

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В. П. Астафьева»  
(КГПУ им. В. П. Астафьева)

Факультет начальных классов  
Кафедра педагогики и психологии начального образования

**Голубева Вероника Юрьевна**

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У  
ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование  
Направленность (профиль) образовательной программы Начальное образование

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой кандидат психологических наук,  
доцент по кафедре психологии Мосина Н.А.



\_\_\_\_\_ (дата, подпись)

Руководитель кандидат психологических наук, доцент  
по кафедре педагогики и психологии начального  
образования Сафонова М.В.



\_\_\_\_\_ (дата, подпись)

Дата защиты \_\_\_\_\_

Обучающийся Голубева В.Ю.



\_\_\_\_\_ (дата, подпись)

Оценка \_\_\_\_\_  
(прописью)

Красноярск, 2020

## Содержание

Введение.....	3
Глава 1. Теоретические аспекты изучения эмоционального интеллекта у младших школьников .....	5
1.1. Основные подходы понимания эмоционального интеллекта в психологической науке.....	5
1.2. Особенности развития эмоционального интеллекта детей младшего школьного возраста .....	15
1.3. Способы развития эмоционального интеллекта младших школьников...	25
Выводы по Главе I .....	32
ГЛАВА II. Эмпирическое исследование развитие эмоционального интеллекта у младших школьников.....	34
2.1. Методическая организация исследования.....	34
2.2. Анализ результатов исследования.....	39
2.3. Программа классных часов по развитию эмоционального интеллекта у младших школьников .....	47
Выводы по Главе II.....	53
Заключение .....	55
Список используемых источников.....	58
Приложение.....	64

## Введение

Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования определяет значение развития этических чувств, доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей [1]. Умение анализировать собственные эмоциональные переживания, понимать эмоции окружающих, использовать полученную информацию является качествами сформированного эмоционального интеллекта. Для успешной реализации личности в различных сферах жизнедеятельности необходимо с детских лет развивать социальный и эмоциональный интеллект, так как именно это, по мнению ряда исследователей, обеспечивает наиболее успешное вхождение ребенка в социальную среду. Играя, занимаясь, обучаясь, общаясь со взрослыми и сверстниками, дети учатся жить рядом с другими, учитывать их интересы, правила, нормы поведения в обществе, т.е. становятся социально компетентными.

Исследователи И.Н. Андреева, Р. Бар-Он, Д. Гоулман, Д.В. Люсин, Дж. Мейер, А.И. Савенков, П. Сэловей, О.В. Хухлаева и др. полагают, что высокий уровень эмоционального интеллекта может способствовать физическому, психическому, нравственному, социальному благополучию человека, предоставляет возможность успешно взаимодействовать с окружающими, решать поставленные задачи, выстраивая позитивные взаимоотношения, принимать взвешенные и осознанные решения. Согласно исследованиям И.Н. Андреевой, Т.О. Бабаевой, М.И. Грязновой, Л.М. Новиковой для формирования эмоционального интеллекта более благоприятным периодом является младший школьный возраст, т.к. естественная потребность в эмоциональном восприятии окружающего мира в это время дополняется у ребенка активным интеллектуальным развитием.

**Цель** – на основе изучения особенностей развития эмоционального интеллекта разработать программу по развитию у младших школьников

эмоционального интеллекта в процессе участия в играх.

**Объект исследования** - эмоциональный интеллект.

**Предмет исследования** – особенности развития эмоционального интеллекта младших школьников.

**Гипотеза исследования** заключается в предположении о том, что эмоциональный интеллект в младшем школьном возрасте:

- 1) характеризуется сформированностью понимания своих эмоций и эмоций других людей;
- 2) проявляется в осознанном сопереживании текущему эмоциональному состоянию другого человека;
- 3) может быть развит с помощью игры.

В соответствии с целью и гипотезой исследования были поставлены следующие **задачи**:

1. Проанализировать психолого-педагогическую литературу по проблеме исследования.
2. Подобрать диагностический комплекс для изучения развития эмоционального интеллекта у младших школьников.
3. Описать актуальный уровень развития эмоционального интеллекта у младших школьников.
4. Составить программу классных часов, направленную на развитие эмоционального интеллекта у младших школьников.

В ходе исследования были использованы следующие **методы**:

1. Анализ психолого-педагогической литературы.
2. Тестирование.
3. Наблюдение.
4. Качественный и количественный анализ.
5. Методы математической обработки данных.

Исследование проводилось на базе МАОУ Лицей №11 г. Красноярск. В исследовании приняли участие 26 обучающихся 2 «Е» класса. Мальчиков – 13, девочек – 13 в возрасте 8-9 лет.

# **Глава 1. Теоретические аспекты изучения эмоционального интеллекта у младших школьников**

## **1.1. Основные подходы понимания эмоционального интеллекта в психологической науке**

Первая теория эмоционального интеллекта (ЭИ) в психологии, как считают многие представители психологии, является теорией Дж. Мейера, П. Сэловея, Д. Карузо, возникнувшая в 1990 г. Согласно авторам: эмоциональный интеллект – это группа ментальных способностей, которые способствуют осознанию и пониманию собственных эмоций и эмоций окружающих. Уточнение ментальных способностей, которые составляют эмоциональный интеллект, было сделано в улучшенной модели 1997 г. В ней были выделены следующие ментальные способности:

1) способность безошибочно воспринимать, оценивать и высказывать эмоции;

2) способность иметь доступ и вызывать чувства, чтобы увеличить эффективность мышления;

3) способность к пониманию эмоций, эмоциональному познанию;

4) способность к осознанной регуляции эмоций, управлению эмоциями, повышению уровня эмоционального и интеллектуального развития [48]. Таким образом, эмоциональный интеллект рассматривается, как способность определять чувства, как свои, так и другого, учитывать их в процессе осуществления активности, познавать их в процессе социального взаимодействия [32]. В эмоциональный интеллект вошли способности трех блоков: идентификация и представление эмоций (своих и других людей), регуляция эмоций (своих и других людей), применение эмоций в мышлении и деятельности (гибкое планирование, творческое мышление, перевод внимания, мотивация).

Введению термина «эмоциональный интеллект» в естественнонаучный уклад предшествовало постепенное изменение точки зрения для соответствия эмоциональных и познавательных процессов. Это можно проследить, рассматривая работы Ч. Дарвина. В 1872 году Ч. Дарвин выпустил первую книгу о роли внешнего проявления эмоций для выживания и адаптации «Выражение эмоций у человека и животных», которая стала переломным моментом в осмыслении связи биологических и эмоциональных явлений, в частности, организма и эмоций. В ней было доказано, что эволюционный принцип используемый не только к биофизическому, но и психолого-поведенческому развитию живого, что между поведением животного и человека непроходимой пропасти не существует. Ч. Дарвин показал, что во внешнем выражении разных эмоциональных состояний, в экспрессивно-телесных движениях много общего у антропоидов и слепорожденных детей. Эти наблюдения легли в базу концепций эмоций, которая получила название эволюционной. Согласно этой концепции, эмоции возникли в ходе эволюции живых существ как жизненно важные механизмы, способствующие адаптации организма к условиям и ситуациям его жизни. Некоторые телесные изменения, сопровождающие различные эмоциональные состояния, связанные с определенными эмоциями движения, по Ч. Дарвину, есть не что иное, как рудименты реальных приспособительных реакций организма. И действительно, общность эмоциональных выражений человека и, во всяком случае, высших животных, стоящих преимущественно близко к человеку, настолько очевидна, что не поддается никакому оспариванию [17].

В российской психологии считается, что эмоциональные процессы включают в себя два аспекта:

1. Аспект отражения, т.е. эмоции (чувства) считаются специфической формой отражения значения объектов для субъектов.
2. Аспект отношения, т.е. эмоции (чувства) считаются формой активного отношения человека к миру.

С.Л. Рубинштейн считал, что эмоции являются субъективной формой существования потребностей (мотивов). Это значит, что мотивы имеют все шансы раскрываться, представляться человеку в виде переживаний, которые подают знак о значимости объекта и побуждают его к активной деятельности. Эмоции могут возникать под влиянием внешних воздействий или процессов, которые происходят в самом организме [44]. Эмоции – это особый класс психических процессов и состояний, связанных с потребностями и мотивами человека и отблеск в форме непосредственных субъективных переживаний, значимо действующих на человека объектов и явлений. Эмоции возникли в процессе эволюции как средство, позволившее живым организмам определять биологическую значимость состояния самого организма и внешних воздействий. Эмоции по своему происхождению представляют собой форму видového опыта, т.е. человек может совершать необходимые действия, как избегание опасности, продолжение рода, целесообразность которых может оставаться для него скрытой. К классу так называемых «чистых» эмоций относятся настроения, чувства, аффекты, страсти, стрессы. Они включены во все психические процессы и состояния человека. Любые проявления активности сопровождаются эмоциональными переживаниями. Главная функция эмоций состоит в том, что люди лучше понимают друг друга, могут, не пользуясь речью, судить о состояниях друг друга и лучше настроиться на совместную деятельность и общение. Позитивные эмоции оповещают об улучшении состояния, достижении или приближении цели, правильном движении по пути самореализации. Отрицательные эмоции говорят об угрозе, ухудшении состояния и отклонении от пути самореализации. В следствие этого важно осознавать свои эмоции, обрабатывать их, осознанно регулировать свою деятельность при возникновении негативных эмоций или для возникновения позитивных. От определения и выражения эмоции зависят многие качества системы: харизматичность, авторитетность, убедительность, открытость и пр. Понятие интеллект определяется достаточно разнородно, но в общем виде имеются в

виду индивидуальные особенности, относимые к сфере познавательной, прежде всего – к мышлению, памяти, восприятию, вниманию и пр. Подразумевается определенный уровень развития мыслительной деятельности личности, обеспечивающий возможность приобретать все новые знания и эффективно использовать их в ходе жизнедеятельности, способность к осуществлению процесса познания и к эффективному решению проблем, в частности – при овладении новым кругом жизненных задач.

Обобщенное определение может иметь такой вид: интеллект – это система психических процессов, позволяющих человеку применить собственные способности для оценки ситуации, принятия рациональных решений и организации соответствующего поведения в изменяющейся среде. Интеллект можно рассматривать как способность к мышлению, интеллект не связывается с понятиями нравственности, эмпатийностью, человеколюбием, профессией и даже с элитным образованием [36].

Другой предпосылкой повышенного внимания к эмоциональному интеллекту стала гуманистическая психология. После введения А. Маслоу в 50-х годах понятия самоактуализации как непрерывного и всестороннего развития духовного и творческого потенциала человека, адекватного восприятие себя и окружающих, мира и своего места в нем, высокий уровень психического здоровья и моральности, максимальную реализацию всех своих возможностей были начаты серьезные интегральные исследования личности, объединяющие когнитивные и аффективные стороны человеческой природы. Понятие социального интеллекта как раз и явилось звеном, связывающим воедино аффективную и когнитивную стороны человеческой личности [35].

Одним из ученых, занимающихся исследованием феномена эмоционального интеллекта, является доктор Рувен Бар-Он. Именно благодаря ему в 80-е годы XX столетия было введено понятие коэффициента эмоционального развития EQ и разработана модель, состоящая из 15 компетенций (способностей, навыков), которые можно сгруппировать в пять

общих по тематике сфер. Автор определяет ЭИ как «все не когнитивные способности, знания и компетентность, которые дают человеку возможность успешно справляться с различными жизненными ситуациями» [37, с. 88].

В структуру эмоционального интеллекта были включены следующие компоненты.

Таблица 1. – Структура эмоционального интеллекта по компонентам

Название сферы	Компоненты сферы
Внутриличностная сфера	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Эмоциональный самоанализ – способность понимать свои чувства и причины своих поступков, а также влияние, которое они оказывают на окружающих.</li> <li>• Ассертивность – способность человека не зависеть от внешних влияний и оценок, самостоятельно регулировать собственное поведение и отвечать за него.</li> <li>• Независимость – способность самостоятельно принимать решения и быть эмоционально независимым от других. Это умение ставить перед собой цели, находить пути их достижения, самостоятельно мотивировать и направлять себя.</li> <li>• Самооценка, самоуважение – оценка человеком самого себя, своих качеств, возможностей и позиции среди других людей. Самоуважение позволяет человеку чувствовать себя уверенным в любых ситуациях, т.к. есть позволение делать ошибки и быть самим собой. Это то, что называется адекватной самооценкой.</li> <li>• Самоактуализация – это способность ставить перед собой личные цели и реализовывать свой потенциал. Обладая высоким уровнем самоактуализации, человек любит свою работу и по-настоящему отдается своему делу, чем бы он ни занимался.</li> </ul>
Сфера межличностных отношений	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Эмпатия – эмоциональная отзывчивость на переживания другого человека, умение ощущать конкретную ситуацию на себе. Это необходимо для развития компетентности в общении, повышения продуктивности деятельности и для создания более глубоких и личных отношений.</li> <li>• Социальная ответственность – добровольные действия,</li> </ul>

	<p>предпринимаемые во благо общества и социальных потребностей людей.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Межличностные отношения – взаимосвязи и отношения между людьми в форме чувств, суждений и обращений друг к другу, содержащие положительные или отрицательные переживания.</li> </ul>
Сфера адаптивности	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Умение решать проблемы – способность выявлять и разрешать проблемы личного и межличностного характера в семье и на работе. На сегодняшний день в деловом мире высоко ценится способность сотрудников не сообщать о проблеме, а выносить на обсуждение уже ряд готовых решений.</li> <li>• Оценка действительности – умение составлять максимально объективное мнение о текущей ситуации, т.е. способность видеть вещи такими, какими они есть на самом деле, а не такими, какими вы хотели бы их видеть или какими вы их представляете.</li> <li>• Гибкость – способность легко идти на контакт, адаптивность и пластичность мышления и поведения, умение налаживать контакты с абсолютно разными членами общества.</li> </ul>
Сфера управления стрессом	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Толерантность к стрессу – является свойством личности, характеризующимся взаимодействием эмоциональных, волевых, интеллектуальных и мотивационных компонентов психической деятельности и обеспечивающим достижение цели деятельности в сложной эмоциональной обстановке.</li> <li>• Контроль импульсивности – способность опознавать свои негативные импульсы, быть сдержанным и уметь контролировать, враждебность и безответственное поведение искушение или порыв к действию, отдавая себе отчет в возможных последствиях и эффектах.</li> </ul>
Сфера общего настроения	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Удовлетворенность жизнью – способность быть в гармонии с самим собой, другими людьми и жизнью в целом. Счастливым людям сопутствует успех, как на работе, так и вне ее, поскольку они приятны в общении и обладают адекватной оценкой реальности, которая необходима для преодоления всевозможных препятствий.</li> <li>• Оптимизм – способность сохранять позитивный настрой и видеть светлые стороны жизни. Оптимисты опираются на знание и понимание своих умений, умение активно решать проблемы и способность вспоминать свой прошлый успешный опыт.</li> </ul>

Подход Бар-Она особенно интересен тем, что не ограничивает эмоциональный интеллект набором способностей или компетенций, а делает свойством личности, фактически эффективной стратегией в использовании своих индивидуальных особенностей с целью наиболее эффективного построения отношений с собой и окружающими людьми [38].

Этот подход расширяет в своих работах российский психолог Д.В. Люсин. Автор определяет эмоциональный интеллект как совокупность способностей для понимания своих и чужих эмоций и управления ими [31].

Способность к пониманию эмоций означает, что человек:

- может установить факт наличия эмоционального переживания у себя или у другого человека, т.е. распознать эмоцию;

- может идентифицировать эмоцию, т.е. установить, какую именно эмоцию испытывает он сам или другой человек, и найти для нее словесное выражение;

- понимает причины, вызвавшие данную эмоцию, и следствия, к которым она приведет.

Способность к управлению эмоциями означает, что человек:

- может контролировать интенсивность эмоций, прежде всего приглушать чрезмерно сильные эмоции;

- может контролировать внешнее выражение эмоций;

- может при необходимости произвольно вызвать ту или иную эмоцию.

И способность к пониманию, и способность к управлению эмоциями могут быть направлены как на собственные эмоции, так и на эмоции других людей. Таким образом, можно говорить о внутриличностном и межличностном эмоциональном интеллекте. Эти оба варианта предполагают актуализацию разных когнитивных процессов и навыков и должны быть связаны друг с другом.

В структуру эмоционального интеллекта Д.В. Люсин включил три элемента:

- когнитивные способности (скорость и точность переработки

эмоциональной информации);

- представления об эмоциях (как о ценностях, как о важном источнике информации);

- особенности эмоциональности (эмоциональная устойчивость, эмоциональная чувствительность и др.) [18].

Основная модель ЭИ как способности была предложена Дж. Мэйером и П. Сэловеем. В рамках этой модели ЭИ определяется как набор иерархически организованных способностей, связанных с переработкой информации, которые объединяются в четыре «ветви»: 1) восприятие эмоций; 2) повышение эффективности мышления с помощью эмоций; 3) понимание эмоций; 4) управление эмоциями [42].

Эмоциональный интеллект выполняет следующие функции:

1. Сигнальная функция эмоций. Эмоции также сигнализируют о значимости происходящего для человека: более значимое вызывает более сильные эмоции. Особенность эмоций состоит в том, что они отражают отношения между мотивами (потребностями) и успехом или возможностью успешной реализации отвечающей им деятельности субъекта. По Леонтьеву, эмоции поставляют нам информацию «зачем и ради чего мы это делаем?» (отношение результата и мотива).

2. Организующая/дезорганизующая функция: способность эмоций не соблюдать целенаправленную деятельность (Э. Клапаред). Сама по себе эмоция дезорганизующей функции не несёт, всё зависит от условий, в которых она проявляется. Это означает, что нарушение деятельности является не прямым, а побочным проявлением эмоций.

