

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

Факультет начальных классов  
Кафедра педагогики и психологии начального образования

**Березин Назар Эдуардович**

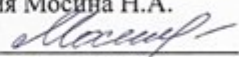
ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА  
МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ И ВОЗМОЖНОСТИ ЕГО РАЗВИТИЯ  
СРЕДСТВАМИ МУЗЫКОТЕРАПИИ У МАЛЬЧИКОВ И ДЕВОЧЕК**

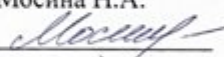
Направление подготовки: 44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
Направленность (профиль) образовательной программы: Педагогика и  
психология начального образования

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой: канд. психол. н.,  
доцент кафедры педагогики и  
психологии начального  
образования Мосина Н.А.


  
(дата, подпись)

Руководитель: канд. психол. н.,  
доцент кафедры педагогики и  
психологии начального  
образования Мосина Н.А.

  
(дата, подпись)

Дата защиты

16.06.2026

Обучающийся Березин Н.Э. 

Оценка

отлично

Красноярск 2026

## Содержание

Введение.....	3
Глава 1. Теоретические основы эмоционального интеллекта.....	7
1.1 Понятие и структура эмоционального интеллекта.....	7
1.2 Различия в проявлениях эмоционального интеллекта у мальчиков и девочек в младшем школьном возрасте.....	13
1.3 Психолого-педагогические методы и приемы развития эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте у мальчиков и девочек .....	26
Выводы по Главе 1.....	31
Глава 2. Анализ результатов констатирующего эксперимента.....	33
2.1 Организация и методы исследования.....	33
2.2. Анализ и интерпретация полученных результатов.....	37
2.3 Программа развития эмоционального интеллекта у мальчиков и девочек младшего школьного возраста средствами музыкотерапии.....	53
Выводы по Главе 2.....	68
Заключение.....	71
Список используемых источников.....	74
Приложение.....	79

## Введение

В современной психолого-педагогической науке эмоциональный интеллект рассматривается как важнейший компонент личностного развития. Он обеспечивает успешную социальную адаптацию, эффективность общения и психологическое благополучие личности. Эта способность играет ключевую роль в социальной адаптации, эффективной коммуникации и психологическом благополучии.

Особую значимость развитие эмоционального интеллекта приобретает в младшем школьном возрасте, когда ребенок сталкивается с принципиально новыми социальными и образовательными требованиями. Переход от игровой деятельности к учебной, увеличение нагрузки, необходимость выстраивать отношения с учителями и сверстниками – все это создает высокую эмоциональную напряженность.

Актуальность проблемы подтверждается современными статистическими данными. Так, в исследовании Т.В. Шининой, Н.Л. Белополюской, С.В. Воликовой и соавторов, опубликованном в 2022 году, отмечается, что около 40% младших школьников испытывают трудности в распознавании и выражении эмоций, что может приводить к повышенной конфликтности и снижению учебной успешности. Кроме того, авторы указывают, что значительная часть ситуаций школьной дезадаптации связана с недостаточным развитием эмоционально-регуляторных навыков у детей младшего школьного возраста [46].

При этом в вопросе развития эмоционального интеллекта наблюдаются устойчивые половые различия:

-Девочки, как правило, демонстрируют более высокий уровень эмпатии и лучше распознают эмоции окружающих.

-Мальчики чаще испытывают трудности в вербальном выражении чувств, что может приводить к поведенческим реакциям (агрессии или замкнутости).

Изучение эмоционального интеллекта младших школьников представляет

собой важную научно-аналитическую задачу. Понимание особенностей его развития позволяет разрабатывать эффективные программы психологической поддержки, направленные на гармонизацию эмоциональной сферы и успешную социализацию ребенка младшего школьного возраста.

Современная система образования ориентирована не только на интеллектуальное, но и на личностное развитие ребёнка, важнейшим компонентом которого является эмоциональный интеллект. Эмоциональный интеллект рассматривается как способность человека распознавать, понимать, выражать и регулировать собственные эмоции, а также понимать эмоциональные состояния других людей.

Младший школьный возраст является сенситивным периодом для формирования эмоциональной сферы, поскольку именно в этот период активно развиваются навыки саморегуляции, эмпатии и межличностного взаимодействия. Однако проведённый теоретический и эмпирический анализ показал, что у значительной части детей данного возраста эмоциональный интеллект сформирован недостаточно.

Результаты диагностического исследования свидетельствуют о том, что у большинства обучающихся преобладает средний уровень развития эмоционального интеллекта. При этом выявлены следующие трудности:

- недостаточная сформированность навыков распознавания эмоций;
- ограниченный эмоциональный словарь;
- затруднения в вербализации эмоциональных состояний;
- низкий уровень развития навыков управления эмоциями;
- трудности в межличностном эмоциональном взаимодействии.

Особое внимание заслуживают выявленные половые различия:

- у мальчиков чаще наблюдается низкий уровень развития эмоционального словаря;
- межличностный эмоциональный интеллект у мальчиков выражен слабее;

- навыки эмоциональной регуляции развиты недостаточно у детей обоих полов, но особенно у мальчиков.

Проблема исследования заключается в определении эффективных условий и средств развития эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста с учётом выявленных трудностей и различий у мальчиков и девочек.

Цель исследования: На основе изучения актуального уровня развития эмоционального интеллекта у девочек и мальчиков младшего школьного возраста, разработать программу развития эмоционального интеллекта средствами музыкотерапии.

Объектом исследования является эмоциональный интеллект мальчиков и девочек младшего школьного возраста.

Предмет исследования: актуальный уровень развития эмоционального интеллекта у мальчиков и девочек младшего школьного возраста.

Гипотеза: Предполагается, что у мальчиков и девочек младшего школьного возраста существуют различия в проявлении компонентов эмоционального интеллекта, проявляющиеся в особенностях распознавания, вербализации и регуляции эмоциональных состояний, а также уровне развития эмпатии и межличностного эмоционального взаимодействия.

Предполагается также, что развитие эмоционального интеллекта младших школьников будет более эффективным при использовании специально разработанной программы, основанной на средствах музыкотерапии, включающей прослушивание музыкальных произведений, музыкально-ритмические упражнения, элементы арт-терапии, игровые и рефлексивные методы, с учетом возрастных и половых особенностей обучающихся.

Задачи:

- Рассмотреть понятие и структуру эмоционального интеллекта в психолого-педагогической литературе.
- Охарактеризовать половые различия в проявлениях эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста.

- Проанализировать психолого-педагогические методы и приемы развития эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте.
- Организовать эмпирическое исследование уровня развития эмоционального интеллекта у младших школьников и подобрать диагностический инструментарий.
- Проанализировать и интерпретировать результаты констатирующего эксперимента, направленного на выявление особенностей эмоционального интеллекта младших школьников.
- Разработать программу развития эмоционального интеллекта младших школьников средствами музыкотерапии с учетом возрастных и половых особенностей обучающихся.

Методы исследования:

- Теоретический: основан на литературном обзоре, сравнительном и концептуальном анализе.
- Эмпирический: изучение научной литературы, документов, результатов деятельности, подбор диагностического инструментария (методы-операции), анкетирование, тестирование, опросы.

Использованные методики:

- Методика «Словарь Эмоций»
- Методика (Опросник ЭИна Д.В Люсина)
- Тест эмоционального интеллекта Шутте

Экспериментальная база: МАОУ СШ № 158 «Грани»: 50 детей 2 классов, в одной параллели (26 девочек, 24 мальчика)

## Глава 1. Теоретические основы эмоционального интеллекта

### 1.1. Понятие и структура эмоционального интеллекта

«Эмоциональный интеллект представляет собой способность индивида осознавать, понимать и регулировать собственные эмоции, а также распознавать и оказывать влияние на эмоциональное состояние окружающих» [28]. Это понятие начало развиваться в психологии в конце XX века благодаря работам таких исследователей, как П. Саловей и Дж. Майер, которые определили эмоциональный интеллект как «способность воспринимать и выражать эмоции, понимать и анализировать их, а также управлять ими для содействия интеллектуальному и личностному росту». Важность эмоционального интеллекта в контексте личностного и профессионального развития была также подчеркнута в работах Д. Гоулмана, который расширил данное определение, выделив пять ключевых компонентов, лежащих в основе эмоционального интеллекта:

1) самосознание – способность распознавать свои эмоции и их влияние на поведение;

2) саморегуляция – контроль над эмоциональными реакциями и способность к адаптации в различных ситуациях;

3) мотивация – использование эмоций для достижения личных и профессиональных целей, а также для поддержания высоких стандартов производительности;

4) эмпатия – способность понимать чувства и потребности других людей, что способствует эффективному взаимодействию;

5) социальные навыки – умение управлять взаимоотношениями и строить конструктивные связи с окружающими [10].

