

## Библиографический список

1. *Алешина Ю.Е.* Удовлетворенность браком и межличностное восприятие в супружеских парах с различным стажем совместной жизни: автореферат диссертации...кандидата психологических наук / Ю.Е. Алешина. Москва, 1985. 24 с.
2. *Алешина Ю.Е., Гозман Л.Я., Дубовская Е.М.* Социально-психологические методы исследования супружеских отношений. / Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, Е.М. Дубовская Москва: Изд-во Моск. ун-та, 1987. 120 с.
3. *Гозман Л.Я. Дубовская, Е.М.* Социально-психологические методы исследования супружеских отношений: текст / Л.Я. Гозман, Е.М. Дубовская. Москва, 1997.

*С.В. Ушакова,*  
Краснотуры́нск

### **Особенности проявления и различения эмоций в дошкольном возрасте**

В последнее время проблема эмоционального развития детей дошкольного возраста всё чаще привлекает внимание педагогов и психологов. Ведь именно в этом возрасте происходит становление базовых свойств личности: самооценки и образа «Я», эмоциональной сферы, нравственных ценностей и установок.

Актуальность обозначенной темы в том, что никакое общение не будет эффективным, если его участники не способны, во-первых, «читать» эмоциональное состояние другого, а во-вторых, управлять своими эмоциями. А это умение начинает активно развиваться именно в дошкольном возрасте.

Эмоциональная сфера исследовалась многими учёными, но до сих пор, как и во многих других областях психологии, не существует единого подхода к изучению данной проблемы. Существует множество теорий, объясняющих механизмы возникновения эмоций, классификаций эмоций по различным признакам, даже определение термина «эмоция» у каждого исследователя своё.

Как правило, в психологии под эмоциями понимают психические процессы, протекающие в форме переживаний и отражающие личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций для жизнедеятельности человека. Эмоции появились у человека в процессе эволюции, каждая из них исполняла те или иные адаптивные функции.

По силе и длительности проявлений выделяют следующие виды эмоций: аффект, собственно эмоции, чувства, настроения, эмоциональный стресс. По потребностям различают низшие и высшие эмоции. Эмоции делят на положительные и отрицательные, стенические и астенические. К. Изард выделил «фундаментальные» эмоции, к которым относятся: интерес, радость, удивление, страдание, гнев, отвращение, презрение, страх, стыд. Из соединения «фундаментальных» эмоций возникают комплексные эмоциональные состояния, например, тревожность. В зависимости от субъективной ценности возникаемых переживаний выделяют следующие виды эмоций: альтруистические, коммуникативные, глорические, практические, пугнические, романтические, гностические, эстетические, гедонистические, акзитивные.

Эмоции играют чрезвычайно важную роль в жизни людей. Под влиянием эмоций изменяется деятельность органов кровообращения, дыхания, пищеварения, желез внутренней и внешней секреции. Излишняя интенсивность и длительность переживаний может вызвать нарушения в организме. Можно выделить следующие функции эмоций: регуляторная, отражательная, побудительная, подкрепляющая, переключательная, приспособительная, коммуникативная.

В дошкольном возрасте происходит ряд закономерных изменений эмоциональной сферы, обусловленных её усложнением и обогащением. Эти изменения зависят от ряда условий. Прежде всего, эмоции и чувства формируются и развиваются в процессе общения ребёнка со сверстниками и взрослыми. При недостаточных эмоциональных контактах может быть задержка эмоционального развития, которая может сохраниться на всю жизнь. Второе условие – специально организованная деятельность, в которой дети учатся испытывать определённые чувства, связанные с восприятием (например, музыкальные занятия). Эмоции и чувства очень интенсивно развиваются в соответствующем возрасте дошкольников в виде деятельности – игре. В игре, с одной стороны, обнаруживаются уже сложившиеся у детей способы и привычки эмоционального реагирования, с другой, формируются новые качества поведения ребёнка, развивается и обогащается его эмоциональный опыт.

Ключевыми моментами эмоционального развития ребёнка дошкольного возраста являются:

ψ Становление способности детей к произвольной регуляции эмоций, которая в сравнении с движением ещё менее развита: им трудно скрыть радость, огорчение, удивление, подавить страх и тревогу.

ψ Освоение социальных норм выражения эмоций.

ψ Интенсивное развитие моральных, эстетических, практических, интеллектуальных чувств; обогащение эмоциональной сферы новыми устойчивыми переживаниями.

ψ Формирование чувства долга.

