



Наукові перспективи
Видавнича група



ВІСНИК НАУКИ ТА
ОСВІТИ
ISSN 2786-6165 (ONLINE)

Bulletin of Science and Education



№ 11(41) 2025



УДК 373.3.015.3:159.942]:37.012

[https://doi.org/10.52058/2786-6165-2025-11\(41\)-3010-3023](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2025-11(41)-3010-3023)

Сухопара Ірина Геннадіївна кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри початкової освіти, Київський столичний університет імені Бориса Грінченка, м. Київ, <https://orsid.org/0000-0001-6330-7825>

Маркова Ілона Андріївна магістрант факультету педагогічної освіти, Київський столичний університет імені Бориса Грінченка, м. Київ

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ДОСВІДУ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ПІД ЧАС ВИВЧЕННЯ СОЦІАЛЬНОЇ І ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ОСВІТНЬОЇ ГАЛУЗІ: ДІАГНОСТИЧНИЙ АСПЕКТ

Анотація. Емоційний досвід постає одним із чинників гармонійного розвитку, успішного навчання і соціалізації учнів. Емоційний досвід молодших школярів розуміємо як сукупність емоцій, вражень, переживань, почуттів, що набуває дитина в процесі пізнання світу, себе, взаємодії з оточуючими. На основі аналізу досліджень учених у структурі емоційного досвіду учнів 3 класу виокремлено такі компоненти та відповідні їм критерії: когнітивний (емоційна обізнаність); емоційний (емоційна чутливість); діяльнісний (емоційна поведінка); рефлексивний (емоційна рефлексія). Визначено рівні сформованості емоційного досвіду в учнів 3 класу: високий, середній, низький. Для визначення рівня сформованості емоційного досвіду школярів використовували комплекс діагностичних інструментів, що дозволяв оцінити всі компоненти емоційного досвіду: когнітивний – анкетування «Мій емоційний світ» для визначення знань про емоції, розпізнавання і розуміння причин емоцій; емоційний – завдання «Емоційні обличчя» для визначення уміння розпізнавати емоції за мімікою; діяльнісний – спостереження за поведінкою учнів з фіксацією результатів у «Карті спостережень»; рефлексивний – метод незакінчених речень. Аналіз емпіричних досліджень емоційного досвіду учнів 3 класу засвідчив, що найбільш вираженим виявився когнітивний компонент – здатність до розпізнавання емоцій за вербальними та невербальними ознаками, найменш розвиненим є рефлексивний компонент – здатність аналізувати власні емоції, причини їх виникнення, вплив на поведінку. Встановлено, що лише 10% учнів молодшого шкільного віку мають високий рівень сформованості емоційного досвіду. У 45% досліджуваних виявлено середній і низький

рівень сформованості емоційного досвіду. Значні можливості для збагачення емоційного досвіду має вивчення соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі, яка ознайомлює з широким спектром емоцій, за допомогою практичних вправ, ситуативних, ігрових завдань, сприяє набуттю вмінь виражати, розпізнавати, керувати емоціями, виявляти їх у взаємодії з однокласниками.

Ключові слова: емоційний досвід, емоційний інтелект, емоція, соціальна здоров'язбережувальна освітня галузь, молодші школярі.

Sukhopara Iryna Gennadiyevna PhD in Pedagogic sciences, Senior Lecturer at the Department of Elementary Education, Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University, Kyiv, <https://orsid.org/0000-0001-6330-7825>

Markova Iлона Andriyivna graduate student, Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University, Kyiv

FEATURES OF THE EMOTIONAL EXPERIENCE OF YOUNG SCHOOLCHILDREN DURING THE STUDY OF THE SOCIAL AND HEALTH-PRESERVING EDUCATIONAL FIELD: DIAGNOSTIC ASPECT

Abstract. Emotional experience is one of the factors of harmonious development, successful learning, and socialization of students. We understand the emotional experience of younger schoolchildren as a set of emotions, impressions, experiences, and feelings that a child acquires in the process of learning about the world, himself, and interacting with others.

Based on the analysis of scientists' research, the following components and corresponding criteria were identified in the structure of the emotional experience of 3rd grade students: cognitive (emotional awareness); emotional (emotional sensitivity); activity (emotional behavior); reflective (emotional reflection). The levels of emotional experience formation in 3rd grade students were determined: high, medium, low.

To determine the level of emotional experience of schoolchildren, a set of diagnostic tools was used, which allowed assessing all components of emotional experience: cognitive – the questionnaire «My Emotional World» to determine knowledge about emotions, recognition and understanding of the causes of emotions; emotional – the task «Emotional Faces» to determine the ability to recognize emotions by facial expressions; activity – observation of students' behavior with recording the results in the «Observation Map»; reflective – the method of unfinished sentences.