3. Регулирующая (подкрепляющая). Речь идет о воздействии эмоций на накопление и актуализацию персонального навыка. Она указывает на способность эмоций оставлять отпечатки в опыте индивида, закрепляя в нем те воздействия, которые их возбудили. Важные события вызывают сильную эмоциональную реакцию, быстрее и надолго запечатлеваются в памяти. Подкрепляет промежуточную деятельность и итог. Данную функцию у

эмоций выделял П.В. Симонов.

4. Активации (мобилизующая/демобилюющая). Эмоциональные состояния вызывают либо мобилизацию органов действия, энергетических ресурсов и защитных процессов организма, либо, в благоприятных ситуациях, его демобилизацию, настройку на внутренние процессы и накопление энергии (Кэннон, 1927). Очевидно, что функции активации и мобилизации-демобилизации тесно связаны и последнюю можно рассматривать как одно из результативных проявлений первой.

5. Функция становления и организации субъективного образа. Большой теоретический интерес представляет функция эмоций, детально намеченная в работах В. Вундта и выявляющая роль эмоциональных переживаний в становлении и организации субъективного образа. Согласно Вундту, эмоциональный тон ощущений (или более сложных «единиц» отражения), воспринимаемых в одно и тоже время или непосредственно друг за другом, сливается по определенным законам во все более и более общие равнодействующие переживания, соответственно организуя в восприятии и сами эти «единицы» (ощущения, представления и т. п.). [21]

Рассмотрев функции ЭИ, мы решили проанализировать, что влияет на развития ЭИ и в чем его преимущество.

Так, в своих работах на конкретные необходимые условия развития эмоционального интеллекта указывает О.А. Путилова [22]. Среди них такие условия как:

1) пример взрослого как образец способов эмоционального самовыражения, контроля эмоциональных проявлений, вербализации эмоциональных состояний, разрешения конфликтных эмоциональных ситуаций;

2) анализ ситуаций, возникающих в группе детей (проявление сочувствия, отзывчивости, умение договориться и сотрудничать, умения выслушать, понять другого человека);

3) использование взрослым вербальной коммуникации (беседы об

эмоциях, обсуждения чувств и др.) как способ выработки у детей техник регуляции эмоций и способ реагирования на эмоциональные ситуации различного характера;

Ключевым условием обогащения эмоционального интеллекта детей, по мнению О.А. Путиловой, считается межличностное общение между ребенком и взрослым, между детьми, содержанием которого являются эмоциональные состояния и эмоциональные ситуации.

Наряду с этим, И.Н. Андреева утверждает, что в развитии эмоционального интеллекта существуют как биологические, так и общественные предпосылки. К биологическим предпосылкам эмоционального интеллекта можно отнести уровень эмоционального интеллекта родителей, правополушарный тип мышления, наследственные задатки эмоциональной восприимчивости, свойства темперамента, особенности переработки информации. Социальные предпосылки эмоционального интеллекта складываются, прежде всего, в семейном окружении. Они определяются характером отношений между супругами, их вниманием к внутренней жизни ребенка и такой стратегией воспитания, которая предполагает формирование адекватной самооценки и позитивного образа Я, развитие самоконтроля и способности к взвешенному анализу эмоциональной информации; отсутствие жесткой установки на соответствие поведения ребенка требованиям его тендерной роли [26].

Подводя итог, можно говорить о том, что:

- на сегодняшний день существует две альтернативные модели, на которых основывается измерение уровня эмоционального интеллекта. Смешанные модели включают когнитивные, личностные и мотивационные черты, а модели способностей определяют эмоциональный интеллект как набор способностей, измеряемых с помощью тестов, состоящих из заданий, имеющих правильные и ошибочные ответы;

- наиболее известны несколько моделей эмоционального интеллекта – модель способностей Дж. Мэйера, не когнитивная модель эмоционального

интеллекта Р. Бар-Она, двухкомпонентная модель Д.В. Люсина.

## **1.2. Особенности развития эмоционального интеллекта детей младшего школьного возраста**

Каждый возрастной период характеризуется особым положением ребенка в системе принятых в данном обществе отношений. В соответствии с этим жизнь детей разного возраста наполняется специфическим содержанием: особыми взаимоотношениями с окружающими людьми и особой, ведущей для данного этапа развития деятельностью. Младший школьный возраст этап развития ребёнка, который соответствует периоду обучения в начальной школе. Хронологические границы этого возраста различны в разных странах и в разных исторических условиях. Эти границы могут быть условно определены в интервале от 6-7 до 10-11 лет, их уточнение зависит от официально принятых сроков начального обучения.

Младший школьный возраст – качественно своеобразный этап развития ребёнка. Развитие высших психических функций и личности в целом происходит в рамках ведущей на данном этапе деятельности (учебной – согласно периодизации Д.Б. Эльконина) [20].

Учебная деятельность в начальных классах, первым делом, дает возможность развития психических процессов непосредственного познания окружающего мира – ощущений и восприятий. Младшие школьники отличаются остротой и свежестью восприятия, своего рода созерцательной любознательностью. Характерная черта восприятия учащихся младшего школьного возраста – его низкая степень дифференцированности, где совершают неточности и ошибки в дифференцировке при восприятии сходных объектов. Следующая особенность восприятия учащихся в начале младшего школьного возраста – тесная связь его с действиями школьника. Восприятие на этом уровне психического развития связано с практической деятельностью ребёнка. Воспринять предмет для ребёнка – значит что-то делать с ним, что-то изменить в нём, произвести какие-либо действия, взять,

потрогать его.

Характерная особенность учащихся – ярко выраженная эмоциональность восприятия. В процессе обучения происходит перестройка восприятия, оно поднимается на более высокую ступень развития, принимает характер целенаправленной и управляемой деятельности. В процессе обучения восприятие углубляется, становится более анализирующим, дифференцирующим, принимает характер организованного наблюдения. Значительно лучше в младшем школьном возрасте развито непроизвольное внимание. Всё новое, неожиданное, яркое, интересное само собой привлекает внимание учеников, без всяких усилий с их стороны. Возрастные особенности памяти в младшем школьном возрасте развиваются под влиянием обучения. Усиливается роль и удельный вес словесно-логического, смыслового запоминания и развивается возможность сознательно управлять своей памятью и регулировать её проявления. В связи с возрастным относительным преобладанием деятельности первой сигнальной системы у младших школьников более развита наглядно-образная память, чем словесно-логическая. Они лучше и быстрее запоминают то, что видели сами, прочнее сохраняют в памяти конкретные сведения, события, лица, предметы, факты, чем определения, описания, объяснения. Младшие школьники склонны к механическому запоминанию без осознания смысловых связей внутри запоминаемого материала [39].

Поступление в школу коренным образом меняет характер жизни ребёнка. С первых дней обучения в школе возникает главное противоречие – между постоянно растущими требованиями, которые предъявляются к личности ребёнка, его вниманию, памяти, мышлению, речи, и наличным уровнем развития. В.С. Мухина отмечает, что физиологические трансформации вызывают большие изменения в психической жизни ребенка [36]. В центр психического развития выдвигается формирование произвольности (планирования, выполнения программ действий и осуществление контроля). Происходит совершенствование познавательных

процессов (восприятия, памяти, внимания), формирование высших психических функций (речи, письма, чтения, счета), что позволяет ребенку младшего школьного возраста производить уже более сложные по сравнению с дошкольником мыслительные операции. При благоприятных условиях обучения и достаточном уровне умственного развития на этой основе возникают предпосылки к развитию теоретического мышления и сознания.

Именно в данном возрасте ребенок впервые начинает осознавать отношения между ним и окружающими, разбираться в общественных мотивах поведения, моральных оценках, значимости конфликтных обстановок, т.е. постепенно вступает в сознательную фазу формирования личности. У ребенка появляется ориентация на общественные функции людей, нормы их поведения и смыслы деятельности, что обостряет его потребность в познании объектов внешнего мира, значимых в обществе, и вновь, уже на новом уровне, на первый план выдвигается позиция «Я» в обществе. Новые жизненные ориентации получают выражение в специфических понятиях самосознания, обретающих всеобщий ценностный смысл. К ним обычно относят самоотверженность, бескорыстие, справедливость, верность, мужество и другие понятия, воспринимаемые как начало истинной жизни, в которых фиксируется адекватное отношение к иному человеку, рассматриваемому в своей абстрактной универсальности.

В результате для ребенка особое значение приобретают эмоции окружающих его людей, способность отвечать на них адекватной эмоциональной реакцией [3;4;8;]. Младшие школьники очень эмоциональны. Всё, что дети наблюдают, о чём думают, что делают, вызывает у них эмоционально окрашенное отношение. Дети младшего школьного возраста еще плохо умеют сдерживать свои чувства, контролировать их внешнее проявление, они очень непосредственны и откровенны в выражении радости, удовольствия или неудовольствия, печали, горя, страха. Их эмоциональность выражается в большой эмоциональной неустойчивости, частой смене

настроений, склонности к аффектам, кратковременным и бурным проявлениям радости, горя, гнева, страха. С годами всё больше развивается способность регулировать свои чувства, сдерживать их нежелательные проявления. В младшем школьном возрасте особенно ярко видна социализация эмоциональной сферы.

По мнению Е.П. Ильина, эмоциональная сфера младших школьников характеризуется:

1) легкой отзывчивостью на происходящие действия и окрашенностью восприятия, фантазии, умственной и физической деятельности эмоциями. Переживание злости, озлобления, раздражения может вызвать у младшего школьника агрессивное действие по отношению к обидевшему его товарищу, но в этом отношении младший школьник мало отличается от дошкольника. Каждое явление, в какой-то мере затронувшее его, вызывает резко выраженный эмоциональный отклик, т.е. драки у детей этого возраста возникают только в том случае, когда переживание достигает самого высокого уровня, что сдерживающие моменты правильного поведения теряются.

2) непосредственностью и откровенностью выражения своих переживаний – радости, печали, страха, удовольствия или неудовольствия. Это не значит, что младший школьник уже хорошо владеет своим поведением – подавляет выражение тех или других неодобряемых окружающими чувств. Нет, он достаточно ярко проявляет страх, недовольство, обиду, гнев, хотя и старается их подавить. Свой гнев и раздражение младший школьник проявляет больше в словесной форме – ругается, дразнит, грубит, что не наблюдается у дошкольников.

3) готовностью к аффекту страха; в процессе учебной деятельности страх ребенок переживает как предчувствие неприятностей, неудач, неуверенности в своих силах, невозможность справиться с заданием; школьник ощущает угрозу своему статусу в классе, семье. Несдержанность в проявлении чувств тут же вызывает замечание, подвергается обсуждению и

осуждению со стороны взрослых и сверстников.

4) большой эмоциональной неустойчивостью, частой сменой настроений (на общем фоне жизнерадостности, бодрости, веселости, беззаботности) склонностью к кратковременным и бурным аффектам. Монотонные, скучные уроки быстро снижают познавательный интерес первоклассника, ведут к появлению отрицательного эмоционального отношения к учению.

5) успехи в учебе и оценка этих успехов учителем и одноклассниками, игры и общение со сверстниками являются эмоциональными факторами для младших школьников. Воля младшего школьника отмечается достаточно высоким уровнем произвольности, которая позволяет ему осознавать и выполнять обязательные задания, подчинить им свою активность, управлять познавательными процессами, выполнять сложные инструкции и требования взрослых. У школьников появляется особое волевое действие.

6) свои и чужие эмоции и чувства слабо осознаются и понимаются; мимика других воспринимается часто неверно, так же как и истолкование выражения чувств окружающими, что приводит к неадекватным ответным реакциям младших школьников [27].

Проблема эмоционального интеллекта младшего школьника отражена многообразных аспектах: сущность и составляющие эмоционального интеллекта (Д. Карузо, Дж. Майер, П. Сэловей, Д. Гоулман, Ю. Беатрис, Р. Бар-Он и др.), эмоциональное воображение (А.В. Запорожец), взаимосвязь эмоций и интеллекта (С.Л. Рубинштейн, Л.С. Выготский, У. Джеймс, В.В. Давыдов, А.Н. Леонтьев и др.), роль нравственных переживаний в общей системе развития личности, становлении ее внутренней позиции (Л.И. Божович, В.С. Мухина), разумность чувств (В.С. Мухина). В ряде исследований отдельных составляющих эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте обнаружили такие аспекты, как феномен «воображаемого партнера» в детском возрасте (О.Б. Чеснокова), ориентация на другого человека и поиск оптимального диалога с ним (О.А. Степанчук)

[13].

Согласно исследованиям для формирования эмоционального интеллекта сензитивным периодом является младший школьный возраст, т.к. естественная потребность в эмоциональном восприятии окружающего мира в это время дополняется у ребенка активным интеллектуальным развитием, акцент на котором отличает обучение в начальной школе от дошкольного образования. Эмоциональный интеллект повышается по мере приобретения жизненного опыта, возрастая в период юности и зрелости [12]. Это значит, что у ребенка уровень эмоционального интеллекта заведомо ниже, чем у взрослого, и не может быть ему равен. Но это не означает, что формирование эмоциональных способностей нецелесообразно в детском возрасте. В данном возрасте все отношение к окружающему миру склонно выражаться в эмоциональной направленности, которая основывается на позициях «хорошо» и «плохо». Данные понятия ребенок видит исключительно в эмоциональном поле, и все эмоции, которые он в состоянии проявить и самостоятельно интерпретировать, обусловлены представлением об этих конструктах. Развитие эмоционального интеллекта, как правило, происходит в процессе специально организованной деятельности, в которой ребенок обретает непосредственный индивидуальный опыт переживаний эмоций и чувств. На основе приобретенного чувственного опыта у детей формируется осмысленное (включающее принятие решений) и означенное (связанное с речью) восприятие, воздействующее на систему их субъективно-оценочных отношений и оказывающее влияние на характер поведенческих реакций.

Именно младший школьный возраст с его эмоциональной отзывчивостью на происходящие события, непосредственностью и откровенностью выражения своих чувственных переживаний, чувственной окрашенностью восприятия, воображения, умственной и физической деятельности, является сензитивным для оказания влияния на формирование эмоционального интеллекта. Факторы могут быть биологически и социально обусловлены. Под биологически обусловленными принято понимать

особенности пола, возраста ребенка; под социальными факторами – влияние социальной среды, окружающей ребенка, детско-родительские отношения, отношения со сверстниками, а также отношения ребенка в школе. Развитие понимания эмоций можно охарактеризовать как постепенный переход от «внешней» ориентации, когда ребенок представляет эмоцию как реакцию на ту или иную ситуацию, к «внутренней», когда он принимает во внимание, как наличную ситуацию, так и желания и намерения человека, его прошлый опыт. Это позволяет ребенку понимать более сложные эмоциональные проявления.

По мнению Л.С. Выготского, всякая форма человеческой психики первоначально складывается как внешняя, социальная форма общения между людьми, как трудовая или иная деятельность, и лишь затем в результате интериоризации становится компонентом психики человека [8]. По Л.С. Выготскому, каждая культурная форма поведения возникает первоначально, как форма сотрудничества с другими людьми, как подражание другому или обращение к взрослому и только на следующем шаге эта форма становится индивидуальной функцией самого ребенка. По самой своей сути культурная форма поведения оказывается результатом «вращивания» первоначально внешней, социальной, интерпсихической формы поведения [8]. Изначально поведение ребенка является социальной формой сотрудничества со взрослым. Это сотрудничество, опосредованное культурными орудиями и знаками, первоначально выступает во внешней форме, т.е. вначале действие происходит только в совместной деятельности ребенка и взрослого, на втором этапе – рядом с взрослым, который выполняет функцию подсказчика и только на третьем этапе нужные действия выполняются самостоятельно.

Главную роль в социализации эмоций играет общение со сверстниками и общение с взрослыми. Так, общение с взрослыми служит источником для социализации эмоций, т.е. осваиванию социальных эталонов выражения и понимания эмоций, а общению со сверстниками свойственна более свободная

манера, наличие меньшего количества рамок и ограничений, чем общение с взрослыми.

В младшем школьном возрасте изменяется и содержательная сторона эмоций и чувств. Так, формирование моральных чувств – чувства товарищества, дружбы, долга, чести – невозможно представить без эмоциональной децентрации, развитие которой идет по двум основным линиям: расширение круга предметов сопереживания и сочувствия, опосредствование идентификации и соучастия социальными принципами, правилами (избирательная и регламентированная помощь).

Период младшей школы – это время формирования самоконтроля. Эмоциональный самоконтроль – это контроль собственных эмоций и состояний. Если у ребенка не воспитывается привычка к контролю за собой, то происходит задержка с развитием самоконтроля, что приводит к снижению темпов развития эмоционально-волевой сферы ребёнка, его социализации и коммуникации. Самоконтроль по отношению к учебной деятельности формируется в первые три года обучения. Не у всех детей он проходит правильно и равномерно. Если в этот период не сформировать самоконтроль, то в дальнейшем появятся проблемы с поведением, с организацией деятельности.

В основе развития личности младшего школьника, на наш взгляд, лежит эмоциональный интеллект, который представляет собой готовность ребенка ориентироваться на другого человека и учитывать его эмоциональное состояние в своей деятельности, способность управлять собой и способность управлять отношениями с людьми.

В младшем школьном возрасте, у обучающихся есть те компоненты, которые уже сформированы и те, которые необходимо формировать.

Согласно проведенным исследованиям П.М. Якобсона, у младших школьников еще не сформированы навыки осознания своих чувств и понимания чувств других людей. Они часто еще не могут правильно, воспринимать мимику лица, выражающую то или иное чувство, не могут

верно, интерпретировать выражение тех или других чувств окружающих, что приводит к неадекватной ответной реакции ребенка. Младшие школьники часто напоминают родителей и учителя по стилю общения с людьми, несовершенство в восприятии и понимании чувств, влечет за собой внешнее подражание взрослым в выражении чувств [2].