В рамках психологической традиции Д.В. Люсин разработал двухфакторную модель эмоционального интеллекта, которая выделяет следующие компоненты:

- внутриличностный аспект (понимание и управление своими

эмоциями);

- межличностный аспект (распознавание эмоций окружающих) [26].

Это разделение подчеркивает важность как самопознания, так и социальной адаптации в формировании эмоционального интеллекта.

Эмоциональный интеллект как самостоятельная научная категория сформировался в результате интеграции идей когнитивной психологии и психологии личности. Существенный вклад в развитие данного понятия внес Д.В. Люсин, рассматривающий эмоциональный интеллект как способность человека понимать собственные эмоциональные состояния и эмоции других людей, а также регулировать их проявление. Такое понимание подчёркивает значимость не только внутриличностных ресурсов личности, но и её способности эффективно взаимодействовать с окружающими в социальной среде.

В современных условиях развитие эмоционального интеллекта у детей рассматривается как одна из важнейших задач образовательного процесса. Формирование эмоциональной компетентности способствует гармоничному личностному развитию ребёнка, повышает качество его социального взаимодействия и создаёт благоприятные условия для построения конструктивных отношений со сверстниками и взрослыми в школьной среде.

Согласно результатам исследований Е.А. Сергиенко и И.И. Ветровой, наиболее значимыми составляющими эмоционального интеллекта младших школьников выступают способность распознавать эмоциональные состояния, навыки управления эмоциями и развитие эмпатии [36]. Полученные данные позволяют рассматривать эмоциональный интеллект как сложное многокомпонентное образование, оказывающее существенное влияние на успешность адаптации ребёнка. Особую значимость данный феномен приобретает в младшем школьном возрасте, поскольку именно в этот период активно формируются социальные и эмоциональные компетенции, необходимые для эффективного взаимодействия с окружающим миром и успешного освоения различных видов деятельности.

В психологии сформировались три основных подхода к пониманию структуры эмоционального интеллекта, каждый из которых имеет свои теоретические основания и практическое значение.

Модель способностей трактует эмоциональный интеллект как систему когнитивных процессов, обеспечивающих восприятие, анализ и использование эмоциональной информации. В структуру данной модели входят способности к распознаванию эмоциональных состояний, их осмыслению, регуляции эмоциональных проявлений, а также применению эмоциональных данных в процессе познавательной деятельности и принятия решений [28].

Смешанная модель эмоционального интеллекта объединяет интеллектуальные способности и индивидуально-личностные качества человека. Данный подход акцентирует внимание на роли эмоционального интеллекта в межличностном взаимодействии, лидерской деятельности и социальной адаптации. В соответствии с этой концепцией уровень развития эмоционального интеллекта рассматривается как один из факторов, определяющих успешность личности в различных сферах жизни [10].

Концепция эмоционально-социального интеллекта, разработанная Р. Бар-Оном, делает акцент на адаптационном потенциале личности. В рамках данной модели эмоциональный интеллект понимается как совокупность личностных ресурсов и компетенций, обеспечивающих эффективное взаимодействие с социальной средой и способность конструктивно справляться со стрессовыми ситуациями [3].

Несмотря на существующие различия в теоретических подходах, все рассмотренные концепции сходятся в признании эмоционального интеллекта важным условием успешного личностного развития и полноценной социализации человека.

Проведённый теоретический анализ позволяет сформулировать ряд основных выводов.

Во-первых, эмоциональный интеллект представляет собой сложное

многокомпонентное образование, объединяющее когнитивные, эмоциональные и социально-поведенческие характеристики личности.

Во-вторых, существенный вклад в развитие представлений об эмоциональном интеллекте внесли отечественные и зарубежные исследователи, среди которых Д.В. Люсин, Д. Гоулман, Р. Бар-Он, П. Саловей, Дж. Майер, Е.А. Сергиенко и И.И. Ветрова. Их научные работы подтверждают наличие тесной связи между уровнем развития эмоционального интеллекта и такими показателями, как успешность обучения, эффективность социальной адаптации и качество межличностных отношений.

В-третьих, особую практическую ценность эмоциональный интеллект приобретает в образовательной среде. Развитие эмоциональной осведомлённости, способности к эмпатии и навыков эмоциональной саморегуляции способствует более успешному преодолению детьми учебных и коммуникативных трудностей, а также оказывает положительное влияние на формирование благоприятного социально-психологического климата в учебном коллективе.

Следует отметить, что эмоциональный интеллект остаётся одной из наиболее активно развивающихся областей современной психологической науки, объединяющей фундаментальные теоретические исследования и практико-ориентированные разработки.

Современные научные исследования свидетельствуют о том, что эмоциональный интеллект выступает одним из ключевых факторов успешной адаптации и гармоничного развития детей младшего школьного возраста [10]. В условиях цифровизации образования, увеличения объёма информации и возрастания психоэмоциональных нагрузок особую актуальность приобретает целенаправленное развитие эмоциональной сферы ребёнка. В связи с этим формирование эмоционального интеллекта следует рассматривать не только как важную педагогическую задачу, но и как необходимое условие сохранения психологического благополучия,

успешного обучения и полноценного социального развития младших школьников.

Вопрос развития эмоционального интеллекта у учащихся начальной школы приобретает особую актуальность в условиях современных социально-психологических изменений. Результаты международного исследования PISA 2022 свидетельствуют о том, что значительная часть педагогов фиксирует ухудшение эмоционального состояния школьников после пандемии COVID-19. По данным исследования, около 65 % учителей отмечают рост эмоциональных трудностей среди обучающихся [51]. Данные обстоятельства подтверждают необходимость целенаправленной работы по развитию эмоционального интеллекта как важного ресурса сохранения психологического благополучия детей, особенно в младшем школьном возрасте.

Существенное значение для понимания механизмов становления эмоционального интеллекта имеют данные нейropsychологических исследований. Использование современных методов функциональной магнитно-резонансной томографии позволило установить, что в возрасте от 7 до 11 лет происходит интенсивное формирование связей между структурами лимбической системы и префронтальными отделами коры головного мозга [2]. Именно эти области отвечают за эмоциональную регуляцию, контроль поведения и осознанное принятие решений. В связи с этим младший школьный возраст рассматривается исследователями как наиболее благоприятный период для развития эмоциональной компетентности.

Актуальность проблемы подтверждается и современными тенденциями в сфере образования. Новые Федеральные государственные образовательные стандарты ориентируют педагогическую практику не только на усвоение предметных знаний, но и на развитие универсальных компетенций обучающихся. Особое место среди них занимают социально-эмоциональные навыки, которые рассматриваются как важный метапредметный результат обучения [34].

Развитие эмоционального интеллекта тесно связано с возрастными особенностями детей младшего школьного возраста. Период от 7 до 11 лет характеризуется интенсивным развитием познавательной сферы, обусловленным началом систематического обучения. В это время совершенствуются процессы произвольного внимания, активно развивается логическое мышление, а память становится более организованной и осмысленной. Данные изменения создают благоприятные предпосылки для формирования навыков понимания и регулирования эмоциональных состояний.

Важным возрастным новообразованием данного периода является развитие саморегуляции. Постепенно дети начинают осознанно контролировать собственное поведение, учитывать требования учебной деятельности и более эффективно управлять эмоциональными реакциями. Повышение уровня самоконтроля способствует успешной адаптации к школьной среде и оказывает положительное влияние на развитие эмоционального интеллекта.

Особенности возрастной динамики эмоционального интеллекта наиболее отчётливо проявляются в поэтапном формировании его компонентов.

Возрастной период от 7 до 10 лет рассматривается как один из наиболее значимых этапов развития эмоциональной сферы ребёнка. В это время продолжается активное созревание мозговых структур, обеспечивающих эмоциональную регуляцию и социальное взаимодействие. Результаты исследований О.А. Смирновой показывают, что в возрасте 7–8 лет дети преимущественно овладевают навыками распознавания базовых эмоций. К 9–10 годам возрастает способность к осознанному контролю эмоциональных проявлений, а к 10–11 годам заметно усиливается развитие эмпатии, понимания переживаний других людей и навыков социальной перцепции [39].

