

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
профессионального образования

«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА»

(КГПУ им. В. П. Астафьева)

Факультет начальных классов  
Выпускающая кафедра педагогики и психологии начального образования

Белопольская Алеся Александровна

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

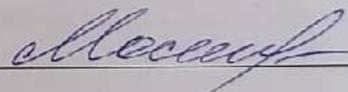
**ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА  
ОБУЧАЮЩИХСЯ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы Психология и педагогика  
начального образования

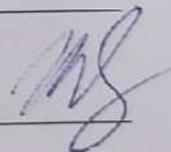
ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой, к.пс.н., доцент, доцент по кафедре  
психологии Н.А. Мосина



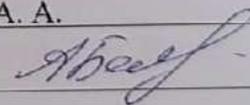
Руководитель:

к.пед.н., доцент, доцент по кафедре педагогики и  
психологии начального образования И. В. Дуда



Дата защиты \_\_\_\_\_

Обучающийся Белопольская А. А.



(дата, подпись)

Оценка \_\_\_\_\_

отлично

21.06.2021

(прописью)

Красноярск 2021

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ .....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ	
1.1. Сущность понятия эмоциональный интеллект. Становление представлений об эмоциональном интеллекте в психологии .....	8
1.2. Особенности эмоционального интеллекта младших школьников .....	13
1.3. Способы формирования и развития эмоционального интеллекта младших школьников .....	16
1.4. Внеурочная деятельность как средство развития эмоционального интеллекта младших школьников .....	18
Выводы по главе 1 .....	20
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ИССЛЕДОВАНИЮ ОСОБЕННОСТЕЙ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ	
2.1. Методическая организация экспериментальной работы по диагностике актуального уровня развития эмоционального интеллекта у младших школьников.....	22
2.1.1. Анализ данных экспериментальной работы.....	31
2.2. Программа развития эмоционального интеллекта «Компас эмоций» .....	37
Выводы по главе 2 .....	43

ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	44
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	46
ПРИЛОЖЕНИЯ .....	52

## ВВЕДЕНИЕ

В последние десятилетия в жизни детей произошли колоссальные изменения: ускорился темп жизни, увеличилось число факторов стресса, возрастает конкуренция и ответственность без наличия своевременных и доступных способов релаксации. Вдобавок ко всему растет и количество информации, необходимой к переработке и усвоению.

К такому образу жизни добавляется повсеместная компьютеризация, зависимость от гаджетов, переизбыток развлекательных ресурсов, отклоняющих вектор внимания на юмористический, развлекательный контент. В итоге мы имеем ребенка, который мало проводит времени со сверстниками, общается посредством социальных сетей, личные разговоры он отводит на второй план и заменяет его дистанционными способами взаимодействия. В такой ситуации страдают коммуникативная и перцептивная стороны общения. Также указанные факторы приводят к повышению эмоциональной перегруженности, повышению чувства тревоги, апатии, беспомощности. А.Б. Холмогорова и Н.Г. Гаранян в своих работах говорят, что «с культом успеха и достижений, культом силы и конкурентности, культом рациональности и сдержанности, характерных для нашей культуры» [39, с. 81] тесно связаны эмоциональные нарушения. То есть ребенку с раннего возраста транслируется такой идеальный образ жизни, где нет ни усталости, ни болезни, ни негативных эмоций. Такая установка порождает необходимость подавлять, заглушать собственные чувства, что в конечном итоге приводит к обратному эффекту. Таким образом, отсутствие переработки эмоций влечет за собой рост психологических и физиологических неблагоприятных проявлений, которые могут приводить и к негативному отношению к школе, к учителю, к одноклассникам, к самому себе и даже к психосоматическим заболеваниям. Однако и отсутствие контроля над собственными эмоциональными проявлениями наносит вред,

как и самой личности, так и окружающему социуму.

Соответственно, в таких условиях младшим школьникам стало труднее освоить навыки человеческих чувств, основы эмоциональной и социальной жизни. Поэтому запрос государства к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, изложенный на страницах Федерального государственного образовательного стандарта, содержит в себе требования к развитию навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, а также развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Реализация данного запроса, на наш взгляд, пройдет более успешно, если в школьной программе появится дополнительный курс, направленный на формирование и развитие эмоционального интеллекта. Такой курс должен быть направлен на раскрытие потенциала младших школьников, развитие навыков коммуникации и взаимодействия. Он даст им возможность понять и справиться с беспокоящими их ощущениями и позволит взять контроль над негативными импульсами, а также научит понимать чувства и эмоции окружающих людей.

В психолого-педагогической науке проблема эмоционального интеллекта человека в целом и младшего школьника в частности рассматривается в многообразных аспектах. Сущность и составляющие эмоционального интеллекта исследовали Д. Карузо, Дж. Майер, П. Сэловей, Д. Гоулман, Ю. Беатрис, Р. Бар-Он и др. Эмоциональное воображение изучали А.В. Запорожец, взаимосвязь эмоций и интеллекта - С.Л. Рубинштейн, Л.С. Выготский, У. Джеймс, В.В. Давыдов, А.Н. Леонтьев и др. Разработкой такой проблематики, как роль нравственных переживаний в общей системе развития личности, становлении ее внутренней позиции рассматривали Л.И. Божович и В.С. Мухина. Также В.С. Мухина затрагивала в своих работах вопрос разумности чувств. В ряде исследований отдельных

составляющих эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте обнаружались 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).

Актуальность данной работы определяется тем, что в настоящее время растет интерес отечественных и зарубежных исследователей к изучению эмоционального интеллекта младших школьников. Это обусловлено и существующими потребностями социальной среды, и недостаточной разработанностью некоторых аспектов данной проблематики, связанных в первую очередь с малым количеством конкретных исследований в этой области, а, соответственно, и методических приемов.

Таким образом, цель данной работы - на основе изучения особенностей эмоционального интеллекта разработать программу по повышению его уровня развития младших школьников.

Для реализации этой цели необходимо решить следующие задачи:

- проанализировать психолого-педагогическую литературу по теме исследования;
- подобрать диагностические методики для определения уровня развития эмоционального интеллекта у младших школьников;
- провести эмпирическое исследование, направленное на определение актуального уровня развития эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте в экспериментальной и контрольной группах;
- разработать программу внеурочной деятельности по развитию эмоционального интеллекта обучающихся младшего школьного возраста.

Объект исследования: эмоциональный интеллект обучающихся младшего школьного возраста.

Предмет исследования: особенности развития эмоционального интеллекта обучающихся младшего школьного возраста.

Гипотеза исследования состоит из следующих допущений:

– эмоциональный интеллект у обучающихся младшего школьного возраста развит недостаточно и требует дополнительных мер по его развитию;

– основными проблемными областями в развитии эмоционального интеллекта у младших школьников являются: небольшой запас эмотивов, низкая способность к определению эмоционального состояния окружающих, преобладание эмоциональной ориентации на предметную составляющую окружающей действительности.

В работе были применены следующие методы:

- анализ психолого-педагогической литературы;
- тестирование;
- опросные методы;
- проективные методы;
- методы количественного и качественного анализа.

Экспериментальная база исследования: исследование проводилось на базе МАОУ СШ № 8 города Красноярск, в нем приняли участие 30 обучающихся в возрасте 7 - 7, 5 лет.

Структура работы: выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, выводов, библиографического списка и приложений.

По теме исследования имеется публикация «Особенности формирования эмоционального интеллекта младших школьников во внеурочной деятельности (теоретический аспект)» в журнале «Молодой учёный», доступ к которой возможен по следующей ссылке: URL: <https://moluch.ru/archive/363/81131/>.

# **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

## **1.1. Сущность понятия эмоциональный интеллект.**

### **Становление представлений об эмоциональном интеллекте в психологии**

Проблема и понятие эмоционального интеллекта обособились в психолого-педагогической науке сравнительно не так давно. Их появлению и разработке предшествовало постепенное изменение взглядов на соотношение эмоциональных и интеллектуальных процессов.

Данная проблема достаточно активно рассматривается зарубежными и отечественными учеными. Среди зарубежных исследователей можно выделить такие имена, как Дж. Майер, П. Сэловей, Р. Бар-Он, Д. Карузо, Д. Гоулман, Г. Орме, Д. Слайтер, Х. Вейсингер, Р. Стернберг, Дж. Блок. В отечественной психологической науке данное понятие в настоящее время изучением эмоционального интеллекта на постсоветском пространстве занимаются Д.В. Люсин, Э.Л. Носенко, Н.В. Коврига, О.И. Власова, Г.В. Юсупова, М.А. Манойлова, Т.П. Березовская, А.П. Лобанов, А.С. Петровская и другие.

Если рассматривать данный вопрос с сугубо терминологической стороны, то стоит обозначить, что впервые такое понятие как «эмоциональный интеллект» стало фигурировать в трудах выдающихся американских ученых Джона Майера и Питера Сэловея. В начале 90-х годов минувшего века они дали собственное определение данного личностного конструкта. Трактовалось содержание данного термина следующим образом «Эмоциональный интеллект – это способность отслеживать собственные и чужие чувства и эмоции, различать их и использовать эту информацию для направления мышления и действий» [8].

Однако корни этого понятия уходят в теории социального интеллекта Э. Торндайка, Дж. Гилфорда, Г. Айзенка, а так же Х. Гарднера.

Самая ранняя работа, которая предвосхитила открытие эмоционального интеллекта, — исследование, проведенное в 1920-е гг. Р. Торндайком. Он первым дал определение такой части общего интеллекта, как социальный интеллект. Он трактовал его как «способность понимать других и действовать или вести себя мудро по отношению к окружающим» [10, с. 55].

В 1995 году американский психолог и научный журналист Дэниел Гоулман выпускает книгу об эмоциональном интеллекте. В ней он дает своё определение данному термину. Для него эмоциональный интеллект — это «способность выработать для себя мотивацию и настойчиво стремиться к достижению цели, несмотря на провалы, сдерживать порывы, контролировать свои настроения и не давать страданию лишиться себя возможности думать, сопереживать и надеяться» [20, с. 21].

По аналогии с аббревиатурой IQ, которая обозначает коэффициент интеллекта, клинический физиолог Рувен Бар-Он впервые вводит обозначение EQ (emotional quotient) – коэффициент эмоциональности. Он же приводит собственную трактовку данного понятия. Рувен Бар-Он определяет эмоциональный интеллект как «набор некогнитивных способностей, компетенций и навыков, которые влияют на способность человека справляться с вызовами и давлением внешней среды». Научный деятель определяет эмоциональный интеллект как «все некогнитивные способности, знания и компетентность, дающие человеку возможность успешно справляться с различными жизненными ситуациями» [3, с. 23].

В отечественной психологической науке аналогом термина «эмоциональный интеллект» можно считать понятие «эмоционального мышления», исследованием и разработкой которого занимался О.К. Тихомиров. Он полагал, что эмоции интегрированы в процесс мыслительной деятельности. Эмоции определяют области анализа, стратегию и задачи мыслительной деятельности. Также он считал, что с мышлением связаны все эмоциональные явления, а именно аффекты, эмоции, чувства. Данная взаимосвязь заключается в том, что эмоциональные состояния выполняют в

мышлении регулятивные и эвристические функции [11].

Еще одним отечественным исследователем эмоционального интеллекта является Е. А. Алябьева. По её мнению, «именно эмоциональный интеллект в современном его понимании был главным для выживания человека в доисторические времена, так как он проявляется в способности адаптироваться в окружающей среде, жить в мире и находить общий язык с соплеменниками и соседними племенами» [7, с. 124].

С.С. Степанов рассматривал эмоциональный интеллект «...как системно-функциональное свойство личности, обеспечивающее его социальную успешность и включающее инструментальные и личностные факторы» [52, с. 206].

И.Н. Андреева говорит о том, что степень становления эмоционального интеллекта взаимосвязана с индивидуальными проявлениями самоактуализации [9]. Также она отмечает, что высокий уровень развития внутриличностного эмоционального интеллекта влияет на естественность эмоциональных проявлений. И более того способствует позитивному самоотношению, которое, в свою очередь, даёт возможность устанавливать глубокие и тесные взаимоотношения с окружающими людьми [10].

Д.В. Ушаков указывает на то, что при проведении исследования эмоционального интеллекта следует использовать не опросники, которые лишь затуманивают измеряемые конструкты, а тесты, оценивающие переработку эмоциональной информации в реальном времени [12].

Как и зарубежные психологи, отечественные исследователи нередко исследуют эмоциональный интеллект в совокупности с возможностью его воздействия и влияния на лидерские качества личности. Так, работы О.В. Белоконь демонстрируют, что имеется связь между эмоциональным интеллектом и деловым стилем лидерства [13]. Лидеры с высоким эмоциональным интеллектом способны создавать благоприятный психологический климат в коллективе. Также такие личности могут мотивировать сотрудников на выполнение задач организации.

Далее рассмотрим модель эмоционального интеллекта, предложенную кандидатом педагогических наук Д.В. Люсиным. Данный исследователь определяет «эмоциональный интеллект» как совокупность способностей для понимания своих и чужих эмоций и управления ими [36]. Более того, Дмитрий Владимирович рассматривал психометрический и когнитивный аспекты данной проблематики.

Также отметим, что изучением психологических и психофизиологических аспектов эмоционального интеллекта занимались Е.И. Изотова [29] и Е.Б. Максимова [37].

Таким образом, можно заметить, что современные представления об эмоциональном интеллекте являются довольно неоднозначными и разноплановыми. Анализ основных исследовательских позиций по обсуждаемой проблематике позволяет нам сделать вывод о том, что на данный момент не существует четкой, принятой большинством представителей психолого - педагогической науки определения выбранного понятия.

На основе ранее проанализированных воззрений ученых и исследователей мы в данной работе будем рассматривать эмоциональный интеллект как способность эффективно разбираться в эмоциональной сфере человеческих отношений: понимать эмоции и эмоциональную подоплеку отношений, использовать свои эмоции для решения задач, связанных с отношениями и мотивацией, а также понимать и прислушиваться к эмоциональному состоянию окружающих людей.

Вопросы развития эмоционального интеллекта детей, подростков, молодежи находятся в фокусе внимания педагогов и психологов и имеют высокое социальное значение. По мнению И.Н. Андреевой, развитый эмоциональный интеллект способствует более эффективной ориентации в мире и адаптации в социуме. Начиная с дошкольного возраста ребенок начинает непосредственно угадывать эмоциональные состояния других людей и распознавать свои эмоциональные отношения с ними [11].

Более того, есть основания полагать, что эмоциональный интеллект связан с различными аспектами жизни человека, включая личное благополучие, качество социальных отношений, учебную успешность, профессиональную эффективность.

К.В. Петридес и Э. Фёрнхем в ходе исследований, проведенных в начале XXI века, выявили, что эмоциональный интеллект влияет на то, как дети регулируют свое поведение на уроке, сколько усилий они вкладывают в ту или иную стратегию обучения, как они справляются со сложностями в обучении, насколько они устойчивы к стрессам, как они принимают решения за пределами школы. Это значит, что на академическую успеваемость влияют не только когнитивные способности, но и эмоциональный интеллект. Именно поэтому имеет смысл обучать детей навыкам работы с эмоциями — скорее всего, это повлияет на академическую успеваемость. Более того, отсутствие эмоциональной компетентности может привести не только к отставанию по учебной программе, но и к антисоциальному поведению и прогулам.

## 1.2. Особенности эмоционального интеллекта младших школьников

Качественно новым этапом в развитии личности ребенка является младший школьный возраст. На данном этапе развитие высших психических функций и личности в целом происходит в рамках ведущей на данном этапе учебной деятельности. Учебная деятельность в начальных классах дает возможность большие возможности для развития психических, когнитивных процессов, а также эмоционально-аффективной сферы личности ребенка. Значение эмоций в младшем школьном возрасте очень велико. Они обогащают психику, яркость и разнообразие чувств, делают окружающий мир более интересным. Разнообразие собственных переживаний помогает более глубоко и тонко понять самого себя и окружающих.

О.Н. Истратова в своих работах отмечает, что на данном этапе развития происходит активное развитие не только эмоционального интеллекта, но и морально-нравственной сферы личности [31].

П.М. Якобсон утверждает, что у младших школьников еще не сформированы навыки осознания своих чувств и понимания эмоций других людей. Поэтому они часто не могут правильно воспринимать мимику, пантомимику, могут неверно интерпретировать выражение чувств окружающих, что приводит к неадекватной ответной реакции ребенка [60].

Именно поэтому особую важность и актуальность развитие эмоционального интеллекта приобретает в младшем школьном возрасте, поскольку именно в этот период идет активное развитие всех сторон личности ребенка. На данном этапе происходит совершенствование их самосознания, возможности к рефлексии и умения вставать на место другого человека, а также учитывать его потребности и чувства.