Несмотря на то, что младший школьник эмоционально отзывчив, бурно реагирует на происходящие события, он начинает сдерживать волевым усилием свои нежелательные эмоциональные реакции, старается преодолеть сильное волнение, например, сдерживать слезы, побороть свои желания, подчиняясь требованиям учителя. Это приводит к тому, что младший школьник может не понять эмоцию, которую он испытывает или изображать эмоцию, которую он не переживает, то есть наблюдается отрыв экспрессии от переживаемой эмоции как в ту, так и в другую сторону [10].

Исходя из выше сказанного, далее необходимо рассмотреть то, как или с помощью чего возможно развить ЭИ.

Ребенок младшего школьного возраста, только что вышедший из детского сада либо из домашней среды воспитания, находится в некоем пограничном состоянии. С одной стороны, он еще сохраняет привязанность к указанным социальным средам, однако, с другой, переходит на новый уровень социального самоопределения. В таких условиях, внедрение игры в образовательный процесс позволяет сгладить болезненность такого перехода. Ввиду этого, игры широко используются на раннем этапе школьного обучения в целях повышения эффективности процессов развития личности ребенка [4]. Игра, применяемая на рассматриваемом этапе школьного обучения, позволяет не только повысить степень заинтересованности ребенка в учебе, но и выработать у него новые характеристики эмоционального состояния [1, с. 117].

Представляется возможным утверждать, что эмоциональный диапазон ребенка обогащается в результате участия его в различных играх. Если в раннем детстве эмоции ребенка еще достаточно примитивны и однозначны,

то по мере взросления он испытывает более яркие и смешанные эмоции, что во многом связано с игровыми процессами. Так, например, командные игры вырабатывают у ребенка привычку радоваться либо переживать не только за себя лично, но и за свою команду; выигрыш в игре, сопровождаемый проигрышем друзей, порождает двойное чувство радости и гордости за себя с одновременной жалостью к проигравшим. Таким образом, ребенок учится понимать природу своих эмоций, проводить причинно-следственные связи между свершившимся событием и собственным настроением, а в дальнейшем и влиять на это, то есть уметь не поддаваться нахлынувшим эмоциям, контролировать свое состояние, что особенно важно во взрослой жизни. Например, худший результат в классе по итогам решения головоломки может спровоцировать слезы ребенка, но осознание того, что над ним в таком случае будут смеяться остальные, скорее всего, остановит столь бурное проявление эмоций.

Таким образом, разнообразные эмоции, переживаемые ребенком в связи с его участием в игре, способствуют тому, что эмоциональный диапазон становится ярким и обширным, а эмоциональное состояние - осознаваемым.

Так же, роль игры в развитии эмоциональной составляющей жизнедеятельности ребенка и его эмоционального интеллекта заключается в следующем:

- возможность отождествления себя с другими членами общества, осознания себя в качестве части социума;
- возможность примерки какой-либо социальной роли;
- возможность принятия социальных правил, выработка умения им подчиняться и осознание необходимости такого подчинения;
- формирование линии поведения в соответствии с принимаемыми правилами жизни в социуме [3, с. 89];

Таким образом, представляется возможным сделать вывод о ключевой роли игры не только в развитии эмоционального интеллекта младшего школьника, но и в становлении и гармоничном развитии его личности.

Особая роль игры в жизнедеятельности младшего школьника обусловлена тем, что именно в процессе нее реализуется первичная адаптация ребенка в обществе, происходит отождествление им себя с другими членами общества, осознание себя в качестве его части. Во многом именно это позволяет продуктивно использовать игры в рамках развития эмоционального интеллекта и эмоциональной составляющей личности.

### **1.3. Способы развития эмоционального интеллекта младших школьников**

Большинство проблем ребенка кроется в области эмоций и чувств. Когда ребенок не знает, что чувствует – он «реагирует». Если ребенок понимает собственные чувства – он начинает «решать». Как раз, та реакция, которую мы, взрослые, нередко ожидаем от маленького ребенка. «Чего расстраиваться, давай исправлять!», — говорим мы взрослые. Но перед тем, как начать исправлять, ребенку надо понять свое отношение к произошедшему. В таком случае, первое, что можно отметить в качестве аргумента, развивать эмоциональный интеллект – это осознание ребенком себя – собственного настроения, своих реакций на определенные события и отношения к ним. Когда ребенок знает себя, знает собственные предпочтения, свои реакции, ему значительно легче регулировать собственное поведение.

В настоящее время существуют различные модели формирования эмоционального интеллекта у школьников. Рассмотрим модель формирования эмоционального интеллекта, предложенную американскими учеными Дж. Мэйером и П. Сэловеем. На наш взгляд она наиболее востребована в образовании на современном этапе. Модель состоит из четырех компонентов, которые отображают четыре сферы эмоциональных умственных способностей:

1. Восприятие, идентификация эмоций, их выражение. Этот компонент свидетельствует о наличии способности воспринимать, определять эмоции,

замечать сам факт наличия эмоции. Не считая этого, он обозначает способность дифференцировать истинные и ложные выражения эмоций и отвечает за достоверное выражение эмоций.

2. Использование эмоций для повышения эффективности мыслительной деятельности. Данный компонент свидетельствует о наличии способности вызвать определенную эмоцию, контролировать ее. Благодаря данной способности человек может продолжать работать с той же продуктивностью или даже увеличить ее, несмотря на негативное или тревожное эмоциональное состояние. Различные эмоциональные состояния по-разному воздействуют на решение определенных проблем, задач.

3. Понимание (осмысление) эмоций. Данная составляющая говорит о наличии способности воспринимать эмоции, связи между эмоциями, причины появления той или же другой эмоции, переходы от одной эмоции к иной, анализ эмоций, способность интерпретировать и классифицировать эмоции.

4. Управление эмоциями. Эта способность связана с контролем над эмоциями. Через понимание эмоций происходит рефлексивная регуляция эмоций. Способность переживать как отрицательные, так и положительные эмоции. Умение снижать интенсивность негативных эмоций. Способность отстраняться от конкретных эмоций, а ещё вызывать нужные эмоции в зависимости от целей.

Работа по формированию эмоционального интеллекта у школьников должна начинаться с диагностики. На сегодняшний день существуют разные модели формирования эмоционального интеллекта у школьников. Рассмотрим модель формирования эмоционального интеллекта, которая была предложена американскими учеными Дж. Мэйером и П. Сэловеем. На наш взгляд она наиболее востребована в образовании на современном этапе. Модель состоит из четырех компонентов, которые отображают четыре сферы эмоциональных умственных способностей:

1. Восприятие, идентификация эмоций, их выражение. Этот компонент

свидетельствует о наличии способности воспринимать, определять эмоции, замечать сам факт наличия эмоции. Помимо этого, он обозначает способность дифференцировать истинные и ложные выражения эмоций, а также отвечает за достоверное выражение эмоций.

2. Использование эмоций для повышения эффективности мыслительной деятельности. Данный компонент свидетельствует о наличии способности вызвать определенную эмоцию, контролировать ее. Благодаря данной способности человек может продолжать работать с той же продуктивностью или даже увеличить ее, несмотря на негативное или тревожное эмоциональное состояние. Разные эмоциональные состояния по-разному влияют на решение конкретных проблем, задач.

3. Понимание (осмысление) эмоций. Этот компонент свидетельствует о наличии способности понимать эмоции, связи между эмоциями, причины возникновения той или иной эмоции, переходы от одной эмоции к другой, анализ эмоций, способность интерпретировать и классифицировать эмоции.

4. Управление эмоциями. Эта способность связана с контролем над эмоциями. Через осознание эмоций происходит рефлексивная регуляция эмоций. Способность переживать как негативные, так и позитивные эмоции. Умение снижать интенсивность негативных эмоций. Способность отстраняться от определенных эмоций, а также вызывать необходимые эмоции в зависимости от целей.

Работа по формированию эмоционального интеллекта у школьников должна начинаться с диагностики. На данный момент существует 3 группы методик диагностики эмоционального интеллекта.

1. Методики, изучающие отдельные способности, входящие в состав эмоционального интеллекта.

2. Методики, базирующиеся на самоотчете и самооценке испытуемых.

3. Методики «мульти-оценщики», то есть тесты, которые должен заполнить не только испытуемый, но и 10-15 знакомых ему людей (так называемых «оценщиков»), проставляющих баллы его эмоциональному

интеллекту.

На основании результатов диагностики вероятны два подхода к развитию эмоционального интеллекта у школьников:

1. Есть возможность работать с учащимся напрямую, используя программы и методики. К примеру: профилактически-развивающие занятия по психологии, нацеленные на развитие психологического здоровья и эмоционального интеллекта детей. Программы составлены Т. Громовой, О. Хухлаевой, Лютовой, Мониной.

2. Можно осуществлять работу опосредованно, через развитие связанных с учеником качеств, учитывая, что на становление эмоционального интеллекта воздействует развитие таких личностных свойств, как: эмоциональная стабильность, положительное отношение к себе, внутренний локус контроля (готовность видеть причину происходящих событий в себе, а не в окружающих людях и случайных факторах) и эмпатия (способность к сопереживанию).

Таким образом, развивая эти качества школьника, можно повысить уровень его эмоционального интеллекта [30].

Продуктивными методами развития эмоционального интеллекта являются: психогимнастика, дискуссионные методы, игра. Рассмотрим перечисленные методы.

Работа по формированию эмоционального интеллекта у школьников должна начинаться с диагностики. На данный момент существует 3 группы методик диагностики эмоционального интеллекта.

1. Методики, изучающие отдельные способности, входящие в состав эмоционального интеллекта.

2. Методики, базирующиеся на самоотчете и самооценке испытуемых.

3. Методики «мульти-оценщики», то есть тесты, которые должен заполнить не только испытуемый, но и 10-15 знакомых ему людей (так называемых «оценщиков»), проставляющих баллы его эмоциональному интеллекту.

На основании результатов диагностики вероятны два подхода к развитию эмоционального интеллекта у школьников:

1. Есть возможность работать с учащимся напрямую, используя программы и методики. К примеру: профилактически-развивающие занятия по психологии, нацеленные на развитие психологического здоровья и эмоционального интеллекта детей. Программы составлены Т. Громовой, О. Хухлаевой, Лютовой, Мониной.

2. Можно осуществлять работу опосредованно, через развитие связанных с учеником качеств, учитывая, что на становление эмоционального интеллекта воздействует развитие таких личностных свойств, как: эмоциональная стабильность, положительное отношение к себе, внутренний локус контроля (готовность видеть причину происходящих событий в себе, а не в окружающих людях и случайных факторах) и эмпатия (способность к сопереживанию).

Можно утверждать, что эмоциональный диапазон ребенка обогащается в результате участия его в различных играх. Если в раннем детстве эмоции ребенка еще достаточно примитивны и однозначны, то по мере взросления он испытывает более яркие и смешанные эмоции, что во многом связано с игровыми процессами. Так, например, командные игры вырабатывают у ребенка привычку радоваться либо переживать не только за себя лично, но и за свою команду; выигрыш в игре, сопровождаемый проигрышем друзей, порождает двоякое чувство радости и гордости за себя с одновременной жалостью к проигравшим.

Таким образом, ребенок учится понимать природу своих эмоций, проводить причинно-следственные связи между свершившимся событием и собственным настроением, а в дальнейшем и влиять на это, то есть уметь не поддаваться нахлынувшим эмоциям, контролировать свое состояние, что особенно важно во взрослой жизни. Например, худший результат в классе по итогам решения головоломки может спровоцировать слезы ребенка, но осознание того, что над ним в таком случае будут смеяться остальные, скорее

всего, остановит столь бурное проявление эмоций.

Таким образом, разнообразные эмоции, переживаемые ребенком в связи с его участием в игре, способствуют тому, что эмоциональный диапазон становится ярким и обширным, а эмоциональное состояние – осознаваемым. Ребенок понимает, что является причиной тех или иных эмоций, учится устранять, в меру своих сил, причины плохого настроения, а также наслаждаться приятными моментами.

Подводя итог, можно говорить, что роль игры в развитии эмоциональной составляющей жизнедеятельности ребенка и его эмоционального интеллекта заключается в следующем [34, с. 89]:

- возможность отождествления себя с другими членами общества, осознания себя в качестве части социума;
- возможность примерки какой-либо социальной роли;
- возможность принятия социальных правил, выработка умения им подчиняться и осознание необходимости такого подчинения;
- формирование линии поведения в соответствии с принимаемыми правилами жизни в социуме;
- формирование новых навыков и умений и связанное с этим формирование гордости за себя, появление новых, ранее не испытываемых эмоций.

Таким образом, сформированный ЭИ обучающихся, позволяет им самостоятельно понимать себя – своё настроение, свои реакции на определенные события и отношения к ним.

Модель формирования эмоционального интеллекта, которая была предложена американскими учеными Дж. Мэйером и П. Сэловеем, рассматривает эмоции как: индикатор эмоций, повышения эффективности мыслительной деятельности, осмысление эмоций и управление ими.

На основании вышеизложенного, мы выделили методы, с помощью которых возможно формировать и развивать ЭИ. Каждый метод может использоваться как в виде основного метода, так и в качестве одного из

вспомогательных.

В итоге, мы приходим к заключению о том, что в процессе формирования личности младшего школьника в социуме должно осуществляться развитие ЭИ. Психолого-педагогическая поддержка этого процесса является чрезвычайно важной и актуальной задачей. Именно на решение данной проблемы будет направлено наше дальнейшее исследование.

## Выводы по Главе I

Анализ научной литературы по проблеме исследования позволяет сделать следующие выводы:

1. Эмоциональный интеллект – это группа ментальных способностей, которые способствуют осознанию и пониманию собственных эмоций и эмоций окружающих.

2. В качестве структурных элементов эмоционального интеллекта рассматриваются такие структурные компоненты как: внутриличностный эмоциональный интеллект, в который входит понимание своих эмоций и управление своими эмоциями; межличностный эмоциональный интеллект, состоящий из понимания чужих эмоций и управления чужими эмоциями.

3. В младшем школьном возрасте эмоциональный интеллект представляет собой готовность ребенка ориентироваться на другого человека и учитывать его эмоциональное состояние в своей деятельности, способность управлять собой и способность управлять отношениями с людьми.

4. Факторами, влияющими на формирование эмоционального интеллекта, можно считать всевозможные жизненные ситуации, которые могут приносить ребенку чувство тревоги, беспокойства и т.д., а также ситуации, вызывающие положительные эмоции. Их роль заключается в том, что они закладывают основу для понимания ребенком своих эмоций и эмоций окружающих, на основе чего он делает заключение об окружающей его ситуации и готовится к соответствующей эмоциональной реакции.

5. Можно выделить три группы методик диагностики эмоционального интеллекта: методики, исследующие отдельные способности, входящие в состав эмоционального интеллекта; основанные на самоотчете и самооценке испытуемых; «мульти-оценщики».

6. Продуктивными методами развития эмоционального интеллекта являются: психогимнастика, дискуссионные методы. Игра: в основе которой

лежат проективные методы, в которых утрируется определенное поведение, в которых используется принцип контраста, основанные на технике обмена ролями, которые используют технику идентификации, работающие по системному принципу. Таким образом, представляется возможным сделать вывод о ключевой роли игры не только в развитии эмоционального интеллекта младшего школьника, но и в становлении и гармоничном развитии его личности. Особая роль игры в жизнедеятельности младшего школьника обусловлена тем, что именно в процессе нее реализуется первичная адаптация ребенка в обществе, происходит отождествление им себя с другими членами общества, осознание себя в качестве его части. Во многом именно это позволяет продуктивно использовать игры в рамках развития эмоционального интеллекта и эмоциональной составляющей личности.

## **ГЛАВА II. Эмпирическое исследование развитие эмоционального интеллекта у младших школьников**

### **2.1. Методическая организация исследования**

Основная цель исследования нами была определена следующим образом: изучение возможностей развития эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста с помощью игры.

Исследование проводилось на базе МАОУ Лицей № 11 г. Красноярска. В исследовании приняли участие 26 обучающихся 2 «Е» класса.

Для проведения исследования мы подобрали следующий диагностический комплекс.

1. Для выявления уровня развития эмоционального интеллекта, была выбрана методика Н. Холла. Эта методика диагностики EQ Н. Холла – предложена для выявления способности понимать отношения личности, репрезентируемые в эмоциях и управлять эмоциональной сферой на основе принятия решений. Она состоит из 30 утверждений и содержит 5 шкал:

- 1) эмоциональная осведомленность;
- 2) управление своими эмоциями;
- 3) самомотивация;
- 4) эмпатия;
- 5) распознавание эмоций других людей.

Напротив каждого утверждения обучающийся ставит свой балл:

Полностью не согласен - (- 3 балла);

В основном не согласен - (-2 балла);

Отчасти не согласен - (-1 балл);

Отчасти согласен - (+ 1 балл);

В основном согласен - (+2 балла);

Полностью согласен - (+ 3 балла).

Подсчет результатов: по каждой шкале высчитывается сумма баллов с учетом знака ответа (+ или -). Чем больше плюсовая сумма баллов, тем больше выражено данное эмоциональное проявление. Методика исследования представлена в Приложении А.

При обработке результатов было выделено 5 шкал, по которым оценивались результаты ответов обучающихся.

Шкала «Эмоциональная осведомленность» - пункты 1, 2, 4, 17, 19, 25.

Шкала «Управление своими эмоциями» - пункты 3, 7, 8, 10, 18, 30.

Шкала «Самотивация» - пункты 5, 6, 13, 14, 16, 22.