An analysis of empirical studies of the emotional experience of 3rd grade students showed that the most pronounced was the cognitive component – the ability to recognize emotions by verbal and nonverbal signs, the least developed is the reflective component – the ability to analyze one's own emotions, the causes of their occurrence, and the impact on behavior.

It has been found that only 10% of primary school students have a high level of emotional experience. 45% of the subjects were found to have an average and low level of emotional experience. The study of social and health-preserving educational subjects in elementary school has significant opportunities for enriching emotional experience. It introduces a wide range of emotions through practical exercises, situational, and game tasks, and promotes the acquisition of skills to express, recognize, and manage emotions, and to reveal them in interaction with classmates.

Keywords: emotional experience, emotional intelligence, emotion, social health-preserving educational field, younger schoolchildren.

Постановка проблеми. Становлення індивідуальності, досягнення результатів у навчальній діяльності, співпраця і спілкування, стосунки з однокласниками, друзями, вчителем, близькими багато в чому залежать від емоційного стану школярів, розуміння і керування емоціями, набутого емоційного досвіду. Сучасні виклики – наслідки воєнного стану, загрози повітряних тривог, перебування в укриттях, нестабільність соціокультурних умов, дистанційні форми навчання призводять до зростання психоемоційних навантажень, істотно впливають на емоційний стан дітей молодшого шкільного віку. Саме тому актуалізуються питання збагачення емоційного досвіду молодшими школярами. Діагностика набутого емоційного досвіду дасть змогу описати спектр емоційних переживань школярів, виявити чинники, які впливають на інтенсивність, стабільність емоційного стану, пізнавальну та соціальну сферу. Важливо розуміти рівень сформованості емоційного досвіду учнів початкової школи для врахування вікових особливостей, надання допомоги учням в збагаченні емоційного досвіду, побудові ефективних стратегій підтримки емоційного здоров'я школярів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідження категорії «емоційний інтелект» активізували проблему емоційного досвіду, як сфери його функціонування. Роль, сутність, структура емоційного інтелекту розкрита в напрацюваннях зарубіжних дослідників Р. Бар-Она, Г. Гарднера, Д. Гоулмена, Д. Карузо, Дж. Майєра, Дж. Стайн, П. Селовея та українських науковців Є. Карпенко, Н. Ковриги, О. Льошенко, Е. Носенко, М. Шпак та інших.



Різні аспекти проблеми розвитку емоційного інтелекту учнів початкової школи представлені в роботах: М. Шпак – психологічні механізми розвитку, психологічні типи емоційного інтелекту; Н. Зобенько, Т. Котик, Г. Підлужної, Ю. Савченко – педагогічний супровід, умови розвитку емоційного інтелекту в освітньому процесі початкової школи. Вікові особливості емоційного розвитку подані в дослідженнях О. Лелюх-Степанчук, В. Найчук, М. Шпак, Т. Яценко.

Питання емоційного досвіду як окремої категорії розглядаються фрагментарно в роботах Ю. Бреус, М. Журавльової, Є. Карпенко, Л. Лисенко, М. Шпак де означено сутність, механізм розвитку, рівні існування.

Проблема збагачення емоційного досвіду здобувачами початкової освіти недостатньо представлена в науковій літературі.

Окремі питання формування емоцій, розвитку емоційного інтелекту в ході вивчення соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі під час інтегрованого курсу «Я досліджую світ» розкриваються в напрацюваннях Н. Бібік, Т. Гарачук, Т. Гільберг, М. Єпіхіної, Т. Котик, І. Кежковської, Л. Фенчак та інших. Частково питання емоційного досвіду представлені в дослідженнях Н. Басюк, О. Матвієнко, Є. Мороза, А. Предик, що стосуються проблеми соціально-емоційного навчання.

Проте питання діагностики стану сформованості емоційного досвіду молодших школярів недостатньо представлені та потребують подальшого вивчення.

Мета дослідження полягає в аналізі емпіричних досліджень і висвітленні результатів діагностики сформованості емоційного досвіду учнів 3 класу під час вивчення соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.