Вопреки важности развития эмоциональной сферы младшего школьника образование и система семейного воспитания в европейских странах и России долгое время совершенствовалась для того, чтобы развивать сугубо познавательную сферу с ориентацией на безличную

научную информацию. Результатом всего этого становятся трудности в отношениях с окружающими, а также непонимание собственных чувств.

Рассмотрим некоторые основные особенности в развитии эмоционального интеллекта младшего школьника. Во-первых, на данном этапе развития ребенок только начинает осваивать социально приемлемые формы выражения чувств, он учится сдерживать эмоциональные порывы, выражения страха или неудовольствия. Это связано с тем, что кора больших полушарий головного мозга еще недостаточно регулирует деятельность подкорковых структур, с работой которых связаны простейшие чувства и их проявления. Во-вторых, происходит процесс установления эмоции и слова, которое её обозначает. Также формируется эмоциональное предвосхищение, то есть предвидение будущего результата деятельности вызывает положительные реакции. В-третьих, участие в жизни класса, школы, в общественной деятельности формирует у младшего школьника чувство коллективизма, ответственности, солидарности и долга. На данной основе развиваются высшие чувства: нравственность, эстетические чувства, а также устанавливаются ценностные ориентации и моральные нормы. Хотя младшие школьники не всегда могут объяснить, по какой причине они решили вести себя определенным образом, но внутренние нравственные ориентиры уже присутствуют. Также важно отметить, что в этом возрасте происходит усвоение языка эмоций при помощи взглядов, улыбок, жестов, поз, движений, интонаций голоса окружающих и расширение словаря эмоций, то есть это систематизированного собрания слов, которые называют эмоции.

Исходя из всего вышесказанного, младший школьный возраст считают сензитивным периодом формирования эмоционального интеллекта. Так как естественная потребность в эмоциональном восприятии окружающего мира на данной этапе развития дополняется у школьников активным интеллектуальным развитием.

Повлиять на развитие эмоционального интеллекта могут социальные и биологические факторы. Под социальными факторами мы будем понимать

жизненные ситуации, которые вызывают у ребенка тревогу, беспокойство, радость и другие эмоции, а также окружение ребенка, воздействие на него социума, детско-родительские отношения, межличностное общение с одноклассниками и учителями, друзьями. Под биологическими факторами – особенности пола, возраста, работы нервной системы.

Р.М. Грановская [22], Р.В. Овчарова [41], А.С. Спиваковская [51], В.К. Загвоздкин [26] и другие исследователи отмечали, что отношения ребенка с семьей являются одним из важнейших факторов становления и организации эмоционального интеллекта.

Они пришли к выводу, что семья – это первая социальная сфера, которая предназначает его развитие и становление основой формирования его доминирующих эмоциональных состояний. Семья становится источником первых позитивных и негативных переживаний и эмоций ребенка. Все это складывается в основу формирования и зарождения эмоционального интеллекта.

Автор А.А. Осипова говорит, что школа – это важный фактор развития эмоционального интеллекта. Вступая в школьную жизнь, ребенок начинает тесно взаимодействовать с одноклассниками, заводит новых друзей, принимает участие в жизни коллектива. Здесь у ребенка могут возникать проблемы в отношениях с окружающими из-за плохой адаптации или чрезмерной застенчивости. Также в процесс обучения, можно внести такой компонент как самоконтроль, когда ученикам разрешается самим оценивать свои действия и поступки [42].

Рассмотрением влияния биологических факторов развития эмоционального интеллекта занималась, например, В.С. Мухина. Она отмечает, что трансформации в физиологической сфере вносят изменения и в психической жизни младшего школьника [10].

Рассмотрев факторы развития аффективной сферы ребенка, можно сделать вывод о том, что на окружающих ребенка взрослых лежит большая ответственность. И родители, и учителя должны максимально использовать

разнообразные методы развития эмоционального интеллекта.

Развитие данного конструкта происходит в процессе специально организованной деятельности, в которой ребенок обретает непосредственный индивидуальный опыт переживаний эмоций и чувств.

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

В Концепции модернизации образования подчёркивается особая роль внеурочной деятельности, как фактора развития склонностей, способностей, интересов личности обучающегося.

В полной мере раскрыть все вышеназванные стороны личности в ходе обычной учебной деятельности на уроке довольно проблематично. Поэтому для приобщения школьников к нормам и правилам социума используется потенциал внеурочной, внешкольной деятельности, который осуществляется через клубные объединения, факультативы, различные мероприятия (экскурсии, олимпиады, конкурсы, проекты, акции и др.).

В условиях школы также можно использовать следующие методы организации внеурочной деятельности: беседа, игра, работа с художественными произведениями, прослушивание и работа с музыкальными произведениями, и театрализованная деятельность. Также огромные возможности для работы над аффективной сферой личности ребенка раскрывает внеурочная деятельность. Разнообразные формы её организации могут помочь педагогу раскрыть внутренний потенциал каждого ребенка.

Рассмотрим каждый метод более детально. Беседа – один из самых доступных и простых способов развития эмоционального интеллекта. Важно обсуждать с ребенком все ситуации, которые вызвали у ребенка эмоциональные реакции в течение дня. Также нужно обсуждать, как можно иначе вести себя в той или иной ситуации, какие варианты поведения были

бы возможны, как другие чувствовали себя тогда и воспринимали его поступки.

Игровая деятельность все еще присутствует в младшем школьном возрасте и ее значение для развития психики нельзя умалить. Именно в игре возможно воспроизведение взрослого мира и участие в воображаемой социальной жизни.

Следующий метод развития эмоционального интеллекта – это чтение и анализ художественной литературы. Наиболее подробно данный метод развития эмоциональной сферы у детей младшего школьного возраста рассматривался в методических материалах Л. П. Стрелковой [53]. Она утверждает, что литература позволяет раскрыть перед школьником разнообразие чувств и эмоций, вызвать интерес к собственному внутреннему миру и к личности героев художественных произведений. С помощью литературных произведений младшие школьники учатся сопереживать, замечать тончайшие изменения в эмоциональном фоне окружающих и близких. Там они могут найти способы разрешения проблем, возникающих в классном коллективе, в семье, в дружеских отношениях.

Гуманистическая педагогика рассматривает музыкальное развитие, как наиболее подходящую среду для развития эмоциональной сферы. С помощью музыкальных произведений можно обогатить и гармонизировать внутренний мир, реализовать творческий потенциал. Более того, данный метод может реализовать потребность младшего школьника в двигательной активности. Танцевальные движения становятся средством передачи собственных чувств, переживаний, образа.

Следующее направление в развитии эмоционального интеллекта – это театрализованная деятельность. Театр позволяет решить многие проблемы современной педагогики и психологии, связанные с созданием благоприятного социального климата, снятием тревоги, напряженности, повышением уверенности в себе, расширением словаря эмоций. Немаловажной частью деятельности по развитию эмоционального

интеллекта является внеурочная деятельность. На базе школы возможна организация клуба, кружка, студии или секции.

Таким образом, в настоящее время существуют большие возможности для развития эмоционального интеллекта младшего школьника, которые свою очередь помогут оптимизировать эмоциональные процессы и состояния, возникающие у детей в процессе межличностного взаимодействия. Более того, развитие эмоционального интеллекта может рассматриваться как значимый фактор повышения психологической культуры в детском обществе в целом.

#### **1.4. Внеурочная деятельность как средство развития эмоционального интеллекта младших школьников**

Воспитание и социализация личности невозможны без включения человека в различные социальные связи, без осуществления им созидательной, творческой деятельности в рамках какого-либо значимого для человека объединения. Такое объединение должно состоять из сверстников, которые увлечены общими интересами и стремлениями. Таким образом, дети соединяют свои знания, практический опыт, навыки, силы и возможности для достижения общей цели в игровой, учебной, трудовой, досуговой, общественно полезной деятельности.

Большими воспитательными возможностями в школе обладает внеурочная деятельность, так как она не подчинена алгоритму урока и дети и педагог могут брать на себя различные роли, не заботясь о том, что к концу занятия должен быть конкретный результат. Внеурочная деятельность включает в себя и процесс познания, и общение, и игру. Она важна в плане представления реальных и достаточных возможностей для всестороннего развития личности человека, его творческих и интеллектуальных способностей, для общения, самовыражения и самоутверждения, отдыха, а также для становления гражданского

самосознания и идентичности.

Участие в программе внеурочной деятельности помогает обучающимся с процессом самоидентификации, с решением личных проблем, процессом саморазвития и получения новых знаний, умений и навыков в организации собственного жизненного пространства.

Многочисленные психолого-педагогические исследования показывают, что занятость во внеурочной деятельности содержит значительный потенциал для развития эмоциональной сферы личности ребенка, ведь именно внутри такого рода деятельности эмоциональные способности и возможности ребенка раскрываются в естественных для него условиях со сверстниками под чутким надзором взрослых.

Например, В. Д. Иванов [27], Б. З. Вульф [17, 18] и другие исследователи, рассматривая условия педагогического влияния, на личность обучающегося во время его включения его в систему отношений временного объединения, установили, что такая организация позволяет создать условия для развития у него организаторских, лидерских, морально-нравственных, эмпатических и других социально значимых качеств личности.

Важной особенностью внеурочной деятельности является то, что все его участники находятся в условиях совместной творческой работы, делового и эмоционального взаимодействия на равных началах, что располагает к свободному самовыражению, подразумевает неформальный стиль межличностного общения, дает большие возможности для сотрудничества и взаимопомощи. Также такие условия позволяют открыто обмениваться информацией и навыками, что служит основой для расширения эмоционального опыта личности, что в свою очередь обеспечивает развитие эмоционального интеллекта. Как следствие такой неформальной атмосферы, личность также способна проявлять социально-культурную активность и субъективную позицию, что является основой для понимания собственных эмоциональных состояний и чувств.

## Выводы по главе 1

Анализируя данные о современных условиях жизни и деятельности младших школьников, мы пришли к выводу, что ускорение темпа и ритма жизни, увеличение объема информации, необходимой к усвоению, повсеместное использование гаджетов, замена личного общения на виртуальное, повышение уровня стресса и наличие лишь небольшого количества способов сублимации этого стресса, затруднили освоение навыков общения и взаимодействия.

Современный запрос к личностным качествам младшего школьника включает в себя требования к развитию навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, а также развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.

Одним из возможных способов реализации этого запроса является внедрение внеурочного курса, который был бы направлен на формирование и развитие эмоционального интеллекта.

В структуре эмоционального интеллекта выделяются следующие компоненты: эмоциональная осведомленность; управление своими эмоциями; самомотивация; эмпатия; распознавание эмоций других людей.

В ходе анализа психолого-педагогической литературы было выделено множество разнообразных определений эмоционального интеллекта, на основе которых мы решили определять эмоциональный интеллект, как способность эффективно разбираться в эмоциональной сфере человеческих отношений: понимать эмоции и эмоциональную подоплеку отношений, использовать свои эмоции для решения задач, связанных с отношениями и мотивацией, а также понимать и прислушиваться к эмоциональному состоянию окружающих людей.

Так же мы установили, что младший школьный возраст является сензитивным для формирования и развития эмоционального интеллекта и

морально-нравственной сферы личности.

Повлиять на развитие эмоционального интеллекта могут социальные и биологические факторы. Под социальными мы будем понимать разнообразные события, которые, так или иначе, вызывают у младшего школьника эмоциональный отклик, как положительный, так и негативный, а под биологическими факторами – особенности пола, возраста, работы нервной системы.

Внеурочная деятельность играет особую роль в развитии склонностей, способностей, интересов личности обучающегося и эмоционального интеллекта в частности.

Виды внеурочной деятельности, которые позволяют развивать эмоциональный интеллект младшего школьника, включают в себя игровую деятельность, работу с художественными произведениями, прослушивание и работу с музыкальными произведениями, театрализованную деятельность, членство в клубных объединениях, факультативы, различные мероприятия (экскурсии, олимпиады, конкурсы, проекты, акции и др.).

## **ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ИССЛЕДОВАНИЮ ОСОБЕННОСТЕЙ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

### **2.1. Методическая организация экспериментальной работы по диагностике актуального уровня развития эмоционального интеллекта у младших школьников**

В первой главе в ходе теоретического анализа мы выяснили, что представляет собой эмоциональный интеллект обучающегося младшего школьного возраста, его компоненты, особенности развития. На основе полученной информации было спланировано исследование, в основу которого легли в первую очередь полученные теоретические данные.

Опытно-экспериментальная работа проводилась в следующей последовательности:

- выделение критериев для оценки актуального уровня развития эмоционального интеллекта младших школьников;
- подбор диагностических методик;
- проведение опытно-экспериментальной работы с выбранной группой испытуемых.

Как было сказано выше, основой для разработки диагностического комплекса, стали теоретические данные, полученные в ходе анализа психолого-педагогической литературы. Основанием для выбора именно этих методик послужила структура эмоционального интеллекта, которая включает в себя эмоциональную осведомленность, управление собственными эмоциями, самомотивацию, эмпатию, распознавание эмоций других людей.

Подобранный нами диагностический комплекс включает в себя следующие методики:

- «изучение понимания эмоциональных состояний людей,

изображенных на - картинке» В. Б. Никишиной;

– «что – почему – как» М.А. Нгуена;

– «дорисовывание: мир вещей – мир людей – мир эмоций» М.А. Нгуена;

– опросник для родителей А. М. Щетининой.

Опытно-экспериментальная работа была организована на базе МАОУ СШ №8. В эксперименте участвовали 30 обучающихся.

Цель констатирующего эксперимента – определение актуального уровня развития эмоционального интеллекта младших школьников в выбранной группе испытуемых.

Исследование будет проводиться в два этапа.

На первом планируется сформировать экспериментальную группу, которая будет продиагностирована в рамках выбранных нами методик.

На втором этапе полученные данные будут изучены и проанализированы. Проведен подсчет схожих ответов учеников, составлена сводная таблица ответов, определен процент (вес), который составляет каждый ответ.

Критерии, которые мы выделили для проведения эксперимента, были составлены на базе модели эмоционального интеллекта, представленной в Главе 1.

В нашей работе мы ориентируемся на следующие критерии, характеризующие эмоциональный интеллект:

– знания о собственных эмоциональных состояниях и окружающих людей;

– умение адекватно реагировать на проявление эмоций окружающими;

– направление эмоциональной ориентации на эмоциональную составляющую окружающей действительности;

– уровень эмпатии.

Подробное описание критериев и уровней развития эмоционального

интеллекта представлено в таблице 1.

Таблица 1. - Критерии и уровни развития эмоционального интеллекта у младших школьников

Уровни Критерии	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Знания о собственных эмоциональных состояниях и окружающих людей	Недостаточное понимание эмоциональных состояний окружающих	Обучающийся объясняет без затруднения из представленных пиктограмм 2-3 эмоции	Обучающийся хорошо понимает и осознает эмоциональные состояния как взрослых, так и детей на пиктограммах без затруднений
Умение адекватно реагировать на проявление эмоций окружающими	У обучающегося возникают затруднения в определении эмоциональных состояний людей, не может объяснить их причину, предположить дальнейшее развитие ситуации.	Обучающийся частично ориентируются на эмоциональное состояние другого человека и показывают способность ему сочувствовать.	Обучающийся самостоятельно, правильно определяет эмоциональные состояния сверстников и взрослых, объясняет их причину, делает прогнозы дальнейшего развития ситуации.

Продолжение таблицы 1

Направление эмоциональной ориентации на эмоциональную составляющую окружающей действительности	Направленность эмоциональных побуждений на удовлетворение собственных предметных потребностей.	Нестабильная направленность реакций на эмоциональную составляющую окружающей действительности	Направленность побуждений на эмоциональную составляющую окружающей действительности .
Уровень эмпатии	Проявление эмпатии у обучающихся лишь в некоторых ситуациях указанного поведения.	Проявление эмпатии без эмоциональной осознанности.	Проявление сочувствия без помощи и руководства взрослого.

В таблице 2 мы объединили критерии с методиками для их диагностики.

Таблица 2. - Критерии развития эмоционального интеллекта и методики их диагностики у младших школьников

Критерии	Методика диагностики, авторы	Цель диагностики
Знания о собственных эмоциональных состояниях и окружающих людей	«Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображенных на картинке» (В. Б. Никишина)	Изучение понимания эмоций, эмоциональных состояний людей, изображенных на картинке

Умение адекватно реагировать на проявление эмоций окружающими	«Что – почему – как» (Нгуен М.А.)	Определить степень готовности обучающегося учитывать эмоциональное состояние другого человека, сопереживать, заботиться о нём.
Направление эмоциональной ориентации	«Дорисовывание: мир вещей – мир людей – мир эмоций» (Нгуен М.А.)	Определить эмоциональную ориентацию обучающегося
Уровень эмпатии	Опросник для родителей (Щетинина А. М.)	Определить уровень проявления эмпатии у обучающихся

Остановимся подробнее на описании методик, составивших диагностический комплекс.