Шкала «Эмпатия» - пункты 9, 11, 20, 21, 23, 28.

Шкала «Распознавание эмоций других людей» - пункты 12, 15, 24, 26, 27, 29.

Подсчет результатов. по каждой шкале высчитывается сумма баллов с учетом знака ответа (+ или -). Чем больше плюсовая сумма баллов, тем больше выражено данное эмоциональное проявление.

Уровни парциального эмоционального интеллекта в соответствии со знаком результатов:

14 и более — высокий;

8–13 — средний;

7 и менее — низкий.

2. Для оценки развития уровня эмоционального интеллекта младших школьников в естественной среде, были разработаны карты наблюдения, каждая из которых оценивает один из пяти критериев:

- 1) ребенок учитывает настроение другого;
- 2) реакция ребёнка на слова и действия собеседника;
- 3) меняет ли ребёнок стиль общения по отношению к другому;
- 4) отзывчив ли ребенок к проблемам собеседника;
- 5) понимает или принимает ребенок неудачу одноклассника.

Карту наблюдения можно посмотреть в Приложении А.

Оценка результатов осуществляется следующим образом.

Таблица 2. – Критерии и уровни наблюдения

Критерии наблюдения	Высокий 4-5 балла	Средний 3-2 балла	Низкий 2-0 баллов
ребенок учитывает настроение другого	Ребенок учитывает настроение другого и подстраивается под собеседника.	Ребенок не в полной мере учитывает настроение другого и не всегда подстраивается под собеседника.	Ребенок не учитывает настроение собеседника возникают споры.
реакция ребёнка на слова и действия собеседника	Обучающийся положительно реагирует на слова и действие собеседника принимает их.	Обучающийся реагирует на слова и действие собеседника не всегда принимает их.	Обучающийся не реагирует на слова и действие собеседника, отказывается принимать их.
меняет ли ребёнок стиль общения по отношению к другому	Ребёнок с лёгкостью меняет стиль общения по отношению к собеседнику	Ребёнок не всегда может поменять стиль общения по отношению к собеседнику	Ребёнок меняет стиль общения по отношению к собеседнику
отзывчив ли ребенок к проблемам собеседника	Ребенок отзывчив к проблемам собеседника, помогает ему решить их	Ребенок не всегда обращает внимание на проблемы собеседника	Ребенок не обращает внимание на проблемы собеседника
понимает или принимает ребенок неудачу одноклассника	Обучающийся понимает и принимает неудачу одноклассника, помогает справиться с ней	Обучающийся не всегда понимает и принимает неудачу одноклассника	Обучающийся не понимает и не принимает неудачу одноклассника

Обучающиеся были помещены в специально организованные обстоятельства, с целью отследить выше описанные критерии и выставить соответствующий балл каждому ученику.

На первом этапе обработки полученных данных был проведен подсчет ответов обучающихся и подсчет суммы баллов в картах наблюдения, составлена сводная таблица ответов и таблица наблюдения, определен процент, который составляет каждый ответ, проведено ранжирование ответов по процентам. На втором этапе обработки данных была проведена интерпретация баллов, полученных на первом этапе обработки.

Основываясь на рассмотрении процесса сформированности эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста нами были выделены критерии и уровни развития эмоционального интеллекта младших школьников (таблица 3).

Таблица 3. – Критерии и уровни развития эмоционального интеллекта младших школьников

Критерии	Уровни развития эмоционального интеллекта младших школьников			Методики
	Высокий - 14 и более баллов	Средний- 8–13 баллов	Низкий 7 и менее	
эмоциональная осведомленность	Ученик осознаёт и понимает свои эмоции, постоянно пополняет собственный словарь эмоций. Также, обучающийся в большей мере, чем у другие осведомлены о своем внутреннем состоянии.	Ученик не в полной мере осознаёт и понимает свои эмоции, редко пополняет собственный словарь эмоций. Не может с уверенностью говорить о своем внутреннем состоянии.	Ученик не осознаёт и не понимает свои эмоции. Не может с уверенностью говорить о своем внутреннем состоянии.	- Методика EQ Н. Холла Наблюдение
управление своими эмоциями	Такой ученик эмоционально отходчив, эмоционально гибок и т.д., другими словами, произвольно управляет своими эмоциями.	Такой ученик не всегда эмоционально отходчив, редко может управлять своими эмоциями.	Такой ученик эмоционально не отходчив, не может управлять своими эмоциями.	
самотивация	Обучающийся может управлять своим поведением, за счет управления эмоциями.	Обучающийся редко может управлять своим поведением, за счет управления эмоциями.	Обучающийся не управляет своими эмоциями, значит не управляет своим поведением	
эмпатия	Ученик понимает эмоции других людей, умеет сопереживать текущему эмоциональному состоянию другого человека, а так же готов оказать поддержку. Это умение понять состояние человека по мимике, жестам, оттенкам речи, позе.	Ученик не совсем точно понимает эмоции других людей, не в полной мере может сопереживать текущему эмоциональному состоянию другого человека.	Ученик не может анализировать эмоции других людей, не может сопереживать текущему эмоциональному состоянию другого человека.	
распознавание эмоций других людей	Такой ученик может воздействовать на эмоциональное состояние других людей.	Такой ученик не всегда может воздействовать на эмоциональное состояние других людей.	Такой ученик не может воздействовать на эмоциональное состояние других людей.	

Ниже мы представляем обсуждение результатов исследования.

## 2.2. Анализ результатов исследования

После проведения диагностической методики и целевого наблюдения, нами были подсчитаны баллы и выведены следующие результаты. Результаты исследования: методика диагностики EQ Н. Холла представлены на рисунке 1.

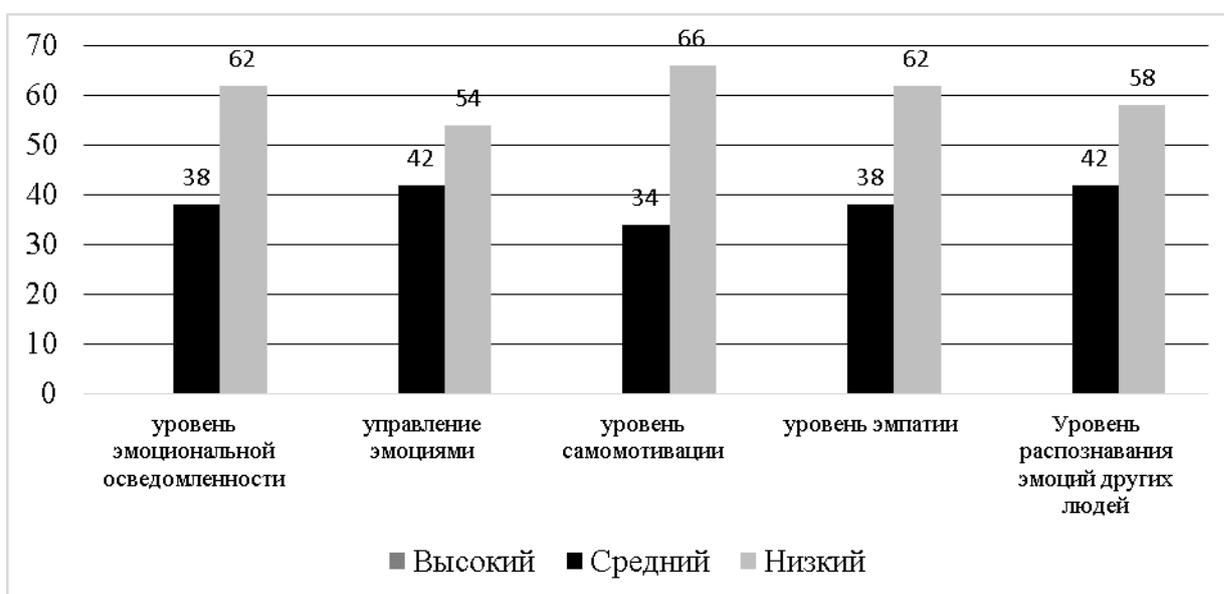


Рис. 1. Уровни развития компонентов эмоционального интеллекта детей младшего школьного возраста (в процентах).

По результатам диагностики высокий уровень эмоциональной осведомленности имеют – 0% обучающихся, средний – 38% (10 обучающихся), низкий – 62% (16 обучающихся).

Управление эмоциями – высокий 0%. Ни один младший школьник данного класса не способен сдерживать негативные эмоции. Ученики данного класса не способны чувствовать свои эмоции, давать им характеристику, переживать их и отпускать после этого. Средний уровень управления эмоциями показывают – 46% (12 обучающихся). Такие

обучающиеся способны прочувствовать свои эмоции, могут дать им характеристику. Но не всегда у таких обучающихся получается объяснять вследствие чего появилась та или другая эмоция. Очень часто такие обучающиеся не могут пережить негативную эмоцию и отпустить её. Иногда могут случаться истерики и приступы гнева. Низкий уровень управления эмоциями определяется у 54% (14 обучающихся). Младшие школьники не способны чувствовать свои эмоции и объяснять их. Все негативные эмоции копятся внутри себя. Очень часто у таких обучающихся конфликты сопровождаются неконтролируемыми вспышками агрессии и гнева по отношению к своим сверстникам. Такой младший школьник не стабилен в регуляции своих эмоций, этот компонент ЭИ у него ещё не развит.

Высокий уровень самомотивации в данном классе составляет 0%. Обучающиеся не способны активно побуждать к действию самого себя. Для них представляется сложным эффективное выполнение работы. Внутренняя мотивация у обучающихся отсутствует. Этот компонент ЭИ необходимо развивать. Средний уровень показывают – 34% (9 обучающихся). Младшие школьники не всегда способны побуждать себя к действию. Иногда их эффективность в различных видах деятельности недостаточна, обучающиеся могут откладывать дела и выполнять всё в последний момент. Очень часты случаи такого, что внутренней мотивации для выполнения работы недостаточно, поэтому к внутренним мотивам, необходимо подключать внешние. Низкий – 66% (17 обучающихся). Обучающиеся не способны побудить себя к какой-либо деятельности. Эффективность работы у обучающихся находится на низком уровне. Помимо внутренних мотивов, таким обучающимся необходимо подключать и внешние мотивы. Но иногда случается так, что подкрепление внешних мотивов не приносит результатов.

Высокий уровень эмпатии в данном классе показывают 0% обучающихся. Они не способны к осознанному сопереживанию текущему эмоциональному состоянию другого человека. Им сложно понять чувства и эмоции своих сверстников. Средний уровень показывают 38% (10

обучающихся). Младшие школьники не всегда, но могут сопереживать своим сверстникам. Обучающиеся могут понимать причину плохого настроения своего одноклассника, но при этом не всегда могут пропускать эмоции сверстников через себя. Низкий уровень эмпатии показывают 62% (16 обучающихся). Младшие школьники не способны сопереживать другим. Обучающиеся не понимают и не обращают внимание на настроение другого. Эмоции сверстников, такие обучающиеся, не пропускают через себя. Они не обращают внимания на проявление различных эмоций другого человека.

Уровень распознавания эмоций других людей - 0% обучающихся. В данном классе этот компонент эмоционального интеллекта не сформирован на высшем уровне ни у одного обучающегося. Младшие школьники не способны видеть и понимать эмоции другого человека. Средний – 42% (11 обучающихся). Такие обучающиеся не всегда могут увидеть и понять эмоции своего собеседника. Вследствие чего могут возникать конфликты между обучающимися данного класса. Низкий уровень распознавания эмоций других людей имеют 58% (15 обучающихся). Младшие школьники не обращают внимания на состояние своего собеседника. Обучающиеся не понимают, какие эмоции проявляют другие.

По рисунку мы можем сказать, что высокий уровень развития эмоционального интеллекта не показал ни один обучающийся. Это связано с возрастными особенностями обучающихся в этот период.

Средний показатель по данной методике показывают 35% учеников класса. Обучающиеся с данным уровнем развития эмоционального интеллекта способны регулировать свои эмоции. Если ситуация и эмоции понятны для обучающегося, то с регуляцией эмоций нет проблем. При организации работы младшие школьники способны побуждать себя к действию. Эффективность работы не всегда находится на высоком уровне, иногда необходимо подключать внешние мотивы, для осуществления деятельности. При проявлении эмпатии младшие школьники способны сопереживать эмоциям другого, но при этом могут не понимать причину

неудач и плохого настроения своего товарища. При распознавании эмоций другого человека младший школьник не всегда может понять, в каком эмоциональном состоянии находится его товарищ. При этом базовые эмоции такой обучающийся может распознать.

Низкий результат продемонстрировали большая часть обучающихся данного класса – это 65%. Младшие школьники не способны чувствовать свои эмоции и объяснять их. У обучающихся не сформирована самомотивация, для выполнения какой-либо деятельности всегда необходим сильный внешний мотив. Эмпатия у таких младшим школьников развита на слабом уровне. Им очень сложно понять, что чувствует другой человек, какие эмоции он сейчас испытывает. Обучающий не способен распознать эмоции своего товарища из-за чего впоследствии могут возникать конфликты и недопонимание среди младших школьников данного класса.

Этот показатель позволяет нам с уверенностью говорить о том, что развитие эмоционального интеллекта у младших школьников, участвующих в проведении методики, не находится даже на этапе формирования.

Тем не менее, мы можем сказать о том, что многие обучающиеся – 42% – могут управлять своими эмоциями и распознавать эмоции других людей. Так же, обучающиеся стремятся к эмпатии по отношению к другим. Начинает формироваться самомотивация, но не в полном объеме.

Таким образом, анализируя полученные данные, мы пришли к выводу о том, что знания об эмоциях у обучающихся ситуативны и неглубоки. Эмоции ориентированы на яркие внешние признаки, соответственно эмоциональный компонент развит на низком уровне.

Следующим этапом в нашем исследовании было проведение наблюдения по специально выделенным компонентам эмоционального интеллекта. Результаты представлены на рисунке 2, Приложения Б.

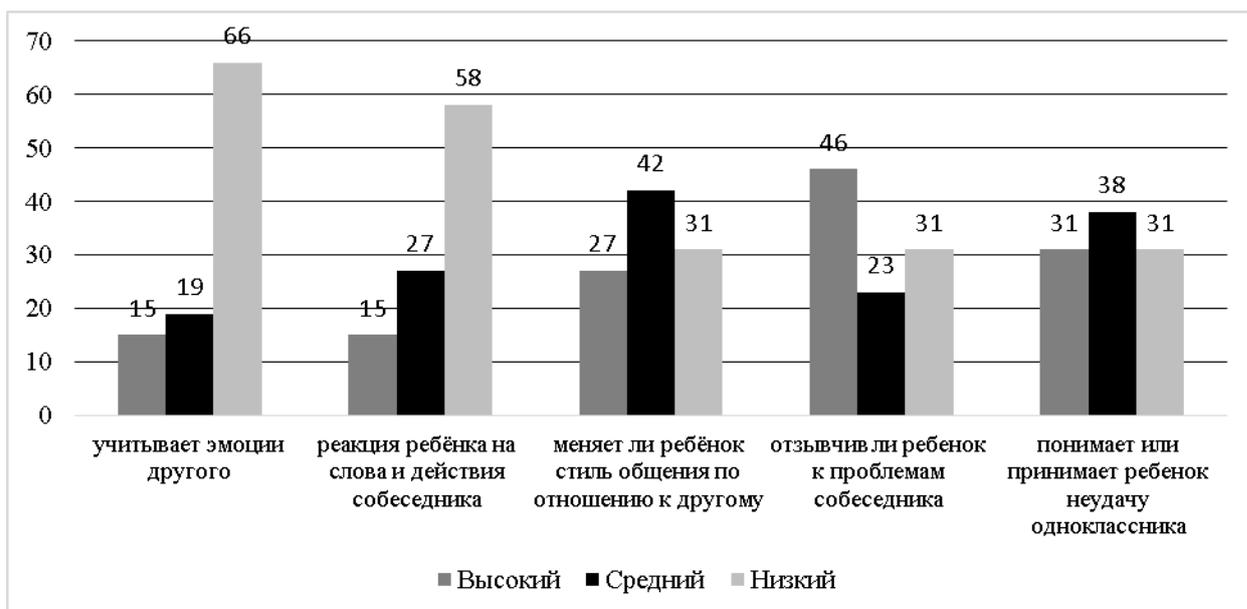


Рис. 2. Результаты наблюдения (распределение по уровням в %)

Исходя из результатов, мы можем сказать, что высокий уровень реакции ребёнка на слова и действия собеседника имеют 15% (4 обучающихся). Такие обучающиеся показывают положительную реакцию на слова и действия сверстников, они слышат сверстников в группе и дают возможность высказаться, при этом не отвергая мнения одноклассника. Средний уровень имеют 27% (7 обучающихся). Младшие школьники слышат друг друга и реагируют на действия одноклассников, но не всегда эта реакция адекватна и положительна. Низкий уровень отмечается у 58% (15 обучающихся), такие обучающиеся не реагируют друг на друга в группе, говорят что их мнение не верно, при этом, не выслушав его.

Следующий компонент – изменение стиля общения одного обучающегося по отношению к другому. Здесь высокий уровень имеют 27% (7 обучающихся). Такие обучающиеся находят подход к каждому в группе сверстников, меняют свой стиль общения в зависимости от настроения своего товарища и эмоциональной обстановки. Средний уровень зафиксирован у 42% (11 обучающихся). Эти младшие школьники не со всеми могут найти общий язык, при этом стараются подбирать нужные слова в зависимости от ситуации и настроения своего товарища. Низким уровнем

обладают 31% (8 обучающихся), им сложно менять стиль общения по отношению к своим сверстникам, они не стараются учесть настроение и состояния своего одноклассника, могут неуместно пошутить или нелестно выразиться в сторону товарища.