Формирование эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте представляет собой сложный и последовательный процесс, обусловленный взаимодействием биологических, когнитивных и социальных факторов.

Каждый этап возрастного развития характеризуется появлением новых эмоциональных и коммуникативных возможностей, что позволяет рассматривать эмоциональный интеллект как динамическое образование, развивающееся в ходе социализации ребёнка.

Отдельного внимания заслуживает влияние половых различий на особенности эмоционального развития младших школьников. Исследования показывают, что мальчики и девочки могут отличаться характером эмоционального реагирования, способами выражения чувств и стратегиями эмоциональной саморегуляции. Данные различия оказывают влияние на проявление эмоционального интеллекта в повседневном поведении и межличностном взаимодействии. Изучение возрастных и половых особенностей эмоционального интеллекта имеет не только теоретическую ценность для психологической науки, но и практическое значение, поскольку позволяет педагогам и родителям более эффективно организовывать условия, способствующие гармоничному эмоциональному и личностному развитию ребёнка.

## 1.2 Различия в проявлениях эмоционального интеллекта у мальчиков и девочек

Вопрос половых особенностей эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте является предметом активного изучения в современной психологии. В исследовании Н.Л. Белопольской отмечается, что различия между мальчиками и девочками проявляются уже на ранних этапах школьного обучения и оказывают влияние на характер социального взаимодействия, учебную деятельность и успешность адаптации ребёнка к образовательной среде [4].

Результаты исследований показывают, что девочки младшего школьного возраста демонстрируют более высокий уровень развития навыков распознавания эмоций по сравнению с мальчиками [4]. Они легче

интерпретируют эмоциональные проявления окружающих, точнее воспринимают невербальные сигналы и быстрее определяют эмоциональное состояние собеседника. Подобные особенности способствуют более эффективному взаимодействию со сверстниками и педагогами, а также положительно влияют на формирование коммуникативной компетентности.

Вместе с тем мальчики нередко показывают более выраженные способности к эмоциональной саморегуляции в стрессовых ситуациях [5]. Данный факт может быть обусловлен особенностями социального воспитания и существующими половыми ожиданиями, которые ориентируют мальчиков на проявление выдержки и эмоционального контроля. В результате у них чаще формируются навыки сдерживания эмоциональных реакций и сохранения устойчивости в сложных обстоятельствах.

Многочисленные исследования подтверждают существование различий не только в уровне развития отдельных компонентов эмоционального интеллекта, но и в его структуре. Так, результаты диагностики по методике MSCEIT свидетельствуют о том, что показатели распознавания эмоций у девочек в среднем превышают аналогичные показатели мальчиков на 15–20 % [17]. Кроме того, девочки чаще демонстрируют высокий уровень эмпатии, способность учитывать эмоциональное состояние других людей и использовать конструктивные способы эмоциональной регуляции [21].

Для мальчиков, напротив, более характерны уверенность в собственных возможностях управления эмоциями и способность сохранять эмоциональную устойчивость в условиях напряжения [10]. При решении проблемных ситуаций они чаще используют практико-ориентированные и инструментальные стратегии, направленные на устранение источника трудностей, а не на переживание эмоциональных состояний.

Особое место в структуре эмоционального интеллекта занимают его когнитивные компоненты. Современные психологические и нейронаучные исследования рассматривают эмоциональный интеллект как систему способностей, обеспечивающих восприятие, понимание, анализ и регуляцию

эмоций, а также использование эмоциональной информации в процессе познавательной деятельности.

Согласно модели способностей П. Сэловея и Дж. Майера, базовым элементом эмоционального интеллекта выступает восприятие эмоций. Под данной способностью понимается умение точно распознавать эмоциональные состояния по мимике, интонации, жестам и особенностям поведения человека [28]. Формирование данного навыка является необходимым условием успешного социального взаимодействия и развития эмоциональной компетентности.

Следующим важным компонентом является понимание эмоций, которое предполагает осознание причин возникновения эмоциональных переживаний, их динамики и возможных последствий. Способность анализировать эмоциональные процессы позволяет ребёнку лучше понимать как собственное поведение, так и поведение окружающих людей.

Значительное внимание в работах Дж. Майера и П. Сэловея уделяется использованию эмоций в процессе мышления [28]. Авторы подчёркивают, что эмоциональная информация может способствовать более эффективному решению интеллектуальных задач, стимулировать творческое мышление и помогать в принятии решений.

Исследования Д. Гоулмана показывают, что дети с высоким уровнем развития эмоционального интеллекта отличаются лучшей концентрацией внимания, более выраженной учебной мотивацией и способностью конструктивно разрешать конфликтные ситуации [10]. Аналогичные выводы отражены и в модели MSCEIT, где использование эмоциональной информации рассматривается как фактор развития адаптивности и креативности личности [17].

Особую роль в структуре эмоционального интеллекта играет регуляция эмоций. Данный компонент связан со способностью осознанно управлять эмоциональными состояниями, контролировать их проявление и выбирать наиболее эффективные способы реагирования в различных жизненных

ситуациях. Развитие навыков эмоциональной саморегуляции оказывает непосредственное влияние на успешность обучения и социализации ребёнка.

Установлено, что дети с высоким уровнем эмоционального интеллекта демонстрируют более высокие образовательные результаты, поскольку эмоциональные процессы тесно связаны с функционированием памяти, внимания и мотивационной сферы. Кроме того, они реже проявляют агрессивное поведение, испытывают меньше тревожности и легче адаптируются к требованиям школьной среды. Для таких детей также характерны развитые эмпатические способности, склонность к сотрудничеству [46].

Когнитивные компоненты эмоционального интеллекта начинают активно формироваться уже в детском возрасте под влиянием семейного воспитания, образовательной среды и социального опыта ребёнка. Их развитие способствует не только эмоциональному благополучию личности, но и повышению эффективности познавательной деятельности, что определяет важность целенаправленной психолого-педагогической работы по развитию эмоционального интеллекта у младших школьников.

Эмоциональный интеллект выступает значимым предиктором академической успеваемости, что подтверждается следующими данными:

Когнитивные процессы и эмоциональный интеллект находятся в тесной взаимосвязи, оказывая взаимное влияние на успешность учебной деятельности младших школьников. Исследования показывают, что дети с высоким уровнем развития эмоционального интеллекта демонстрируют более высокие показатели концентрации внимания. По некоторым данным, уровень их сосредоточенности на учебных заданиях может быть выше на 23 % по сравнению со сверстниками, имеющими менее развитые эмоциональные компетенции [11]. Способность понимать и регулировать собственные эмоциональные состояния позволяет учащимся эффективнее контролировать внимание, снижать влияние отвлекающих факторов и сохранять работоспособность в процессе обучения [9].

Не менее важна роль эмоционального интеллекта в функционировании памяти. Установлено, что эмоционально значимая информация запоминается эффективнее нейтральной, поскольку эмоциональные переживания активизируют механизмы долговременного хранения информации [32].

Кроме того, учащиеся, обладающие развитыми навыками эмоциональной регуляции, показывают более высокие результаты при выполнении заданий на запоминание и воспроизведение материала [16]. Это свидетельствует о том, что способность управлять собственными эмоциями способствует более продуктивному усвоению знаний.

Итак, эмоциональные и когнитивные процессы образуют единую систему, обеспечивающую эффективность учебной деятельности. Развитый эмоциональный интеллект способствует не только успешному освоению учебного материала, но и формированию устойчивых навыков саморегуляции, необходимых для дальнейшего личностного и интеллектуального развития ребёнка.

Особое значение в структуре эмоционального интеллекта имеют эмоциональные компоненты, связанные с саморегуляцией и мотивационной сферой личности. Умение осознавать и контролировать собственные переживания способствует снижению эмоционального напряжения и создаёт благоприятные условия для поддержания познавательной активности.