Целью методики «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображенных на картинке» В.Б. Никишиной является изучение понимания эмоций, эмоциональных состояний людей, изображенных на картинке.

Обучающимся последовательно демонстрируется стимульный материал с изображениями детей, на лицах которых ярко выражены их эмоциональные состояния. Пиктограммы представлены в приложении на рисунке 7. Каждая картинка предьявляется отдельно. После этого задаются следующие вопросы:

- как чувствует себя ребенок, изображенный на картинке;

– как ты догадался об этом.

Обработка результатов состоит в подсчете полученных баллов и соответствует следующим уровням развития эмоционального интеллекта:

– низкий уровень (1 балл) характеризуется недостаточным пониманием эмоциональных состояний.

– средний уровень (2-3 балла) характеризуется тем, что обучающийся объясняет без затруднения из 2-3 эмоции названных.

– высокий уровень (4 балла) характеризуется тем, что обучающихся без посторонней помощи может назвать более 3 предъявленных эмоций.

Целью методики «Что – почему – как» М.А. Нгуена является определение степени готовности ребёнка учитывать эмоциональное состояние другого человека, сопереживать ему и заботиться о нём.

Задача обучающихся прослушать рассказы (текст для девочек и для мальчиков представлен в Приложении А, в таблице 1), а потом ответить на несколько вопросов. Обучающиеся, отвечая на них, должны решить определённую проблему, связанную с взаимоотношениями между детьми, их оценкой произошедшей ситуации и пониманием эмоциональных состояний героев рассказов.

Обработка результатов по данной методике заключается в том, что сначала оцениваются по следующей шкале.

За ответ на вопрос «Что Таня (Юра) сказала (сказал) ребятам?» выставляются следующие баллы:

–0 баллов, если ребёнок не отвечает или даёт такие варианты ответа: «Не смейтесь», «Что вы делаете?», «Как вам не стыдно».

–1 балл, если ребенок ответил: «Старшая сестра (старший брат) угрожала (угрожал) ребятам;

–2 балла, если ребенок предложил конструктивное решение проблемы.

За ответ на вопрос «Почему Таня (Юра) так поступила (поступил)?» выставляются следующие баллы:

- 0 баллов, если ребёнок не понимает вопроса;
- 1 балл, если ребенок сказал: «Чтобы не смеялись»; «Чтобы не обижали»;
- 2 балла, если ребенок ответил: «Люди чувствуют себя плохо, если над ними смеются».

За ответ на вопрос «Как бы ты поступил (а) в такой ситуации?» выставляются следующие баллы:

- 0 баллов, если ответ отсутствует;
- 1 балл, если ребенок сказал, что нужно попросить взрослых поговорить с обидчиками;
- балла, если ребёнок сам принимает решение, опираясь на свои чувства – чувства обиженного человека.

Далее баллы, которые были получены на первом этапе, складываются, и определяется уровень развития эмоционального интеллекта. По данной методике выделяют следующие уровни развития эмоционального интеллекта:

- низкий, если испытуемый получил 0 – 2 балла;
- средний, если испытуемый получил 3 – 4 балла;
- высокий, если испытуемый получил 5 – 6 баллов.

Цель методики «Дорисовывание: мир вещей – мир людей – мир эмоций» М.А. Нгуена – выявить направленность эмоциональной ориентацию ребёнка на предметную составляющую окружающей действительности или на социальную составляющую.

Процесс проведения заключается в том, что обучающимся предлагается за 15 минут добавить (дорисовать) к фигурам любые детали, чтобы получились рисунки со смыслом.

На рисунке 6 в приложении Ж представлен стимульный материал к данной методике.

Обработка результатов заключается в том, что ответы на вопросы оцениваются по трёхбалльной шкале:

- 0 баллов – дорисовка отсутствует; изображен предмет или животное;
- 1 балл – изображено человеческое лицо;
- балла – изображен человек (выражено его эмоциональное состояние или он дан в движении).

Опросник для родителей А. М. Щетининой нацелен изучить реакции на эмоциональные состояния окружающих людей у обучающихся младшего возраста.

Опросный лист состоит из 12 вопросов, на которые отвечают родители обучающихся.

Анализ результатов заключается в количественной и качественной обработке данных. На основе полученной информации определяется тип эмпатической реакции обучающегося:

- гуманический тип эмпатических реакций характеризуется тем, что обучающийся проявляет интерес к состоянию другого, ярко эмоционально на него реагирует и идентифицируется с ним, активно включается в ситуацию, пытается помочь, успокоить другого (от 20 до 24 баллов);
- эгоцентрический тип эмпатических реакций определяется ситуацией, когда обучающийся переводит внимание взрослого на себя, эмоционально реагирует на переживания другого (от 12 до 16 баллов);
- низкий уровень развития эмпатийных реакций характерен для тех обучающихся, которые не проявляют интереса к эмоциональному состоянию других, слабо реагируют на их переживания и совершают какие-либо действия помощи только по побуждению взрослого (от 1 до 8 баллов);
- смешанный типа эмпатийный реакций (от 17 до 19 баллов).

Все полученные в ходе исследования данные были подвергнуты соответствующей тестовой процедуре обработки, количественному или качественному анализу. В следующем параграфе мы представляем анализ результатов исследования.

### 2.1.1. Анализ данных экспериментальной работы

Полученные данные по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображенных на картинке» В. Б. Никишиной, стимульный материал к которой расположен в Приложении Б, таблице 1, позволяют выделить превалирующий уровень развития способности к определению эмоций окружающих.

На Рисунке 4 видно, что среди протестированных испытуемых большинство имеют низкий (44%) и средний (50%) уровни развития данного умения. То есть можно с уверенностью утверждать, что в данной группе испытуемых имеются некоторые затруднения, которые могут быть связаны в первую очередь с небольшим набором эмотивов -

единиц предназначенных для выражения эмоционального состояния. Наиболее узнаваемыми эмоциями в стали: радость (0,8 балла) и страх (0,5 балла). Их правильно определили 81% и 50% обучающихся соответственно. Наименее — гнев (0, 4 балла) и горе (0, 2 балла). Данные эмоции смогли определить 38% и 25% младших школьников соответственно.

При этом высокий уровень развития данного навыка характерен лишь для 6% испытуемых. То есть данная группа испытуемых без помощи взрослого самостоятельно узнает большинство представленных пиктограмм. Они активно используют информацию, которую получают, видя мимику, жесты, внешний вид, походку другого человека и успешно используют её для идентификации его эмоционального состояния. Результаты диагностики по данной методике представлены на рисунке 1.

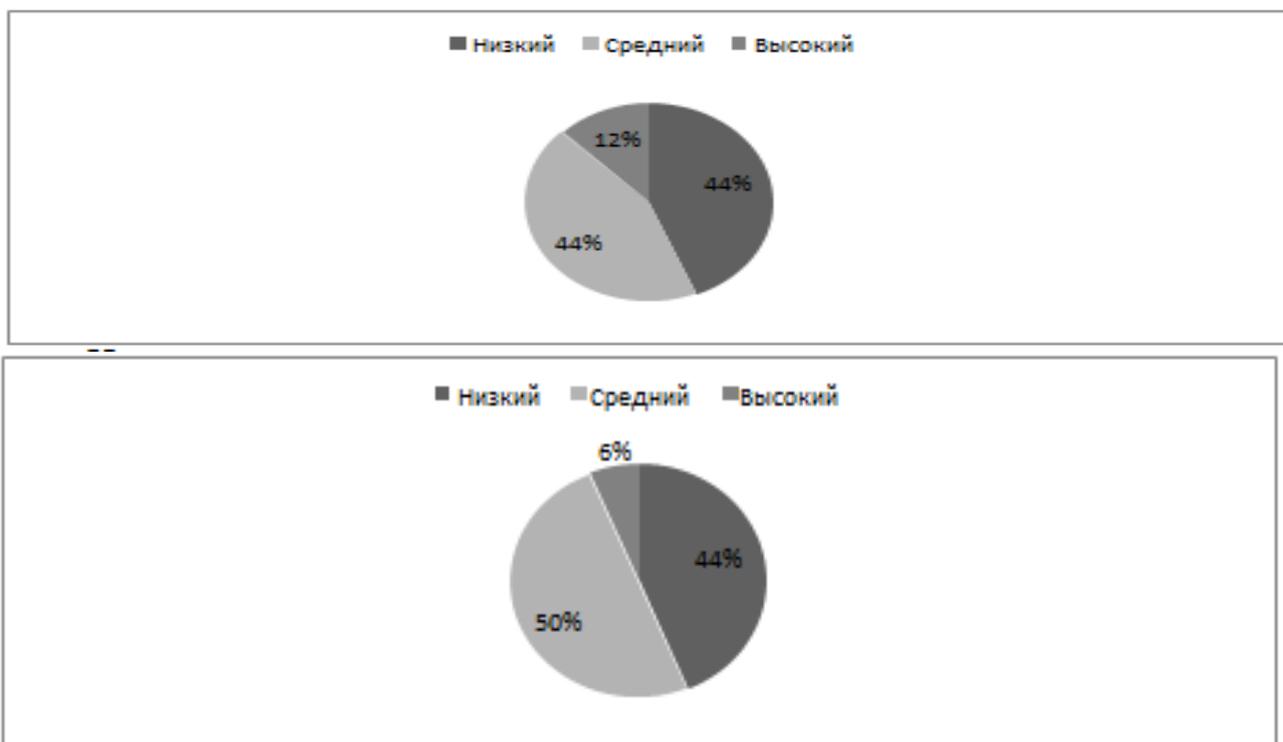


Рисунок 1. Оценка уровня понимания собственных эмоций и эмоциональных состояний окружающих

Итак, по методике В. Б. Никишиной мы выяснили, что большинство учащихся имеют низкий и средний уровни способности воспринимать, считывать и распознавать эмоции окружающих.

Методика «Что – почему – как» Нгуен М.А.

При оценке умения обучающихся эмоциональное состояние другого человека в общении было установлено: большинство младших школьников показали средний уровень развития данного качества, который характеризуется тем, что обучающийся частично ориентируется на эмоциональное состояние другого человека и показывают способность ему сочувствовать.

Низкий уровень, который определяется тем, что у испытуемых возникают затруднения в определении эмоциональных состояний людей, характерен для 44% обучающихся. Обобщенные данные можно увидеть на рисунке 2.

Рисунок 2. Оценка степени готовности ребёнка учитывать эмоциональное состояние другого человека, сопереживать ему и заботиться о нём.

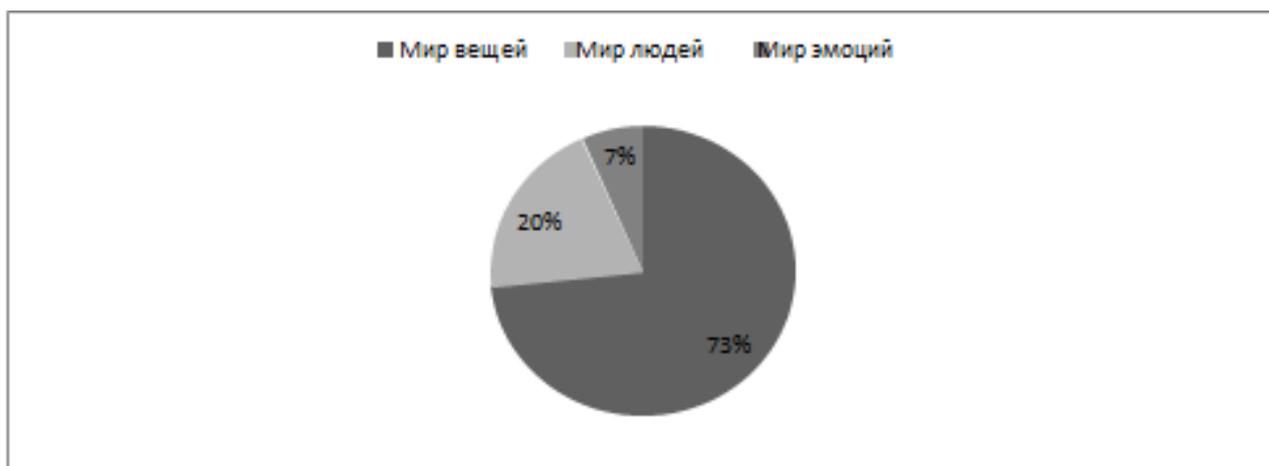
Высокий уровень мы выявили лишь у 12%. Этот уровень показывают те обучающиеся, которые могут самостоятельно и правильно определить эмоциональные состояния сверстников и взрослых, объяснить их причину.

Исходя из вышесказанного, мы можем говорить о том, что преобладают низкий и средний уровни развития умения адекватно реагировать на проявление эмоций окружающими. При этом данный уровень характеризуется наличием затруднений большей или меньшей степени при определении эмоциональных состояний людей.

Методика «Дорисовывание: мир вещей – мир людей – мир эмоций» Нгуен М.А.

Представленные в таблице 2 в Приложении Б количественные данные дают основания утверждать, что эмоциональная ориентация на мир эмоций (на рисунке изображен человек) присуща 7% выборки испытуемых. Ориентация на мир людей (изображено человеческое лицо) выявлена у 20% протестированных младших школьников. Большинство обучающихся (73%) ориентированы на мир вещей, а это значит, что на их рисунках изображены предметы окружающей действительности.

Полученные данные могут говорить о том, что преимущественно те



такие дети не придают ценности общению с окружающими, совместной деятельности со сверстниками и взрослыми. Большой интерес для них представляют гаджеты, игрушки и другие вещи, предназначенные для развлечения. Такая тенденция не может не вызывать тревоги, как так, воз

можно, в будущем ребенок будет иметь определенные трудности: будет капризными, эгоистичными, бедными эмоционально, неспособным выстроить успешные взаимоотношения

Рисунок 3

Рисунок 3. Оценка типа эмоциональной ориентации ребёнка на себя или на других людей в экспериментальной группе

Подводя итог вышесказанному, отмечаем, что явно прослеживается тенденция к повышенному интересу к предметному миру, которая характеризуется большей привязанностью детей к бытовым вещам окружающей действительности.

Опросник для родителей (Щетинина А. М.)

Анализ данных позволил нам определить, что в выбранной группе испытуемых преобладает эгоцентрический и смешанный тип эмпатии, которые соответствуют среднему уровню развития эмоционального интеллекта. Эгоцентрический тип эмпатии характерен для 43% испытуемых, смешанный – 29%. Низкий уровень эмпатии, который определяет низкий уровень развития эмоционального интеллекта, характерен для 14% испытуемых. А гуманистический тип эмпатии имеют 14% обучающихся. Такой тип эмпатических реакций характерен для младших школьников с высоким уровнем развития эмоционального интеллекта. Обобщенные результаты видны на рисунке 4.

Рисунок 4



#### Рисунок 4. Исследование типа эмпатии в экспериментальной группе

Таким образом, можно утверждать, что в обеих группах испытуемых в наибольшей степени выражен эгоцентрический и смещенный типы эмпатии, которые характерны для обучающихся со средним уровнем развития эмоционального интеллекта.

Обобщив результаты всех методик, мы определили, что в обеих группах испытуемых превалирует средний уровень развития эмоционального интеллекта (62%). Низким уровнем развития эмоционального интеллекта обладают 32% испытуемых. Высокий уровень развития эмоционального интеллекта свойственен для 6% испытуемых. Это видно на рисунке 5.

Рисунок 5

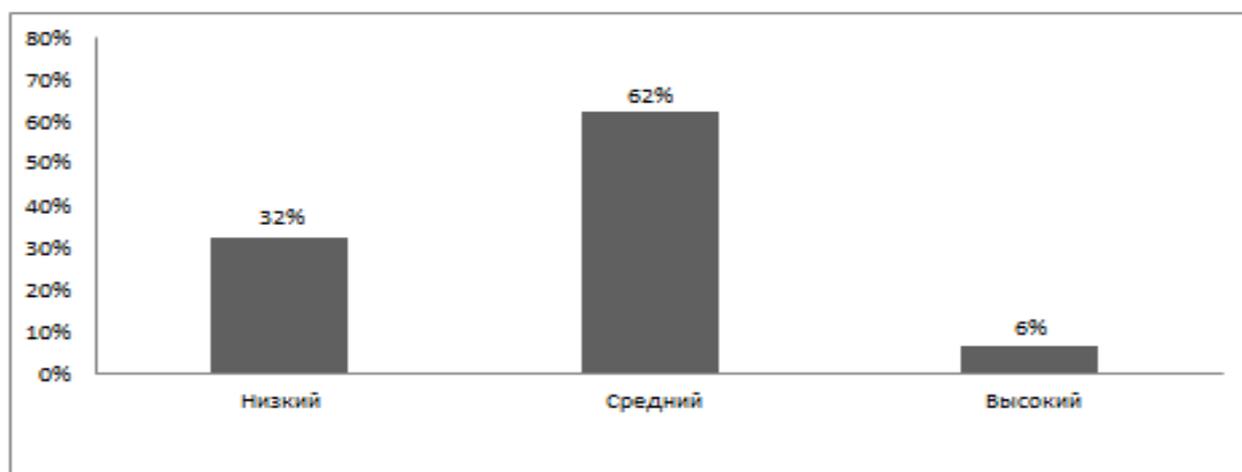


Рисунок 5. Общий уровень актуального развития эмоционального интеллекта

Сводная таблица общих результатов исследования представлена в приложении П, таблица 13.