Виклад основного матеріалу. Емоційний досвід молодших школярів постає одним із чинників гармонійного розвитку, успішного навчання і соціалізації. Він займає особливе місце в житті учнів початкової школи, оскільки допомагає відчувати, реагувати, мислити, пізнавати, усвідомлювати себе, самостійно здобувати, опрацьовувати та застосовувати знання про емоції в практичній діяльності (спілкуванні, взаємодії, саморегуляції), обдумувати рішення та прогнозувати власні емоційні реакції. Емоційний досвід науковці розглядають як: «систему індивідуальних емоційних ресурсів, що обумовлює особливості емоційного ставлення суб'єкта до світу і характер емоційного відображення дійсності в індивідуальній свідомості» (М. Журавльова) [1, с. 59]; «систему емоцій і почуттів, що переживала людина в історії свого життя» (Л. Лисенко) [2, С. 62]. Дослідниця Ю. Бреус



розглядає емоційний досвід як певну сферу емоційного інтелекту особистості, «комплекс емоційних знань, які людина отримує протягом життя та використовує у повсякденному житті» [3, С. 133]. При цьому емоційні знання дослідника розглядає як пережиті емоції та почуття, досвід емоційних стосунків, емоційної взаємодії з іншими людьми. На її думку, емоційний досвід функціонує на трьох рівнях емоційного інтелекту: «на когнітивному рівні – сприяє розвитку емоційної обізнаності – системи знань та навичок щодо різноманітності емоцій та наслідків, до яких вони можуть призвести; на емоційному рівні – сприяє розвитку можливостей емоційного реагування відповідно до ситуації та власних потреб; на поведінковому рівні – розширює адаптивний репертуар поведінки людини в емоціогенних ситуаціях» [3, С. 130-131]. Вважаємо, що емоційний досвід молодших школярів, з урахуванням їх віку і можливостей, можна визначити як сукупність емоцій, вражень, переживань, почуттів, що набуває дитина в процесі пізнання світу, себе, взаємодії з оточуючими.

У структурі емоційного досвіду учнів початкової школи (як сфери емоційного інтелекту) дослідники визначають такі взаємопов'язані компоненти як: когнітивний (забезпечує сприймання, розпізнавання та розуміння власних і чужих емоцій); емоційний (емоційні властивості та особливості емоційного реагування людини відповідно до індивідуально-психологічних та соціальних чинників та умов емоціогенної ситуації); конативний (уміння здійснювати емоційну саморегуляцію та управляти емоційним станом інших людей); соціально-комунікативний (використання емоцій у спілкуванні та соціальній взаємодії, прояв емпатії до інших людей) М. Шпак [4, С. 71]; когнітивні, рефлексивні, поведінкові, рефлексивні здібності, що мають внутрішньоособистісну і міжособистісну спрямованість (К. Кузнецова) [5, С. 22-23.].

Важливою для розуміння структури емоційного досвіду є дослідження І. Лисенкової, яка визначає психологічні детермінанти емоційного розвитку: комунікативна, що ґрунтується на сформованості здатності вербалізувати власні емоції; інтеракційна, що полягає в здатності до опанування дитиною соціальних ролей і норм взаємодії з дорослими і однолітками; гностична, представлена особливостями сприймання дитини та мнестичної детермінанти, що характеризується показником сформованості емоційної пам'яті [6].

На основі аналізу досліджень учених у структурі емоційного досвіду учнів 3 класу виокремили такі компоненти та обрали відповідні їм критерії: когнітивний (емоційна обізнаність); емоційний (емоційна чутливість); діяльнісний (емоційна поведінка); рефлексивний (емоційна рефлексія), що відображено в таблиці 1.

Таблиця 1

Компоненти, критерії та показники
сформованості емоційного досвіду учнів 3 класу

Компоненти сформованості емоційного досвіду учнів 3 класу	Критерії сформованості емоційного досвіду учнів 3 класу	Показники сформованості емоційного досвіду учнів 3 класу
Когнітивний	Емоційна обізнаність	Обізнаність щодо спектру емоцій, їх назв, проявів, впливу на поведінку; розуміння причин виникнення емоцій;
Емоційний	Емоційна чутливість	Розуміння важливості емоцій, їх адекватного вираження та керування; Здатність розпізнавати власні емоції та емоційний стан інших, емоційна відкритість
Діяльнісний	Емоційна поведінка	Вміння адекватно виражати емоції, реагувати на емоції інших, керувати власними емоціями, виражати підтримку, співчуття
Рефлексивний	Емоційна рефлексія	Здатність аналізувати власні емоційні стани, реакції, причини виникнення емоцій

На основі виділених критеріїв і показників визначили рівні сформованості емоційного досвіду в учнів 3 класу:

- високий рівень – учень/учениця знає назви 10 та більше емоцій, їх способи вираження, може пояснити причини виникнення емоцій; здатна розпізнати власні емоції та емоції інших, виявляє високу емпатію, емоційно відкрита; вміє адекватно виражати емоції, реагувати на емоції однокласників, ровесників, дорослих, володіє навичками саморегуляції; аналізує власні емоційні реакції, причини виникнення емоцій, здатна до саморегуляції;

