контрольной группе не обнаружено.

Метод ранговой корреляции выявил зависимость между количеством пропущенных, «неответченных» вопросов в начале и конце года у учащихся контрольной группы. В экспериментальной группе такой связи нет. Можно предположить, что проведенные занятия способствовали выравниванию группы, более слабые учащиеся подтянулись к сильным.

Все вышесказанное позволяет говорить об успешности проведенного эксперимента.

Список литературы

1. Карелина И.О. Эмоциональное развитие детей 5 – 10 лет. Ярославль, 2006.
2. Колмогорова Л.С. Генезис и диагностика психологической культуры младших школьников. Барнаул, 1999.
3. Романов К.М., Романова О.Н. Психологическая культура человека: теоретические основы и методика формирования. Саранск, 2007.

Об авторе

Ольга Михайловна Романова – педагог-психолог, Ялгинская средняя общеобразовательная школа, г. Саранск, e-mail: rolgam@yandex.ru

About author

Olga Romanova, psychological counselor, Yalga secondary school, Saransk, e-mail: rolgam@yandex.ru