

УДК 373.3.015.31:159.942

ОЛЕНА МАЛЯР

м. Вінниця

malayryk@gmail.com

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ДОСЛІДЖЕННЯ РОЗВИТКУ ДОВІЛЬНОСТІ ЕМОЦІЙНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ ОСОБИСТОСТІ МОЛОДШОГО ШКОЛЯРА

У статті охарактеризовано основні теоретико-методологічні підходи до вивчення проблеми розвитку довільності емоційної регуляції особистості молодшого шкільного віку. Розглянуто основні ідеї вчених щодо поняття довільності емоційної регуляції молодшого школяра. Розкриті аспекти розвитку емоційної сфери у житті дитини, яка сприяє вмінню контролювати емоції, успішному навчанні, цілеспрямованості, дисциплінованості, позитивній адаптації у довіллі.

Ключові слова: довільність, емоційність, емоційна сфера, довільність емоційної регуляції, молодший школяр.

Довільність емоційної регуляції займає важливе місце у структурі особистості, оскільки позитивна динаміка її становлення на різних вікових етапах, передусім у молодшому шкільному віці, сприяє позитивному розвитку особистості, різним формам її життєдіяльності та взаємодії з оточуючими людьми. Емоційні реакції і поведінка людини залежить від взаємодії з оточуючими та є основним аспектом суспільного життя. Дії, вчинки та поведінка залежить від емоційних реакцій, настроїв. Любов, радість, сум, горе, обурення впливають на спілкування, ставлення людей один до одного. Не вміння регулювати емоції може викликати конфліктні ситуації. Непорозуміння часто виникають у дітей з дорослими, внаслідок не адекватних проявів емоцій та емоційних реакцій. Вміння регулювати емоції сприяє позитивному розвитку особистості та її успіху у діяльності та спілкуванні з оточуючими. Вивчення довільності емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку є актуальним як в теоретичному, так і в практичному сенсі. У цьому віці спостерігається інтенсивне становлення вольової сфери, яке полягає в умінні підкорятися вимогам, правилам, що ведуть до розвитку саморегуляції.

Розвиток довільності емоційної сфери молодших школярів розглядається вченими у певних напрямках: як емоційний процес, основним компонентом якого визначається емоційна збудливість (Я. Рейковський, П. М. Якобсон, В. В. Лебединський); вольова регуляція, як особистий рівень довільної ре-

гуляції (Т. І. Шульга, Б. М. Теплов, В. С. Мухіна, О. Я. Чебикін); розвиток емоційних проявів поведінки (А. Луговська, Г. Оллпорт, А. С. Зубкова, Д. В. Віннікот). Вивчення довільності емоційної регуляції в межах молодшого шкільного періоду здійснювалось дотично до інших проблем, як – то: розвиток когнітивних та мотиваційних процесів (К. Левін, О. М. Леонтєв, С. Д. Максименко, Ж. Піаже та ін.); вплив пізнавальних інтересів молодшого школяра на навчальну діяльність та здатність усвідомлювати підстави власних дій в ході розв'язування навчальних завдань (І. С. Булах, М. Г. Іванчук, В. П. Кутішенко); індивідуальні особливості емоційної та вольової сфери молодшого школяра (В. В. Лебединський, С. О. Ставицька Т. І. Шульга) та ін.

Мета статті: охарактеризувати теоретико-методологічні підходи, щодо розвитку довільності емоційної регуляції дітей молодшого шкільного віку. Завдання дослідження полягає у визначенні та аналізу психолого-педагогічної літератури з проблеми розвитку довільності емоційної регуляції в учнів початкових класів.

Проблема розвитку довільності емоційної сфери привертає увагу філософів, лікарів, фізіологів, психологів, педагогів. Ще, у філософських поглядах Арістотеля, Демокріта і Платона зазначалася важлива роль емоцій і почуттів у регуляції діяльності людини.