- середній рівень – третьокласник/третьокласниця знає назви 5-9 основних емоцій, має загальне уявлення про їх прояви, частково розуміє причини виникнення емоцій; розпізнає яскраво виражені емоції, емпатія проявляється ситуативно, не завжди емоційно відкритий/а; не завжди адекватно виражає емоції, реагує на емоційний стан інших, частково володіє навичками саморегуляції; частково усвідомлює власні емоції, але не завжди розуміє їх причини;



- низький рівень – школяр/школярка знає назви обмеженої кількості емоцій (до 5), не розуміє причини їх виникнення, їх прояви; розпізнавання власних емоцій та емоцій інших дається складно, емпатія недостатньо виражена, емоційно закритий/а; часто неадекватно виражає емоції та реагує на прояви емоцій іншими, не володіє навичками саморегуляції; не вміє аналізувати власний емоційний стан, не розуміє причини появи тих або інших емоцій, навички самоконтролю слабо виражені.

Емпіричне дослідження проводилося на базі Товариства з обмеженою відповідальністю «Броварський ліцей «Мономакс» у місті Бровари Київської області. В дослідженні брали участь 20 учнів 3 класу віком 8-9 років, серед них 11 дівчат і 9 хлопців.

Для визначення рівня сформованості емоційного досвіду школярів був запропонований комплекс діагностичних інструментів, що дозволяв оцінити всі компоненти емоційного досвіду: когнітивний – анкетування «Мій емоційний світ» для визначення знань про емоції, розпізнавання і розуміння причин емоцій; емоційний – завдання «Емоційні обличчя» для визначення уміння розпізнавати емоції за мімікою; діяльнісний – спостереження за поведінкою учнів з фіксацією результатів у «Карті спостережень»; рефлексивний – метод незакінчених речень. Застосування комплексу різних завдань обґрунтовано необхідністю врахувати не лише знання учнів про емоції (когнітивний компонент), а й рівень глибини емпатії, власних переживань (емоційний компонент), навички саморегуляції (поведінковий компонент) та усвідомлення причинно-наслідкових зв'язків емоцій (рефлексивний компонент). Кожне завдання було спрямовано на виявлення рівня сформованості одного з компонентів емоційного досвіду учнів 3 класу, мало свої критерії оцінювання, що відповідали визначеними рівням. Критерії оцінювання завдань враховували кількісні показники (кількість правильних відповідей) та якісні (правильність, повнота відповіді, оригінальність, точність у виконанні завдання, глибина усвідомлення). Такий підхід дозволив виявити рівень обізнаності про емоції, відобразив реальні емоційні реакції, ставлення та дії молодших школярів у навчальних, соціальних ситуаціях під час вивчення соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі, дозволив безпосередньо спостерігати прояв умінь у дії та визначати рівень сформованості емоційного досвіду за конкретними критеріями.

Для визначення рівня сформованості емоційного досвіду учнів 3 класу за когнітивним компонентом була запропонована анкета «Мій емоційний світ», яка складалася з 3 блоків. Метою першого блоку було визначити обсяг емоційного словника школярів. Учням пропонувалося записати емоції, які їм відомі.

Виконання завдання оцінювали відповідно до кількості зазначених емоцій: високий рівень – 10 та більше емоцій;

- середній рівень – 5-9 емоцій;
- низький рівень – менше 5 емоцій.

У другому блоці пропонувалося розпізнати емоції (радість, сум, гнів, страх, здивування, огида, спокій, сором, захоплення, розчарування) за поданими малюнками. На малюнках були чітко зображені основні невербальні прояви емоцій, такі як підняті/опущені брови, широко розплющені/заплющені очі, опущені кутики губ, відкритий рот тощо (рис.1).



Рис. 1. Малюнки для виконання завдання «Впізнай емоцію»

Оцінювалася кількість правильно визначених емоцій:

- високий рівень – всі 10 емоцій;
- середній рівень – 5-9 емоцій;
- низький рівень – менше 5 емоцій.

Метою третього блоку було визначення вміння розуміти причини виникнення емоцій, пропонувалося описати ситуацію, коли відчували емоції: радість, сум, страх, гнів, здивування.

Оцінювалися правильність, точність, усвідомлення появи емоцій і кількість описаних ситуацій:

- високий рівень – детально описав всі ситуації, які відповідають всім емоціям, пояснив причину виникнення емоцій;
- середній рівень – поверхнево або неточно описав 3 ситуації, які відповідають 3 емоціям;
- низький рівень – не зміг описати ситуацію, яка викликає емоції.



