

ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ЧУВСТВЕННОЙ СФЕРЫ ПОДРОСТКОВ

Судакова М. В.

к.п.н., доцент кафедры педагогики и психологии

Социально-педагогического института

ФГБОУ ВО Мичуринский ГАУ, г. Мичуринск, Россия

Стрыгина (Баженова) А. А.

обучающаяся магистратуры Социально-педагогического института

ФГБОУ ВО Мичуринский ГАУ, г. Мичуринск, Россия

Аннотация: Эмоциональное состояние, как и сами эмоции, являются важными для каждого, так как это способ приобретения жизненного опыта. В построении контактов с окружающими людьми значимую роль играют чувства. Находиться в комфортной обстановке человеку всегда проще, а не в условиях, вызывающих у него негативные чувства. В статье предприняты попытки научного анализа и критического осмысления процесса педагогического сопровождения развития эмоционально-чувственной сферы современных подростков.

Ключевые слова: педагогическое сопровождение, эмоционально-чувственная сфера, подростки.

Опыт наполнен многообразным содержанием: страхом, гневом, стремлением преодолевать трудности и достигать поставленных целей, адаптироваться к ситуациям, адаптироваться в социальном мире. Поэтому главной регулирующей системой, обеспечивающей активное движение индивида и приспособления оного к условиям, является собственная эмоциональная сфера, которая первой «реагирует на сложившуюся ситуацию или на воздействия любого происхождения» [1, с. 245].

Особенности эмоций, а именно их сила, длительность, устойчивость изменяются на протяжении всего времени развития ребёнка. Все изменения связаны с усложнением отношений ребенка с окружающим миром, с изменением общего характера деятельности ребенка и его мотивов.

Процесс воспитания у подростков эмоций, эмоциональной культуры тесно связано с проблемой формирования эмоциональной отзывчивости у детей подросткового возраста.

В психологическом словаре определение эмоциональная отзывчивость трактуется следующим образом, «способность человека к сопереживанию и сочувствию другим людям, к пониманию внутренних состояний» [3, с.98]. Отзывчивость понимается как «эмоциональная реакция ребенка на состояние другого человека, как основную форму проявлений действенного эмоционального отношения к другим людям, включающую сопереживание и сочувствие» [3, с. 98].

Эмоциональная отзывчивость - это осознание своих переживаний, и умение семантически оформить их. У ребёнка отзывчивость эта проявляется в многочисленных рисунках, в которых пытается проецировать своё состояние. У зрелой личности - в словах, обозначающих эмоции, чувства, состояние, динамику и направленность переживаний. Таким образом, эмоциональная отзывчивость - это способность индивида к рефлексии своего внутреннего состояния, эмоций, переживаний, возникающих как в процессе естественных психофизиологических изменений организма человека, так и в процессе воздействий внешних акций. Учитывая тот факт, что подростки весьма

сенситивны к невербальным раздражителям, воздействиям и взаимодействиям, можно с уверенностью прогнозировать успешность и позитивность развития основ их сенсорной культуры, но при условии продуманной организации личностно-ориентированного психолога-педагогического сопровождения.

Эмоциями (душевыми волнениями, аффектами) называют такие состояния, как любовь, страх, тоска, гнев, радость, надежду, грусть, гордость, отвращение и т.п. С давних времен психология перечисляла бесконечное множество подобных переживаний. Психологическая эмоциональная сторона выражается не только в переживании самой эмоции. Любовь, гнев и т.д. оказывают действие на умственные процессы: мысли, представления, направление внимания, а также на волю, поступки и действия, на все поведение. Течения эмоции, по длительности, могут быть краткосрочными (испуг, гнев) и длительными. Настроениями называют длительные эмоции [4, с. 22].

Для любого человека главной функцией является то, что с помощью эмоций мы понимаем лучше друг друга, для этого можем не использовать речь, увидеть настроение друг друга и лучше настроиться на общение и взаимодействие друг с другом.

На основе выше сказанного можно сделать вывод, что чувства и эмоции изменчивы и не постоянны, что подтверждает отсутствие исчерпывающих классификаций.

Настроение придает определенный тонус организму, то есть его настрой (отсюда понятие «настроение») на деятельность. Качество и производительность труда человека в приподнятом настроении всегда лучше, чем у того, у кого пессимистическое настроение. Аффекты играют в жизни иную роль. Они способны моментально собрать всю энергию и ресурсы организма для решения внезапно появившейся задачи или преодоления неожиданно возникшего препятствия. В этом состоит основная жизненная роль аффектов. Аффект часто играет и плохую роль, делают поведение и

действия человека непредсказуемыми, даже опасным для окружающих [6, с. 7].