Исходя из проведенного нами исследования, можно выделить проблемные области развития эмоционального интеллекта у обучающихся младшего школьного возраста:

- осведомленность о различных эмоциях и способах их выражения как самими обучающимися, так и их окружением (наибольшие затруднения вызывали следующие эмоции: гнев, страх, удивление);
- умение определять и учитывать эмоциональное состояние окружающих

людей в коммуникации;

- эмоциональная ориентация на предметную составляющую окружающей действительности;

- эгоцентрический тип эмпатических реакций у подавляющего большинства младших школьников.

На основе выделенных проблемных областей была разработана программа внеурочной деятельности, аннотация к которой будет представлена нами в следующем параграфе.

## **2.2. Программа развития эмоционального интеллекта «Компас эмоций»**

Исходя из результатов констатирующего эксперимента, было выявлено, что большинство младших школьников имеют средний и низкий уровни развития эмоционального интеллекта.

На основе полученных данных, нами была разработана программа внеурочной деятельности, которая потенциально может оказать положительное влияние на формирование компонентов эмоционального интеллекта, повышение уровня эмпатии и расширение представлений о человеческих чувствах в целом.

Программа внеурочной деятельности «Компас эмоций» разработана для учащихся 1 классов, которым необходима помощь в развитии эмоционального интеллекта.

Актуальность данной программы определяет социальный и государственный запрос к развитию у младших школьников навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, а также развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Поскольку в современной образовательной парадигме обучающийся р

ассматривается, как субъект деятельности, обладающий особенным внутренним миром, ценностными ориентациями, системой взглядов,

убеждений и мировоззрения, индивидуально-типологическими особенностями, а также определенным личным складом эмоциональной сферы, задача учителя состоит в том, чтобы грамотно совмещать формирование базовых знаний и навыков в области эмоционально-волевой сферы с творческой деятельностью, развитием индивидуальных задач обучающихся, их познавательных способностей и активности.

Эта программа создана для того, чтобы включить в учебный процесс специальные методики, направленные на разностороннее развитие эмоционально-

волевой сферы личности обучающегося и, не отрываясь от проблем обучения и воспитания, создать условия для развития эмоциональной сферы личности.

Также актуальность данного курса определяется в первую очередь тем, что младший школьник в 1 классе находится в сензитивном периоде для развития эмоционально-волевой сферы. Исходя из этого и современного образа жизни школьника (ускорение темпа жизни, увеличение числа факторов стресса, повсеместная компьютеризация, общение посредством социальных сетей, преобладание дистанционных способов взаимодействия и т.д.) необходимо создать такие условия, в которых можно будет освоить навыки человеческих чувств, основы эмоциональной и социальной жизни на должном уровне.

Целью программы является создание условий для формирования представлений о человеческих эмоциях и укрепления уже имеющихся, а также для расширения запаса эмотивов и повышения уровня развития эмпатии на основе специальных упражнений и бесед.

Задачи разработанной нами программы состоят в том, чтобы:

- расширить словарь эмоций обучающихся;
- развить навыки коммуникации с окружающими взрослыми и сверст

никами;

- способствовать повышению уровня развития эмпатии;
- способствовать развитию навыка понимания эмоций партнеров по общению по внешним признакам (мимике, пантомимике, позе, интонации).

В число участников программы были включены обучающиеся, которые почувствовали в констатирующем эксперименте.

На освоение разработанной программы выделяется 33 часа. Продолжительность занятий составляет 35 минут.

Модель внеурочного занятия выглядит следующим образом:

- вводная часть (беседа по теме занятия, актуализация имеющихся представлений обучающихся по теме занятия):

- основная часть (упражнения, которые направлены на формирование представлений об изучаемой эмоции, распознавания её графического образа, особенностей её мимического выражения, особенностей её выражения у партнера по взаимодействию, также сюда включается обучение некоторым способам самопомощи при переживании негативных эмоций);

- заключительная часть (обсуждение пройденного материала, обобщение информации, которая была получена в ходе занятия, рефлексия).

Все занятия программы объединены в тематические блоки:

- «мама, я - школьник!»;
- «мир эмоций»;
- «мир взаимоотношений»;
- «чему научились и что узнали?».

Первый блок представляет собой вводный раздел, направленный на первичное знакомство школьников с новой социальной ролью. Также этот блок создаст условия для первичной адаптации первоклассников в сложившейся социальной ситуации развития и знакомства участников внеучебного курса между собой, установление социальных связей и эмоционального контакта между ними.

Во втором блоке происходит знакомство, анализ, театрализация основных человеческих эмоций и чувств, выделенных такими учеными, как Роберт Плутчик, Пол Экман, Сильван Томкинс, Ричард Лазарус.

В третьем блоке рассматриваются особенности взаимоотношений с близким окружением школьника (родители, одноклассники, учителя, друзья), происходит ознакомление со способами распознавать, оценивать эмоциональное состояние другого человека.

Четвертый блок включает в себя 2 обобщающих занятия, которые объединены в одно. На нём актуализируются полученные сведения об основных эмоциях в ходе работы над театральным выступлением «В мире эмоций».

В соответствии с выделенными тематическими блоками, мы составили таблицу, где определили содержательный материал каждого из них.

Программа разработана на основе авторской программы Родионова В. А. «Я и другие». Тренинги социальных навыков. / Художник А.А. Селиванов. – Ярославль: Академия развития, 2001. – 224 с.: ил.-

(Серия: «Практическая психология в школе»). Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального образования.

При условии реализации такого курса этико-психологических развивающих внеурочных занятий, можно прогнозировать следующие результаты.

Коммуникативные УУД, которые потенциально будут развиты в ходе реализации данной программы:

- умение контролировать свои эмоции и поступки;
- умение разрешать конфликты;
- умение выявлять проблемы, искать и оценивать альтернативные способы разрешения конфликтов;
- умение договориться с окружающими;
- умение продуктивно работать в паре, группе и выполнять различные

роли (лидера, исполнителя);

– умение с достаточной полнотой и точностью выражать собственные мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.

Регулятивные УУД, которые потенциально будут развиты в ходе реализации данной программы:

- уметь работать самостоятельно, ориентируясь на задания учителя;
- учиться высказывать свои предположения и версии в работе;

– уметь определять свою роль в групповой работе и адекватно оценивать свои результаты.

Личностные УУД, которые потенциально будут развиты в ходе реализации данной программы:

- нравственно-оценочные умения;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- развитие этических чувств —

стыда, вины, совести как регуляторов нравственного поведения;

– развитие эмпатии как понимания чувств других людей и сопереживания им.

Формы организации занятия:

- психологические игры;
- психологические упражнения;
- этюды;
- комбинированное учебное занятие;
- беседы;
- психогимнастические упражнения;
- арттерапевтические занятия.

Методическое обеспечение программы предусматривает наличие:

- аудио и видеокассет со сказками;
- настольных игр;

- памяток детям о правилах поведения;
- сценарий праздников;
- дидактических игр.

Материально-

техническое оборудование программы предусматривает наличие:

- арттерапевтических принадлежностей (краски, кисти, пластилин, цветная бумага, картон, бумажный клей и прочее);
- технических средств обучения.

План занятий с содержанием изучаемых тем представлен в Приложении и А таблице 6.

В приложениях Б, В представлены конспекты занятий по темам «Вина, раскаяние, прощение, извинение», «Тревога и волнение». Выбор этих тем обуславливается тем, что занятия, направленные на формирование и укрепление уже существующих представлений об эмоциях и чувствах человека, имеют приоритетное значение в разработанной программе.

Представленная программа занятий может быть использована практикующими педагогами в профессиональной деятельности.

## Выводы по главе 2

Для определения уровня развития эмоционального интеллекта в экспериментальной и контрольной группах мы подобрали диагностический комплекс:

- «изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображенных на картинке» (В.Б. Никишиной);
- «три желания» (М. А. Нгуена);
- «что – почему – как» (М. А. Нгуена);
- «дорисовывание: мир вещей – мир людей – мир эмоций» (М. А. Нгуена);
- опросник для родителей (А.М Щетининой).

Проведя данное исследование в двух исследуемых группах, можно сделать следующие выводы:

- в обеих группах испытуемых существуют определенные пробелы в знаниях о собственных эмоциональных состояниях и состояниях других людей, почему и превалирует уровень низкий и средний осведомленности в данной области;
- небольшое количество испытуемых в выборках умеют адекватно реагировать на проявление эмоций окружающими людьми и, соответственно, у них присутствуют определенные сложности в выстраивании стратегии поведения в социуме;
- большинство продиагностированных младших школьников имеют эгоцентрический тип эмоциональной ориентации, то есть у них превалирует желание удовлетворять только собственные потребности;
- уровень эмпатии у испытуемых в экспериментальной и контрольной группах также по большей части эгоцентрический.

Обобщая результаты всех методик, мы можем сказать, что в обеих группах развитие уровня эмоционального интеллекта находится на низком и на ср

еднем уровнях.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе проведенной теоретической и практической работы нами была проделана следующая работа:

– на основе анализа психолого-педагогической литературы по теме исследования, было раскрыто само понятие эмоционального интеллекта, его структура, особенности его развития в младшем школьном возрасте и способы его формирования в целом и во внеурочной деятельности в частности;

– эмоциональный интеллект был определен нами, как способность эффективно разбираться в эмоциональной сфере человеческих отношений: понимать эмоции и эмоциональную подоплеку отношений, использовать свои эмоции для решения задач, связанных с отношениями и мотивацией, а также понимать и прислушиваться к эмоциональному состоянию окружающих людей. Данный конструкт развивается в процессе специально организованной деятельности, в которой ребенок обретает непосредственный индивидуальный опыт переживания эмоций и чувств;

– подобран диагностический комплекс методик для определения уровня развития эмоционального интеллекта у младших школьников на основе выделенных нами критериев развития эмоционального интеллекта;

– проведено эмпирическое исследование, направленное на определение фактуального уровня развития эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте.

Констатирующий этап исследования прошел в два этапа. На первом был сформирована экспериментальная группа, которая была продиагностирована в рамках выбранных нами методик. На втором этапе были изучены и проанализированы полученные данные.

Был проведен анализ данных, полученных в ходе экспериментальной работы. В ходе анализа нам удалось определить, что в обеих группах уровень

эмоциональный интеллект находится на среднем уровне с превалированием к низкому уровню. Это значит, что большинство протестированных обучающихся с трудом определяют эмоциональное состояние собеседника, редко замечают перемены в настроении окружающих.

Соответственно, они зачастую могут не задумываться о том, какие чувства вызывают у партнера по взаимодействию их собственные слова или действия.

Также это говорит о том, что у данной выборки школьников слабо развита способность управления собственным эмоциональным состоянием, и, соответственно, управления эмоциями собеседника. К данному дефициту добавляется низкий уровень развития эмпатии, который обуславливается неспособностью проникнуть во внутренний мир собеседника, присоединиться к его переживаниям.

Выделены проблемные области в развитии эмоционального интеллекта в выбранной группе испытуемых: осведомленность о различных эмоциях и способах их выражения; умение определять и учитывать эмоциональное состояние окружающих людей в коммуникации; эмоциональная ориентация на предметную составляющую окружающей действительности, эгоцентрический тип эмпатических реакций.

На этой основе была разработана программа внеурочной деятельности, направленная на компенсацию выделенных проблемных областей в развитии эмоционального интеллекта.

Таким образом, мы видим, что обе гипотезы исследования нашли свое подтверждение в ходе проведенного исследования.

## Список использованных источников

1. Айзенк Г. Ю. Интеллект: новый взгляд // Вопросы психологии. 1995. № 1. С.111—129.
2. Александровская Э. М., Кокуркина Н. И., Куренкова Н. В. Психологическое сопровождение школьников. Москва : Академия, 2013. 208 с.
3. Алешина А., Шабанов С. Эмоциональный интеллект. Москва, Манн-Иванов-Фербер, 2014.
4. Алешина А. В., Шабанов С. Т. Эмоциональный интеллект для достижения успеха. Санкт-Петербург : Речь, 2012. 336 с.
5. Алябьева Е. А. Эмоциональные сказки. Беседы с детьми о чувствах и эмоциях. Москва : Сфера, 2019. 160 с.
6. Алябьева Е. А. Психогимнастика в начальной школе: методические материалы в помощь психологам и педагогам. Москва : Сфера, 2014. 88 с.
7. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект: исследование феномена // Вопросы психологии. 2006. № 3. С. 78–86.
8. Андреева И. Н. Азбука эмоционального интеллекта. СПб. : БХВ-Петербург, 2012. 288 с.
9. Андреева И. Н. Предпосылки развития эмоционального интеллекта // Вопросы психологии. 2015. № 5. С. 57– 65.
10. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии. Новополюцк : ПГУ, 2014. 388 с.
11. Андреева И. Н. Об истории развития понятия «эмоциональный интеллект» // Вопросы психологии. 2008. № 5. – С. 83 – 95.
12. Безуевская В. А., Глубокова Е. Н., Смирнова Н. В. Организация деятельности школьных научных клубов : учеб.-метод. пособие / Сургут. гос. ун-т. Сургут : ИЦ СурГУ, 2017. 69 с.
13. Белоконь О. В. Эмоциональный интеллект и феномен лидерства: эксперимент «Строим вместе» // Психология. Журнал высшей школы экономики. 2008. Т. 5 № 3. С. 137 – 134.
14. Берк Л. Е. Развитие ребенка / Л. Е. Берк. Санкт-

Петербург : Питер, 2016. 1056 с.

15. Буйлова Л. Н., Кочнева С. В. Клубная общность как социальный фактор воспитания. М., 1999. 33 с.
16. Васильев И. А., Поплужный В. Л., Тихомиров О. К. Эмоции и мышление. М., 1980.
17. Вульффов Б. З. Семь парадоксов воспитания. М. : Новая школа, 1994. 79 с.
18. Вульффов Б. З., Иванов В. Д. Время взрослых поступков: Диалоги о школьной юности и ее проблемах. М. : Новая школа, 1993. 160 с.
19. Гаркушева И. С. Исследование уровня развития эмпатии младших школьников, находящихся в социально опасном положении // Молодой ученый. 2018. № 49 (235). С. 221–223.
20. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Москва : АСТ – МОСКВА, 2013. 478 с.
21. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. Москва: Манн, Иванов и Фербер, 2013. 560 с.
22. Грановская Р. М. Элементы практической психологии. 2-е изд. Л. : Издательство Ленинградского университета, 1988. 560 с.
23. Давидян А. Г. Представления об эмоциональном интеллекте в контексте научного знания // Гаудеамус. 2019. № 3(41).
24. Данилина Т. А., Зедгенидзе В. Я., Степина Н. М. В мире детских эмоций / Т. А. Данилина. – Москва : Айрис-пресс, 2014. 160 с.
25. Додонов Б. И. Эмоция как ценность. Москва : Сфера, 2010. 272 с.
26. Загвоздкин, В. К. Вальдорфский детский сад. В созвучии с природой ребёнка. СПб. – Москва, 2005. 160 с.
27. Иванов В. Д. Самодеятельность, самостоятельность, самоуправление или несколько историй из жизни школьников с вопросами, письмами, мольбами и документами. М. : Просвещение, 1991. 128с.
28. Изард К. Э. Психология эмоций / К. Э. Изард. Санкт-Петербург : Питер, 2013. 464 с.