Результати проведеного анкетування виявили, що 7 учнів, що становить 35 % всіх опитуваних школярів продемонстрували високий рівень сформованості вміння називати емоції, розрізняти їх відтінки; пояснювати причини виникнення емоцій, розуміють їх фізіологічні прояви, 10 учнів (50%) виявили середній рівень, лише 3 третьокласники (15%) мали низький рівень. Виявилось, що до емоцій, які знайомі учням можна віднести такі, як: радість, сум, страх, гнів, огида, подив, щастя, агресія, оптимізм, розгубленість. Учні, які засвідчили високий рівень зазначили ще такі емоції, як креативність, самотність, розчарованість, розлюченість, шок, наляканість. Всі респонденти назвали такі емоції, як радість, сум, страх, гнів – це мінімальний обсяг кола емоцій, відомий третьокласникам. Щодо розпізнавання емоцій за зображеннями, то всі опитувані школярі змогли точно вказати радість, гнів, подив, сум, страх. Труднощі у розпізнаванні емоцій за малюнками викликали такі, як огида, спокій, задоволення, розчарування, враженість. Щодо наведення прикладу ситуації, коли виникає емоція, то складність лише у 4 учнів викликали емоції здивування та гніву.

З метою визначення рівня сформованості емоційного досвіду за емоційним компонентом пропонувалося завдання для вміння розуміти емоції за мімікою обличчя. Пропонувалися 20 карток з підписами емоцій (радісний(-а), вдячна(-ий), агресивний(-а), роздратований(-а), наляканий(-а), здивований(-а), огидний(-а), спокійний(-а), винний(-а), захоплений(-а), розчарований(-а), зніяковілий(-а), впевнений(-а), тривожний(-а), розгублений(-а), відразливий(-а), нестерпний(-а), принижений(-а), допитливий(-а), самотній(-а)) на яких потрібно було домалювати обличчя, зазначити відповідну мімічну реакцію (рис. 2).

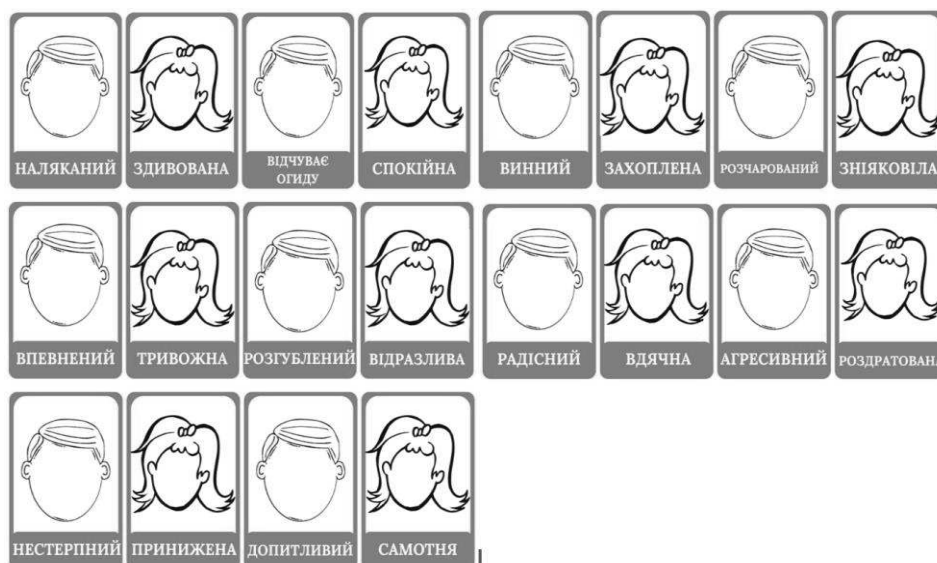


Рис. 2. Картки для виконання завдання «Емоційні обличчя»



Критеріями оцінювання завдання були правильність і кількість визначених емоцій:

- високий рівень – більше 10 зображень, з чітко відтвореною мімікою (широко відкритий рот, очі, нахмурені брови, стиснуті губи);
- середній рівень – 5-9 зображень з окремими вираженими ознаками емоції, мімічні прояви є неповними або неточними;
- низький рівень – менше 5 зображень або неправильно зазначена міміка.