Одним из важных показателей эмоционального благополучия младших школьников является уровень школьной тревожности. Исследования показывают, что дети с высоким уровнем эмоционального интеллекта значительно реже испытывают тревожные состояния, возникающие в процессе обучения. По данным ряда авторов, показатели школьной тревожности у таких учащихся могут быть ниже на 34 % по сравнению с детьми, имеющими недостаточно развитые эмоциональные навыки [23]. Способность управлять эмоциональными переживаниями помогает ребёнку легче справляться со стрессовыми ситуациями, возникающими в учебной деятельности, что положительно отражается на его успеваемости и

психологическом благополучии. При этом установлено, что высокий уровень тревожности часто сопровождается снижением академических достижений, поскольку негативные эмоциональные состояния препятствуют концентрации внимания и эффективному усвоению учебного материала [23].

Эмоциональный интеллект также тесно связан с развитием учебной мотивации. Согласно результатам исследований, большинство учащихся с высоким уровнем эмоционального интеллекта характеризуются выраженной познавательной направленностью и проявляют устойчивый интерес к получению новых знаний [21]. Такие дети получают удовлетворение от процесса обучения, стремятся к исследовательской деятельности и проявляют инициативу при решении учебных задач. В то же время среди школьников с низким уровнем эмоционального интеллекта значительно реже встречается устойчивая учебная мотивация [2]. Это может быть обусловлено трудностями в эмоциональной саморегуляции, которые приводят к возникновению негативных переживаний, снижающих интерес к обучению.

Наряду с когнитивными и эмоциональными компонентами важную роль играют социальные аспекты эмоционального интеллекта. Они оказывают непосредственное влияние на процесс адаптации ребёнка к школьной среде, качество взаимодействия со сверстниками и педагогами, а также результаты совместной деятельности.

Установлено, что дети с высоким уровнем эмоционального интеллекта быстрее адаптируются к условиям школьного обучения и легче принимают новые требования новой среды [8]. Благодаря развитым навыкам эмоциональной саморегуляции и понимания эмоциональных состояний окружающих они успешнее выстраивают отношения с учителями и одноклассниками. Кроме того, такие учащиеся реже становятся участниками конфликтных ситуаций и демонстрируют более высокий уровень социальной компетентности [8].

Особенно ярко влияние эмоционального интеллекта проявляется в

условиях групповой работы. Исследования показывают, что коллективы, состоящие из учащихся с хорошо развитыми эмоциональными навыками, демонстрируют более высокую продуктивность совместной деятельности [8]. Это объясняется способностью участников учитывать эмоциональное состояние друг друга, эффективно взаимодействовать в процессе решения задач и конструктивно разрешать возникающие разногласия. Важным условием успешной групповой работы выступает эмпатия, которая способствует взаимопониманию и повышает качество выполнения совместных проектов [8].

Развитие эмоционального интеллекта оказывает влияние и на особенности восприятия учебной информации. Дети с высоким уровнем эмоциональной компетентности более успешно интерпретируют эмоциональное содержание текстов, глубже понимают художественные образы и легче улавливают скрытые смыслы литературных произведений. Это позволяет им более полно воспринимать содержание учебного материала и формировать целостное представление о рассматриваемых явлениях.

Следовательно, эмоциональный интеллект представляет собой важный фактор успешности учебной деятельности и социальной адаптации младших школьников. Его развитие способствует улучшению академических результатов, повышению мотивации к обучению, снижению уровня тревожности и формированию благоприятного психологического климата в образовательной среде.

Формирование эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста является многофакторным процессом. На его развитие оказывают влияние индивидуально-психологические особенности ребёнка, условия семейного воспитания и образовательной среды, а также культурные нормы и социальные установки, существующие в обществе [28]. Рассмотрение данных факторов позволяет более полно понять механизмы становления эмоционального интеллекта и определить эффективные направления психолого-педагогической работы по его развитию.

Развитие эмоционального интеллекта у младших школьников определяется воздействием комплекса взаимосвязанных факторов, среди которых особое значение имеют индивидуально-психологические особенности ребёнка, социально-педагогические условия и культурная среда. Взаимодействие данных факторов создаёт предпосылки для формирования навыков понимания эмоций, эмпатии и эмоциональной саморегуляции.

К числу важнейших индивидуальных факторов относится темперамент ребёнка. Особенности темперамента оказывают влияние на характер эмоционального реагирования, способы взаимодействия с окружающими и уровень социальной активности. Исследования показывают, что дети с сангвиническим типом темперамента, как правило, легче устанавливают межличностные контакты, быстрее адаптируются к новым условиям и успешнее осваивают навыки социального взаимодействия [29]. Напротив, дети с более замкнутыми типами темперамента могут испытывать определённые трудности в выражении собственных чувств и установлении эмоционального контакта с окружающими.

Не менее значимым фактором выступают когнитивные способности ребёнка. Современные исследования свидетельствуют о существовании взаимосвязи между уровнем эмоционального интеллекта и развитием познавательной сферы, в частности вербального интеллекта. Дети с более высоким уровнем когнитивного развития лучше распознают эмоциональные сигналы, способны анализировать причины эмоциональных состояний и точнее интерпретируют поведение окружающих. Благодаря этому повышается эффективность их социального взаимодействия и расширяются возможности эмоционального познания.

Существенное влияние на формирование эмоционального интеллекта оказывают социально-педагогические условия образовательной среды. Одним из важнейших факторов является эмоциональный климат в классе. Благоприятная психологическая атмосфера, основанная на доверии, взаимоуважении и поддержке, способствует развитию эмоциональной

открытости, эмпатии и навыков саморегуляции [1]. В условиях эмоционального комфорта дети чувствуют себя более уверенно, проявляют большую активность в общении и легче усваивают нормы конструктивного взаимодействия со сверстниками и педагогами.

Важную роль играют также методы обучения, применяемые в образовательном процессе. Использование интерактивных технологий, ролевых игр, коллективных проектов и других форм совместной деятельности создаёт условия для развития эмоциональной компетентности школьников. В процессе группового взаимодействия дети учатся учитывать чувства других людей, понимать различные точки зрения и вырабатывать навыки сотрудничества. Подобные формы организации обучения способствуют не только усвоению учебного материала, но и развитию эмоциональной сферы личности [10].

Значимым фактором формирования эмоционального интеллекта являются культурные особенности общества, в котором воспитывается ребёнок. Культурные нормы определяют допустимые способы выражения эмоций, особенности межличностного взаимодействия и отношение к эмоциональным переживаниям. В культурах, ориентированных на коллективные ценности, особое внимание уделяется развитию эмпатии, взаимопомощи и социальной ответственности [29]. В таких условиях дети с раннего возраста усваивают нормы сотрудничества и учатся учитывать интересы окружающих, что положительно влияет на развитие эмоционального интеллекта.

Становление эмоционального интеллекта младших школьников обусловлено совокупным влиянием личностных, социальных и культурных факторов. Их взаимодействие обеспечивает формирование эмоциональной компетентности, необходимой для успешной адаптации ребёнка к условиям современной образовательной среды.

Особую актуальность в настоящее время приобретает изучение влияния

цифровых технологий на развитие эмоционального интеллекта детей. Современное поколение школьников растёт в условиях активного использования электронных устройств и цифровых средств коммуникации, которые становятся важной частью их повседневной жизни. Расширение цифрового пространства оказывает заметное влияние на процессы социализации, общения и эмоционального развития детей.

Одним из значимых последствий цифровизации является изменение характера межличностного общения. Социальные сети, мессенджеры и онлайн-платформы позволяют поддерживать постоянный контакт со сверстниками независимо от расстояния. Вместе с тем виртуальное взаимодействие существенно отличается от непосредственного общения, поскольку ограничивает восприятие невербальных компонентов коммуникации, таких как мимика, жесты, интонация и эмоциональная выразительность речи [42]. В результате дети могут испытывать затруднения при распознавании эмоциональных состояний собеседника и формировании навыков эмпатического взаимодействия.

Влияние цифровых технологий на эмоциональное развитие носит неоднозначный характер. С одной стороны, современные интернет-ресурсы предоставляют детям дополнительные возможности для самовыражения, обмена переживаниями и получения эмоциональной поддержки. Онлайн-сообщества и тематические платформы позволяют обсуждать личные проблемы, делиться опытом и находить понимание среди сверстников, что способствует развитию эмоциональной осознанности и навыков саморефлексии [40].