У зарубіжній психології проблемі довільності емоційної сфери присвячені праці цілого ряду науковців. Представники когнітивно-

регулятивного підходу (М. Я. Басова Л. М. Веккер, Л. С. Виготського В. Л. Лай, Ж. Піаже та ін.), вважають, що довільність емоційної регуляції залежить від розвитку когнітивної сфери особистості, адже на розвиток довільності емоцій впливає пізнавальний інтерес, переробка отриманої інформації, потреба в пізнанні та операції акомодатії й асиміляції [4; 6; 9].

На думку Л. С. Виготського, у людей емоції ізолюються від інстинктів і перетворюються в нову сферу – психологічну. Довільність, за Л. С. Виготським – це здатність володіти собою, своєю зовнішньою та внутрішньою діяльністю на основі культурних засобів її організації. Розвиток довільності безпосередньо соціально обумовлений і полягає в оволодінні засобами, що дозволяють усвідомити свою поведінку й керувати нею. Недостатній розвиток довільності позначається на розвитку особистості, що може проявлятися у вигляді лінії, асоціальної чи адиктивної поведінки. [4, 308–315].

О. М. Леонтьєв теж вказує на те, що мисленнєві процеси мають зв'язок з емоційною сферою. Емоції сприяють внутрішній регуляційній діяльності особистості. Людські емоції відтворюють переживання задоволеності – незадоволеності, що відіграють провідну роль суб'єктивних сигналів [9, 120–127].

На думку О. В. Запорожця, емоції характеризуються особливою формою відображення діяльності, внаслідок чого відбувається психічне управління, тобто здійснюється психічна регуляція загальної спрямованості та динаміки поведінки [5].

Регуляційно-поведінковий підхід, де воля та емоції виступають внутрішніми механізмами, що здійснюють регуляцію поведінки. Більш детально даний підхід розкрито у теорії М. Я. Басова, де фокус уваги спрямований на просту і складну форми регуляції поведінки. При простій формі регуляції поведінка спрямована лінійно, де кожна подальша ланка визначається попередньою й пов'язана з нею за змістом. Складна регуляція – це ніщо інше, як воля. Таким чином, під поняттям волі вчений мав на увазі психічний механізм, через який особистість регулює свої психічні функції, перебудовує їх відповідно до постав-

леного завдання. Поряд із волею М. Я. Басов виділяв і емоції, як внутрішній механізм, що здійснює регуляцію поведінки. Регулююча роль емоцій полягає, з одного боку, в тому, що вона дає лише загальний напрям процесам активності, орієнтує особу на певне коло стимулів, з іншого боку, емоційний стан визначає функціональний рівень психічної діяльності [1, 58].

К. Левін зазначає, що емоційні стани можуть замінювати інший психічний процес, тобто, не виражену до кінця емоцію і продовжує існувати в прихованому вигляді. Основна ідея автора полягає в тому, що афективні, емоційні реакції не можуть знаходитися в ізолюваному вигляді, як елементи психічного життя, які при актуалізації співпадають з іншими елементами. Здатність до довільності та вольових дій дозволяє людині контролювати свої емоційні реакції. На думку К. Левіна, довільні дії мають три складові: процес мотивації – це тривала боротьба мотивів; процес вибору або прийняття рішення, що завершує боротьбу мотивів; наміри, що складають довільність дій та діяльності [8, 125].

Також, О. Сталлер, П. Петте вважають, що оціночна теорія емоцій займає значне місце в зарубіжних дослідженнях емоцій. Центральним принципом оціночної теорії є те, що емоції проявляються та диференціюються під впливом суб'єктивної оцінки людини або оцінки важливої для особистості ситуації, або об'єкту чи випадку, що відповідає певним критеріям. Вони включають модифікацію оцінки, наприклад, повторного оцінювання ситуації; контролю за імпульсами, тобто, гальмування тенденції до дій; модифікацію дій, наприклад, заміна або низька вираженість поведінкових реакцій [13, 36].