Высоким уровнем отзывчивости к проблемам собеседника отличаются 46% (12 обучающихся). Такие ученики всегда готовы прийти на помощь своему товарищу, выслушать его и найти способ решения его проблемы. Средний уровень у 23% (6 обучающихся). Младшие школьники не всегда помогают своему товарищу, но могут сообщить о проблемах одноклассника учителю. Низкий уровень показали 31% (8 обучающихся). Младшие школьники не обращают внимание на проблемы товарищей, и даже если те просят их о помощи, они отказываются взаимодействовать с одноклассником.

Высоким уровнем понимания или принятия ребенком неудач одноклассника обладают 31% (8 обучающихся). Ученики понимают, что товарищ потерпел неудачу, они всеми способами стараются помочь своему однокласснику. Средний уровень показали 38% (10 обучающихся). Такие младшие школьники видят неудачу своего товарища, но не всегда воспринимают её адекватно, могут посмеяться или отказать в помощи. Низкий уровень наблюдается у 31% (8 обучающихся), такие дети не понимают неудач одноклассников, смеются, могут оскорбить товарища и продолжать насмешки в течении дня.

В целом, по результатам наблюдения высокий уровень эмоционального интеллекта имеют 15% (4 обучающихся) обучающихся, которые учитывают настроение другого, адекватно реагируют на состояние своего сверстника и подстраиваются под него, чтобы не создавать дискомфорта в группе. Такие обучающиеся стараются поднять настроение своему однокласснику или в ином случае узнать в чем причина его плохого настроения.

Средний – у 19% (5 обучающихся) они учитывают настроение другого, но при этом не всегда могут понять причину плохого настроения. Младшие школьники иногда не помогают своим товарищам в решении проблемы, но

могут об этом сообщить взрослому. Общий язык с другими одноклассниками не всегда могут найти, но в любом случае стараются подстроиться под настроение своего товарища. Обучающиеся, видя неудачу своего товарища, не всегда воспринимают её адекватно. Могут отказать в помощи одноклассника.

Низкий уровень эмоционального интеллекта у 66% (17 обучающихся), эти дети равнодушно относятся к состоянию друг друга, не учитывают настроение сверстника, не интересуются причинами его появления.

Ниже представлены итоговые сводные результаты проведение диагностики и наблюдения. Результаты по проведенным методикам по уровням представлены в Приложении Б.

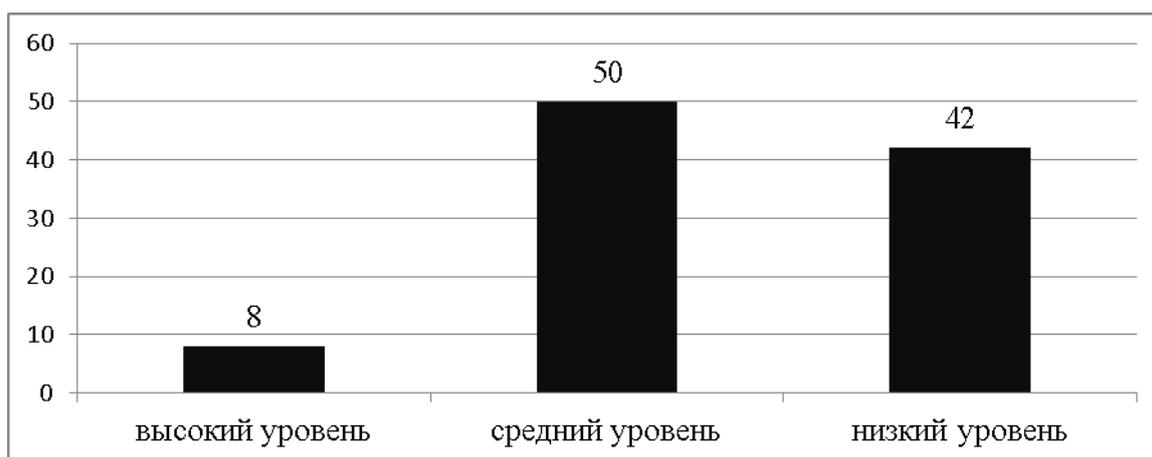


Рис. 3. Итоговый уровень развития эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста (в %)

Исходя из показателей, мы можем говорить о том, что у 42% обучающихся данного класса развитие эмоционального интеллекта находится на низком уровне. Эти дети не стараются учесть настроение и состояния своего одноклассника, равнодушно относятся к состоянию друг друга, не учитывают настроение сверстника, не интересуются причинами его появления. Могут не реагировать на других при взаимодействии в группе, говорить, что мнение товарища не верно, при этом не выслушав его.

Самомотивация развита слабо, необходимо к внутренним стимулам, подключать ещё и внешние.

Средний уровень развития ЭИ имеют 50% обучающихся. Они не всегда учитывают настроение своего товарища и меняют стиль своего общения по отношению к нему. Они могут выслушивать мнение одноклассника, но при этом с ним не считаются и продолжают настаивать на правильности своего решения. Такие ученики не всегда могут мотивировать себя на деятельность.

Высоким уровнем развития ЭИ обладают только 8% от всего класса. Эти дети меняют свой стиль общения в зависимости от настроения товарища и эмоциональной обстановки. Готовы сами себя побудить к какой-либо деятельности. Они адекватно реагируют на состояние своего сверстника и подстраиваются под него, чтобы не создавать дискомфорта в группе, такие обучающиеся показывают положительную реакцию на слова и действия сверстника

Таким образом, на основе проведенной методики и наблюдения можно сделать вывод о том, что у младших школьников преобладает средний и низкий уровень развития ЭИ. Необходимо разработать программу классных часов на основе игр для развития эмоционального интеллекта младшего школьника.

Констатирующий этап был организован с целью выявления уровня развития эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста. Результаты, полученные на данном этапе работы, показали, что у детей наблюдается низкое развитие эмоционального интеллекта, это выражается в низком уровне эмпатии и самомотивации, неумение учитывать эмоции других детей и в неумение менять стиль общения по отношению к другим. Лишь только наблюдение за поведением детей в естественных условиях показало средне-высокие результаты. Полученные данные позволяют констатировать, что дети младшего школьного возраста находятся на низком среднем уровнях развития эмоционального интеллекта и с ними необходима организация педагогической работы в данном направлении.

Таким образом, необходимо разработать программу классных часов для развития эмоционального интеллекта младшего школьника.

### **2.3. Программа классных часов по развитию эмоционального интеллекта у младших школьников**

На базе МАОУ Лицей №11 г. Красноярска было проведено исследование по изучению развития эмоционального интеллекта младших школьников. В исследовании приняли участие 26 обучающихся 2 «Е класса.

Исходя из результатов констатирующего эксперимента было выявлено, что дети нуждаются в развитии эмоционального интеллекта, т.к. его развитие является одним из составляющих развития личности.

Анализируя результаты эксперимента, мы выяснили, что причинами низких показателей развития ЭИ младшего школьника, могут являться: незнание и непонимание своих эмоций и эмоций других людей, отсутствие эмпатии, неумение подстраиваться под настроение и чувства другого человека.

Учитывая тот факт, что развитие ЭИ предполагает воздействие на эмоциональную и поведенческую сферы, наиболее приемлемой формой работы с младшими школьниками представляются интерактивные фронтальные, групповые занятия с применением активных методов обучения – групповой дискуссии, тренинга, рефлексивного анализа деятельности. Основное внимание обращается на развитие у детей эмпатии и знаний об эмоциях.

Структура таких занятий схожа со структурой тематических классных часов, тренингов и включает в себя вводную часть, основную часть (выполнение заданий, обсуждение по теме, психологические упражнения) и заключительную часть (рефлексия).

**Целью** программы является развитие эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте.

Достижение поставленной цели осуществляется посредством решения следующих задач:

1. Знакомство с понятием эмоции и эмпатия.
2. Решение ситуативных задач и распознавание своих эмоций и эмоций других людей.
3. Участие детского коллектива в играх для развития ЭИ. Игры представлены в приложении Г.

На основе сформулированных задач была выстроена психолого-педагогическая матрица занятий:

Таблица 4. – Психолого-педагогическая матрица классных часов для младших школьников

Область психологической реальности	Знакомство с понятием эмоции и эмпатия.	Решение ситуативных задач и распознавание своих эмоций и эмоций других людей.	Участие детского коллектива в играх для развития ЭИ.
Когнитивная сфера	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сформировать представление о понятие – эмоции.</li> <li>2. Сформировать представление о понятие - эмпатия</li> <li>3. Сформировать представление о необходимости изучения понятий – эмоции и эмпатия.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сформировать умение распознавать свои эмоции и эмоции других людей</li> <li>2. Сформировать умение решать ситуативные задачи, связанные с ЭИ.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сформировать представление о необходимости участие младшего школьного в играх, для развития ЭИ.</li> </ol>
Эмоциональная сфера	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обеспечить опыт в практическом применении понятия эмоции.</li> <li>2. Обеспечить опыт</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Создать условия для распознавания своих эмоций и эмоций других людей.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обеспечить участие младшего школьного в играх, для развития ЭИ.</li> </ol>

	в практическом применении понятия эмпатия. 3. Способствовать формированию понятий эмоции и эмпатия.	2. Развитие способности в решение ситуативные задачи, связанных с ЭИ.	
Поведенческая сфера	1. Развитие эмоций и эмпатии.	1. Обучение распознавать свои и эмоции других людей. 2. Развитие способности применять знания об эмоциях в жизни.	1. Сформировать навыки полученные при участии младшего школьника в играх.

В число участников мы включаем всех учеников класса, т.к. в ходе констатирующего эксперимента мы узнали, что у каждого из них эмоциональный интеллект развит слабо.

Программа состоит из 8-ми последовательных классных часов, продолжительность каждого из которых составляет 35-40 минут.

Программа занятий включает три этапа:

- I. Ориентировочный (2 занятия).
- II. Реконструктивный (4 занятия).
- III. Закрепляющий (2 занятия).

Каждый этап предполагает работу по основным блокам.

Таблица 5. - Сценарий классных часов для младших школьников

Блоки	Цель	№	Задачи классного часа	Формы работы. Игры.	Оборудование
1	Создать условия для знакомства с понятием эмоции.	1	1. Познакомить младшего школьника с понятием эмоции разных авторов. 2. Выяснить, как младший школьник понимает понятие	1. Форма работы – беседа, обсуждение. 2. Рефлексия.	Мультимедийное оборудование, листы бумаги, маркеры.

			эмоции.		
1	Создать условия для знакомства с понятием эмпатия.	2	1. Познакомить младшего школьника с понятием эмпатия разных авторов. 2. Выяснить, как младший школьник понимает понятие эмпатия.	1. Форма работы – беседа, обсуждение. 2. Рефлексия.	Мультимедийное оборудование, листы бумаги, маркеры.
2	Научить называть эмоции.	3	1. Рассмотреть по иллюстрациям базовые эмоции людей научиться их различать, называть.	1. Парная групповая работа. 2. Упражнения «угадай эмоцию» 3. Рефлексия.	Мультимедийное оборудование, листы бумаги, маркеры, карточки с заданиями
2	Научить распознавать свои эмоции, чувства эмоции, чувства других людей.	4	1. Предложить младшему школьному представителю определённую ситуацию и попробовать назвать эмоции и чувства, которые он сейчас испытывает. 2. В парах, мимикой друг другу показывать определённые эмоции, товарищ должен определить какую эмоцию показывает его одноклассник. 3. Посмотреть фрагменты кинофильмов и мультфильмов назвать эмоции, чувства героев, которые они сейчас испытывают.	1. Работа в парах и группах. 2. Ситуации для выявления эмоций. 3. Фрагменты фильмов и мультфильмов.	1. Карточки с ситуациями. 2. Фрагменты фильмов и мультфильмов.
2	Научить контролировать свои эмоции.	5	1. Предложить младшему школьному представителю определённую ситуацию и назвать способы как можно справиться с	1. Работа в парах и группах. 2. Ситуации для выявления способов контроля эмоций.	1. Карточки с ситуациями. 2. Фрагменты фильмов и мультфильмов

			<p>эмоциями в данный момент.</p> <p>2. В парах, создать список, как можно совладать с негативными эмоциями, чувствами</p> <p>3. Посмотреть фрагменты кинофильмов и мультфильмов назвать способы контроля эмоций в определенный момент.</p>	3. Фрагменты фильмов и мультфильмов	
2	Научить решать ситуативные задачи, связанные с ЭИ и определять чувства и эмоции героев в задачах.	6	<p>1. Предложить младшим школьникам проанализировать ситуативные задачи.</p> <p>2. Предложить младшим школьникам назвать эмоции, чувства, которые испытывают герои задачи.</p> <p>3. Назвать решение ситуативных задач, связанных с ЭИ</p>	<p>1. Парная и групповая работа, для анализа задач.</p> <p>2. Выделение решение ситуативных задач.</p>	2. Карточки с задачами.
3	Создать условия для участия младших школьников в играх, для развития ЭИ.	7	1. Организовать детский коллектив для участия в играх.	<p>1. Работа в группах, парах и коллективе.</p> <p>2. Игры: «Лица», «Маски», «Ролевое проигрывание ситуаций».</p> <p>3. Рефлексия.</p>	1. Игры
3	Создать условия для участия младших школьников в играх, для развития ЭИ.	8	1. Организовать детский коллектив для участия в играх.	<p>1. Работа в группах, парах и коллективе.</p> <p>2. Игры: «Сделаем по кругу друг другу подарок», «Общее настроение»,</p>	1. Игры.

				«Как ты себя чувствуешь».	
				3. Рефлексия.	

**Первый блок** – знакомство с ключевыми понятиями. Он состоит из 2 занятий, в ходе которых учащиеся знакомятся с теоретическими сведениями о понятиях эмоции и эмпатия. Понять, какой смысл вкладывает сам школьник в эти понятия.

**Второй блок** – применение знаний об изученных понятиях на практике: определение своих и чужих эмоций, контроль над эмоциями чувствами, разрешение задач, связанных с ЭИ. В этом блоке формируются навыки разрешения ситуативных задач и понимание эмоций.

Решение ситуативных задач помогает детям почувствовать себя на месте главных героев задачи и разрешать эти ситуации с точки зрения своего восприятия, а просмотр фрагментов фильмов и кинофильмов, могут помочь начать понимать эмоции и чувства других людей. Начать анализировать их поведение и предлагать разрешение тех или иных ситуаций. Создание списка «Контроль над эмоциями», поможет обучающимся перенести на себя записанные ими пункты и в нужный момент использовать на практике данный перечень контроля над эмоциями.

**Третий блок** – мы используем игры, как средство развития ЭИ. Младшие школьники, изучив на предыдущих занятиях теоретическую базу, и попробовав свои знания на практике, теперь будут более качественно выполнять упражнения из игр. Тем самым, мы создали идеальные условия для развития эмоционального интеллекта младших школьников.

Занятия проходят 2 раза в неделю. Разработанная программа может быть использована психологами и педагогами для развития эмоционального интеллекта младших школьников. По нашему мнению, при учете всех рекомендаций программа будет эффективной и действенной.

## Выводы по Главе II

Анализ результатов констатирующего эксперимента позволяет сделать следующие выводы:

1. Исследование уровней развития эмоционального интеллекта показало, что высокий уровень развития эмоционального интеллекта не показал ни один обучающийся. Средний показатель по данной методике показали только 35% обучающихся. Низкий результат продемонстрировали 65% младших школьников.

2. Проведение наблюдения по специально выведенным компонентам эмоционального интеллекта нам показало, что высокий уровень обучающихся, которые учитывают настроение другого имеют – 15% (4 обучающихся), средний – 19% (5 обучающихся), низкий – 66% (17 обучающихся).

3. Таким образом, в результате проведения диагностики по всем методикам, мы можем сделать следующие выводы:

- у 42% младших школьников развитие эмоционального интеллекта находится на низком уровне. Эти дети не стараются учесть настроение и состояния своего одноклассника, равнодушно относятся к состоянию друг друга, не учитывают настроение сверстника, не интересуются причинами его появления.

- 50% обучающихся имеют средний уровень развития эмоционального интеллекта. Обучающиеся могут выслушивать мнение одноклассника, но при этом с ним не считаются и продолжают настаивать на правильности своего решения. Они не всегда учитывают настроение своего товарища и меняют стиль своего общения по отношению к нему.

- только 8% от всего класса обладают высоким уровнем развитие эмоционального интеллекта. Эти дети меняют свой стиль общения в зависимости от настроения товарища и эмоциональной обстановки. Готовы

сами себя побудить к какой-либо деятельности. Они адекватно реагируют на состояние своего сверстника и подстраиваются под него, чтобы не создавать дискомфорта в группе, такие обучающиеся показывают положительную реакцию на слова и действия сверстника

4. С учетом полученных данных нами была разработана программа занятий, целью которой стало развитие ЭИ, распознавание и понимание своих эмоций, чувств и эмоций, чувств других людей. Занятия, входящие в программу, представляют собой различные формы и виды коллективных заданий, помогающих в полной мере развить эмоциональный интеллект.

## Заключение

Для изучения и теоретического обоснования подходов и аспектов развития эмоционального интеллекта младших школьников в своем исследовании мы рассмотрели существующие особенности и способы развития ЭИ, которые отражают многообразие направлений в исследовании этого явления. Эмоциональный интеллект - это группа ментальных способностей, которые способствуют осознанию и пониманию собственных эмоций и эмоций окружающих. Факторами, влияющими на формирование эмоционального интеллекта, можно считать всевозможные жизненные ситуации, которые могут приносить ребенку чувство тревоги, беспокойства и т.д., а также ситуации, вызывающие положительные эмоции. Их роль заключается в том, что они закладывают основу для понимания ребенком своих эмоций и эмоций окружающих, на основе чего он делает заключение об окружающей его ситуации и готовится к соответствующей эмоциональной реакции.