С другой стороны, чрезмерное использование цифровых устройств может сопровождаться рядом негативных последствий. Среди наиболее значимых рисков исследователи выделяют формирование зависимости от социальных сетей, снижение интенсивности живого общения и распространение кибербуллинга [42]. Длительное пребывание в виртуальной среде может ограничивать возможности ребёнка для развития навыков непосредственного

эмоционального взаимодействия, что в дальнейшем способно осложнять процесс социальной адаптации. Недостаточный опыт реального общения затрудняет понимание эмоциональных реакций окружающих и снижает эффективность межличностного взаимодействия.

Следовательно, цифровая среда выступает важным фактором современного развития эмоционального интеллекта младших школьников. Её влияние может быть как позитивным, так и негативным, поэтому особое значение приобретает организация разумного и педагогически контролируемого использования цифровых технологий. В этих условиях задача семьи и школы заключается в создании баланса между виртуальным и реальным общением, обеспечивающего полноценное эмоциональное и социальное развитие ребёнка.

Наряду с положительными возможностями цифровой среды исследователи отмечают и ряд потенциальных рисков для эмоционального развития детей. Чрезмерное использование цифровых устройств способно отрицательно влиять на устойчивость внимания и способность к концентрации, что отражается на процессах эмоционального восприятия и межличностного взаимодействия. Длительное пребывание в виртуальном пространстве может снижать чувствительность ребёнка к эмоциональным сигналам окружающих, затрудняя понимание переживаний других людей и установление продуктивных социальных контактов [42]. Следует учитывать, что развитие эмоционального интеллекта происходит преимущественно в процессе непосредственного взаимодействия с окружающими людьми и накопления реального социального опыта. Недостаточная вовлечённость в живое общение может привести к трудностям эмоциональной адаптации, повышению уровня социальной тревожности и возникновению других психологических проблем.

Вместе с тем цифровая среда обладает значительным потенциалом для развития эмоциональной компетентности детей. Современные технологии предоставляют возможности для общения, самовыражения и получения

эмоциональной поддержки, способствуя расширению социальных связей и формированию навыков коммуникации. В связи с этим особую значимость приобретает задача рационального использования цифровых ресурсов в образовательном процессе и повседневной жизни ребёнка. Родителям и педагогам необходимо учитывать как преимущества, так и возможные риски цифровизации, создавая условия для гармоничного сочетания виртуального и непосредственного общения. Реализация специальных образовательных программ, направленных на развитие эмоционального интеллекта в условиях цифровой среды, может способствовать формированию у детей навыков эмоциональной саморегуляции, конструктивного общения и успешной социальной адаптации.

Проведённый анализ научной литературы позволяет сделать вывод о том, что в условиях цифровизации образования, возрастания психоэмоциональных нагрузок и последствий пандемии COVID-19 развитие эмоционального интеллекта приобретает особую актуальность и становится важнейшим направлением современного образовательного процесса.

Анализ возрастных особенностей эмоционального интеллекта показывает, что младший школьный возраст является сензитивным периодом для его формирования. В возрасте от 7 до 11 лет происходит последовательное развитие эмоциональных способностей: от распознавания базовых эмоциональных состояний к овладению навыками осознанной саморегуляции, эмпатии и понимания эмоциональных переживаний других людей. При этом выявляются определённые половые различия: девочки чаще демонстрируют более высокий уровень развития эмпатии и способности к распознаванию эмоций, тогда как мальчики нередко проявляют большую устойчивость к стрессовым ситуациям и более выраженные навыки эмоционального контроля.

Особое значение эмоциональный интеллект имеет для познавательной деятельности и успешности обучения. Исследования подтверждают наличие тесной взаимосвязи между уровнем эмоционального интеллекта и развитием

внимания, памяти, мотивации и способности к решению учебных задач. Нейропсихологические данные свидетельствуют о том, что развитие эмоциональной сферы связано с процессами созревания мозговых структур, отвечающих за когнитивный контроль и эмоциональную регуляцию. Благодаря этому эмоциональный интеллект выступает важным условием эффективной учебной деятельности и академической успешности младших школьников.

Не менее значимой является его роль в социальном развитии ребёнка. Высокий уровень эмоционального интеллекта способствует снижению школьной тревожности, повышению учебной мотивации, успешной адаптации к требованиям образовательной среды и формированию конструктивных взаимоотношений со сверстниками и педагогами. Такие дети легче включаются в совместную деятельность, демонстрируют развитые коммуникативные навыки и успешнее справляются с возникающими конфликтными ситуациями.

Формирование эмоционального интеллекта определяется воздействием комплекса факторов. Существенное влияние оказывают индивидуально-психологические особенности ребёнка, прежде всего темперамент и уровень когнитивного развития. Важную роль играют социально-педагогические условия, включая эмоциональный климат образовательной среды и применяемые методы обучения. Значимым фактором выступают и культурные особенности общества, определяющие нормы эмоционального поведения и взаимодействия между людьми. Особое место среди современных факторов занимает цифровая среда, которая одновременно создаёт новые возможности для коммуникации и несёт определённые риски, связанные со снижением качества непосредственного общения.

Эмоциональный интеллект следует рассматривать как динамическое образование, которое активно развивается в младшем школьном возрасте и поддаётся целенаправленному формированию в процессе воспитания и обучения. Его развитие способствует не только повышению академической

успешности учащихся, но и формированию психологического благополучия, социальной компетентности и способности к эффективному взаимодействию с окружающими. В связи с этим интеграция задач развития эмоционального интеллекта в содержание образовательных программ и практическую деятельность современной школы представляется одним из приоритетных направлений психолого-педагогической работы. индивидуальн

### 1.3 Психолого-педагогические методы и приемы развития эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте

Развитие эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте является значимым направлением психолого-педагогической работы, поскольку именно в данный период активно формируются навыки осознания, выражения и регуляции эмоциональных состояний. Младший школьник начинает включаться в новую систему социальных отношений, где особую роль приобретают взаимодействие со сверстниками, оценка со стороны учителя, учебная мотивация и способность контролировать собственное поведение. В связи с этим развитие эмоционального интеллекта выступает важным условием успешной адаптации ребенка к школьной среде.

В психолого-педагогической литературе эмоциональный интеллект рассматривается как способность человека понимать собственные эмоции и эмоции других людей, а также управлять ими. Д.В. Люсин определяет эмоциональный интеллект как «способность к пониманию своих и чужих эмоций и управлению ими» [27]. Данное определение подчеркивает, что эмоциональный интеллект включает как внутриличностный компонент, связанный с осознанием и регуляцией собственных переживаний, так и межличностный компонент, направленный на понимание эмоционального состояния окружающих.

П. Саловей и Дж. Майер рассматривают эмоциональный интеллект как совокупность способностей, связанных с восприятием, пониманием,

использованием и управлением эмоциями. С их точки зрения, эмоции могут выступать не препятствием, а ресурсом мышления и поведения человека [28]. Д. Гоулман также подчеркивал практическую значимость эмоционального интеллекта, выделяя такие его компоненты, как самосознание, саморегуляция, мотивация, эмпатия и социальные навыки [10]. Следовательно, развитие эмоционального интеллекта у младших школьников должно быть направлено не только на расширение знаний об эмоциях, но и на формирование способности применять эти знания в учебной и коммуникативной деятельности

Одним из основных методов развития эмоционального интеллекта младших школьников является эмоциональное просвещение. Оно предполагает знакомство детей с различными эмоциональными состояниями, расширение эмоционального словаря, обучение распознаванию эмоций по мимике, жестам, интонации и поведению. Данный метод особенно важен в начальной школе, так как многие дети испытывают трудности в назывании и объяснении собственных чувств. В процессе занятий педагог может использовать карточки эмоций, иллюстрации, пиктограммы, обсуждение жизненных ситуаций, чтение художественных текстов и анализ поведения персонажей. Такие приемы помогают ребенку осознавать различия между эмоциями, понимать причины их возникновения и последствия эмоциональных реакций

Значимым методом является игровая деятельность. В младшем школьном возрасте игра сохраняет важное развивающее значение, поскольку позволяет ребенку в безопасной форме проигрывать различные социальные ситуации. Д.Б. Эльконин отмечал, что игра способствует освоению ребенком социальных ролей и норм поведения [50]. В контексте развития эмоционального интеллекта могут использоваться ролевые игры, игры-драматизации, упражнения на выражение эмоций, ситуации выбора и обсуждения поступков. Например, детям можно предложить разыграть ситуацию конфликта, обиды, радости, поддержки или примирения. После

игры важно организовать обсуждение: какие эмоции испытывали участники, почему они возникли, как можно было поступить иначе. Следовательно, игра способствует развитию эмпатии, коммуникативных навыков и способности к эмоциональной саморегуляции.