Виокремлено, адаптивно-регуляційний підхід, представники якого вважають, що емоції організовують та контролюють сприймання, мислення й дії людини. К. Е. Ізард у теорії «диференційних емоцій» висуває фундаментальні принципи поведінки людини, які залежать від емоцій, що організовують та контролюють сприймання, мислення й дії людини. Всі емоції мають адаптивну функцію та утворюють основу мотиваційної системи людини [6, 220–225].

В. Вундт вважає, що емоційність репрезентує інтенсивний стан характеру людини, де вона може сприймати окремі прості та складні елементи почуттів та емоцій. Він розділяє емоційність за якістю: задоволення та незадоволення, збудження та гальмування, напруження та спокій; інтенсивність визначається за силою проявів емоції. За силою негативні емоції триваліші, ніж позитивні емоції; форма протікання (тривалість) проявляється у миттєвому виникненні – здивування, розчарування, переляк, гнів, чи у довготривалому переживанні. Емоція, що триває довгий час, є афективним процесом. Якщо афективний (емоційний) процес може бути довільним, то він стає вольовим. Вольовий процес – це управління та контроль за емоційною сферою людини [3, 153–154].

С. А. Денхам, Н. А. Фокс вважають, що емоційна регуляція – це здатність відображати емоційні потреби, які є соціально прийнятними і достатньо гнучкими, щоб контролювати мимовільні реакції людини. Емоційне регулювання важливе для взаємозв'язку з перцептивними процесами, що сприяє розвитку адаптації особистості [11].

Р. А. Томпсон стверджує, що емоційна регуляція включає властивості емоцій та зовнішніх процесів, які відповідають за вивчення, контроль, оцінку та зміну емоційної реакції [14, 4–5].

У «нейрокультурній теорії» розглядаються механізми регуляції соціальної поведінки. П. Екман (P. Ekman) вважає, що переживання емоцій та їх вираження залежать від елементів культурно-соціального навчання [12, 205].

Представники мотиваційно-регуляційного підходу І. О. Васильєва, В. К. Вілюнас, Б. І. Додонов, Ю. М. Забродін, В. А. Іванников, О. К. Тихомиров, стверджують, що складовою довільності емоційної сфери є співвідношення мотивів та мети. Автори визначають основні складові розвитку довільності емоційної сфери: внутрішні та зовнішні мотиви діяльності. Зовнішні мотиви відповідають за пізнавальну мотивацію. Складною структурою є внутрішня мотивація, що пов'язана з спонукальною функцією діяльності та характеризується розвитком моральності. Розглядаючи проблему регуляції в рамках психологічного

аналізу діяльності, Б. Ф. Ломов зазначав, що психологія розкриває механізми психічної регуляції діяльності, тобто ті процеси, які забезпечують адекватність діяльності тим цілям, засобам і умовам, відповідно до яких вона здійснюється [10].

На думку В. О. Крутецького, індивідуальні відмінності в прояві емоцій залежать і від вольових якостей людини. Вольова людина завжди прагне опанувати свої емоції. Залежно від сили і тривалості, інтенсивності, стійкості емоцій розрізняють їх окремі види (стреси, пристрасті, фрустрації), зокрема виділяються настрої і афекти. Афективні реакції найчастіше є наслідком слабкої волі, нездатності володіти собою, контролювати власну поведінку. Найчастіше вони зустрічаються у дітей та підлітків. Довільність проявляється в готовності, умінні та звичці спрямовувати свою поведінку, свою діяльність відповідно до наявних принципів, долаючи перешкоди на шляху до досягнення своїх цілей.

На думку В. К. Каліна, довільна регуляція – це прояв самосуб'єктивних відносин, тобто така активність, яка спрямована не на зовнішній світ чи на інших людей, а на себе. На різних етапах онтогенетичного розвитку довільність регуляції емоцій набуває певного якісного змісту [7].

З позицій представників регулятивного підходу (М. Я. Басов, В. К. Калін, В. К. Котирло, В. І. Селіванов), вольова регуляція розуміється як опосередковане метою і мотивами створення стану оптимальної мобілізованості, оптимального режиму активності та правильного її спрямування.