В ходе анализа научной литературы мы выяснили, что в младшем школьном возрасте эмоциональный интеллект представляет собой готовность ребенка ориентироваться на другого человека и учитывать его эмоциональное состояние в своей деятельности, способность управлять собой и способность управлять отношениями с людьми.

Именно младший школьный возраст с его эмоциональной отзывчивостью на происходящие события, непосредственностью и откровенностью выражения своих чувственных переживаний, чувственной окрашенностью восприятия, воображения, умственной и физической деятельности, является сензитивным для оказания влияния на формирование эмоционального интеллекта. Факторы могут быть биологически и социально обусловлены. Под биологически обусловленными принято понимать особенности пола, возраста ребенка; под социальными факторами – влияние

социальной среды, окружающей ребенка, детско-родительские отношения, отношения со сверстниками, а также отношения ребенка в школе. Развитие понимания эмоций можно охарактеризовать как постепенный переход от «внешней» ориентации, когда ребенок представляет эмоцию как реакцию на ту или иную ситуацию, к «внутренней», когда он принимает во внимание, как наличную ситуацию, так и желания и намерения человека, его прошлый опыт. Это позволяет ребенку понимать более сложные эмоциональные проявления. Уровень развития ЭИ у младших школьников зависит от проявления знакомых/незнакомых эмоций.

Для проведения эмпирического исследования был подобран диагностический комплекс. Анализ результатов показал, что у 42% обучающихся данного класса развитие эмоционального интеллекта находится на низком уровне. Эти дети не стараются учесть настроение и состояния своего одноклассника, равнодушно относятся к состоянию друг друга, не учитывают настроение сверстника, не интересуются причинами его появления. Могут не реагировать на других при взаимодействии в группе, говорить, что мнение товарища не верно, при этом не выслушав его. Средний уровень развития эмоционального интеллекта сформирован у 50% младших школьников. Обучающиеся могут выслушивать мнение одноклассника, но при этом с ним не считаются и продолжают настаивать на правильности своего решения. Они не всегда учитывают настроение своего товарища и меняют стиль своего общения по отношению к нему. И только 8% от всего класса обладают высоким уровнем развития эмоционального интеллекта.

Для того чтобы способствовать развитию эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте была разработана программа классных часов на основе игр. Благодаря программе обучающиеся познакомятся с понятиями «эмоция» и «эмпатия», смогут различать и назвать свои эмоции и эмоции других людей, научатся контролировать негативные эмоции. В процессе игры будут применять свои знания на практике, тем самым эта

деятельность будет способствовать развитию эмоционального интеллекта младшего школьника.

Практическая значимость исследования заключается в изучении особенностей эмоционального интеллекта у младших школьников. Разработанные на основе этих особенностей рекомендации могут способствовать развитию эмоционального интеллекта у обучающихся.

Результаты исследования могут быть полезны учителям, родителям, студентам, интересующимся этой проблемой.

## Список используемых источников

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации». Приказ Минобрнауки РФ от 29.12.2014 г. N 1643 «О внесении изменений в приказ Минобрнауки РФ от 06.10.2009 г. N 373». Доступ из справ.-правовой системы «Судебные и нормативные акты РФ». URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_140174/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/) (дата обращения: 14.03.2019).
2. Абульханова К.А. Социальное мышление личности // Современная психология: состояние и перспективы исследований. Часть 3. Социальные представления и мышление личности. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2002. С. 88–103.
3. Аладьин А.А., Фурманов И.А., Фурманова Н.В. Психологическая работа с детьми, лишенными родительской опеки. Книга для психологов. Минск, 1998. 224 с.
4. Андреева А.Д., Вохмянина Т.В., Данилова Е.Е., Дубровина И.В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми: Учебное пособие для студентов средних педагогических учебных заведений. М.: Издательский центр «Академия», 1998. 160 с.
5. Андреева И.Н. Об истории развития понятия «эмоциональный интеллект» // Вопросы психологии. 2008. №5. С.83–95.
6. Божович Л.И. Проблемы формирования личности: избранные психологические труды / Под ред. Д.И. Фельдштейна. Издательство «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997. 352 с.
7. Возрастная и педагогическая психология. / Под ред. М.В. Гамезо и др. М.: Просвещение, 1984. 256 с.
8. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. М., Союз, 1997. 220 с.

9. Выготский Л.С. Детская психология. Избранные психологические труды в 6-ти тт. Т. 4. М.: Педагогика, 1984. 432 с.
10. Выготский Л.С. Развитие личности и мировоззрения ребенка // Психология личности. Тексты / под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, А.А. Пузыря. М.: Изд-во МГУ, 1982. С.261–165.
11. Выготский Л.С. Учение об эмоциях // Собр. Соч. Т.4. М., 1984. С. 90–318.
12. Гальперин П.Я. Психология мышления и учение о поэтапном формировании умственных действий // Исследования мышления в советской психологии. М.: Наука, 1966. С. 12–102.
13. Гарднер Г. Структура разума: теория множественного интеллекта. М.: ООО «И.Д. Вильямс», 2007. 512 с.
14. Гоулман Д., Бояцис Р., Макки Э. Эмоциональное лидерство: Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта / Пер. с англ. М.: Альпина Бизнес Букс, 2005. 301 с.
15. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2017. 544 с.
16. Давыдова Ю.В. Эмоциональный интеллект: сущностные признаки, структура и особенности проявления в подростковом возрасте: автореф. дис.канд. психол. наук. Рос.ун-т дружбы народов, Моск. гос. обл. соц.- гуманитар. ин-т. Москва, 2011. 21 с.
17. Дарвин Ч. О выражении эмоций у человека и животных. СПб.: Питер, 2001. 384 с.
18. Дегтярев А.В. «Эмоциональный интеллект»: становление понятия в психологии. // Психологическая наука и образование: электронный журнал. 2012. №2. URL: [www.psyedu.ru](http://www.psyedu.ru) (дата обращения: 14.04.2019).
19. Деревянко С.П. Развитие эмоционального интеллекта в тренинговых группах // Психологический журнал. 2008. №2. С.79–84.
20. Диагностика учебной деятельности и интеллектуального развития детей: Сб. науч. тр. / Под ред. Д.Б. Эльконина, А.Л. Венгера. М.:

НИИОПП, 2006. 411с.

21. Дубровина И.В. Возрастной подход к воспитанию психологической культуры школьников // Мир психологии. 2012. № 2. С. 194–209.

22. Иванова Е. С., Пашкевич О. В. Особенности эмоционального интеллекта в подростковом возрасте // Психологический вестник Уральского государственного университета. Вып. 6. Екатеринбург: Изд-во Урал.унта, 2008. С. 264–267.

23. Запорожец А.В., Неверович Я.З. О генезисе, функции и структуре эмоциональных процессов у ребенка // Вопросы психологии. 1974. № 6. С. 59–72.

24. Запорожец А.В. Основные проблемы онтогенеза психики. Развитие восприятия и деятельность. К вопросу о генезисе, функции и структуре эмоциональных процессов у ребенка.// Избранные психологические труды: В 2 т. М., 1986. Т.1. 320 с.

25. Изотова Е.И, Никифорова Е.В. Эмоциональная сфера ребенка М.: Академия, 2004. 288 с.

26. Изотова Е.И. Эмоциональные представления как фактор психического развития детей дошкольного возраста: автореферат. Дисс. канд. психол. наук. М., 1994.

27. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. СПб: Питер, 2001. 752 с.

28. Леонтьев А. Н. Потребности, мотивы и эмоции. М.: МГУ, 1971. 40 с.

29. Люсин Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн // Психологическая диагностика. 2006. №4. С. 3–22.

30. Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования / Под ред. Д.В. Ушакова, Д.В. Люсина. М.: ИП РАН, 2004. 230 с.

31. Люсин Д.В. Социальный интеллект. Теория, измерение,

исследования / Под ред. Д.В. Ушакова, Д.В. Люсина. М., 2004. С. 29–39.

32. Майер Джей Д., Ди Паоло М., Salovey П. Восприятие аффективное содержание неоднозначных зрительных стимулов: компонент эмоционального интеллекта // Журнал оценки личности. 1990. Т. №3, 4. С.772–781.

33. Мандель Б.Р. Психология развития. Полный курс: иллюстрированное учебное пособие. М.-Берлин: Директ-Медиа, 2015. 743 с.

34. Мартыненко М.Н. Развитие эмоционального интеллекта у детей среднего дошкольного возраста // V Ежегодная международная научно-практическая конференция «Воспитание и обучение детей младшего возраста»: сб. ст. по матер. конф. 12-14 мая 2016 г. – Москва: Мозаика-Синтез, 2016. – С. 88-90.

35. Марченко С. Управление эмоциями. Эмоциональный интеллект. // Личное развитие и самореализация: Инновационно-практический проект. URL: <http://manprogress.com/ru/methods/managing-emotions.html> (дата обращения: 21.04.2019).

36. Маслоу А. Самоактуализация // Психология личности. Тексты / под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, А.А. Пузыря. М.: Изд-во МГУ, 1982. С.118–208.

37. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. М.: Академия, 1997. 342с.

38. Обухова Л. Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы. М.: Тривола, 1998. 352 с.

39. Обухова Л. Ф. Возрастная психология. Учебник. М.: Педагогическое общество России, 2001. 442 с.

40. Панкратова А.А. Эмоциональный интеллект: о возможности усовершенствования модели и теста Мэйера–Сэловея–Карузо. // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2010. №. 3. С.52–64.

41. Панкратова А.А. Эмоциональный интеллект: примеры программы формирования // Психологические исследования. 2009. №1.

URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2010n1-9/289-pankratova9.html> (дата обращения: 26.05.2019).

42. Пиаже Ж. Психология интеллекта // Избранные психологические труды. СПб., 2004.

43. Робертс Р. Д., Мэттьюс Дж., Зайднер М., Люсин Д. В. Эмоциональный интеллект: проблемы теории, измерения и применения на практике // Психология. Журнал Высшей школы экономики. Т. 1. № 4. 2004. С. 3–26.

44. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии СПб.: Питер, 2002, 720 с. 57.

45. Рыжов Д.М. Младший школьный возраст как сенситивный период развития эмоционального интеллекта // Среднее профессиональное образование. № 2. 2013. С. 29–31.

46. Семаго Н.Я., Семаго М.М. Теория и практика оценки психического развития ребенка. Дошкольный и младший школьный возраст. СПб.: Речь, 2005. 384 с.

47. Сергиенко Е.А., Ветрова И.И. Тест Дж. Мэйера, П. Сэловея, Д. Карузо Эмоциональный интеллект (MSCEIT v. 2.0): Руководство. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2010. 176 с.

48. Сергиенко Е.А., Ветрова И.И. Эмоциональный интеллект: русскоязычная адаптация теста Мэйера – Сэловея – Карузо (MSCEIT V2.0) // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2009. № 6 (8). Режим доступа: <http://psystudy.ru/num/2009n6-8/243-sergienko-vetrova8#e3> (Дата обращения: 05.12.2020).

49. Стернберг Р.Дж. Практический интеллект. СПб., 2002. 272с.

50. Тихомиров А.С. Эмоциональный интеллект – залог успеха // Делопроизводство и документооборот на предприятии. Май. 2007. URL: <http://delo-press.ru/articles.php?n=5274> (дата обращения: 19.04.2019).

51. Флогистон: Библиотека по психологии. URL: <http://flogiston.ru/articles/general/eq> (дата обращения: 26.05.2019).

52. Чикишева О.В. Психолого-педагогические особенности детей младшего школьного возраста // Проблемы и перспективы развития образования: материалы II междунар. науч. конф.: г. Пермь, май 2012 г. Пермь: Меркурий, 2012. С. 90–92.

53. Шабанов С. Алешина А. Эмоциональный интеллект. Российская практика. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2014. 429 с.

54. Эльконин Д. Б. К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте // Хрестоматия по возрастной психологии / Сост. Л.М. Семенюк; под ред. Д. И. Фельдштейна. М., 1994. С.269–175.

55. Эриксон Э. Детство и общество. СПб.: Ленато, 1996. 592 с.

56. Якобсон С. Г. Проблемы этического развития ребенка // Психология личности в трудах отечественных психологов. СПб.: Питер, 2000. С.293-300.

57. Юркевич В.С. Проблема эмоционального интеллекта // Вестник практической психологии образования. 2005. № 3 (4). Июль-сентябрь. С. 10.

### Методика исследования эмоционального интеллекта

Методика предложена Н. Холлом для выявления способности понимать отношения личности, репрезентируемые в эмоциях и управлять эмоциональной сферой на основе принятия решений. Она состоит из 30 утверждений и содержит 5 шкал:

- 1) эмоциональная осведомленность,
- 2) управление своими эмоциями (скорее это эмоциональная отходчивость),
- 3) самомотивация (скорее это как раз произвольное управление своими эмоциями, исключая пункт 14),
- 4) эмпатия,
- 5) распознавание эмоций других людей (скорее - умение воздействовать на эмоциональное состояние других людей).

Инструкция. Ниже вам будут предложены высказывания, которые так или иначе отражают различные стороны Вашей жизни. Пожалуйста, напишите цифру справа от каждого утверждения, исходя из оценки ваших ответов:

- |                        |                |
|------------------------|----------------|
| Полностью не согласен  | - (- 3 балла); |
| В основном не согласен | - (-2 балла);  |
| Отчасти не согласен    | - (-1 балл);   |
| Отчасти согласен       | - (+ 1 балл);  |
| В основном согласен    | - (+2 балла);  |
| Полностью согласен     | - (+ 3 балла). |

Текст опросника.

1. Для меня как отрицательные, так и положительные эмоции служат источником знания, как поступать в жизни.
2. Отрицательные эмоции помогают мне понять, что я должен изменить

в моей жизни.

3. Я спокоен, когда испытываю давление со стороны.

4. Я способен наблюдать изменение своих чувств.

5. Когда необходимо, я могу быть спокойным и сосредоточенным, чтобы действовать в соответствии с запросами жизни.

6. Когда необходимо, я могу вызвать у себя широкий спектр положительных эмоций, такие как веселье, радость, внутренний подъем и юмор.

7. Я слежу за тем, как я себя чувствую.

8. После того как что-то расстроило меня, я могу легко совладать со своими чувствами.

9. Я способен выслушивать проблемы других людей.

10. Я не застреваю на отрицательных эмоциях.

11. Я чувствителен к эмоциональным потребностям других.

12. Я могу действовать успокаивающе на других людей.

13. Я могу заставить себя снова и снова встать перед лицом препятствия.

14. Я стараюсь подходить творчески к жизненным проблемам.

15. Я адекватно реагирую на настроения, побуждения и желания других людей.

16. Я могу легко входить в состояние спокойствия, готовности и сосредоточенности.

17. Когда позволяет время, я обращаюсь к своим негативным чувствам и разбираюсь, в чем проблема.

18. Я способен быстро успокоиться после неожиданного огорчения.

19. Знание моих истинных чувств важно для поддержания «хорошей формы».

20. Я хорошо понимаю эмоции других людей, даже если они не выражены открыто.

21. Я хорошо могу распознавать эмоции по выражению лица.

22. Я могу легко отбросить негативные чувства, когда необходимо действовать.

23. Я хорошо улавливаю знаки в общении, которые указывают на то, в чем другие нуждаются.

24. Люди считают меня хорошим знатоком переживаний других людей.

25. Люди, осознающие свои истинные чувства, лучше управляют своей жизнью.

26. Я способен улучшить настроение других людей.

27. Со мной можно посоветоваться по вопросам отношений между людьми.

28. Я хорошо настраиваюсь на эмоции других людей.

29. Я помогаю другим использовать их побуждения для достижения личных целей.

30. Я могу легко отключиться от переживания неприятностей. Ключ для диагностики.

Шкала «Эмоциональная осведомленность» - пункты 1, 2, 4, 17, 19, 25.

Шкала «Управление своими эмоциями» - пункты 3, 7, 8, 10, 18, 30.

Шкала «Самотивация» - пункты 5, 6, 13, 14, 16, 22.

Шкала «Эмпатия» - пункты 9, 11, 20, 21, 23, 28.

Шкала «Распознавание эмоций других людей» - пункты 12, 15, 24, 26, 27, 29.

Подсчет результатов. по каждой шкале высчитывается сумма баллов с учетом знака ответа (+ или -). Чем больше плюсовая сумма баллов, тем больше выражено данное эмоциональное проявление.

Уровни парциального эмоционального интеллекта в соответствии со знаком результатов:

14 и более — высокий;

8–13 — средний;

7 и менее — низкий.

Таблица 1. – Бланка карты наблюдения

№	ФИ	ребенок учитывает настроение другого	реакция ребёнка на слова и действия собеседника	меняет ли ребёнок стиль общения по отношению к другому	отзывчив ли ребенок к проблемам собеседника;	понимает или принимает ребенок неудачу одноклассника
1	Манас А.					
2	Акбар Б.					
3	Степан Б.					
4	Макс Б.					
5	Мария Г.					
6	Макс Г.					
7	Рафаэль Г.					
8	Елизавета К.					
9	Арина К.					
10	Анна К.					
11	София Л.					
12	Артур Л.					
13	София М.					
14	Ульяна М.					
15	Ева М.					
16	Елизавета М.					
17	Дарья П.					
18	Валерий П.					
19	Михаил Р.					
20	Вячеслав С.					
21	Алина Т.					
22	Константи н Ф.					
23	Кирилл Ч.					
24	Аделина					

	Ч.					
25	Татяна Ш.					
26	Марк Ш.					