Особое место в развитии эмоционального интеллекта занимают арт-терапевтические методы. Через рисунок, лепку, аппликацию, сказку или музыку ребенок получает возможность выразить те переживания, которые ему сложно передать словами. Арт-терапевтические приемы позволяют снизить эмоциональное напряжение, развить воображение, осознание собственных чувств и способность к их символическому выражению. Например, детям можно предложить нарисовать свое настроение, изобразить страх, радость или грусть в виде образа, подобрать цвет к определенной эмоции. После выполнения задания проводится беседа, в ходе которой ребенок учится объяснять свои чувства и понимать эмоциональные состояния других.

Одним из наиболее эффективных средств развития эмоционального интеллекта в рамках данной работы является музыкотерапия. Музыка оказывает комплексное воздействие на эмоциональную сферу ребенка: помогает актуализировать переживания, снижает напряжение, способствует развитию эмпатии и саморегуляции. С.В. Шушарджан рассматривает музыкотерапию как направление, основанное на использовании музыкально-акустических воздействий с целью коррекции и восстановления психоэмоционального состояния человека [48]. В свою очередь, А.В. Торопова подчеркивает междисциплинарный характер музыкотерапии, связывая ее с психологией, педагогикой, физиологией и искусством [43].

В работе с младшими школьниками могут применяться как активные, так и пассивные формы музыкотерапии. Пассивная музыкотерапия предполагает прослушивание музыкальных произведений с последующим обсуждением эмоциональных впечатлений. Дети учатся определять настроение музыки, подбирать слова для описания своих чувств, сравнивать эмоциональные

состояния, возникающие при прослушивании разных произведений.

Активная музыкотерапия включает пение, ритмические упражнения, игру на детских музыкальных инструментах, музыкально-двигательные импровизации. Такие формы работы помогают детям выразить эмоции через движение, голос и ритм, что особенно важно для младших школьников, испытывающих трудности в вербализации переживаний[49].

Важным приемом развития эмоционального интеллекта является рефлексия.

После выполнения упражнений ребенку необходимо дать возможность осмыслить собственное состояние: «Что я сейчас чувствую?», «Почему у меня возникла эта эмоция?», «Что помогло мне успокоиться?», «Как я могу поддержать другого человека?». Рефлексивные беседы способствуют формированию осознанного отношения к эмоциональным проявлениям. Е.А. Сергиенко отмечает, что у младших школьников значимыми компонентами эмоционального интеллекта являются распознавание эмоций, управление эмоциями и эмпатия [36]. Следовательно, регулярное включение рефлексивных заданий помогает развивать именно те качества, которые обеспечивают успешное эмоциональное и социальное развитие ребенка.

В психолого-педагогической работе используются упражнения на развитие эмпатии. Эмпатия позволяет ребенку понимать чувства другого человека, учитывать его состояние и выстраивать более конструктивное взаимодействие. К таким упражнениям относятся обсуждение эмоциональных ситуаций, анализ поступков героев сказок и рассказов, задания «Поставь себя на место другого», «Что чувствует герой?», «Как можно помочь?». Данные приемы способствуют развитию доброжелательности, снижению конфликтности и формированию положительного психологического климата в классе.

Не менее важным направлением является обучение младших школьников способам эмоциональной саморегуляции. Ребенок должен не только распознавать эмоции, но и владеть приемами управления ими. Для этого могут использоваться дыхательные упражнения, релаксационные паузы,

элементы телесно-ориентированных практик, упражнения на переключение внимания, приемы проговаривания эмоций. Например, педагог может обучать детей простым способам снятия напряжения: глубокому дыханию, счету до десяти, проговариванию своего состояния, выбору безопасного способа выражения гнева или обиды. Формирование таких навыков помогает младшим школьникам справляться со стрессовыми ситуациями и снижает риск эмоциональных срывов.

Большое значение имеет создание эмоционально благоприятной образовательной среды. И.Н. Андреева подчеркивает, что развитие эмоционального интеллекта связано не только с индивидуальными особенностями ребенка, но и с условиями социальной среды [1]. Учитель должен демонстрировать уважительное отношение к чувствам детей, поддерживать инициативу, избегать чрезмерной критики, создавать ситуации успеха. Важно, чтобы ребенок чувствовал себя в классе безопасно и мог открыто говорить о своих переживаниях. Только в условиях доверия возможно полноценное развитие эмоциональной сферы.

Итак, развитие эмоционального интеллекта младших школьников требует системной и целенаправленной психолого-педагогической работы. Наиболее эффективными методами являются эмоциональное просвещение, игровая деятельность, арт-терапевтические приемы, музыкотерапия, упражнения на развитие эмпатии, рефлексия и обучение способам саморегуляции. Особое значение в рамках данного исследования приобретает музыкотерапия, поскольку она позволяет воздействовать на эмоциональную сферу ребенка через доступные и значимые для младшего школьного возраста средства - музыку, ритм, движение и творческое самовыражение. Использование данных методов способствует развитию способности распознавать, понимать, выражать и регулировать эмоции, что является важным условием успешной социализации и психологического благополучия младшего школьника.

## Выводы по Главе 1

Проведенное исследование позволило проанализировать теоретические основы развития эмоционального интеллекта у младших школьников, а также выявить его ключевые особенности с учетом различий пола. На основе изучения научной литературы были определены основные компоненты эмоционального интеллекта, включающие распознавание, понимание и регуляцию эмоций, а также эмпатию. В ходе работы были решены поставленные задачи: осуществлен анализ научной литературы по проблеме, определены ключевые понятия и структура эмоционального интеллекта, рассмотрены методы его диагностики.

Актуальность исследования подтверждается данными, свидетельствующими о том, что низкий уровень развития эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста приводит к трудностям в социальной адаптации, конфликтности и снижению успеваемости. Особое значение имеет учет различий пола: девочки демонстрируют более высокие способности в распознавании эмоций и эмпатии, тогда как у мальчиков чаще наблюдаются сложности в вербальном выражении чувств, что может провоцировать поведенческие проблемы.

В ходе работы были рассмотрены методы диагностики эмоционального интеллекта, что позволило сделать вывод о необходимости целенаправленной психолого-педагогической поддержки учащихся начальных классов. Разработка и внедрение программ, направленных на формирование эмоциональной компетентности, могут способствовать снижению уровня школьной дезадаптации, улучшению коммуникативных навыков и психологического благополучия детей.

Проведенная работа подтверждает необходимость системного подхода к развитию эмоционального интеллекта в образовательной среде и открывает новые возможности для интеграции психологических знаний в педагогическую практику.

Итак, изучение эмоционального интеллекта младших школьников открывает перспективы для дальнейших исследований и практической работы в области психологии и педагогики, направленной на поддержку личностного развития детей в условиях современного образовательного процесса.

## Глава 2. Анализ результатов констатирующего эксперимента

### 2.1. Организация и методы исследования

Теоретический анализ проблемы эмоционального интеллекта младших школьников, представленный в первой главе, позволил определить ключевые компоненты эмоционального интеллекта, особенности его развития в младшем школьном возрасте, а также выявить различия в проявлении эмоционального интеллекта у мальчиков и девочек. Было установлено, что эмоциональный интеллект включает способности к распознаванию, пониманию, выражению и регуляции эмоций, а его уровень оказывает влияние на успешность социальной адаптации, учебной деятельности и межличностного взаимодействия младших школьников.

Анализ психолого-педагогической литературы показал, что младший школьный возраст является сенситивным периодом для развития эмоциональной сферы, поскольку именно в этот период активно формируются навыки эмоциональной саморегуляции, эмпатии и эмоционального взаимодействия с окружающими. Кроме того, исследования современных авторов свидетельствуют о наличии определённых различий в развитии эмоционального интеллекта у мальчиков и девочек, что обуславливает необходимость учета данных особенностей при организации психолого-педагогической работы.

Полученные теоретические данные послужили основанием для проведения эмпирического исследования, направленного на выявление актуального уровня развития эмоционального интеллекта у обучающихся младшего школьного возраста, а также особенностей его проявления у мальчиков и девочек.