29. Изотова Е. И. Амплификация эмоционального развития детей в условиях дошкольного учреждения // Психолог в детском саду. 2007. № 1. С. 57–74.
30. Ильин Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. Санкт-Петербург : Питер, 2011. 752 с.
31. Истратова О. Н. Развитие младшего школьника в условиях эмоционального отвержения его родителями // Известия ЮФУ. Технические науки. 2012. № 10.
32. Кабаченко Т. С. Психология управления. М.: Педагогическое общество России, 2000.
33. Кряжева Н. Л. Развитие эмоционального мира детей / Н. Л. Кряжева. Ярославль : Академия развития, 2016. 208 с.
34. Куницына Н. В. Эмоциональный интеллект и межличностное общение / Н. В. Куницына, Н. В. Казаринова, В. Н. Поголына. – СанктПетербург: Речь, 2013. 544 с.
35. Литвиненко В.А., Обухова Ю.В. Современные исследования эмоционального интеллекта в отечественной психологии // Северо-Кавказский психологический вестник. 2020. № 18/2. С. 29 – 41.
36. Люсин Д. В., Ушаков Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования. Москва, 2014. 329 с.
37. Максимова М. В. Половозрастные особенности некоторых показателей психомоторного развития школьников // Психологические проблемы физического воспитания школьников. М., 1994. С. 37 – 49.
38. Матренин Д. И., Харитоновна И. В. Эмоциональный интеллект как ресурс социально-психологической адаптации // Universum: психология и образование. 2019. № 1 (55).
39. Никитина И. В., Холмогорова А. Б. Социальная тревожность: содержание понятия и основные направления изучения. Часть 2 // Социальная и

клиническая психиатрия. 2011. № 1. С. 80 – 85.

40. Николин И. В. Место эмоционального интеллекта в субъективной реальности // Вестник Омского государственного педагогического университета. Гуманитарные исследования. 2019. №1 (22). С. 32 – 35.

41. Овчарова Р. В., Падурина Е. А. Изучение влияния позитивных родительских чувств на самооценку дошкольника // Вестник Курганского государственного университета. 2008. №2 (12). С. 87 – 92.

42. Осипова А. А. Общая психокоррекция : учебное пособие. М. : Сфера, 2002. С. 510.

43. Парыгин Б. Д. Проблема эмоционального интеллекта в социальной психологии // Динамика социально-психологических явлений в изменяющемся обществе / под ред. А. Л. Журавлева. Москва : Сфера, 2013. 532 с.

44. Пиаже Ж. Психология интеллекта / Ж. Пиаже. Санкт-Петербург : Питер, 2004. 192 с.

45. Полукаров В. В. Клубная деятельность в воспитательной системе школы : сборник научных трудов / под ред. Л. И. Новиковой. Москва, 1992.

46. Пономарёва Е. Ю. Сущностная характеристика природы эмоционального интеллекта // Гуманитарные науки. 2019. № 3 (47). С. 102- 106.

47. Робертс Р. Д. Эмоциональный интеллект: проблемы теории, измерения и применения на практике // Психология. Журнал высшей школы экономики. 2014. № 4. С. 3 – 26.

48. Рыжов Д.М. Исследование и анализ развития эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста // Вестник Сургутского государственного педагогического университета. 2012. №3.

49. Рыжов, Д. В. Младший школьный возраст как сенситивный период развития эмоционального интеллекта / Д. В. Рыжов // Среднее профессиональное образование. 2013. № 2. С. 29 – 37.

50. Ситаров В. А., Пашкова О.А. Сущностные признаки эмоционального интеллекта // Вестник Московского университета МВД России. 2020. №

7. С. 315 – 318.

51. Спиваковская А. С. Как быть родителями: (О психологии родительской любви). Москва : Педагогика, 1986. 160 с. (Педагогика – родителям).

52. Степанов И. С. Психологические факторы становления эмоционального интеллекта // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2012. №11. С. 205 – 217.

53. Стрелкова Л. П. Влияние художественной литературы на эмоции ребёнка. М.: Просвещение, 1985.

54. Фаустова И. В. Особенности эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста // Казанский педагогический журнал. 2019. № 4 (135). С. 66 – 70.

55. Холмогорова А. Б., Гаранян Н. Г. Эмоциональные расстройства и современная культура // Консультативная психология и психотерапия. 1999. Том 7. № 2. С. 61 – 90.

56. Шабанов С, Алешина А. Эмоциональный интеллект. Российская практика – Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2014. – 427 с.

57. Шиманская В. А., Хмыз М. Р. развитие эмоционального интеллекта у детей младшего возраста // Сборник материалов Ежегодной международной научно-практической конференции «Воспитание и обучение детей младшего возраста». 2017. № 6.

58. Щетинина А. М. Восприятие и понимание младшими школьниками эмоционального состояния человека / А. М. Щетинина // Вопросы психологии. 2011. № 3. С. 60 – 66.

59. Юрьева О. В. Эмоциональный интеллект и особенности самоактуализации личности // Вестник

Пермского национального исследовательского политехнического университета. Социально-экономические науки. 2019. №1. С. 55 – 65.

60. Якобсон П. М. Психология чувств и мотивации : Избр. психол. тр. М. : Ин-т практ. психологии ; Воронеж : НПО "МОДЭК", 1998. 304 с.



## ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

### Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Компас эмоций»

Таблица 6

#### Содержание тем программы внеурочной деятельности «Компас эмоций»

Блок	№ занятия/Тема занятия	Кол-во часов	Цель занятия	Задачи занятия	Содержание занятия (основные упражнения)
Мама, я - школьник!	Занятие 1 «Учимся знакомиться»	1	Создать условия для формирования умения выстраивать коммуникацию с окружающими.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Организация знакомства учителя с классом;</li> <li>2. Индивидуальное знакомство с каждым учеником;</li> <li>3. Создание условий психологического комфорта внутри классного коллектива;</li> <li>4. Создание предпосылок для возникновения положительной мотивации к дальнейшему совместному обучению.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Введение в тему занятия и разминка;</li> <li>2. Упражнение «Приветствие в кругу»;</li> <li>3. Упражнение «Необычное приветствие»;</li> <li>4. Упражнение «Давайте знакомиться»;</li> <li>5. Упражнение «Прошепчи свое имя»;</li> <li>6. Задание «Моя Рабочая тетрадь»;</li> <li>7. Игра «Я люблю... А вы?»;</li> <li>8. Рефлексия.</li> </ol>
	Занятие 2 «Правила»	1	Создать условия для зна	1. Сформировать вну	1. Введение в тему занятия и размин

			комства обучающихся с правилами поведения, общения внутри классного коллектива	тригрупповой регламент поведения; 2. Повысить уровень сплоченности классного коллектива.	ка; 2. Групповая работа по предложению правил поведения в кружке; 3. Презентация и обсуждение правил, выбор наиболее подходящих; 4. Рефлексия.
--	--	--	--	---	---

Продолжение таблицы

Блок	№ занятия/Тема занятия	Кол-во часов	Цель занятия
	Занятие 3 «Я – первоклассник!»	1	Создать условия для формирования представлений о новом социальном статусе первоклассника, его особенностях
	Занятие 4 «Правила школьной жизни»	1	Создать условия для формирования представлений о нормах и правилах поведения в школе
	Занятие 5 «Моя школьная жизнь»	1	Создать условия для формирования нормативного отношения к школе, классному коллективу и педагогическому составу

	Занятие 6 «Школа моей мечты»	1	Создать условия для обобщения полученной информации в ходе изучения блока	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Актуализировать изученную ранее информацию;</li> <li>2. Создать план-проект «Школы мечты» ;</li> <li>3. Продемонстрировать, что учиться в «Школе мечты» возможно, если каждый будет соблюдать сформулированные ранее правила поведения и этикета.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Введение в тему занятия и разминка;</li> <li>2. Игра «Закончи предложение»;</li> <li>3. Игра «Слушаем хорошо, слушаем плохо»</li> <li>4. Творческая работа «Школа, в которой я хочу учиться»;</li> <li>5. Рефлексия.</li> </ol>
Мир Эмоций	Занятие 7 «Язык эмоций. Что такое мимика и жесты?»	1	Создать условия для знакомства обучающихся с новыми понятиями (эмоции, мимика, жесты)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дать определения новым понятиям;</li> <li>2. Научиться различать невербальные и вербальные способы выражения чувств.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Введение в тему занятия и разминка;</li> <li>2. Игра «Угадай эмоцию»;</li> <li>3. Упражнение «Руки»;</li> <li>4. Упражнение «Пирамида»;</li> <li>5. Этюд «Какой я, когда...»;</li> <li>6. Заключение, рефлексия.</li> </ol>
	Занятие 8 «В городе Радости и Веселья»	1	Создать условия для расширения представлений обучающихся об эмоции радости	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дать определение понятию «радость»;</li> <li>2. Развивать способность понимать эмоциональное состояние другого человека в рамках изучаемой эмоции.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Введение в тему занятия и разминка;</li> <li>2. Беседа «Что такое радость?»;</li> <li>3. Упражнение «Солнышко по кругу»;</li> <li>4. Пальчиковая гимнастика;</li> <li>5. Упражнение «Собери солнышко»;</li> <li>6. Этюд «Котенок, который хотел порадовать свою маму»;</li> <li>7. Заключение, рефлексия.</li> </ol>

Занятие 9 «Язык гор ода Радости»	1	Создать условия для расширения представлений обучающихся об эмоциях радости	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дать определение понятию «радость»;</li> <li>2. Рассмотреть вербальные и невербальные способы выражения изучаемой эмоции.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Введение в тему занятия и разминка;</li> <li>2. Упражнение «Зеркало»;</li> <li>3. Изготовление маски радости;</li> <li>4. Упражнение «Какого цвета радость»;</li> <li>5. Динамическая пауза;</li> <li>6. Упражнение «Сердечко по кругу»;</li> <li>7. Заключение, рефлексия.</li> </ol>
Занятие 10 «Страшный остров»	1	Создать условия для расширения представлений обучающихся об эмоциях страха	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дать определение понятию «страх»;</li> <li>2. Рассмотреть вербальные и невербальные способы выражения изучаемой эмоции;</li> <li>3. Развивать способность понимать эмоциональное состояние другого человека в рамках изучаемой эмоции.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Введение в тему занятия и разминка;</li> <li>2. Работа с зеркалами;</li> <li>3. Этюд «Страшный сон»;</li> <li>4. Динамическая пауза;</li> <li>5. Игра «Брось мяч и скажи, чего ты боишься»;</li> <li>6. Упражнение «Страшный зверь»;</li> <li>7. Заключение, рефлексия.</li> </ol>
Занятие 11 «Кто живет на Страшном острове»	1	Создание условия для формирования представления об основных видах	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Рассмотреть виды страхов;</li> <li>2. Определить положительные стороны переживания</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Введение в тему занятия и разминка</li> </ol>

	ове?»		страхов	вания данной эмоции.	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Работа с иллюстрациями и пиктограммами.</li> <li>3. Динамическая пауза</li> <li>4. Этюд «Страшилка под кроватью»</li> <li>5. Игра «Кого боится зайка?»</li> <li>6. Заключение, рефлексия</li> </ol>
--	-------	--	---------	----------------------	---

	Занятие 12 «Как бороться с жителями Страшного острова»	1	Создать условия для знакомства обучающихся с некоторыми способами преодоления страхов	1. Рассмотреть способы символического уничтожения страха.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Введение в тему занятия и разминка</li> <li>2. Беседа «Как научиться быть храбрым?»</li> <li>3. Рисование на тему «Нарисуй свой страх».</li> <li>4. Упражнение «Победа над страхом».</li> <li>5. Динамическая пауза</li> <li>6. Рефлексия</li> </ol>
	Занятие 13 «Я не один!»	1	Создать условия для формирования представления о том, к кому нужно обращаться в сложной жизненной ситуации	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Помочь обучающимся осознать, что все люди переживают негативные эмоции;</li> <li>2. Выделить категории людей, к которым можно обратиться за помощью, если не получается самостоятельно справиться с негативными эмоциями;</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Беседа «Зачем нам нужна помощь?»</li> <li>2. Упражнение «Дом»</li> </ol>

				3. Показать возможности взаимопомощи внутри коллектива.	3. Обсуждение пиритчи «одиночество, печаль и страхи» 4. Беседа «В кому обратиться?» 5. Ролевая игра «Помощники» 6. Рефлексия
Занятие 14 «Комната ярости и гнева»	1	Создать условия для знакомства обучающихся с эмоциями ярости и гнева		1. Познакомить с основными понятиями по теме (ярость, гнев); 2. Познакомить с графическим изображением изучаемых эмоций; 3. Развивать умение анализировать чужие и собственные поступки в рамках изучаемых эмоций; 4. Развивать умение соотносить поступок и эмоцию с помощью мимики, жестов, поведения, интонации человека.	1. Введение в тему занятия и разминка; 2. Игра «Колокольчик»; 3. История про Машу и Ваню; 4. Упражнение «Возьми себя в руки»; 5. Рефлексия.
Занятие 15 «Может ли гнев быть полезным?»	1	Создать условия для формирования представления о роли изучаемой эмоции в жизни человека, его негативных и положительных проявлениях		1. Обсудить значение изучаемой эмоции в повседневной жизни человека; 2. Изучить некоторые способы контроля над данной эмоцией.	1. Введение в тему занятия и разминка; 2. Просмотр и анализ мультипликационного фильма «Монсикки. Гнев»; 3. Динамический перерыв под музыку

					; 4. Игра «Разозлился - одумались»; 5. Игра «Закончи предложение»; 6. Заключение, рефлексия.
--	--	--	--	--	---

Занятие 16 «Обиженный домик»	1	Создать условия для знакомства обучающихся с эмоцией обиды, особенностями её проявления у себя и окружающих.	1. Дать определение понятию обиды; 2. Развивать умение соотносить поступок и эмоцию с помощью мимики, жестов, поведения, интонации; 3. Познакомить обучающихся с способами преодоления изучаемого чувства.	1. Введение в тему занятия; 2. Упражнение «Массаж чувствами»; 3. Проблемная ситуация: «Случай в песочнице»; ; 4. Упражнение «Простучи обиду на бубне»; 5. Несколько советов «Если тебя обидели»; 6. Рефлексия.
Занятие 17 «Лучше простить, чем...	1	Создать условия для формирования нормативного поведения	1. Познакомить с понятием «прощение»;	1. Введение в тему занятия и разминка;

	м нос воротить!»		в ситуациях, связанных с появлением обиды	<p>2. Познакомить со значением прощения в выстраивании конструктивных взаимоотношений в семье, коллективе, обществе;</p> <p>3. Познакомить со значением прощения в жизни человека и общества.</p>	<p>2. Сказка о лисёнке, который обиделся;</p> <p>3. Раскрашивание рисунка «Обидка»;</p> <p>4. Упражнение для релаксации под музыку;</p> <p>5. Заключение, рефлексия.</p>
	Занятие 18 «Горе от стыда»	1	Создать условия для достижения учащимися необходимого социально-эмоционального опыта путём знакомства с эмоцией стыда	<p>1. Уточнение основных понятий темы (совесть, стыд, раскаяние);</p> <p>2. Начать формировать навык нравственной оценки собственных поступков и поступков окружающих;</p> <p>3. Познакомить с графическим изображением изучаемой эмоции;</p> <p>4. Развивать умение соотносить поступок и эмоцию с помощью мимики, жестов, поведения, интонации.</p>	<p>1. Введение в тему занятия и разминка;</p> <p>2. Разбор видео по теме;</p> <p>3. Работа над понятиями;</p> <p>4. Динамические упражнения;</p> <p>5. Практикум-игра «Корзина ситуаций»;</p> <p>6. Заключение, рефлексия.</p>
	Занятие 19 «Вина, раскаяние, прощение, извинение»	1	Создать условия для достижения учащимися необходимого социально-эмоционального опыта путём знакомства с чувствами вины и раскаяния.	<p>1. Познакомить с основными понятиями по теме (вина, раскаяние, прощение, извинение);</p> <p>2. Познакомить с графическим изображением вины, раскаяния, прощения, извинения;</p> <p>3. Развивать умение анализировать чужие и собственные поступки;</p> <p>4. Развивать умение соотносить поступок и эмоцию с помощью мимики, жестов, поведения, интонации.</p>	<p>1. Вступительная беседа (введение в тему);</p> <p>2. Упражнение «Я был виноват, когда ...»;</p> <p>3. Упражнение «Найди виноватых зверей»;</p> <p>4. Упражнение «Работа над ошибками»;</p> <p>5. Игра-</p>

				ии.	сказка «Гусеница»; 6. Заключение, рефлексия.
Занятие 20 «Гордость»	1	Создать условия для достижения учащимися необходимого социального опыта путём знакомства с чувством гордости	1. Познакомить с определением понятия; 2. Познакомить с графическим изображением изучаемой эмоции и особенностями проявления (мимика, жесты); 3. Научить соотносить поступок и вызываемое им чувство в рамках изучаемой эмоции.		1. Беседа «Что такое гордость?»; 2. Игра «Ассоциации»; 3. Работа над сказкой «Лепесток и цветок»; 4. Игра «Если согласны – тишина, если не согласны – хлопок»; 5. Групповая творческая работа «Поступок, который можно гордиться»; 6. Рефлексия.
Занятие 21 «Зависть и ревность»	1	Создать условия для достижения учащимися необходимого социального опыта путём знакомства с ревностью и завистью	1. Познакомить с определением понятий «ревность» и «зависть»; 2. Познакомить с графическим изображением изучаемой эмоции и особенностями проявления (мимика, жесты); 3. Рассмотреть разницу между изучаемыми эмоциями; 4. Научить соотносить поступок и вызываемое им чувство в рамках изучаемой эмоции.		1. Вступительная беседа, знакомство с основными понятиями темы; 2. Работа с рассказом «Молния и Солнце»; 3. Игра «Завистливые герои сказок и рассказов»; 4. Групповая творческая работа «Маска ревности и зависти»; 5. Беседа «Что делать с завистью и ревностью?»; 6. Рефлексия.