Такі підходи, на наш погляд, пояснюють те, що контроль поведінки та емоційних реакцій, особливості розвитку мотиваційної сфери залежать від розвитку довільності емоційної сфери особистості, що є основним етапом формування вольової сфери людини.

У розвиненому вольовому акті, на думку І. Д. Беха, емоції більш загальні, ледь помітні та виступають його основою. Емоція, як енергетичне утворення, психологічно означає здатність до дії. Від вираженості вольового зусилля залежить спонукальна функція волі. Тому емоції у вольовому акті мусять мати таку силу, яка б забезпечила реальне діяння

суб'єкта на основі свідомого наміру. Емоційна функція може проявлятися самостійно, що характерно для нижчого рівня розвитку волі. Вольовий розвиток особистості пов'язаний із становленням емоційної функції, оскільки в разі нормального розумового розвитку формування цільової функції не становить нездоланих труднощів. У процесі розвитку волі важливо надати первинному емоційному прагненню узагальненості та мисленого «просвітлення», зберегти його силу та стійкість. Люди, які володіють сильною волею, виявляють цю властивість при добре збереженому емоційному спонуканні [2, 20].

Вольова регуляція є вищою формою довільної регуляції, яка нерозривно пов'язана з мимовільними та довільними процесами. Існує закономірний взаємозв'язок між вольовими, когнітивними, емоційними, мотиваційними компонентами довільної регуляції.

Виявлені в процесі аналізу літературних джерел підходи розкривають сутність довільності емоційної регуляції особистості, вказують на її значущість щодо процесів розвитку самоконтролю емоційних та поведінкових проявів, регуляцію діяльності й розвиток волі:

- регуляційно-поведінковий підхід, де воля та емоції виступають внутрішніми механізмами, що здійснюють регуляцію поведінки. Здатність до довільності та вольових дій дозволяє людині контролювати свої емоційні реакції, а перебіг емоцій підлягає особистісним регулятивним процесам, які включають модифікацію оцінки ситуації, контроль за імпульсами – гальмування тенденції до дій, модифікацію дій – заміна або низька вираженість поведінкових реакцій;
- когнітивно-регуляційний підхід – визначає, що більшість емоцій людини є інтелектуально-опосередкованими й беруть участь у регуляції мислення та мотивації, а на розвиток довільності емоцій впливає пізнавальний інтерес, переробка отриманої інформації;
- мотиваційно-регуляційний підхід, представники якого стверджують, що складовою довільності емоційної сфери є співвідношення мотивів та мети. Зовнішні мотиви відповідають за пізнавальну мотивацію. Складною структурою є внутрішня мотивація, що пов'язана з спонукальною функцією діяльності та характеризується розвитком моральності;

- адаптивно-регуляційний підхід, представники якого вважають, що емоції організовують та контролюють сприймання, мислення й дії людини; мають адаптивну функцію та утворюють основу її мотиваційної системи, а емоційне регулювання важливе для взаємозв'язку з перцептивними процесами, що сприяє розвитку адаптації особистості;
- соціокультурний підхід переживання емоцій та їх вираження залежать від елементів культурно-соціального навчання.

Системно-інтегративний підхід щодо розуміння довільності емоційної регуляції особистості, який поєднує вищезазначені підходи і з позицій якого довільність емоційної регуляції можна розглядати як цілісне утворення емоційно-вольової сфери особистості, що забезпечує самоконтроль її поведінки, діяльності, інтелектуальної та мотиваційно-ціннісної сфери.

Таким чином, проблема розвитку довільності емоційної регуляції у дітей молодшого шкільного віку є досить актуальною при ретельному її дослідженні дає можливість вивести процес навчання на якісно новий, високий рівень, безпосередньо впливає на успішність навчальної діяльності дітей.