Аналіз результатів виконання завдання учнями 3 класу показали, що 5 учнів, що становить 25 % всіх опитуваних виявили високий рівень, 11 учнів (55%) засвідчили середній рівень, а лише 4 третьокласники (20%) мали низький рівень. Аналіз відповідей учнів показав, що складність у розпізнанні емоцій становили такі їх відтінки, як «засмучення», «розчарування», «ніяковість», учні плутали їх з іншими, не могли розрізнити.

З метою визначення рівня сформованості емоційного досвіду за діяльнісним компонентом проводилося спостереження за поведінкою учнів. Для спостереження обрали такі показники: адекватно виражає радість; адекватно реагує на невдачу; конструктивно вирішує конфлікти; використовує стратегії заспокоєння; виявляє емпатію до однокласника; підтримує засмучених друзів; контролює прояви гніву; може заспокоїтися після сильних емоцій; ділиться позитивними емоціями; адекватно реагує на критику. Кожне вміння оцінювали за шкалою: завжди (4 бали); часто (3 бали) інколи (2 бали); рідко (1 бал); ніколи (0 балів). На основі набраних балів визначали рівні:

- високий рівень – 30-40 балів;
- середній рівень – 16-29 балів;
- низький рівень – 10-15 балів.

Для систематичної фіксації результатів емоційної поведінки учнів у різних ситуаціях була створена карта спостереження, де вчитель робив помітки, що забезпечувало об'єктивність оцінювання діяльнісного компонента емоційного досвіду. Аналіз результатів спостереження показав такі результати сформованості емоційного досвіду: 3 учня (15%) продемонстрували високий рівень сформованості, 8 третьокласників (40%) мали середній рівень, 9 школярів (45%) засвідчили низький рівень. Такі результати пояснюються віковою незрілістю регуляції, адже дітей молодшого шкільного віку вольова та емоційна саморегуляція є ще недостатньо сформованою. Діти часто діють під впливом безпосередніх імпульсів, не завжди можуть адекватно реагувати. На поведінкові навички учнів значною мірою впливають моделі вираження емоцій, що засвоєні в сімейному колі та найближчому оточенні школярів.



Для визначення рівня сформованості емоційного досвіду учнів 3 класу за рефлексивним компонентом проводилася методика незакінченого речення, яка допомагала виявити рівень емоційної рефлексії. Учні пропонувалося закінчити речення:

1. Я відчуваю радість, коли...
2. Мені стає сумно, якщо...
3. Я злюся, коли...
4. Мені страшно, якщо...
5. Я можу заспокоїтися, коли...
6. Коли мій друг засмучений, я...
7. Я знаю, що радію, тому що...
8. Я знаю, що злюся, тому що...
9. Щоб не злитися, я...
10. Коли мені сумно, я...

Критеріями оцінювання завдання були правильність і усвідомленість відповідей:

- високий рівень – детальна, усвідомлена відповідь з поясненням причин та наслідків;
- середній рівень – загальна відповідь з частковим усвідомленням;
- низький рівень – формальна, поверхнева відповідь, яка не розкриває причин.

Результати виконання завдання учнями 3 класу показали, що 3 учнів, що становить 15 % всіх респондентів виявили високий рівень, 6 учнів (30%) засвідчили середній рівень, лише 11 третьокласники (55%) мали низький рівень. Учні, які виявили низький рівень не могли здійснити аналіз причини емоцій, у відповідях вони зазначали «Мені стає сумно, якщо просто сумно», «Мені страшно, якщо страшно», «Я знаю, що радію, тому що радісний», «Я знаю, що злюся, тому що я злий». Натомість учні, які володіють високим рівнем відмічали причини виникнення емоцій («Я відчуваю радість, коли я розв'язав важку задачу, бо тоді я розумію, що можу це зробити і отримати гарний коментар від вчительки», «Я злюся, коли хтось перебиває мене, бо я відчуваю, що мене нечують, і це робить мене агресивним», «Мені страшно, коли починається повітряна тривога і летять ракети», «Я знаю, що злюся, тому що мої руки скручуються в кулаки, починаю кричати і можу навіть битися»). Також школярі могли навести способи керування емоціями («Щоб не злитися, я відходжу в бік, роблю кілька вдихів або думаю про те, як я прийду і пограю в планшет», «Я можу заспокоїтися, коли я відчуваю страх, глибоко дихаю та рахую до десяти – це допомагає мені почуватись добре»). Це свідчить про вміння аналізувати власний емоційний стан і початковий вміння управління емоціями.