Таблица 2. - Результаты методики эмоционального интеллекта Н. Холла

№	ФИ	эмоциональная осведомленность						управление своими эмоциями						самотивация						эмпатия						распознавание эмоций других людей					
		пункты						пункты						пункты						пункты						пункты					
		1	2	4	17	19	25	3	7	8	10	18	30	5	6	13	14	16	22	9	11	20	21	23	28	12	15	24	26	27	29
1	Манас А.	-3	+1	-1	-3	+1	+2	-1	+3	-2	-3	+1	+2	-1	+2	+2	-3	+2	+2	-2	+1	+1	-2	+1	+3	-1	+3	-2	-3	+1	+2
2	Акбар Б.	-3	+1	+1	-3	+1	+2	-1	+2	+2	-2	+2	+2	-1	+3	-2	-3	+1	+2	-1	+2	+2	-2	+2	+2	-2	+1	+2	-3	+1	+2
3	Степан Б.	-2	+1	-2	-3	+1	+2	-2	+1	+2	-3	+1	+2	-1	+2	+2	-3	+2	+2	-1	+2	+2	-2	+2	+2	-2	+1	+1	-2	+1	+3
4	Макс Б.	-2	+1	+1	-2	+1	+3	-1	+2	+2	-2	+2	+2	-1	+2	+2	-2	+2	+2	-1	+2	-1	-3	+2	+1	-2	+1	-2	-3	+1	+2
5	Мария Г.	-3	+2	+1	-3	+1	+2	-1	+2	-1	-3	+2	+1	-3	+1	-1	-3	+1	+2	-2	+1	+1	-3	+2	+3	-1	+2	+2	-2	+2	+2
6	Макс Г.	-1	+3	-3	-3	+1	+2	-1	+2	-1	-3	+2	+1	-1	+2	+2	-2	+2	+2	-1	+2	+2	-2	+2	+2	-3	-1	+1	-3	+1	+1
7	Рафаэль Г.	-3	-1	+1	-3	+1	+1	-3	-1	+1	-3	+1	+1	-2	+1	+1	-2	+1	+3	-3	+1	-1	-3	+1	+2	-1	+2	-1	-3	+2	+1
8	Елизавета К.	-2	+1	+1	-3	+2	+3	-1	+2	+2	-3	+2	+2	-3	-1	+1	-3	+1	+1	-1	+2	+2	-3	+2	+2	-1	+2	-1	-3	+2	+1
9	Арина К.	-1	+2	+2	-3	+2	+2	-1	+2	+2	-2	+2	+2	-2	+1	+1	-3	+2	+3	-1	+2	+2	-1	+2	+1	-2	+1	-2	-3	+1	+2
10	Анна К.	-1	+1	+2	-3	+1	+2	-3	+1	-1	-3	+1	+2	-1	+2	-1	-3	+2	+1	-3	+1	-1	-3	+1	+2	-1	+3	-2	-3	+1	+2
11	София Л.	-3	-1	+2	-3	+1	+2	-1	+2	+2	-2	+2	+2	-1	+2	+2	-3	+2	+3	-1	+2	+2	-2	+2	+2	-1	+2	+2	-2	+2	+2
12	Артур Л.	-1	+3	-2	-3	+1	+2	-1	+3	-2	-3	+1	+2	-2	+1	+2	-3	+1	+2	-3	+1	-1	-3	+1	+2	-1	+2	+2	-2	+2	+2
13	София М.	-1	+2	+2	-2	+2	+2	-1	+2	+2	-2	+2	+2	-2	+1	-2	-3	+1	+2	-1	+2	+2	-2	+2	+2	-1	+2	-1	-3	+2	+1
14	Ульяна М.	-1	+2	+2	-3	+2	+3	-1	+2	-1	-3	+2	+1	-1	+2	+2	-3	+2	+2	-3	-1	+1	-3	+1	+1	-3	+1	-1	-3	+1	+2
15	Ева М.	-1	+2	+2	-2	+2	+2	-2	+1	+1	-2	+1	+3	-1	+2	+2	-2	+2	+2	-3	+1	-1	-3	+1	+2	-2	+1	+2	-3	+1	+2
16	Елизавета М.	-1	+3	+2	-2	+3	+3	-1	+2	-1	-3	+2	+1	-2	+1	+1	-3	+2	+3	-1	+2	-1	-3	+2	+1	-1	+2	+2	-3	+2	+3
17	Дарья П.	-1	+2	+2	-3	+1	+2	-2	+1	+2	-3	+1	+2	-1	+3	-2	-3	+1	+2	-1	+2	+2	-2	+2	+2	-2	+1	-2	-3	+1	+2
18	Валерий П.	-1	+2	-1	-3	+2	+1	-3	+1	-1	-3	+1	+2	-1	+2	-1	-3	+2	+1	-2	+1	+1	-3	+2	+3	-1	+2	+2	-2	+2	+2
19	Михаил Р.	-1	+2	+2	-3	+1	+3	-1	+3	-2	-3	+1	+2	-1	+2	-1	-3	+2	+1	-3	-1	+1	-3	+1	+1	-2	+1	+2	-3	+1	+2
20	Вячеслав С.	-1	+3	+2	-3	+2	+3	-3	-1	+1	-3	+1	+1	-1	+3	-2	-3	+1	+2	-2	+1	+2	-3	+1	+2	-2	+1	-2	-3	+1	+2

21	Алина Т.	-3	+2	+2	-3	+2	+2	-2	+1	+2	-3	+1	+2	-2	+1	-2	-3	+1	+2	-2	+1	+1	-3	+2	+3	-1	+2	+2	-3	+2	+2
22	Константи н Ф.	-3	+1	-3	-3	+1	+2	-2	+1	+1	-3	+2	+3	-3	-1	+1	-3	+1	+1	-2	+1	+2	-3	+1	+2	-1	+3	-2	-3	+1	+2
23	Кирилл Ч.	-3	+1	+2	-3	+1	+2	-3	+1	-1	-3	+1	+2	-1	+2	-1	-3	+2	+1	-2	+1	-2	-3	+1	+2	-1	+2	+2	-3	+2	+3
24	Аделина Ч.	-1	+3	+2	-3	+2	+2	-1	+3	-2	-3	+1	+2	-1	+2	+2	-3	+2	+2	-1	+2	-1	-3	+2	+1	-2	+1	+2	-3	+1	+2
25	Татяна Ш.	-2	+2	+2	-3	+3	+3	-2	+1	-2	-3	+1	+2	-2	+1	+1	-3	+2	+3	-3	-1	+1	-3	+1	+1	-1	+2	+2	-3	+2	+2
26	Марк Ш.	-2	+1	+2	-3	+1	+2	-1	+2	+2	-3	+2	+3	-3	-1	+1	-3	+1	+1	-2	+1	+2	-3	+1	+2	-3	+1	-1	-3	+1	+2

Таблица 3. – Результаты наблюдения

№	ФИ	ребенок учитывает настроение другого	реакция ребёнка на слова и действия собеседника	меняет ли ребёнок стиль общения по отношению к другому	отзывчив ли ребенок к проблемам собеседника;	понимает или принимает ребенок неудачу одноклассника
1	Манас А.	2	1	2	3	2
2	Акбар Б.	2	2	3	5	3
3	Степан Б.	1	1	1	1	1
4	Макс Б.	1	1	1	2	2
5	Мария Г.	2	3	3	3	3
6	Макс Г.	1	2	1	2	2
7	Рафаэль Г.	2	3	2	1	1
8	Елизавета К.	5	5	4	4	3
9	Арина К.	2	2	4	3	3
10	Анна К.	4	4	3	3	2
11	София Л.	4	5	4	3	3
12	Артур Л.	2	3	3	4	5
13	София М.	4	4	5	5	5
14	Ульяна М.	2	4	5	5	4
15	Ева М.	3	2	3	4	3
16	Елизавета М.	3	3	4	5	5
17	Дарья П.	2	2	3	2	4
18	Валерий П.	2	2	2	3	4
19	Михаил Р.	2	3	3	2	2
20	Вячеслав С.	2	2	3	4	3

21	Алина Т.	3	3	4	4	4
22	Константи н Ф.	1	1	1	1	1
23	Кирилл Ч.	2	2	3	2	3
24	Аделина Ч.	2	3	3	4	3
25	Татяна Ш.	3	3	3	4	5
26	Марк Ш.	3	2	2	4	2

## Приложение Б

Таблица 4. - Сводные результаты проведения методики эмоционального интеллекта Н. Холла и наблюдения

№	ФИ	ребенок учитывает настроение другого	реакция ребёнка на слова и действия собеседника	меняет ли ребёнок стиль общения по отношению к другому	отзывчив ли ребенок к проблемам собеседника;	понимает или принимает ребенок неудачу одноклассника	эмоциональная осведомленность;	управление своими эмоциями;	самотивация;	эмпатия	распознавание эмоций других людей.
1	Манас А.	Н	Н	Н	С	Н	Н	Н	Н	Н	Н
2	Акбар Б.	Н	Н	С	В	С	Н	С	С	С	С
3	Степан Б.	Н	Н	Н	Н	Н	Н	Н	Н	Н	Н
4	Макс Б.	Н	Н	Н	Н	Н	Н	С	Н	С	Н
5	Мария Г.	С	С	С	С	С	Н	С	Н	С	Н
6	Макс Г.	Н	Н	Н	Н	Н	Н	Н	Н	Н	Н
7	Рафаэль Г.	Н	С	Н	Н	Н	Н	Н	Н	Н	Н
8	Елизавета К.	В	В	В	В	С	С	С	С	Н	С
9	Арина К.	Н	Н	В	С	С	Н	Н	Н	Н	Н
10	Анна К.	В	В	С	С	Н	С	Н	Н	С	Н
11	София Л.	С	В	С	С	С	С	С	Н	С	Н
12	Аргур Л.	Н	С	С	В	В	Н	Н	Н	Н	Н
13	София М.	В	В	В	В	В	С	С	С	С	С
14	Ульяна М.	Н	В	В	В	В	С	С	С	С	С
15	Ева М.	С	Н	С	С	С	С	С	Н	Н	С
16	Елизавета М.	С	С	В	В	В	С	С	С	С	С
17	Дарья П.	Н	Н	С	Н	В	Н	Н	Н	С	С
18	Валерий П.	Н	Н	Н	С	В	Н	Н	Н	Н	Н
19	Михаил Р.	Н	С	С	Н	Н	С	Н	Н	Н	Н
20	Вячеслав С.	Н	Н	С	В	С	Н	С	С	Н	Н
21	Алина Т.	С	С	В	В	В	С	С	С	Н	С

22	Константин Ф.	Н	Н	Н	Н	Н	Н	Н	Н	Н	Н
23	Кирил Ч.	Н	Н	С	Н	С	Н	Н	Н	Н	Н
24	Аделина Ч.	Н	С	С	С	С	Н	Н	С	Н	С
25	Татяна Ш.	С	С	С	В	В	С	С	С	Н	С
26	Марк Ш.	С	Н	Н	В	Н	Н	Н	Н	С	С

**Программа развития эмоционального интеллекта младших школьников**

**Целью** программы является развитие эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте.

**Задачи:**

1. Знакомство с понятием эмоции и эмпатия.
2. Решение ситуативных задач и распознавание своих эмоций и эмоций других людей.
3. Участие детского коллектива в играх для развития ЭИ.

Блок 1.

**Занятие 1**

**Обсуждение на тему: «Что такое эмоции?»**

**Цель:** создать условия для знакомства с понятием эмоции.

**Задачи:**

1. Познакомить младшего школьника с понятием эмоции разных авторов.
2. Выяснить, как младший школьник понимает понятие эмоции.

Этапы	Деятельность учителя	Деятельность учеников
Организационный 5 мин.	Ребята, добрый день. Скажите мне, пожалуйста, какая у вас будет реакция, если прямо сейчас я скажу, что на сегодня все уроки отменены?  А что вы называли в данный момент, когда говорили мне о своей реакции на отмену всех уроков на сегодня?	Обучающиеся высказывают свои чувства и эмоции, тем самым показывая свою реакцию на предоставленную ситуацию. Мы называли то, что чувствуем и озвучили свои эмоции.
Основной 20 мин	Ребята, а что такое эмоции? Как вы понимаете это слово? Сейчас я вам предлагаю в группах обсудить, как каждый из вас понимает это слово и	Обучающиеся в группах обсуждают, что такое эмоции и формулируют одно общее понятие,

	<p>после этого сформулировать общее понятие «Эмоции» и представить нам его.</p> <p>Ваши понятие похожи и говорят об одном и том же.</p> <p>Давайте посмотрим, как в науке ученые объясняют данное понятие.</p> <p>(На экран выводится понятие эмоции с точки зрения науки, учитель объясняет его.</p> <p>Эмоции — психологические состояния, выражающиеся в форме переживаний, ощущений приятного или неприятного, удовлетворенности или неудовлетворенности человека. Эмоции служат для оценки человеком окружающего его мира — людей, предметов, явлений и событий).</p>	<p>записывают его на листе и предоставляют составленное понятие классу.</p> <p>Обсуждение данного понятия с учителем</p>
Итоговой 13 мин	А теперь, на основе ваших знаний и научного объяснения понятия «эмоции», предлагаю составить одно общее понятие, что бы оно было понятно каждому из вас.	Обучающиеся совместно с учителем составляют общее понятие «Эмоции».
Рефлексия 7 мин	С чем новым вы сегодня познакомились? Какую работу проделали? Кого бы хотели поблагодарить?	Обучающиеся отвечают на вопросы.

## Занятие 2

### Обсуждение на тему: «Что такое эмпатия?»

Цель: создать условия для знакомства с понятием эмпатия

Задачи:

1. Познакомить младшего школьника с понятием эмпатия разных

авторов.

2. Выяснить, как младший школьник понимает понятие эмпатия.

Этапы	Деятельность учителя	Деятельность учеников
Организационный 5 мин.	Ребята, добрый день. Если вы увидите, как ваш товарищ упал на улице и заплакал. Как вы поступите?  А почему кто-то из вас решил помочь и пожалеть товарища?	Обучающиеся рассказывают, что бы они сделали в предложенной ситуации. Потому что нам жалко нашего товарища и понимаем, что ему может быть больно.
Основной 20 мин	То, что вам жалко товарища и вы чувствуете его боль, хотя сами вы не падали, в науке называют эмпатия. Сейчас я вам предлагаю в группах обсудить, как каждый из вас понимает это слово и после этого сформулировать общее понятие «Эмпатия» и представить нам его. Ваши понятие похожи и говорят об одном и том же. Давайте посмотрим, как в науке ученые объясняют данное понятие. (На экран выводится понятие эмоции с точки зрения науки, учитель объясняет его. Эмпатия — это способность человека реагировать на эмоциональные проявления других людей, разделять их чувства, осознавать глубину горя или радости, не теряя связи с реальностью. Умение сознательно проецировать на себя чувства другого человека.	Обучающиеся в группах обсуждают, что такое эмпатия и формулируют одно общее понятие, записывают его на листе и предоставляют составленное понятие классу.  Обсуждение данного понятия с учителем
Итоговой 13 мин	А теперь, на основе ваших знаний и научного объяснения понятия «эмпатия», предлагаю	Обучающиеся совместно с учителем составляют общее

	составить одно общее понятие, что бы оно было понятно каждому из вас.	понятие «Эмпатия».
Рефлексия 7 мин	С чем новым вы сегодня познакомились? Какую работу проделали? Кого бы хотели поблагодарить?	Обучающиеся отвечают на вопросы.

2 Блок.

### 3 Занятие

#### «Какие бывают эмоции?»

Цель: научить называть эмоции.

Задачи:

1. Рассмотреть по иллюстрациям базовые эмоции людей научиться их различать, называть.

Этапы	Деятельность учителя	Деятельность учеников
Организационный	<p>Ребята, добрый день. Мы с вами на прошлых занятиях рассмотрели, что такое эмоции и эмпатия. Скажите, а какие эмоции вы знаете?</p> <p>Отлично! Сегодня я хочу познакомить вас с основным эмоциями, которые испытывает человек. А после этого, в группах, мы попробуем угадать по фото эмоции, которые испытывает ребенок.</p>	Обучающиеся называют известные им эмоции.

<p>Основной</p>	<p>Перед вами на экране базовые эмоции человека, их всего 4 и разновидности каждого вида эмоций.</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; text-align: center;"> <div style="width: 20%;"> <p>СЧАСТЬЕ</p>  <p>Удовольствие. Бодрость. Оживление. Удовлетворение. Умиротворение.</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p>ПЕЧАЛЬ</p>  <p>Огорчение. Грусть. Одиночество. Горечь.</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p>ЗЛОСТЬ</p>  <p>Недовольство. Раздражение. Досада. Взыскательность.</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p>СТРАХ</p>  <p>Растерянность. Нерешительность. Неуверенность.</p> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; text-align: center; margin-top: 10px;"> <div style="width: 20%;">  <p>Веселье. Радость. Воодушевление. Жизнерадостность. Восхищение.</p> </div> <div style="width: 20%;">  <p>Уныние. Тоска. Печаль. Страдание. Беспомощность.</p> </div> <div style="width: 20%;">  <p>Рассерженность. Злость. Враждебность. Агрессия.</p> </div> <div style="width: 20%;">  <p>Испуг. Скованность. Боязнь. Беспокойство. Тревога.</p> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; text-align: center; margin-top: 10px;"> <div style="width: 20%;">  <p>Ликование. Восторг. Торжество. Экстаз.</p> </div> <div style="width: 20%;">  <p>Угнетенность. Подавленность. Безысходность. Горе. Отчаяние.</p> </div> <div style="width: 20%;">  <p>Бешенство. Ярость. Ненависть. Гнев.</p> </div> <div style="width: 20%;">  <p>Паника. Ужас. Оцепенение. Кошмар.</p> </div> </div> <p>Сейчас наша задача познакомиться с каждым видом эмоций, рассмотреть его разновидности и внимательно пронаблюдать за проявлением мимики в момент проявления каждой эмоции.</p>	<p>Обучающиеся совместно с учителем рассматривают каждый вид эмоций и его разновидности. Обсуждают мимику в момент проявления эмоций.</p>
<p>Итоговой</p>	<p>Сейчас, я каждой группе раздам фото, где ребёнок показывает эмоции. Вам, в группе, необходимо определить и подписать какую эмоцию испытывает ребёнок в данный момент.</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>В этом вам поможет наша подсказка, карточка с разновидностями и названиями эмоций.</p> <p>После завершения работы, мы с вами обсудим ваши записи.</p>	<p>Обучающиеся пробуют определить эмоции, которые испытывает мальчик на фото, с помощью карточки-подсказки. Обучающиеся представляют свои результаты и совместно с учителем обсуждают их.</p>
<p>Рефлексия</p>	<p>С чем новым вы сегодня познакомились? Какую работу проделали? Кого бы хотели поблагодарить?</p>	<p>Обучающиеся отвечают на вопросы.</p>

## 4 Занятие «Чувства и эмоции»

Цель: научить распознавать свои эмоции, чувства эмоции, чувства других людей.