	Занятие 22 «Тревога и волнение»	1	Создать условия для достижения учащимися необходимого социального опыта путём знакомства с чувствами тревоги и волнения.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Познакомить с основными понятиями по теме (тревога, волнение);</li> <li>2. Определить разницу между этими чувствами;</li> <li>3. Познакомить с графическим изображением тревоги и волнения;</li> <li>4. Развивать умение анализировать чужие и собственные эмоциональные состояния, связанные с переживанием чувства тревоги и волнения;</li> <li>5. Развивать умение соотносить поступок и эмоцию с помощью мимики, жестов, поведения, интонации.</li> <li>6. Обучение методам самопомощи в случаях переживания изучаемых эмоций.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вступительная беседа, знакомство с основными понятиями темы занятия;</li> <li>2. Упражнение «Портрет тревожного человека и портрет волнующегося человека»</li> <li>3. Игра «Крокодил»;</li> <li>4. Работа со сказкой «Сказка о тревоге»;</li> <li>5. Упражнение «Рвем тревогу»</li> <li>6. Упражнение «Прячем тревогу»</li> <li>7. Упражнение «Воздушный шар»</li> <li>8. Упражнение «Морщинки»</li> <li>9. Рефлексия в виде игры «Доскажи словечко»</li> </ol>
	Занятие 23 «Эмпатия и любовь»	1	Создать условия для осознания обучающимися необходимости проявления сочувствия к партнерам по взаимодействию на основе знакомства с эмпатией	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Познакомить с понятием эмпатии;</li> <li>2. Определить ситуации, в которых необходимо проявление эмпатии;</li> <li>3. Познакомить со способами проявления эмпатии.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вводная беседа по теме занятия;</li> <li>2. Игра «Что чувствует этот человек?»</li> <li>3. Ролевая игра «Школа эмпатии»</li> <li>4. Беседа «Виды подде</li> </ol>

				<p>ржки»</p> <p>5. Упражнение «Телесная поддержка»</p> <p>6. Упражнение «Словесная поддержка»</p>	
	Занятие 24 «Что такое отвращение и неприязнь?»	1	Создать условия для достижения учащимися необходимого социально-эмоционального опыта путём знакомства с чувствами отвращения и неприязни	<p>1. Познакомить с основными понятиями и по теме (отвращение и неприязнь);</p> <p>2. Определить разницу между этими чувствами;</p> <p>3. Познакомить с графическим изображением изучаемых эмоций;</p> <p>4. Развивать умение анализировать чужие и собственные эмоциональные состояния, связанные с переживанием изучаемых чувств;</p> <p>5. Развивать умение определять эмоцию с помощью мимики, жестов, поведения, интонации собеседника.</p>	<p>1. Вводная беседа;</p> <p>2. Сказка «Страна Отвращения»;</p> <p>3. Беседа «Кто что не любит»;</p> <p>4. Упражнение «Кислое яблоко»</p> <p>5. Творческая работа «Новая эмоция»;</p> <p>6. Рефлексия.</p>
	Занятие 25 «Презрение»	1	Создать условия для достижения учащимися необходимого социально-эмоционального опыта путём знакомства с чувством презрения	<p>1. Дать определение понятию «презрение»;</p> <p>2. Познакомить с графическим изображением данного чувства;</p> <p>3. Развивать умение анализировать чужие и собственные эмоциональные состояния, связанные с переживанием изучаемой эмоции;</p> <p>4. Развивать умение определять изучаемую эмоцию с помощью мимики, жестов, поведения, интонации собеседника.</p>	<p>1. Вводная беседа «Ядовитая эмоция»;</p> <p>2. Работа с произведением В. Сухомлинского «Презрение»;</p> <p>3. Театрализованная ролевая игра «Заседание суда» по прочитанному произведению;</p> <p>4. Творческая работа «Рисование маски презрения»;</p> <p>5. Рефлексия.</p>

	Занятие 26 «Удивление»	1	Создать условия для достижения учащимися необходимого социально-эмоционального опыта путём знакомства с эмоцией удивления	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дать определение понятию «удивление»;</li> <li>2. Обучить различению изучаемого эмоционального состояния по его внешнему проявлению и выражению через мимику, пантомимику;</li> <li>3. Сформировать навык адекватного эмоционального реагирования на совершенное действие или поступок партнёра по общению;</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Введение в тему занятия</li> <li>2. Работа с графическим материалом «Нелепицы и небылицы»</li> <li>3. Рисунок «Удивленный человек»;</li> <li>4. Пантомимическое упражнение «Удивленный человек»;</li> <li>5. Рефлексия.</li> </ol>
	Занятие 27 «Интерес»	1	Создать условия для достижения учащимися необходимого социально-эмоционального опыта путём знакомства с интересом	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дать определение понятию «интерес»;</li> <li>2. Развить умение передавать эмоциональное состояние с помощью мимики, пантомимики, жестов, интонации;</li> <li>3. Научить устанавливать логическую связь между событием и вызываемой им эмоцией;</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вводная беседа;</li> <li>2. Игра-ассоциация «Интерес»;</li> <li>3. Этюд «Что там происходит»;</li> <li>4. Групповое творческое задание «Интересное занятие»;</li> <li>5. Театрализация на тему «Любопытная Варвара»;</li> <li>6. Создание масок с изучаемой эмоцией;</li> <li>7. Рефлексия.</li> </ol>
Мир взаимоотношений	Занятие 28 «Как понять, что чувствует другой человек?»	1	Создать условия для формирования умения адекватно воспринимать, оценивать настроение партнера по взаимодействию	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Научить определять эмоциональное состояние человека по внешним признакам (мимика, пантомимика, жесты, позы, интонация голоса).</li> <li>2. Продолжить работу над развитием эмпатии.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вводная беседа;</li> <li>2. Упражнение «Быть внимательным к другому»;</li> <li>3. Упражнение «Точный пересказ»;</li> <li>4. Беседа «Как мы выражаем свои чувства»;</li> <li>5. Работа над кейсами</li> </ol>

				по теме занятия; 6. Беседа «Как поставить себя на место другого»; 7. Рефлексия.	
	Занятие 29 «Эмоции моих одноклассников и учителей»	1	Создать условия для формирования социальных навыков и навыков межличностного взаимодействия со сверстниками и взрослыми	1. Обучить навыкам совместной деятельности в коллективе; 2. Познакомить с техниками вербальной и невербальной коммуникации; 3. Продолжить развитие умения понимать чувства окружающих по мимике, пантомимике, жестам, интонации, позе.	1. Вводная беседа 2. Игра «Мы очень похожи» 3. Игра «Что я сделаю, если...» 4. Групповой проект «Законы дружного класса» 5. Рефлексия
	Занятие 30 «Эмоции моих друзей»	1	Создать условия для формирования социальных навыков и навыков межличностного взаимодействия со сверстниками	1. Продолжить обучение навыкам совместной деятельности в неформальной обстановке; 2. Продолжить знакомство с техниками вербальной и невербальной коммуникации со сверстниками; 3. Продолжить развитие умения понимать чувства окружающих по мимике, пантомимике, жестам, интонации, позе.	1. Вводная беседа «Жемчужина в раковине»; 2. Беседа «Помни о других!»; 3. Игра «Зеркало»; 4. Игра «Знаток»; 5. Рефлексия.
	Занятие 31 «Эмоции моих родителей»	1	Создать условия для формирования социальных навыков и навыков межличностного взаимодействия с членами семьи	1. Продолжить обучение навыкам совместной деятельности внутри семьи; 2. Продолжить знакомство с техниками вербальной и невербальной коммуникации	1. Вводная беседа; 2. Упражнение «Неоконченные предложения»; 3. Работа со сказкой «Волшебная страна Эльзы»

			ии с взрослыми; 3. Продолжить развитие умения понимать чувства окружающих по мимике, пантомимике, жестам, интонации, позе.	»; 4. Рефлексия.	
Чему научились и что узнали?	Занятия 32-33 «Театрализованное представление-сказка "В мире эмоций"»	2	Создать условия для закрепления полученных знаний и их использования в ходе подготовки и реализации театрализованного представления	Закрепление знаний, полученных в ходе прохождения курса.	Совместная подготовка и представление театрализованной сказки родителям

### Конспект занятия «Вина, раскаяние, прощение, извинение»

Цель: создать условия для достижения учащимися необходимого социально-эмоционального опыта путём знакомства с чувствами вины и раскаяния.

#### Задачи:

- познакомить с основными понятиями по теме (вина, раскаяние, прощение, извинение);
- познакомить с графическим изображением вины, раскаяния, прощения, извинения;
- развивать умение анализировать чужие и собственные поступки;
- развивать умение соотносить поступок и эмоцию с помощью мимики, жестов, поведения, интонации.

#### Основные виды деятельности:

- беседа;
- работа с иллюстрациями;
- учебный диалог;
- индивидуальная работа;
- групповая работа.

#### Оборудование:

- рисунки людей в различных эмоциональных состояниях (пиктограммы);
- бумага;
- принадлежности для рисования;
- лица людей (пустые заготовки);
- текст рассказа Л.Н. Толстого «Косточка», В.А. Сухомлинского «Именинный пирог»;

- мяч;
- мягкие игрушки;
- репродукция картины а.ф. решетникова «опять двойка»;
- толковые словари;
- фланелеграф и ситуационные картинки к рассказу гусеницы;
- технические средства обучения (компьютер, проектор, экран).

Ход занятия:

Вступительная беседа (введение в тему)

-

Здравствуйте, дорогие ребята. Сегодня наше занятие будет про эмоцию, которая знакома каждому из нас. Все мы хоть один раз в жизни сталкивались с ней. Чтобы узнать, что за эмоция сегодня будем нашим гостем, я расскажу вам одну историю.

Л.Н. «Толстой Косточка»

Купила мать слив и хотела их дать детям после обеда. Они еще лежали на тарелке. Ваня никогда не ел слив и все нюхал их. И очень они ему нравились. Очень хотелось съесть. Он все ходил мимо слив. Когда никого не было в горнице, он не удержался, схватил одну сливу и съел. Перед обедом мать сосчитала сливы и видит, одной нет. Она сказала отцу.

За обедом отец и говорит: "А что, дети, не съел ли кто-нибудь одну сливу?" Все сказали: "Нет". Ваня покраснел, как рак, и сказал тоже: "Нет, я не ел".

Тогда отец сказал: "Что съел кто-нибудь из вас, это нехорошо; но не в том беда. Беда в том, что в сливах есть косточка, и если кто не умеет их есть и проглотит косточку, то через день умрет. Я этого боюсь".

Ваня побледнел и сказал: "Нет, я косточку бросил за окошко". И все зас

меялись, а Ваня заплакал.

-Вот такая история.

-Как вы думаете, почему Ваня заплакал?

-

Потому что он съел сливу, не признался в этом. Он был виноват перед отцом, потому что наврал ему.

-

Итак, я думаю, многие из вас догадались, про какое чувство мы с вами поговорим. Кто сможет дать мне ответ? Какое он испытывал чувство?

-Чувство стыда.

-

Да, это чувство стыда и вины. Как вы думаете, что при этом происходило с его лицом?

-

Глаза прикрыты, на лице румянец, могут накатываться слёзы, молчит, не смотрит в глаза.

- А с его телом?

- Опущены плечи, глаза смотрят в пол, голова опущена вниз.

-

Вы молодцы. Думаю, что я не совру, если скажу, что каждый из вас хоть раз испытывал чувство вины. Это так?

-Да.

-

А давайте немного поиграем и вспомним, когда мы чувствовали себя виноватыми.

Упражнение 1 «Я был виноват, когда ...»

Цель: актуализация социального и эмоционального опыта, связанного с чувством вины

Оборудование: мяч.

Время: 5-10 минут.

Ход: Дети должны продолжить предложение «Я был виноват, когда...», стоя в кругу и передавая мяч.

Обсуждение:

Каждый человек испытывает вину?

Плохо ли это?

Что было бы, если бы чувства вины не было?

2. Мимическое выражение вины, стыда. Знакомство с основными понятиями.

Работа с репродукцией картины А.Ф. Решетникова «Опять двойка»

-Итак, теперь мы с вами знаем, что чувство стыда и вины – это абсолютно нормально для человека. Испытывать такие эмоции – это значит быть живым. И даже плохо, когда человек не чувствует вину и стыд. Теперь я хочу привести вас на выставку картин. Посмотрите на них внимательно и найдите картину, на которой есть человек, который испытывает вину и стыд.

-Это вот эта картина, где стоит мальчик.

-

Я соглашусь, эта картина называется «Опять двойка». А как вы поняли, что стыдно именно на этой картине кому-то стыдно?

-

Мальчик стоит и смотрит в пол, он грустный. Мама смотрит на него с печальным лицом, сестре тоже не нравится то, что случилось. И младший брат смотрит с ухмылкой.

- Что вы видите во взгляде мамы мальчика?

- Грусть, печаль за оценку сына. Она расстроена этим.

- Что вы видите во взгляде сестры?

- Она осуждает такое поведение. Может быть, ей стыдно за брата.

- Как вы думаете, как она учится?

- Наверное, хорошо. Потому что осуждает брата.

- Какие чувства испытывает мальчик, который получил двойку?

- Ему стыдно и плохо.

- Как вы думаете, почему?

- Он понимает, что расстроил семью и винит себя за такое поведение.

-

Посмотрите внимательно на краски, которые использовал художник для картины. Как вы думаете, они подобраны специально?

-

Краски серые, тёмные, мрачные. Такое настроение и у семьи мальчика. Художник специально подобрал такие цвета, чтобы было понятно, что на картине происходит что-то невеселое.

-

Вы молодцы. Теперь давайте попробуем еще раз, только сейчас каждый будет работать сам и по своим карточкам. Игра будет про зверят.

Упражнение «Найди виноватых зверей»

Цель: актуализация социального и эмоционального опыта, связанного с чувством вины

Время: 5-10 минут

Оборудование: рисунки животных в различных эмоциональных состояниях

иях.

Слова педагога:

В звериной школе кто-то разбил цветочный горшок. Посмотрите на картинки и найдите животных, которые чувствуют себя виноватыми. Объясните, почему Вы так решили.

Рефлексия:

1. Легко ли вы нашли виноватых животных?
2. Что вам в этом помогло?

-

Теперь я предлагаю вам превратится в сыщиков. Но не простых, а книжных. На ваших партах лежат толковые словари. Сейчас вы в парах попробуйте найти эти слова: раскаяние, вина, прощение, стыд, извинение. Когда найдете слово в словаре, поставьте туда цветной стикер.

-Давайте прочитаем то, что у нас получилось.

Дети читают понятия, а учитель вывешивает заранее подготовленные карточки с понятиями на доску.

-

Хорошо, пока я оставляю эти карточки здесь. Они нам еще пригодятся. А мы пойдём дальше.

3.Извинение и прощение.

-Можно ли избавиться от чувства вины?

-Извиниться.

-Что нужно сделать для этого?

-Попросить прощения.

-А как нужно просить прощения?

-

Нужно показать, что ты сожалеешь, что тебе стыдно. Не смеяться, смотреть в глаза и говорить искренне, чтобы человек поверил, что ты больше так не поступишь.

-А что значит «простить»?

-Простить - это значит не держать обиду и зло на другого человека.

- Почему важно прощать других?

-Так на душе становится легче, так тебя тоже будут прощать.

-Если мы сделали что-

то плохое другому человеку, то мы обязательно должны попробовать все исправить. Давайте сыграем в игру, которая поможет нам узнать, как нужно проводить «работу над ошибками», когда мы провинились.

Упражнение «Работа над ошибками»

Цель: работа над умением признавать вину.

Оборудование: не требуется

Время: 10-12 минут

Ход:

Слова педагога:

Все мы когда-

либо совершали проступки. Вот и Витя так же совершил ошибку и до сих пор винит себя. Давайте попробуем ему помочь. Покажем ему, что мы делаем, когда ошибаемся. Я Вам сейчас раздам листочки с таблицами и расскажу, как их заполнять. Разберем одну из ошибок все вместе, чтобы Вам было понятнее как делать упражнение. Например, ошибка будет такой: мальчик играл дома в мяч и случайно разбил вазу. Последствия этого проступка могут быть положительными и отрицательными:

(-) Мама расстроилась и долго ругалась.