Аналіз та узагальнення отриманих емпіричних даних сформованості емоційного досвіду учнів виявили, що у третьокласників краще сформований когнітивний компонент (50% середній, 35% високий і 15% низький рівень) та мотиваційний компонент (55% середній, 25% високий і 20% низький рівень). Водночас, нижчі показники зафіксовані у поведінковому (40% середній, 15% високий і 45% низький рівень) та рефлексивному компонентах (30% середній, 15% високий і 55% низький рівень), що проявляється у труднощах з усвідомленням причинно-наслідкових зв'язків власних емоцій та недостатньою ефективністю навичок емоційної саморегуляції в реальних ситуаціях, що викликають сильні емоційні реакції. Узагальнені результати збагачення емоційного досвіду учнів 3 класу схематично представлені в діаграмі (рис.3).

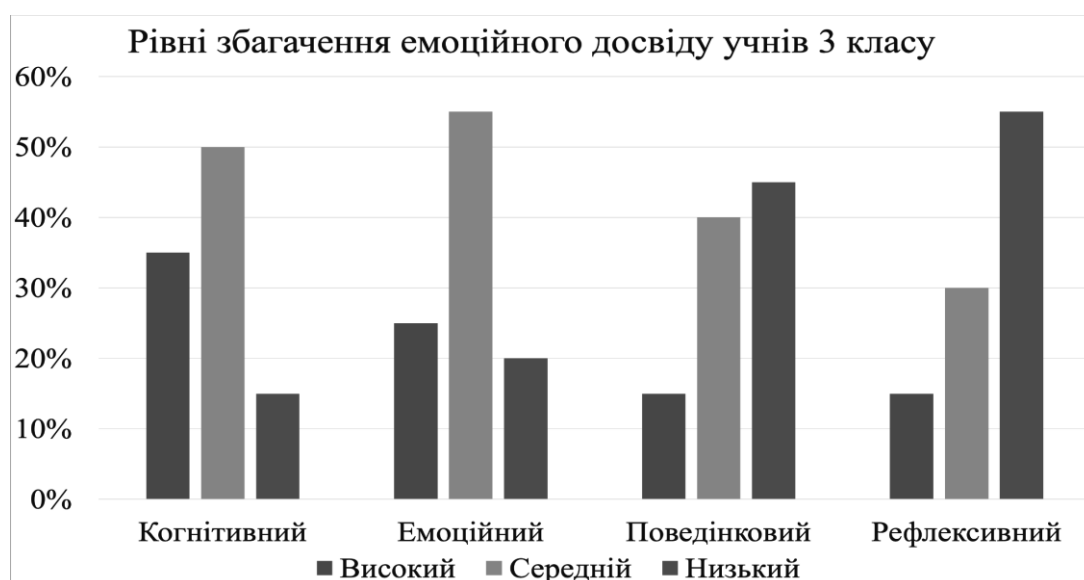


Рис. 3. Діаграма результатів сформованості емоційного досвіду учнів 3 класу

Аналіз результатів емпіричного дослідження стану емоційного досвіду молодших школярів виявив, що учні краще вміють розпізнавати та називати основні, яскраво виражені емоції (радість, сум, страх, гнів, огида, подив, щастя, агресія, розгубленість), орієнтуючись переважно на міміку обличчя. Важче школярі розпізнають відтінки емоцій між радістю і захопленням, сумом і розчаруванням, також викликали труднощі розпізнавання таких емоцій, як огида, спокій, засмучення, ніяковість. Третьюокласники розуміють причини виникнення емоцій, хоча роблять це за допомогою педагога. Недостатньо сформованими виявилися вміння, що характеризують діяльнісний і рефлексивний компоненти емоційного досвіду – вміння адекватно виражати емоції, реагувати в емоційно-складних



ситуаціях (у відповідь на незначні образи, дрібні невдачі), вміння керування емоціями, навички саморегуляції (не завжди знають як заспокоїтися, коли злилися, засмучувалися, були ображені), вміння проявляти емпатію проявляється ситуативно (не завжди знають як підтримати однокласника). Складність викликало розуміння зв'язку між емоціями і поведінкою, прогнозування впливу емоційної реакції на соціальну взаємодію, аналіз причин виникнення емоцій. Вважаємо, що соціальна та здоров'язбережувальна освітня галузь має значний потенціал для збагачення емоційного досвіду здобувачів початкової освіти, оскільки в змісті вивчення передбачені теми, які формують знання про емоції, емоційну поведінку, вчать регулювати емоційний стан. З цією метою д час вивчення освітньої галузі важливо:

- пропонувати для ознайомлення, розпізнавання емоцій яскравий, привабливий матеріал, наочність, візуалізацію, що викликає емоційні реакції;
- надавати перевагу практичним вправам, іграм, ситуативним завданням, інсценізаціям, які допоможуть набути необхідні вміння та навички вираження, розпізнавання, керування власними емоціями, реагування на емоційний стан інших у взаємодії;
- створити психологічно комфортну атмосферу, де панує повага, доброзичливість, толерантність, підтримка, яка спонукає до вияву емоцій.