Экспериментальная работа проводилась на базе МАОУ СШ №158 «Грани». В исследовании приняли участие 50 обучающихся 2-х классов младшего школьного возраста, из них 26 девочек и 24 мальчика. Выбор данной возрастной группы обусловлен тем, что именно в возрасте 8–9 лет

происходит активное развитие эмоциональной сферы, формируются основы эмоциональной рефлексии, навыки понимания и регуляции эмоциональных состояний.

С целью комплексного изучения эмоционального интеллекта младших школьников были подобраны диагностические методики, направленные на исследование эмоционального словаря, способности к пониманию и управлению эмоциями, а также общего уровня эмоционального интеллекта.

Таблица 1. Критерии оценивания детей младшего школьного возраста

Критерий и методика	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Распознавание эмоций (Методика «Словарь Эмоций»)	Затрудняется назвать чувства, эмоции;ограниченный запас эмоциональных понятий,слабое понимание различных эмоций.	Ребенок правильно идентифицирует основные эмоции; достаточный, но неустойчивый уровень развития эмоционального словаря, дети могут назвать основные базовые эмоции, однако испытывают трудности указать более сложные эмоции	Широкий эмоциональный словарь. Дети свободно называют различные эмоции,в том числе близкие по смыслу.
Понимание и управление эмоциями Методика (Опросник ЭИна Д.В Люсина	Ребенок испытывают трудности в распознавании и понимании собственных эмоций и других людей. Им сложно осознать причины своих	Ребенок понимает основные эмоции у себя и окружающих, но не всегда могут понять их причины и последствия	Ребенок, понимает и контролирует свои эмоции. Хорошо развита способность к осознанию, пониманию и управлению собственными эмоциями. Умение распознаванию эмоциональные состояния других людей

	эмоциональных состояний и управлять ими.		
Уровень эмоционального интеллекта (Тест эмоционального интеллекта Шутте)	У ребенка недостаточная сформированность навыков осознания, понимания, регуляции эмоций. Испытывают затруднения в распознавании собственных эмоций окружающих	Ребенок может распознавать эмоции, но испытывает сложности	У ребенка хорошо развита эмпатия; он хорошо распознает эмоции других людей Развита способность к осознанию, пониманию и управлению эмоциями

а) «Словарь эмоций» Ивнова Е.С

Целью методики является выявление словарного запаса школьников, когда они общаются в повседневной жизни для обозначения эмоций и чувств. Диагностику проводят в групповом, так и в индивидуальном формате.

Для изучения способности младших школьников распознавать и называть эмоциональные состояния была использована методика «Словарь эмоций» Е.С. Ивновой. Данная методика направлена на выявление уровня сформированности эмоционального словаря ребенка, то есть способности осознавать и вербализировать собственные эмоциональные переживания и эмоции окружающих людей.

В ходе диагностики детям предлагается назвать известные им эмоции и чувства. Количество и разнообразие названных эмоциональных состояний позволяют определить уровень развития эмоциональной осведомленности ребенка. Чем богаче эмоциональный словарь обучающегося, тем выше его способность к пониманию эмоциональных состояний и их осознанному выражению.

Использование данной методики в исследовании обусловлено тем, что эмоциональный словарь является одним из базовых компонентов эмоционального интеллекта и отражает уровень развития эмоциональной компетентности младших школьников. Шкала оценивания:

Высокий уровень: 7 и более названных эмоций.

Средний уровень: 4-6 названных эмоций.

Низкий уровень: менее 4 названных эмоций.

б) Опросник эмоционального интеллекта ЭМИна Д.В Люсина

Цель Опросника эмоционального интеллекта ЭМИн Д.В. Люсина заключается в диагностике и количественной оценке эмоционального интеллекта.

Для исследования способности младших школьников понимать и регулировать эмоции был использован опросник эмоционального интеллекта ЭМИн Д.В. Люсина. Данная методика позволяет оценить уровень развития внутриличностного и межличностного эмоционального интеллекта.

Опросник направлен на изучение способности ребенка осознавать собственные эмоциональные состояния, понимать причины возникновения эмоций, контролировать их проявление, а также распознавать эмоциональные переживания других людей. Методика позволяет получить представление о том, насколько ребенок способен эффективно взаимодействовать с окружающими и регулировать свое эмоциональное поведение.

Применение опросника ЭМИн в рамках исследования позволяет более подробно изучить особенности эмоционального интеллекта младших школьников и выявить возможные различия в развитии его компонентов у мальчиков и девочек./ Шкала оценивания:

Низкий: ВЭИ: 35-39 МЭИ 34-39

Средний ВЭИ: 39-47 МЭИ: 40-46

Высокий ВЭИ 48 и выше МЭИ 47 и выше

в) Эмоциональный интеллект Шутте:

Цель: оценить уровень эмоционального интеллекта - то есть способность

распознавать, понимать, выражать и регулировать эмоции.

Для комплексной оценки уровня эмоционального интеллекта младших школьников был использован тест эмоционального интеллекта Шутте. Методика направлена на определение общего уровня развития эмоционального интеллекта как интегральной характеристики эмоциональной сферы личности.

Тест позволяет оценить способность ребенка распознавать собственные эмоции и эмоции окружающих, понимать их значение, управлять эмоциональными реакциями и использовать эмоциональную информацию в процессе общения и взаимодействия с другими людьми. Полученные результаты дают возможность определить общий уровень сформированности эмоционального интеллекта и выявить особенности эмоционального развития обучающихся.

Выбор данной методики обусловлен ее комплексным характером, позволяющим рассматривать эмоциональный интеллект как единую систему взаимосвязанных эмоциональных способностей. Шкала оценивания:

Высокий: 150-165

Средний: 110-148

Низкий: 0-109

## 2.2. Анализ и интерпретация полученных результатов

Рассмотрим результаты по методикам более подробно. При количественном анализе результатов по методике «Словарь эмоций» Ивнова Е.С (см. Приложение 1) мы выявили, что у 50 учащихся 2 классов следующие результаты:

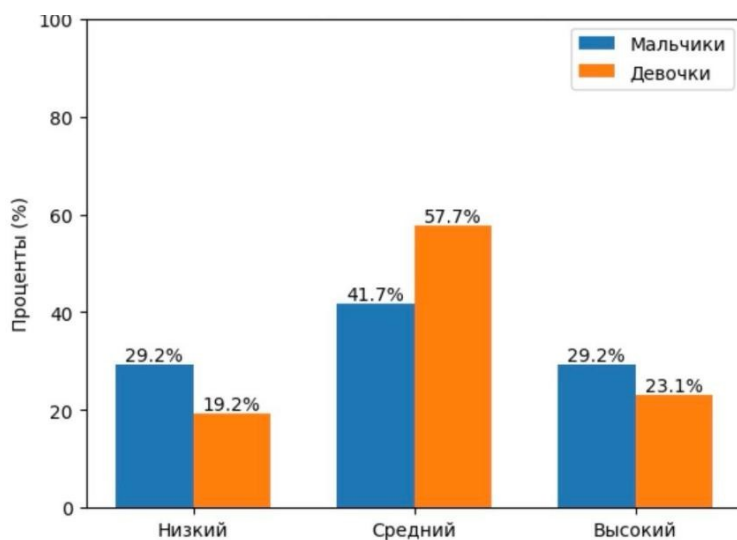


Рис1. Анализ результатов по методике «Словарь эмоций» Ивнова Е.С

Данные по мальчикам ( 24 ребенка)

Низкий уровень(менее 4 названных эмоций): 29.2%

Средний уровень(4-6 названных эмоций): 41.7%

Высокий уровень(7- выше названных эмоций): 29.2%

Данные по девочкам ( 26 детей )

Низкий уровень(менее 4 названных эмоций): 19.2%

Средний уровень(4-6 названных эмоций): 57.7%

Высокий уровень(7- выше названных эмоций): 23.1% (см. Рис. 1)

При качественном анализе результатов по методике «Словарь эмоций» у детей 2 классов мы выявили, что половина детей находится на среднем уровне (4-6 эмоций). Это говорит о том, что большинство детей уже освоили базовый набор эмоциональных понятий, достаточный для повседневного общения и самовыражения в типичных ситуациях. Однако этот диапазон предполагает дальнейшее развитие и обогащение.