(+) Хорошо, что никто не пострадал.

Как можно исправить ситуацию?

Предложения детей:

«В следующий раз буду играть в мяч только на улице. А если захочется поиграться чем-нибудь дома – буду использовать мягкую игрушку».

Что нужно сделать Вите?

Ответы детей:

1. Попросить у мамы прощения.
2. Если осколки крупные, то можно попробовать склеить вазу.
3. Накопить карманные деньги и купить маме новую вазу в подарок.

-

Теперь, когда мы с вами разобрали пример, вы попробуйте сделать такую работу над своей ситуацией. Работать будем в группах. У каждой группы своя карточка с ситуацией. После того, как вы все обсудите, каждая группа представит нам результаты своей работы.

Ситуации:

- Миша и его младший брат Ваня играли на балконе и уронили цветочный горшок. Когда мама пришла и спросила, что случилось, Миша сказал, что горшок уронил Ваня.
- Катя и Маша сидят за одной партой. На контрольной Катя решила списать у Маши. Учительница заметила это. После проверки работ учительница объявила оценки. Катя получила 5, а Маша 4.
- Кукла Катя пригласила в гости друзей. Накрыла на стол, положила конфеты в вазочку. Катина подруга Настя взяла несколько из них без разрешения. Когда все сели за стол, некоторым ребятам не хватило конфет.

Рефлексия:

- Зачем нужна такая «работа над ошибками»?
- Легко ли ее делать?
- Что в этом самое тяжелое?

-

Ну что ж, давайте вернемся к карточкам, которые висят на доске. Подумайте, в правильном ли порядке они сейчас стоят? Или нужно что-то изменить?

-Да, нужно изменить порядок.

-Выйди к доске и попробуй сделать это.

-Стыд – вина – раскаяние – извинение – прощение.

-

Хорошо, вы большие молодцы. Смотрите! Кто же это идет? Ах, это же Гусеница! Давайте спросим у нее, что она хочет.

-

Здравствуйте, дети. Я хочу пригласить вас с собой на прогулку. Только не простую, а волшебную. Я буду рассказывать вам историю, а вы будете раскладывать эти картинки на фланелеграфе. Попробуем?

-Да.

Игра – инсценировка “Путешествие Гусеницы” (20 мин.)

Учитель начинает рассказ: «Жила-была Гусеница. Однажды её пригласили в гости (детям предлагается выбрать пиктограмму с настроением гусеницы в этот момент и поместить ее на фланелеграф).

Гусеница стала выбирать, что же ей надеть. Из всех нарядов она выбрала самое любимое платье, но, когда стала надевать его, то увидела, что оно немного порвано (дети выбирают пиктограмму с настроением гусеницы в этот момент и помещают ее на фланелеграф). «Не грусти, –

сказала мама Гусенице. –

Мы сейчас его быстро заштопаем его». Когда все было готово, мама пожелала дочке удачного отдыха и Гусеница пошла в гости.

По дороге пошел дождик, и Гусеница очень разозлилась на тучку, которая намочила ее. «Ты разве меня не заметила, – крикнула она ей. –

Зачем ты замарала мой наряд?» «Прости меня, пожалуйста, я не специально. Я сейчас попрошу Солнышко, чтобы оно высушило тебя» (дети выбирают пиктограммы с настроением гусеницы в этот момент и помещают их на фланелеграф). И вот вышло Солнышко и своими лучиками согрело Гусеницу, даже с леда не осталось от мокрых пятен на платье.

Довольная и счастливая продолжала она путь дальше. Вдруг из-за камня неожиданно выскочил Муравей и чуть не сбил Гусеницу с ног. «Фу, как ты меня напугал, – сказала Гусеница. –

Постарайся бегать помедленнее, ладно?» Муравей кивнул ей и побежал дальше (дети выбирают пиктограмму с настроением гусеницы в этот момент и помещают ее на фланелеграф).

А вот и домик подружки. Гусеница позвонила в звонок. Когда ей открыли, она застыла от удивления (дети выбирают пиктограмму с настроением гусеницы в этот момент и помещают ее на фланелеграф)».

Паровозик предлагает детям подумать, что же так удивило маленькую Гусеницу? После разных предположений, выбирается наиболее подходящий вариант, и паровозик заканчивает рассказ: Гусеница была очень рада встрече с подружкой. Они отлично провели время: пили чай с вареньем, играли, болтали обо всем на свете. Им очень не хотелось расставаться. Но все когда-нибудь заканчивается и, попрощавшись, Гусеница пошла домой. «Зачем расставаться, – говорила она себе, –

ведь я могу еще раз прийти в гости, мы живем совсем рядом, и нам всегда весело вместе».

-Понравилась вам история?

-Да.

-

А давайте теперь попробуем сыграть ее? А чтобы они не запутаться в событиях, надо смотреть на пиктограммы, выложенные на фланелеграфе.

Заключительная часть

-

Вы молодцы. Такой большой путь уже прошли и наше занятие подходит к концу. Предлагаю сыграть вам в такую игру.

Игра «Доскажи словечко»

Цель: актуализация пройденного материала, рефлексия.

Время: 3-5 минут

Оборудование: не требуется

Ход: детям предлагается закончить следующие предложения.

1. Легче на душе становится, когда тебя ....
2. Прощение дает нам свободу от чувства...
3. Какие из приведенных ниже словосочетаний могут быть связаны с переживанием чувства стыда?

- Обмануть маму или папу
- Обидеть младшего брата
- Помочь отстающему ученику
- Простить обидчика
- Затеять драку
- Хорошо выполнить домашнюю работу
- Помыть посуду за маму

-

Я вижу, что вы хорошо работали на уроке и запомнили все, о чем мы говорили. Я очень рада!

### 5.Рефлексия

-

Что ж, нам пора прощаться. Давайте в конце занятия узнаем, что было самым интересным для вас. Для этого вы заполните такую таблицу.

Понравилось на уроке	Не понравилось на уроке	Что было интересно

-Спасибо вам за урок. До новых встреч!

### Конспект занятия «Тревога и волнение»

Цель: создать условия для достижения учащимися необходимого социо-эмоционального опыта путём знакомства с чувствами тревоги и волнения.

Задачи:

- познакомить с основными понятиями по теме (тревога, волнение);
- определить разницу между этими чувствами;
- познакомить с графическим изображением тревоги и волнения;
- развивать умение анализировать чужие и собственные эмоциональные состояния, связанные с переживанием чувства тревоги и волнения;
- развивать умение соотносить поступок и эмоцию с помощью мимики, жестов, поведения, интонации.
- обучение методам самопомощи в случаях переживания изучаемых эмоций.

Основные виды деятельности:

- беседа;
- работа с иллюстрациями;
- учебный диалог;
- индивидуальная работа;
- групповая работа.

Оборудование:

- рисунки людей в различных эмоциональных состояниях (пиктограммы);
- бумага;
- принадлежности для рисования;
- лица людей (пустые заготовки);

- мяч;
- мягкие игрушки;
- текст терапевтической сказки «сказка о тревоге»
- толковые словари;
- технические средства обучения (компьютер, проектор, экран).

Ход занятия:

Вступительная беседа (введение в тему). Знакомство с основными понятиями темы.

-

Добрый день, ребята, я рада вас всех видеть! Мы с вами продолжаем путешествие по миру Эмоций. Сегодня к нам заглянули две сестрички, которые знакомы каждому из нас. Одну зовут Тревога, а другую Волнение. Вам знакомы эти сестры?

-Да.

-Скажите, а когда вы сталкиваетесь с ними в обычной жизни?

-Когда что-то натворили, когда скоро будет что-то важное, а иногда и просто так...

-

Я вижу, что все вы хоть раз встречались с этими героинями. Что ж, я предлагаю вам познакомиться сегодня с ними поближе. Согласны?

-Да.

-

Дело в том, что эти сестры вызывают в нас чувства, которые иногда могут быть очень похожи, поэтому их можно легко перепутать. Давайте разбираться, в чем же разница между ними. Для этого я подготовила небольшие словарики, которые лежат у вас на столах. Откройте их и найдите слово «тревога». Проч

итайте, что оно значит.

-Тревога – это когда человек чувствует приближение чего-то плохого, опасного и страшного без особой причины, он постоянно думает о том, что же его ждет и опасается этого.

-

Хорошо, а теперь давайте найдем слово «волнение» и посмотрим одинаковое ли у них значение.

-Волнение – это когда человек переживает перед каким-нибудь важным событием (контрольная, встреча с кем-то).

-

Отлично, а когда сможет мне сказать, какая разница между этими сестричкам и.

-

Тревога она появляется просто, неизвестно откуда и мешает тебе. А волнение появляется перед особым событием.

-

Абсолютно верно, это так. Скажите, если эти чувства разные, то, наверное, они и выглядеть буду по-разному, не так ли?

-Да.

-Давайте обсудим, как вы думаете, как выглядят сестра Тревога?

-

Она уставшая, грустная, не хочет ни с кем разговаривать, сторониться всех, думает только о своем и ни на кого не обращает внимания. Ей не хочется играть, бегать и веселиться.

-А как выглядит Волнение?

-

У Волнения могут дрожать руки, ноги, она может грызть ногти и кусать губы от переживания. Но как только важное событие случается, то Волнение становится радостным.

-

А можно ли испытывать волнение от радости? Ведь важные события могут быть не только грустными, но и веселыми.

-

Думаю, да, если человек волнуется от радости, то он тоже может быть нетерпеливым, бегать из стороны в сторону и ждать чего-то, но при этом у него нет плохих мыслей.

## 2. Мимическое выражение тревоги и волнения.

-

Я вижу, что вы поняли, в чем основные отличия эти сестричек. А теперь я предлагаю вам нарисовать их.

Упражнение 1 «Портрет тревожного человека и портрет волнующегося человека»

Цель: актуализировать представления об изучаемых эмоциональных состояниях, составить графический образ человека, испытывающего их.

Оборудование: бумага, принадлежности для рисования.

Время: 7-10 минут

Ход: детям предлагается нарисовать портреты людей, которые испытывают чувство тревоги и волнения. Далее происходит обсуждение полученных результатов, полученные рисунки прикрепляются к магнитной доске.

-

Молодцы, давайте продолжим наше занятие. Теперь я предлагаю сыграть в очень интересную игру, которая называется «Крокодил». Только загадывать м

ы будем не животных, как в обычной игре, а эмоции, с которыми вы познакомились. Разделитесь на пары и обсудите, кто какую роль будет играть. Кто-то будет Волнением, а кто-то Тревогой.

#### Упражнение «Крокодил»

Цель: создать условия для закрепления полученных представлений о поведении человека в состоянии тревоги и волнения

Время: 7-12 минут

Оборудование: не требуется

Ход: обучающиеся делятся на пары, в каждой из которых распределяют роли. Роли остальным участниками не сообщаются. После этого каждая пара поочередно показывает изучаемые на занятии эмоции, а остальные участники угадывают, какую эмоцию показывает пара. После этого следует обсуждение.

Рефлексия:

- Какая эмоция была самой сложной для угадывания? Почему?
- Какую эмоцию было сложнее всего изображать? Почему?
- Как часто вы сами чувствуете эти эмоции?
- Что чаще появляется: тревога или волнение?

-

Итак, теперь мы с вами точно знаем, как выглядят эти две сестрички, и ни за что их не перепутаем. Верно?

-Верно.

-

Тогда двигаемся дальше. Ребята, а теперь я хочу рассказать вам историю историй, а вы слушайте внимательно, потому что потом я задам вам несколько вопросов.

## Сказка о тревоге

Жила-

была девочка Настя. Сначала она была маленькой, и как все очень интересовалась тем, как устроен мир. Она нюхала разноцветные цветы, потому что они были яркие и красивые, ловила жучков в банку и крутила ручки плиты, пока родители не видели.

Но ее мама всегда говорила: «Нет! Что же ты делаешь?! Не трогай жучков! Не нюхай цветы! Не крути ручки плиты! Случится что-то ужасное! У тебя аллергия на цветы, жуков и плиты!»

С каждым таким криком маленькой Насте становилось все хуже. Она стала переживать обо всем на свете. Думала, что вот-вот с ней случится что-то плохое и больше она не увидит этот прекрасный мир. Однажды она совсем перестала выходить из своей комнаты, думая, что аллергия на цветы может навредить ей. Так шло время, а Настя все не выходила из комнаты. Смотря на других детей, она очень грустила, но чувство опасности не отпускало ее.

В один солнечный день Настя увидела, как маленькая божья коровка залетела к ней в окно. Она была такой красивой, красной, и веселой. Божья коровка пролетев несколько кругов по комнате вылетела в открытое окно, а девочка еще долго смотрела ей в след...

-Очень грустная история, правда, ребята?

-Да.

-А как вы думаете, какое чувство помешало девочке радоваться жизни?

-Тревога.

-Да, этот так. И мы с вами очень часто из-за тревоги лишаем себя многих радостей и удовольствий. Как вы думаете, эт

о правильно?

-Нет.

-А хотите, я научу вас, как можно справиться с этим чувством?

-Да.

-

Итак, начнем с самого простого способа. Он называется «Рвём бумагу». Для этого нам нужен ненужный лист бумаги, который мы будем представлять в виде нашей тревоги, которая нам мешает. Давайте попробуем.

Упражнение «Рвем тревогу»

Цель: снятие психоэмоционального напряжения, перевод фокуса внимания с чувства тревоги.

Время:2-3 минуты

Оборудование: бумага

Ход: ребенку предлагается представить, что его тревога спряталась с бумагу, а потому порвать её и выбросить в окно. Можно добавить несколько слов, например, «Я не хочу больше дружить с тобой, тревога».

-Следующий способ уже сложнее.

Упражнение «Прячем тревогу»

Цель: актуализация объекта или субъекта, который вызывает чувство тревоги, снятие психоэмоционального напряжения.

Время: 5-7 минут

Оборудование: бумага, принадлежности для рисования, коробка.

Ход: ребенку предлагает нарисовать то, что вызывает у него тревогу, а далее этот рисунок положить в коробку и убрать далеко. Можно вынести эту

коробку к мусорному ведру, чтобы больше этот предмет не мешал ему.

-

Отлично, вы молодцы, но ведь и волнение может иногда нам мешать. Как вы думаете, с ним тоже нужно уметь справляться?

-Да.

Упражнение «Воздушный шар»

Цель: создать условия для демонстрации ребенку, что дыхание является способом релаксации и снятия волнения.

Время: 0,5-1 мин.

Оборудование: не требуется.,

Ход:

1. Представь, что в твоей груди находится воздушный шарик. Вдыхая через нос, до отказа наполни легкие воздухом. Выдыхая ртом, почувствуй, как он выходит из легких.

2. Не торопясь, повтори. Дыши и представляй, как шарик наполняется воздухом и становится все больше и больше.

3. Медленно выдохни ртом, как будто воздух тихонько выходит из шарика.

4. Сделай паузу и сосчитай до 5.

5. Снова вдохни и наполни легкие воздухом. Задержи его, считая до 3, представляя, что каждое легкое — надутый шарик.

6. Выдохни. Почувствуй, как теплый воздух проходит через легкие, горло, рот.

7. Повтори 3 раза, вдыхая и выдыхая воздух, представляя, что каждое легкое — надутый шарик, из которого выходит воздух, когда ты выдыхаешь.

8. Остановись и почувствуй, что ты полон энергии, а все напряжение пропало.

Упражнение «Морщинки»

Цель: научить ребенка справляться с волнением.

Время: 2-3 мин.

Ход:

- несколько раз вдохни и выдохни;
- широко улыбнись своему отражению в зеркале;
- наморщи лицо, начиная со лба: брови, нос, щеки;
- подними и опусти плечи;
- расслабь мышцы лица.

6. Если чувствуешь напряжение, скажи себе: «Спокойно», — и успокойся. Расслабь мышцы шеи и плеч.

-Молодцы, хорошо справились. Ребята, а если мы видим, что кто-то тревожится, волнуется и переживает. Мы можем ему помочь?

-Да.

-А как?

-

Рассказать ему про способы, которые мы изучили. Поговорить, выслушать его, поддержать, отвлечь.

Заключительная часть

-

Вы молодцы. Такой большой путь уже прошли и наше занятие подходит к концу. Предлагаю сыграть вам в такую игру.

Игра «Доскажи словечко»

Цель: актуализация пройденного материала, рефлексия.

Время: 3-5 минут

Оборудование: не требуется

Ход: детям предлагается закончить следующие предложения.

- Когда человек тревожится, он ....
- Когда человек волнуется, он...
- Я могу помочь себе, когда тревожусь, такими способами:
- Я могу помочь себе, когда волнуюсь такими способами:
- Я могу помочь другим, когда они тревожатся или волнуются, такими способами:...

Я вижу, что вы хорошо работали на уроке и запомнили все, о чем мы говорили. Я очень рада!