Список використаних джерел

1. Басов М. Я. Избранные психологические произведения. Текст: учебное пособие, М. : «Педагогика», 1975. 432 с.
2. Бех І. Д. Від волі до особистості: монографія / К. : Україна-Віта, 1995. 202 с.
3. Вундт В. Очерки психологи. М. : «Московское книго-издательство», 1912. 300 с.
4. Выготский Л. С. Психология развития человека. М. : Изд-во Смысл, 2005. 1136 с.
5. Запорожець А. В. Избранные психологические труды. Психологическое развитие ребенка. в 2-х т. Т. I. М. : «Педагогика», 1986. 320 с.
6. Изард К. Э. Психология эмоций: перев. с. англ. СПб. : Издательство "Питер", 2005. 464 с.
7. Крутецкий В. А. Психология: учебник для учащихся пед. училищ. М. : Просвещение, 1980. 352 с.
8. Левин К. Динамическая психология: Избранные труды. М. : Смысл, 2001. 572 с.
9. Леонтьев А. Н. Избранные психологические произведения. в 2 т. Т. 1. М. : Педагогика, 1983. 392 с.
10. Ліщинський В. І. Психологічні наслідки відчуження як специфічного сприйняття навколишнього світу. // Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія. Івано-Франківськ: ВДВ ЦІТ, 2007. Вип. 12. Ч. I. С. 314.
11. Denham S. Zoller D., & Couchoud E. M. Socialization of preschoolers' emotion understanding. // *Developmental Psychology*, 1994. № 30. P. 928-936. URL: www.researchgate.net/...Socialization_of_presc.pdf (дата звернення: 20.12.2014).

12. Ekman P. Friesen W. Unmasking the face. New- Jersey: Prentice – hall, 1975. 343 p.
13. Staller A., Petta P. Emotions into the Computational Study of Social Norms: A First Evaluation // Journal of Artificial Societies and Social Simulation. 2001. Vol. 4, No 1. P. 34–46. Available from: [http://](http://www.soc.surrey.ac.uk/JASSS/4/1/2.html)

www.soc.surrey.ac.uk/JASSS/4/1/2.html (дата звернення: 05.06.2014).

14. Thomas C. The Impact of Media and Technology in Schools. A research report prepared for the Bertelsmann foundation. The University of Georgia, 1998. № 12. 245 p.

OLENA MALIAR
Vinnitsa

THEORETICAL AND METHODOLOGICAL APPROACHES TO THE INVESTIGATION OF DEVELOPMENT OF ARBITRARINESS OF EMOTIONAL REGULATION OF A JUNIOR PUPIL

The article describes the main theoretical and methodological approaches to the study of the problem of the arbitrariness of the emotional regulation of the personality at his junior school age. The basic ideas of researchers concerning the definition of randomness of emotional regulation of a junior pupil are considered. The aspects of development of the emotional sphere in the child's life, which facilitates the ability to control emotions, and leads to successful training, purposefulness, discipline, positive adaptation in the environment are revealed.

Key words: arbitrariness, emotionality, emotional sphere, arbitrary emotional regulation, younger schoolchild.

ЕЛЕНА МАЛЯР
г. Винница

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИССЛЕДОВАНИЮ РАЗВИТИЯ ПРОИЗВОЛЬНОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ РЕГУЛЯЦИИ ЛИЧНОСТИ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНИКА

В статье охарактеризованы основные теоретико-методологические подходы к изучению проблемы развития произвольности эмоциональной регуляции личности младшего школьного возраста. Рассмотрены основные идеи ученых относительно понятия произвольности эмоциональной регуляции младшего школьника. Раскрыты аспекты развития эмоциональной сферы в жизни ребенка, которая способствует умению контролировать эмоции, успешном обучении, целеустремленности, дисциплинированности, положительной адаптации в окружающей среде.

Ключевые слова: произвольность, эмоциональность, эмоциональная сфера, произвольность эмоциональной регуляции, младший школьник.

Стаття надійшла до редколегії 06.04.2018