ψ Появление способности сопереживать, сочувствовать, содействовать. Начинает функционировать механизм эмоционально – когнитивной децентрации, то есть ребёнок начинает предвосхищать последствия возникающих ситуаций и эмоционально оценивать себя и других.

ψ Усвоение «языка» чувств: способность выражать эмоции с помощью жестов, мимики, взглядов, поз, движений, интонаций голоса.

ψ Способность ребёнка объяснить собственное состояние словами, хотя понятия, обозначающие эмоциональные состояния, находятся в дошкольном возрасте на стадии формирования.

Развитие эмоционально – личностной сферы играет особую роль в психическом развитии ребёнка дошкольного возраста. Оно обеспечивает эффективность процесса обучения и воспитания. Высшие чувства возникают и развиваются на протяжении детства под влиянием социальных условий жизни и воспитания. Воспитание через эмоциональное воздействие – очень тонкий процесс. Основная задача заключается не в том, чтобы подавлять и искоренять эмоции, а в том, чтобы надлежащим образом их направлять. Эмоции и чувства ребёнка ещё плохо поддаются волевой регуляции, взрослым необходимо помнить об этом. Чувства ребёнка в острых ситуациях лучше не оценивать – это повлечёт за собой лишь непонимание и негативизм. Нельзя требовать от ребёнка не переживать то, что он переживает, можно лишь ограничивать форму проявления его негативных эмоций.

Для выявления особенностей проявления и различения эмоций в дошкольном возрасте было проведено исследование. Определялся уровень тревожности, отражающий степень эмоциональной приспособленности ребёнка к определённым жизненным ситуациям, и способность детей узнавать и различать графически изображённые эмоции. Для исследования использовались методики «Детский тест тревожности» и «Изучение восприятия детьми графического изображения эмоций».

Выборка состояла из 50 детей в возрасте 4-6 лет, из них 23 мальчика и 27 девочек.

«Детский тест тревожности». Психодиагностический материал представлен серией рисунков, которые представляют собой некоторую типичную для жизни ребёнка ситуацию, которая может вызвать у детей повышенную тревожность. Рисунки собраны в две серии – для мальчиков и для девочек. Детям поочерёдно бы-

ли показаны картинки, и к каждой из них предлагалось выбрать весёлое или грустное лицо. Индекс тревожности определялся соотношением отрицательных выборов к общему числу рисунков.

«Изучение восприятия детьми графического изображения эмоций». Каждому ребёнку предлагались карточки с графическим изображением радости, грусти, страха, гнева, удивления и был задан вопрос: «Какое это лицо?».

Исследование показало, что почти у половины детей (46%) высокий уровень тревожности, средний уровень тревожности у 36% воспитанников, низкий – у 18%. Максимальный уровень тревожности – 78%, минимальный – 7%. Наиболее часто встречающееся значение – 57%. В ситуации «Объект агрессии» все дети, даже обладающие низким уровнем тревожности, выбрали печальное лицо. Интересен результат в ситуации «собрание игрушек», имеющей двойной эмоциональный смысл. Многие дети (36%) сделали выбор в пользу печального лица. Именно такие эмоции проявляются у детей в этой ситуации. Значимой корреляции между уровнем тревожности и возрастом, а также количеством правильно определённых эмоций не выявлено.

В результате исследования по методике «Изучение восприятия детьми графического изображения эмоций» обнаружено, что дети 4–6 лет правильно определяют от двух до четырёх из 5 представленных эмоций. Все дети правильно определили такие эмоции, как радость и грусть. Лицо, выражающее гнев, многие дети называли «злым». Все 5 эмоций не смог определить ни один ребёнок. Наибольшее затруднение вызвали картинки, изображающие страх и удивление. Между количеством правильно определённых эмоций и возрастом испытуемых была выявлена корреляция 0,57. Дети 4 лет определяли правильно 2–3 эмоции, 4 эмоции не определил никто из них. Среди ребят 5 лет встречались и те, кто узнал 2 эмоции, и такие, кто правильно назвал 4 эмоции. Дети 6 лет правильно определяли не менее 3 эмоций, среди них почти половина различили 4 эмоции.

Таким образом, в результате проделанной работы обнаружены следующие закономерности:

ψ Дошкольный возраст является сензитивным периодом для формирования способности детей к произвольной регуляции эмоций.

ψ Почти половина детей 4–6 лет имеют высокий уровень тревожности (46%).

ψ Способность детей распознавать графически изображённые эмоции зависит от возраста.