Рефлексия

Нам пора прощаться. Давайте в конце занятия узнаем, что было самым интересным для вас. Спасибо вам за урок. До новых встреч!

**Стимульный материал к методике «Что – почему – как» (М.А. Нгуен)»**

Таблица 7

Текст для мальчиков и для девочек к методике «Что – почему –  
как» (М.А. Нгуен)»

Текст для девочек	Текст для мальчиков
-------------------	---------------------

«Меня зовут Аня. Я учусь в первом классе. У меня есть старшая сестра Таня. Однажды мы ехали на машине и попали в аварию. Мы были легко ранены. У Тани была сломана правая рука, но она скоро зажила. А у меня на лице была глубокая царапина, и через месяц остался шрам. Шрам небольшой, но все ребята в школе его замечают, особенно мальчик по имени Вова. Во

ва – заводила среди ребят. И вы знаете, он и его друзья стали надо мной смеяться. Мне было очень обидно. Я даже не хотела больше ходить в школу. Таня узнала об этом.

На днях я всё-таки как обычно пошла в школу с Таней. Около входа стоял Вова с друзьями. Увидев меня, они начали о чём-то шептаться и смеяться. Моя сестра сразу подошла к ним и что-то сказала Вове. Я стояла далеко от них, поэтому ничего не слышала. Я только знаю, что именно после разговора с Таней Вова и его друзья перестали надо мной смеяться.

Я горжусь тем, что я – младшая сестра Тани и тем, что у меня есть старшая сестра, которая всегда мне поможет. Но я до сих пор не знаю, что же Таня сказала Вове и ребятам. Как вы думаете, что она им сказала?»

«Меня зовут Антон. У меня есть старший брат Юра. Недавно я начал кататься на велосипеде. Первое время я часто падал, и соседские мальчики надо мной смеялись. Мне было очень обидно. Я даже хотел забросить велосипед. Но Юра решил мне помочь. В один прекрасный день мы с Юрой вышли во двор с велосипедом. Там нас увидели ребята. Они начали о чём-то шептаться и смеяться. Мой старший брат сразу подошёл к ним и что-то сказал. Я стоял далеко от них, поэтому ничего не слышал. Я только знаю, что именно после разговора с Юрой мальчики перестали надо мной смеяться.

Я горжусь тем, что я – младший брат Юры и тем, что у меня есть старший брат, который всегда мне поможет. Но я до сих пор не знаю, что же Юра сказал ребятам. Как вы думаете, что он им сказал?»

**Стимульный материал к методике «Характер проявлений  
эмпатических реакций и поведения у детей» А.М.Щетининой**

Таблица 8. – Опросник «Характер проявлений эмпатических реакций и поведения у детей»

№	Проявление эмпатических реакций и поведения	Часто	Иногда	Никогда
1	Проявляет интерес к эмоциональному поведению других.			
2	Спокойно издалека смотрит в сторону ребенка, переживающего какое-либо состояние.			
3	Подходит к переживающему ребенку, спокойно смотрит на него.			
4	Пытается привлечь внимание взрослого к эмоциональному состоянию другого.			
5	Ярко, эмоционально реагирует на состояние другого, заражается им.			
6	Реагирует на переживания другого, говоря при этом: "А я не плачу", "А у меня тоже", "А мне тоже...?"			

## Окончание таблицы 8

7	"Изображает" сочувствие, глядя при этом на взрослого, ожидает похвалы, поддержки.			
8	Сообщает взрослому, как он пожалел, помог другому.			
9	Предлагает переживающему эмоциональное состояние ребенку что-либо (игрушку, конфетку и пр.)			
10	Встает рядом с ребенком, беспомощно смотрит на него, на взрослого.			
11	Проявляет сочувствие только по просьбе взрослого (успокаивает, обнимает, гладит и пр.).			
12	Активно включается в ситуацию, по собственной инициативе помогает, гладит, обнимает и пр., т.е. производит успокаивающие действия.			

**Стимульный материал к методике «Дорисовывание: мир вещей  
– мир людей – мир эмоций»**

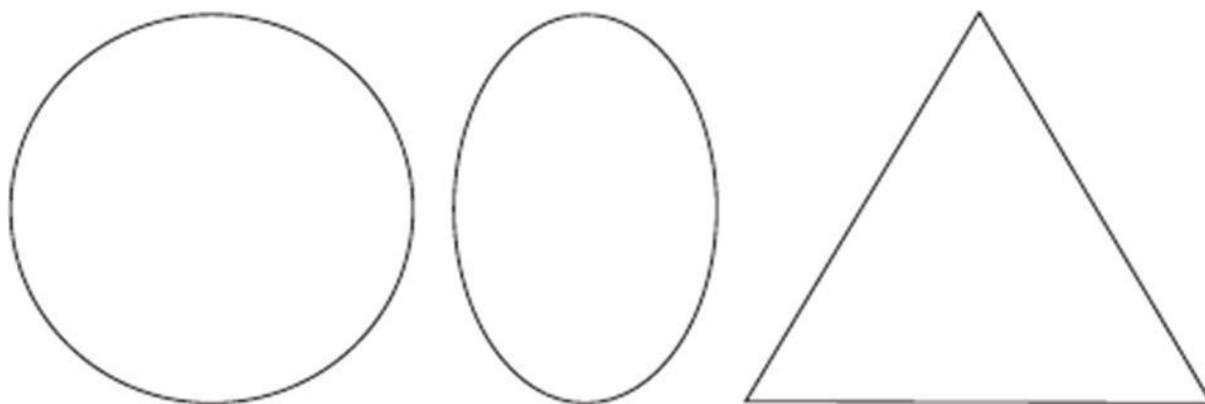


Рисунок 6. Фигуры, используемые в методике «Дорисовывание: мир вещей – мир людей – мир эмоций»

**Стимульный материал к методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображенных на картинке» (В.Б. Никишина)**



Рисунок 7. Пиктограммы к методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображенных на картинке» (В. Б. Никишина)

**Результаты исследования понимания собственных эмоций и эмоциональных состояний окружающих**

Таблица 9. – Оценка уровня развития понимания собственных эмоций и эмоциональных состояний окружающих в баллах по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображенных на картинке» В.Б. Никишиной

№	ИФ испытуемого	Эмоции				Оценка уровня понимания собственных эмоций и эмоциональных состояний окружающих
		Радость	Страх	Гнев	Горе	
1	ОляА.	1	0	0	0	Низкий уровень
2	Гоша Б.	1	1	1	1	Высокий уровень
3	Миша Б.	1	1	0	0	Средний уровень
4	ОляГ.	1	1	0	0	Средний уровень
5	ВикаД.	1	0	0	0	Низкий уровень
6	Саша П.	1	0	1	0	Средний уровень
7	Леша П.	1	0	0	0	Низкий уровень
8	Маша П.	1	0	0	0	Низкий уровень

Продолжение таблицы 9

9	Ира К.	1	1	0	0	Средний уровень
10	Данил К.	0	1	1	0	Средний уровень
11	ИльяЛ.	1	1	1	0	Средний уровень
12	Денис С.	0	0	0	1	Низкий уровень
13	Денис Т.	0	0	0	1	Низкий уровень
14	Марина Ш.	1	1	1	0	Средний уровень
15	ВикаР.	1	1	1	0	Средний уровень
16	Арсен Ф.	1	0	0	0	Низкий уровень
17	Маша Д.	1	0	0	0	Низкий уровень
18	Миша К.	1	1	0	0	Средний уровень
19	Олег К.	1	1	0	0	Средний уровень
20	Дима Д.	1	1	1	0	Средний уровень
21	Петя Т.	0	0	0	0	Низкий уровень
23	АндрейА.	1	0	0	0	Низкий уровень

## Окончание таблицы 9

24	ОляВ.	1	1	1	1	Высокий уровень
25	Настя С.	1	0	1	0	Средний уровень
26	КатяУ.	1	0	0	0	Низкий уровень
27	ВитяЛ.	0	0	0	1	Средний уровень
28	Саша Т.	1	0	1	0	Средний уровень
29	Маша П.	1	0	1	0	Средний уровень
30	Катя Б.	1	0	0	0	Низкий уровень
Средний коэффициент узнавания эмоций в баллах		0, 8	0, 5	0,4	0, 2	

**Результаты исследования готовности ребёнка учитывать  
эмоциональное состояние другого человека, сопереживать, заботиться  
о нём в баллах (методика «Что – почему – как» НгуенМ.А.)**

Таблица 10. – Оценка уровня готовности ребёнка учитывать  
эмоциональное состояние другого человека, сопереживать, заботиться о  
нём

№	ИФ испытуемого	Умение соотносить эмоциональное состояние человека и его реакцию на него (в баллах)	Умение объяснять эмоциональную реакцию человека (в баллах)	Умение адекватно реагировать на эмоциональные состояния других людей (в баллах)	Оценка уровня развития готовности учитывать эмоциональное состояние другого человека
1	ОляА.	1	0	0	Низкий
2	Гоша Б.	1	1	0	Низкий
3	Миша Б.	0	1	0	Низкий
4	Оля Г.	1	2	0	Средний
5	Вика Д.	1	1	1	Средний
6	Саша П.	2	1	0	Средний
7	Леша П.	1	1	1	Средний
8	Маша П.	1	2	1	Средний
9	Ира К.	1	1	2	Средний

## Продолжение таблицы 10

10	Данил К.	1	1	0	Низкий
11	ИльяЛ.	1	2	2	Высокий
12	Денис С.	0	0	0	Низкий
13	Денис Т.	0	0	0	Низкий
14	Марина Ш.	0	1	1	Низкий
15	Вика Р.	0	2	2	Средний
16	Арсен Ф.	2	2	2	Высокий
17	Маша Д.	1	1	1	Средний
18	Миша К.	2	1	0	Средний
19	Олег К.	0	0	0	Низкий
20	Дима Д.	2	2	1	Высокий
21	Петя Т.	0	1	1	Низкий
22	АндрейА.	1	1	1	Средний
23	ОляВ.	2	1	1	Средний

## Окончание таблицы 10

24	Настя С.	2	1	0	Средний
25	Катя У.	0	0	2	Низкий
26	Витя Л.	1	1	1	Средний
27	Саша Т.	2	0	0	Низкий
28	Маша П.	0	0	0	Низкий
29	Катя Б.	1	0	2	Средний
30	Андрей А.	1	2	0	Средний

**Результаты исследования по выявлению эмоциональной ориентации  
ребёнка на мир вещей или на мир людей в баллах  
(методика «Дорисовывание: мир вещей – мир людей –  
мир эмоций» Нгуен М.А.)**

Таблица 11.– Оценка типа эмоциональной ориентации ребёнка на мир вещей или на мир людей

ИФ испытуемого	Количество баллов	Оценка типа эмоциональной ориентации	Уровень эмоционального интеллекта
Оля А.	0	Ориентация на мир вещей	Низкий
Гоша Б.	0	Ориентация на мир вещей	Низкий
Миша Б.	0	Ориентация на мир вещей	Низкий
Оля Г.	0	Ориентация на мир вещей	Низкий
Вика Д.	1	Ориентация на мир людей	Средний
Саша П.	0	Ориентация на мир вещей	Низкий
Леша П.	0	Ориентация на мир вещей	Низкий
Маша П.	1	Ориентация на мир людей	Средний
Ира К.	1	Ориентация на мир людей	Средний
Данил К.	0	Ориентация на мир вещей	Низкий
Илья Л.	2	Ориентация на мир эмоций	Высокий
Денис С.	0	Ориентация на мир вещей	Низкий
Денис Т.	0	Ориентация на мир вещей	Низкий
Марина Ш.	0	Ориентация на мир вещей	Низкий
Вика Р.	0	Ориентация на мир вещей	Низкий
Арсен Ф.	1	Ориентация на мир людей	Средний
Маша П.	1	Ориентация на мир людей	Средний
Катя Б.	0	Ориентация на мир вещей	Низкий
Оля Т.	1	Ориентация на мир людей	Средний
Саша О.	0	Ориентация на мир вещей	Низкий
Маша Д.	1	Ориентация на мир людей	Средний

## Окончание таблицы 11

Миша К.	0	Ориентация на мир вещей	Низкий
Олег К.	0	Ориентация на мир вещей	Низкий
Дима Д.	0	Ориентация на мир вещей	Низкий
Петя Т.	1	Ориентация на мир людей	Средний
Андрей А.	0	Ориентация на мир вещей	Низкий
Оля В.	0	Ориентация на мир вещей	Низкий
Настя С.	0	Ориентация на мир эмоций	Низкий
Катя У.	1	Ориентация на мир людей	Средний
Витя Л.	0	Ориентация на мир вещей	Низкий
Саша Т.	0	Ориентация на мир вещей	Низкий

**Результаты исследования типа эмпатии с помощью  
опросника для родителей А.М. Щетининой**

Таблица 12. – Оценка типа эмпатических реакций испытуемых

ИФ испыту- емого	Оценка уровня эмпатии	Тип эмпатии	Уровень эмоцио- нального интеллекта
Оля А.	13	Эгоцентрический	Средний
ГошаБ.	12	Эгоцентрический	Средний
МишаБ.	8	Низкий	Низкий
ОляГ.	20	Гуманический	Высокий
ВикаД.	13	Эгоцентрический	Средний
СашаП.	17	Смешенный	Средний
ЛешаП.	19	Смешенный	Средний
МашаП.	8	Низкий	Низкий
ИраК.	14	Эгоцентрический	Средний
Данил К.	7	Низкий	Низкий
ИльяЛ.	21	Гуманический	Высокий

Денис С.	7	Низкий	Низкий
Денис Т.	8	Низкий	Низкий
Марина Ш.	15	Эгоцентрический	Средний
ВикаР.	16	Эгоцентрический	Средний
Арсен Ф.	17	Смешенный	Средний
Маша П.	12	Эгоцентрический	Средний
Катя Б.	22	Гуманический	Высокий
Оля Т.	16	Низкий	Низкий
Саша О.	13	Эгоцентрический	Средний
Маша Д.	15	Низкий	Низкий
Миша К.	14	Эгоцентрический	Средний
Олег К.	17	Смешенный	Средний

**Итоговая таблица результатов**

Таблица 1. – Оценка общего уровня развития эмоционального интеллекта

№ и сле дуе мого	ИФ исследуемого	Критерии и уровни содержания структурных компонентов профессионального развития младших школьников				Итоговый уровень
		Знания о собственных эмоциональных состояниях и окружающих людей	Умение адекватно реагировать на проявление эмоций окружающими	Направление эмоциональной ориентации	Уровень эмпатии	
1	Оля А.	Низкий	Низкий	Низкий	Средний	Низкий
2	Гоша Б.	Высокий	Низкий	Низкий	Средний	Средний
3	Миша Б.	Средний	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий
4	Оля Г.	Средний	Средний	Низкий	Высокий	Средний
5	Вика Д.	Низкий	Средний	Средний	Средний	Средний
6	Саша П.	Средний	Средний	Низкий	Средний	Средний
7	Леша П.	Низкий	Средний	Низкий	Средний	Средний

Продолжение таблицы 13

8	Маша П.	Низкий	Средний	Средний	Низкий	Средний
9	Ира К.	Средний	Средний	Средний	Средний	Средний
10	Данил К.	Средний	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий
11	Илья Л.	Средний	Высокий	Высокий	Высокий	Высокий
12	Денис С.	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий
13	Денис Т.	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий
14	Марина Ш.	Средний	Низкий	Низкий	Средний	Средний
15	Вика Р.	Средний	Средний	Низкий	Средний	Средний
16	Арсен Ф.	Низкий	Высокий	Средний	Средний	Средний
17	Маша П.	Средний	Средний	Средний	Средний	Средний
18	Катя Б.	Низкий	Средний	Низкий	Высокий	Средний
19	Оля Т.	Низкий	Низкий	Средний	Низкий	Низкий
20	Саша О.	Низкий	Высокий	Низкий	Средний	Средний
21	Маша Д.	Низкий	Низкий	Средний	Низкий	Низкий
22	Миша К.	Средний	Средний	Низкий	Средний	Средний

Окончание таблицы 13

23	Олег К.	Средний	Средний	Низкий	Средний	Средний
24	Дима Д.	Средний	Низкий	Низкий	Средний	Средний
25	Петя Т.	Низкий	Средний	Средний	Средний	Средний
26	Андрей А.	Низкий	Низкий	Низкий	Средний	Низкий
27	Оля В.	Высокий	Средний	Низкий	Средний	Средний
28	Настя С.	Средний	Низкий	Низкий	Средний	Средний
29	Катя У.	Низкий	Низкий	Средний	Низкий	Низкий
30	Витя Л.	Средний	Средний	Низкий	Низкий	Средний
31	Саша Т.	Средний	Средний	Низкий	Низкий	Средний