Богатство и разнообразие человеческих чувств - хороший индикатор уровня психологического развития. Настроение в отличие от страсти и стресса, аффектов и чувств играют в жизнедеятельности человека в основном отрицательную роль.

Во-первых, эмоции, показывают в своем качестве характер протекания различных жизненных процессов. Во многих случаях, когда жизнь человека частично приостанавливается, или полностью утрачивается, мы, наблюдать, что пропали ее внешние, эмоциональные проявления. Если участку кожи на не большое количество времени ограничить доступ крови, то он потеряет чувствительность; человек с физическими заболеваниями становится безразличным к тому, что происходит вокруг него, т.е. бесчувственным. У него теряется способность эмоционально откликаться на окружающий его мир так, как при обычном течении. В мозге человека и у всех животных, есть структуры взаимосвязанные с эмоциональной жизнью. Самая богатая эмоциональная жизнь - это жизнь человека, несмотря на то, что эмоциями обладают все живые существа.

Во-вторых, они управляют, в зависимости от необходимости, этими процессами, активизируя или тормозя их. Под жизненными процессами понимается то, что связано с удовлетворением человеческих потребностей. Подтверждение тесной связи эмоций с жизненными процессами указывает на природное происхождение, даже самых простейших эмоций. Кроме простейших эмоций, свойственных всем высшим живым существам: приятное и полезное, страх, ярость и т.п., у человека есть еще более сложные эмоции, связанные с тем, что он приобретает в жизнь. У человека есть настроения, аффекты, страсти и стрессы. Может быть полезным, даже умеренный стресс, например, перед ответственными соревнованиями у спортсменов, у артистов перед выходом на сцену, перед сдачей экзамена у обучающихся вуза [2, с. 112].

Таким образом, эмоции играют важную роль в жизни человека и напрямую связаны с его душевным состоянием, здоровьем, умственными процессами и поведением. Эмоции оказывают различное воздействие на человека, как положительное, так и отрицательное. При их отрицательном воздействии человек совершает поступки, на которые не способен. Научившись контролировать свои эмоции, человек может избежать множества болезней и проблем.

Список литературы

1. Аверченко, Л.К. Эмоциональный интеллект как управленческая компетенция // Философия образования. – 2016. - № 6. - С. 244-250.
2. Айзенк, Г.Ю. Интеллект: новый взгляд / Г.Ю. Айзенк // Вопросы психологии.-2015. - № 1.- С. 111-131.
3. Загвоздкин, В.К. Эмоциональный интеллект и его развитие в условиях семейного воспитания // Культурно-историческая психология. - №2 - 2018 - С. 97-103.
4. Кравцова, А.К. Тип управленческого взаимодействия лидеров и эмоциональный интеллект // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). - 2015. - № 6. - С. 22.
5. Люсин, Д.В., Марютина, О.О., Степанова, А.С. Структура эмоционального интеллекта и связь его компонентов с индивидуальными особенностями: эмпирический анализ // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова - М.: Институт психологии РАН - 2014 - С. 129-140.
6. Панкратова, А.А. Эмоциональный интеллект: примеры программы формирования // Психологические исследования: электронный научный журнал. - 2014. - № 1(9). - С. 7.

**PEDAGOGICAL SUPPORT OF DEVELOPMENT OF
EMOTIONALLY-SENSUOUS SPHERE OF ADOLESCENTS**

Sudakova M. V.

Ph. D., associate Professor of pedagogy and psychology

Social and pedagogical Institute

Doctor of Michurinsk State Agrarian University,

Michurinsk, Russia

Strygina (Bazhenov) A. A.

graduate student of the Socio-pedagogical Institute

Doctor of Michurinsk State Agrarian University,

Michurinsk, Russia

Abstract: the Emotional state, as well as the emotions themselves, are important for everyone, as it is a way of acquiring life experience. Feelings play a significant role in building contacts with other people. To be in the comfort of the person is always easier but not in the conditions that trigger his negative feelings. The article attempts scientific analysis and critical understanding of the process of pedagogical support of the development of emotional and sensual sphere of modern adolescents.

Key words: pedagogical support, emotional and sensual sphere, teenagers.