Задачи:

1. Предложить младшему школьному представить определённую ситуацию и попробовать назвать эмоции и чувства, которые он сейчас испытывает.

2. В парах, мимикой друг другу показывать определенные эмоции, товарищ должен определить какую эмоцию показывает его одноклассник.

3. Посмотреть фрагменты кинофильмов и мультфильмов назвать эмоции, чувства героев, которые они сейчас испытывают.

Этапы	Деятельность учителя	Деятельность учеников
Организационный	<p>Ребята, добрый день. Мы с вами на прошлых занятиях рассмотрели базовые эмоции и их разновидности, после этого попробовали определить эмоции ребенка по картинке. Назовите эмоции, которые вы запомнили с прошлого занятия.</p> <p>Отлично! Сегодня мы попробуем называть свои эмоции, которые вы испытываете в определенных ситуациях, в парах будем угадывать эмоции друг друга. А также, мы посмотрим фрагменты кинофильмов и мультфильмов и постараемся назвать, какие эмоции испытывают герои в данный момент.</p>	Обучающиеся называют эмоции, которые они запомнили.

<p>Основной</p>	<p>Итак, представьте такую ситуацию:</p> <p>1. В столовой, за обедом, на вас пролили стакан чая. Весь класс начал смеяться и никто не поспешил вам помочь. Что вы будете испытывать в данный момент?</p> <p>2. Учитель сообщает вам о том, что в конце недели вы всем классом отправитесь в детский центр отмечать день именинника. Какие эмоции у вас появились в данный момент?</p> <p>3. Вы решаете контрольную работу за четверть, но в один момент понимаете, что задания вам не под силу, а до конца урока остается 10 минут. Что вы будете испытывать в данный момент?</p> <p>Далее, я предлагаю разбиться на пары и немного поиграть. Каждый получит по три названия эмоции, вам необходимо изобразить эту эмоцию, а ваш товарищ должен её угадать. Сколько эмоций угадали, столько баллов получили.</p>	<p>Обучающиеся описывают эмоции, которые они будут испытывать в данной ситуации. В своих высказываниях пользуются карточкой-помощником, где приведены базовые эмоции и их разновидности.</p> <p>Обучающиеся в парах показывают заранее подготовленные учителем эмоции и угадывают их.</p>
<p>Итоговой</p>	<p>Сейчас, я покажу вам 3 фрагмента видеороликов. Вам необходимо внимательно их посмотреть и назвать те эмоции, которые испытывают герои данного видеофрагмента.</p> <p>В этом вам поможет наша</p>	<p>Обучающиеся пробуют определить эмоции, которые испытывают герои из видеофрагмента, с помощью карточки-подсказки.</p> <p>Обучающиеся</p>

	подсказка, карточка с разновидностями и названиями эмоций. После завершения работы, мы с вами обсудим ваши ответы.	представляют свои результаты и совместно с учителем обсуждают их.
Рефлексия	С чем новым вы сегодня познакомились? Какую работу проделали? Кого бы хотели поблагодарить?	Обучающиеся отвечают на вопросы.

### 5 Занятие «Контроль эмоций»

Цель: научить контролировать свои эмоции.

Задачи:

1. Предложить младшему школьному представить определённую ситуацию и назвать способы как можно справиться с эмоциями в данный момент.
2. В парах, создать список, как можно совладать с негативными эмоциями, чувствами
3. Посмотреть фрагменты кинофильмов и мультфильмов назвать способы контроля эмоций в определённый момент.

Этапы	Деятельность учителя	Деятельность учеников
Организационный	Ребята, добрый день. Мы с вами на прошлых занятиях рассмотрели базовые эмоции и их разновидности, после этого попробовали определить эмоции друг друга и других людей.  Ребята, скажите пожалуйста, если кто-то начнет обвинять вас в том, чего вы не делали, как вы будете себя чувствовать, какие эмоции испытывать?	Обучающиеся называют что они запомнили с прошлого занятия.  Обучающиеся называют эмоции, которые они могут испытывать в данной ситуации.

<p>Основной</p>	<p>А как можно повести себя по-другому, чтобы не доводить ситуацию до конфликта или даже драки? Что может помочь вам?</p> <p>Чтобы не создавать конфликтных ситуаций, нужно уметь контролировать свои эмоции и вовремя сдерживать себя и выйти из назревающего конфликта.</p> <p>Я предлагаю вам создать список, где будут прописаны пункты, с помощью которых можно будет контролировать негативные эмоции. Эту работу вы будете делать в группах.</p> <p>После, вы представите ваши списки, мы сделаем один общий и будем стараться следовать его пунктам, стараясь контролировать негативные эмоции.</p>	<p>Обучающиеся рассуждают о том, как не довести ситуацию, которая им неприятна, до конфликта.</p> <p>Обучающиеся в группах составляют списки контроля над негативными эмоциями и предоставляют его классу.</p>
<p>Итоговой</p>	<p>Теперь, имея список, мы можем попробовать проанализировать поведение людей в разных ситуациях и назвать те пункты из нашего списка, с помощью которых герои могли бы избежать конфликта.</p>	<p>Обучающиеся пробуют найти решения выхода из конфликта, применяя список «Контроля негативных эмоций».</p> <p>Обучающиеся представляют свои результаты и совместно с учителем обсуждают их.</p>
<p>Рефлексия</p>	<p>С чем новым вы сегодня познакомились? Какую работу проделали? Кого бы хотели поблагодарить?</p>	<p>Обучающиеся отвечают на вопросы.</p>

## 6 Занятие

### «Ситуативные задачи»

Цель: научить решать ситуативные задачи, связанные с ЭИ и определять чувства и эмоции героев в задачах.

Задачи:

1. Предложить младшим школьникам проанализировать ситуативные задачи.
2. Предложить младшим школьникам назвать эмоции, чувства, которые испытывают герои задачи.
3. Назвать решение ситуативных задач, связанных с ЭИ

Этапы	Деятельность учителя	Деятельность учеников
Организационный	Ребята, добрый день. Мы с вами на прошлых занятиях создали список контроля над негативными эмоциями. Попробовали использовать пункты списка для разрешения конфликтов из видеофрагментов.  Ребята, а каким образом мы можем закрепить наши знания об эмоциях человека?	Обучающиеся называют, что они запомнили с прошлого занятия.  Мы можем рассмотреть различные жизненные ситуации, проанализировать их и назвать эмоции, которые испытывает герой.

Основной	<p>Всё верно. Именно этим мы сегодня и займемся.  На каждую группу я подготовила по 2 ситуации.  Вам необходимо будет прочитать их и ответить на вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Какие эмоции испытывает главный герой?</li> <li>2) Какие эмоции преобладают в ситуации (отрицательные, нейтральные, положительные )</li> <li>3) Может ли в этой ситуации появиться конфликт? Если, да, то каким образом можно избежать его?</li> <li>4) Какое решение данной ситуации вы видите?</li> </ol>	<p>Обучающиеся в группах читают и анализируют задачи.  Отвечают на вопросы по задаче и находят её решение.</p>
Итоговой	<p>Теперь, вам необходимо представить свою работу другим группам, чтобы мы могли оценить её назвать положительные и отрицательные стороны.</p>	<p>Обучающиеся представляют свои результаты и совместно с учителем обсуждают их.</p>
Рефлексия	<p>С чем новым вы сегодня познакомились?  Какую работу проделали?  Кого бы хотели поблагодарить?</p>	<p>Обучающиеся отвечают на вопросы.</p>

### 3 Блок

#### 7 Занятие «Игра»

Цель: создать условия для участия младших школьников в играх, для развития ЭИ.

Задачи:

1. Организовать детский коллектив для участия в играх.

Этапы	Деятельность учителя	Деятельность
-------	----------------------	--------------

		учеников
Организационный 5 мин.	Ребята, добрый день. Сегодня у нас будет очень насыщенное и интересное занятие. Но перед тем как начать его, нам необходимо вспоминать все предыдущие занятия. Что мы узнали и чему научились.	Обучающиеся говорят о том, что они узнали и чему научились.
Основной 20 мин	<p>Сегодня мы с вами будем играть и для этого вам нужно применять все знания об эмоциях, которые мы с вами изучили.</p> <p>Игры: «Лица»</p> <p>Цель: способствует развитию понимания мимических выражений и выражения лица.</p> <p>Руководитель вывешивает на доске различные картинки, маски:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-радость, удивление, интерес;</li> <li>- гнев, злость, страх, стыд,</li> <li>- презрение, отвращение,</li> </ul> <p>Задача детей определить, какое чувство выражает маска.</p> <p>«Маски»</p> <p>Цель: умение различать мимику, самостоятельно сознательно пользоваться мимикой для выражения своих эмоций.</p> <p>Каждому из участников дается задание - выразить с помощью</p>	Обучающиеся играют совместно с учителем.

	<p>мимики горе, радость, боль, страх, удивление... Остальные участники должны определить, что пытался изобразить участник.</p> <p>«Ролевое проигрывание ситуаций»</p> <p>Цель: упражнение выполняется в парах, оно направлено на конкретную проработку, применение "волшебных" средств понимания, развитие эмпатии, использование уже знакомых средств понимания.</p> <p>Воспользовавшись "волшебными" средствами понимания, дети должны помочь:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) плачущему ребенку, он потерял мячик;</li> <li>2) мама пришла с работы, она очень устала;</li> <li>3) товарищ в классе сидит грустный, у него заболела мама;</li> <li>4) ваш друг плачет, он получил плохую оценку;</li> <li>5) девочка-соседка попросила тебя ей сделать аппликацию... Необходимо подобрать столько ситуаций, чтобы каждый ребенок смог выполнить задание.</li> </ol>	
Итоговой	Обсудите в группах цель	Обучающиеся

13 мин	каждой игры с точки зрения знаний об эмоциях.	обсуждают и дают свои ответы.
Рефлексия 7 мин	Как вы себя чувствовали, участвуя в играх? Какие эмоции испытывали? Что большего всего понравилось?	Обучающиеся отвечают на вопросы.

### 8 Занятие

Цель: создать условия для участия младших школьников в играх, для развития ЭИ.

Задачи:

1. Организовать детский коллектив для участия в играх.

Этапы	Деятельность учителя	Деятельность учеников
Организационный 5 мин.	Ребята, добрый день. Сегодня у нас будет очень насыщенное и интересное занятие. Но перед тем как начать его, нам необходимо вспоминать все предыдущие занятия. Что мы узнали и чему научились.	Обучающиеся говорят о том, что они узнали и чему научились.
Основной 20 мин	«Сделаем по кругу друг другу подарок»  Цель: развитие у детей чувствования друг друга, понимания настроения другого, развитие эмпатии.  Ведущий дает задание каждому сделать своему соседу справа подарок, но не какой-то конкретный подарок, а выдуманный: "Что вы хотели бы подарить именно этому человеку? Подарите тот подарок, который, по вашему мнению, сейчас ему особенно нужен".  Подарок можно описать	Обучающиеся играют совместно с учителем.

	<p>словами или показать жестами.</p> <p>«Общее настроение»</p> <p>Цель: развитие понимания, чувствования настроения собеседника.</p> <p>1 этап: Объявляется конкурс на лучшее изображение радости, страха, гнева, горя (в дальнейшем набор эмоций можно расширить). Настроение изображается с помощью мимики и жестов. Затем, когда выражение эмоции найдено, ведущий просит придумать и издать звук, ассоциирующийся у каждого ребенка с этим состоянием Если задание выполняется с трудом, то можно связать его с ситуацией из конкретного жизненного опыта детей: "Вспомни себя, когда ты радовался, когда у тебя произошло какое-то неприятное событие и т.д."</p> <p>Если дети начинают копировать движения друг у друга, то задание можно проделать с закрытыми глазами и открывать их только тогда, когда выражение нужного состояния будет найдено.</p> <p>2 этап: Работа в парах. Отбираются несколько базовых эмоций, например, испуг, удивление, радость, горе. Дети стоят спиной друг к другу, на счет раз-два-три показывают одно и то же состояние не сговариваясь. Важно как</p>	
--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

	<p>можно лучше научиться чувствовать друг друга. Удачно, когда выбор состояния в паре совпадают 2-3 раза подряд.</p> <p>3 этап: Разрабатывается единый; всеобщий знак для изображения основных эмоций, например, страха, горя, радости...</p> <p>На этом этапе важна работа по обсуждению видимых признаков, выражающих определенное состояние. «Как ты себя чувствуешь?»</p> <p>Цель: развитие внимательности, эмпатии, умения чувствовать настроение другого.</p> <p>Упражнение выполняется по кругу. Каждый ребенок внимательно смотрит на своего соседа слева и пытается догадаться, как тот себя чувствует, рассказывает об этом. Ребенок, состояние которого описывается, слушает и затем соглашается со сказанным или не соглашается, дополняет.</p>	
Итоговой 13 мин	Обсудите в группах цель каждой игры с точки зрения знаний об эмоциях.	Обучающиеся обсуждают и дают свои ответы.
Рефлексия 7 мин	<p>Как вы себя чувствовали, участвуя в играх?</p> <p>Какие эмоции испытывали?</p> <p>Что большего всего понравилось?</p>	Обучающиеся отвечают на вопросы.

## Каталог игр для развития эмоционального интеллекта

### 1 игра - «Лица»

Цель: способствует развитию понимания мимических выражений и выражения лица.

Руководитель вывешивает на доске различные картинки, маски:

- радость, удивление, интерес;
- гнев, злость, страх, стыд,
- презрение, отвращение,

Задача детей определить, какое чувство выражает маска.

### 2 игра - «Маски»

Цель: умение различать мимику, самостоятельно сознательно пользоваться мимикой для выражения своих эмоций.

Каждому из участников дается задание - выразить с помощью мимики горе, радость, боль, страх, удивление... Остальные участники должны определить, что пытался изобразить участник.

### 3 игра - «Ролевое проигрывание ситуаций»

Цель: упражнение выполняется в парах, оно направлено на конкретную проработку, применение "волшебных" средств понимания, развитие эмпатии, использование уже знакомых средств понимания.

Воспользовавшись "волшебными" средствами понимания, дети должны помочь:

- 1) плачущему ребенку, он потерял мячик;
- 2) мама пришла с работы, она очень устала;
- 3) товарищ в классе сидит грустный, у него заболела мама;
- 4) ваш друг плачет, он получил плохую оценку;

5) девочка-соседка попросила тебя ей сделать аппликацию...

Необходимо подобрать столько ситуаций, чтобы каждый ребенок смог выполнить задание.

4 игра - «Сделаем по кругу друг другу подарок»

Цель: развитие у детей чувствования друг друга, понимания настроения другого, развитие эмпатии.

Ведущий дает задание каждому сделать своему соседу справа подарок, но не какой-то конкретный подарок, а выдуманный: "Что вы хотели бы подарить именно этому человеку? Подарите тот подарок, который, по вашему мнению, сейчас ему особенно нужен".

Подарок можно описать словами или показать жестами.

5 игра - «Общее настроение»

Цель: развитие понимания, чувствования настроения собеседника.

1 этап: Объявляется конкурс на лучшее изображение радости, страха, гнева, горя (в дальнейшем набор эмоций можно расширить). Настроение изображается с помощью мимики и жестов. Затем, когда выражение эмоции найдено, ведущий просит придумать и издать звук, ассоциирующийся у каждого ребенка с этим состоянием. Если задание выполняется с трудом, то можно связать его с ситуацией из конкретного жизненного опыта детей: "Вспомни себя, когда ты радовался, когда у тебя произошло какое-то неприятное событие и т.д."

Если дети начинают копировать движения друг у друга, то задание можно проделать с закрытыми глазами и открывать их только тогда, когда выражение нужного состояния будет найдено.

2 этап: Работа в парах. Отбираются несколько базовых эмоций, например, испуг, удивление, радость, горе. Дети стоят спиной друг к другу, на счет раз-два-три показывают одно и то же состояние не сговариваясь. Важно как можно лучше научиться чувствовать друг друга. Удачно, когда выбор состояния в паре совпадают 2-3 раза подряд.

3 этап: Разрабатывается единый; всеобщий знак для изображения основных эмоций, например, страха, горя, радости...

На этом этапе важна работа по обсуждению видимых признаков, выражающих определенное состояние.

6 игра - «Как ты себя чувствуешь?»

Цель: развитие внимательности, эмпатии, умения чувствовать настроение другого.

Упражнение выполняется по кругу. Каждый ребенок внимательно смотрит на своего соседа слева и пытается догадаться, как тот себя чувствует, рассказывает об этом. Ребенок, состояние которого описывается, слушает и затем соглашается со сказанным или не соглашается, дополняет.