Висновки. Емоційний досвід молодших школярів як сукупність емоцій, вражень, переживань, почуттів, що набуває дитина в процесі пізнання світу, себе, взаємодії з оточуючими ще тільки формується. Аналіз емпіричних досліджень емоційного досвіду учнів 3 класу засвідчив, що найбільш вираженим виявився когнітивний компонент – здатність до розпізнавання емоцій за вербальними та невербальними ознаками. Найменш розвиненим у третьокласників є рефлексивний компонент емоційного досвіду – здатність аналізувати власні емоції, причини їх виникнення, вплив на поведінку. Встановлено, що лише 10% учнів молодшого шкільного віку мають високий рівень сформованості емоційного досвіду. У 45% досліджуваних виявлено середній і низький рівень сформованості емоційного досвіду. Значні можливості для збагачення емоційного досвіду має вивчення соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі, яка ознайомлює з широким спектром емоцій, за допомогою практичних вправ, ситуативних, ігрових завдань, сприяє набуттю вмінь виражати, розпізнавати, керувати емоціями, виявляти їх у взаємодії з однокласниками. Перспективи подальших наукових розвідок вбачаємо в розробці емоційно-орієнтованих завдань для збагачення емоційного досвіду молодших школярів у ході вивчення соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.

Література:

1. Журавльова М. О. Емоційний інтелект як проблема психологічних досліджень. *Наука і освіта*. 2009. № 1/2. С. 57–61.
2. Лисенко Л.М. Роль емоційного досвіду в організації мотиваційно-цілових систем навчальної діяльності учнів старших класів. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки*. 2020. Випуск 4. С. 57–62.
3. Бреус Ю.В. Феномен емоційного досвіду у структурі емоційного інтелекту. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія. Психологічні науки*. 2014. № (1). С. 127–134.
4. Шпак М. М. Вікові особливості розвитку емоційного інтелекту молодших школярів. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. 2018. VI (68). Issue 164. С. 71–74.
5. Котик Тетяна. Нова українська школа: теорія і практика формування емоційного інтелекту в учнів початкової школи: навчально-методичний посібник для вчителів початкової школи. Тернопіль: Астон, 2020. 192 с.
6. Лисенкова І.П. Детермінанти емоційного розвитку дітей з когнітивними порушеннями : дис. канд. психол. наук: 19.00.08. Київ, 2019. 420 с.

References

1. Zhuravlova M. O. (2009). Emotsiynyi intelekt yak problema psykholohichnykh doslidzhen [Emotional intelligence as a problem of psychological research]. *Nauka i osvita – Science and education*, 1/2, 57–61 [in Ukrainian].
2. Lysenko L.M. (2020). Rol emotsiinoho dosvidu v orhanizatsii motyvatsiino-tsilovykh system navchalnoi diialnosti uchniv starshykh klasiv [The role of emotional experience in the organization of motivational and goal-directed systems of educational activity of senior school students]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriiia Psykholohichni nauky –Scientific Bulletin of Kherson State University. Psychological Sciences Series*, 4, 57–62 [in Ukrainian].
3. Breus Yu.V. (2014). Fenomen emotsiinoho dosvidu u strukturi emotsiinoho intelektu [The Phenomenon of Emotional Experience in the Structure of Emotional Intelligence.]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriiia. Psykholohichni nauky – Scientific Bulletin of Kherson State University. Series. Psychological Sciences*, 1, 127–134 [in Ukrainian].
4. Shpak M. M. (2018). Vikovi osoblyvosti rozvytku emotsiinoho intelektu molodshykh shkoliariv [Age-related features of the development of emotional intelligence in younger schoolchildren]. *Nauka ta osvita: novyi vymir. Pedahohika ta psykholohiia – Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, VI (68), 164, 71–74. [in Ukrainian].
5. Kotyk Tetiana (2020). *Nova ukrainska shkola: teoriia i praktyka formuvannia emotsiinoho intelektu v uchniv pochatkovoї shkoly [New Ukrainian School: Theory and Practice of Developing Emotional Intelligence in Elementary School Students]*. Ternopil: Aston [in Ukrainian].
6. Lysenkova I.P. (2019). Determinanty emotsiinoho rozvytku ditei z kohnityvnymy porushenniamy [Determinants of emotional development of children with cognitive impairments]. *Candidate's thesis*. Kyiv [in Ukrainian].