Что касается половых различий: у мальчиков этого возраста процент низкого уровня выше, чем у девочек. Традиционно мальчикам с раннего детства прививается сдержанность в выражении эмоций, особенно "слабых" (печаль, страх, нежность). Акцент делается на "мужественности", ассоциирующейся с силой, решительностью и контролем над чувствами. В результате, мальчики могут не получать достаточного поощрения для

вербализации своих эмоциональных состояний или даже быть склонны подавлять их, что приводит к обеднению активного эмоционального словаря.

Более высокая доля девочек на среднем уровне свидетельствует о том, что девочки в целом демонстрируют более развитый активный словарь эмоций. Это также согласуется со стереотипами по признаку пола и воспитательными практиками, где девочкам часто уделяется больше внимания в развитии эмоциональной сферы. Их поощряют к обсуждению чувств, проявлению эмпатии, выражению своих переживаний, что способствует более активному формированию и использованию эмоционального лексикона

Показатели высокого уровня (29.2% мальчиков против 23.1% девочек) хотя и не демонстрируют статистически значимого превосходства одной группы над другой, но бросают вызов стереотипам о "преимущество" девочек в эмоциональной сфере. Это указывает на то, что значительная часть мальчиков также успешно формирует большой эмоциональный словарь. Это может быть связано с индивидуальными особенностями развития, семейным воспитанием, где уделяется внимание эмоциональному развитию независимо от пола, или влиянием образовательной среды, стимулирующей эмоциональную открытость. Девочки в целом демонстрируют более развитый активный словарь эмоций, что проявляется с низким уровнем и более высокой концентрации на среднем уровне. У мальчиков же чаще встречается ограниченный словарь, однако существенная их часть также показывает высокий уровень, указывая на большую вариативность внутри группы.

Мы предполагаем, что выявленные различия могут быть связаны с особенностями семейного воспитания, образовательной среды и социализации, в рамках которых девочки чаще получают поддержку в обсуждении и выражении эмоциональных состояний. Мальчики, напротив, нередко ориентированы на сдержанность в проявлении чувств, что может ограничивать развитие эмоционального словаря и навыков вербализации эмоций.

Полученные результаты позволяют говорить не только о различиях в объеме эмоционального словаря у мальчиков и девочек, но и об особенностях эмоционального поведения, которые могут проявляться в повседневной школьной жизни.

У девочек более высокий показатель среднего и высокого уровня развития эмоционального словаря свидетельствует о большей способности к вербализации эмоциональных состояний. Девочки чаще используют эмоционально окрашенные слова, легче описывают свои переживания и эмоциональные состояния окружающих. В учебной и коммуникативной деятельности это может проявляться: в стремлении обсуждать чувства и переживания; в большей эмоциональной отзывчивости; в склонности к сопереживанию; в способности словами объяснять причины обиды, тревоги или радости; в более частом обращении за эмоциональной поддержкой.

У мальчиков более высокий процент низкого уровня развития эмоционального словаря может указывать на недостаточную сформированность навыков эмоциональной вербализации. Это не означает отсутствие эмоциональных переживаний, однако дети данной группы могут испытывать затруднения при назывании и осмыслении собственных чувств. В поведении это может проявляться: в импульсивных реакциях вместо словесного выражения эмоций; в повышенной раздражительности; в уходе от обсуждения переживаний; в использовании упрощённых эмоциональных характеристик («нормально», «плохо», «не знаю»); в проявлении эмоций через действия, а не через речь.

Кроме того, ограниченный эмоциональный словарь у части мальчиков может осложнять межличностное взаимодействие со сверстниками и взрослыми, поскольку ребенку сложнее объяснить собственное состояние и понять эмоциональные реакции других людей.

При этом наличие у части мальчиков высокого уровня эмоционального словаря свидетельствует о том, что развитие эмоциональной сферы определяется не только половыми особенностями, но и условиями семейного

воспитания, особенностями образовательной среды и индивидуальным опытом эмоционального общения.

Результаты методики «Словарь эмоций» подтверждают наличие различий в особенностях эмоциональной вербализации у мальчиков и девочек младшего школьного возраста. Девочки в большей степени демонстрируют развитость эмоциональной речи и эмоциональной осознанности, тогда как мальчики чаще испытывают трудности в словесном обозначении переживаний, что может отражаться на особенностях их поведения и эмоционального взаимодействия.

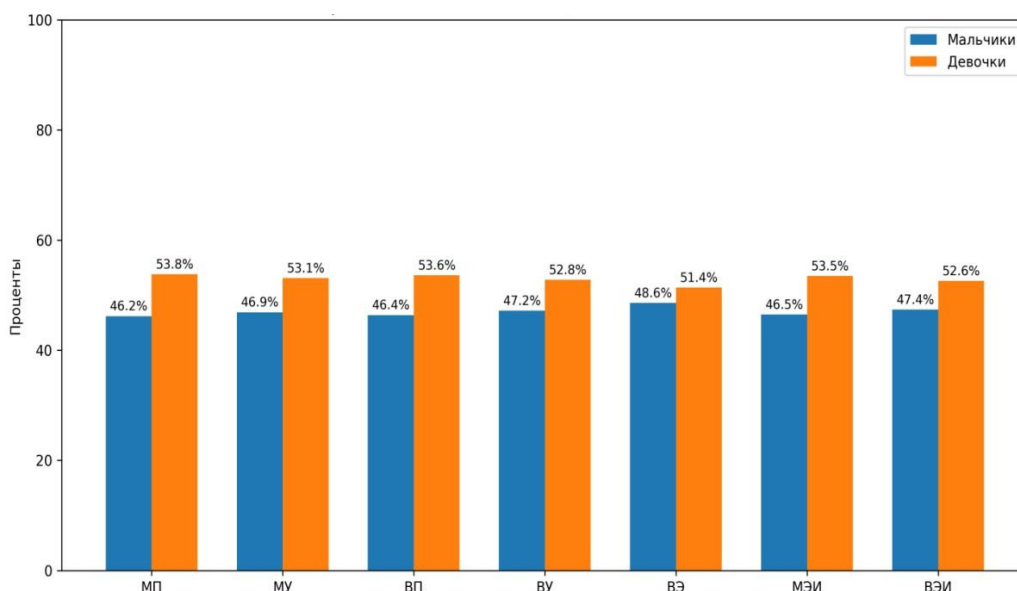


Рис 2. Анализ результатов по методике Опросник ЭМИна Д.В Люсина

Исследование результатов по Опроснику ЭМИна Д.В Люсина, мы выявили следующие результаты ( см. Приложение 2):

Мальчики:

Средний ВЭИ: 41.2 б (средний уровень)

Средний МЭИ: 38.7 б (низкий уровень)

Девочки

Средний ВЭИ 45.8 б (средний уровень)

Средний МЭИ: 44.5 б (средний уровень)

Несмотря на то что у обеих групп показатель ВЭИ находится на среднем уровне, структура эмоционального интеллекта различается по степени выраженности компонентов. Качественный анализ результатов исследования показал наличие устойчивых различий у мальчиков и девочек в развитии эмоционального интеллекта. Девочки в большей степени ориентированы на эмоциональное понимание и регуляцию как собственных, так и чужих эмоций, тогда как мальчики испытывают больше затруднений в сфере межличностного эмоционального взаимодействия.

У большинства обучающихся выявлен средний уровень внутриличностного эмоционального интеллекта (ВЭИ), что соответствует возрастным нормам младшего школьного возраста. Это свидетельствует о том, что у детей уже сформированы базовые представления о собственных эмоциональных состояниях, однако навыки их осознания и регуляции находятся на стадии становления.

Межличностный эмоциональный интеллект (МЭИ) выражен менее стабильно и характеризуется более выраженными индивидуальными и особенностью пола, что связано с продолжающимся развитием коммуникативной и социальной компетентности младших школьников.

Выявлены различия в уровне развития межличностного эмоционального интеллекта: у девочек он выражен выше, чем у мальчиков.

Различия по внутриличностному эмоциональному интеллекту носят менее выраженный характер, что указывает на схожие возрастные условия формирования эмоциональной саморегуляции у детей обоих полов.

Различия у мальчиков и девочек не являются критическими и отражают нормативные возрастные тенденции развития, а не отклонения в эмоциональном развитии.

По субшкалам:

По шкале понимание эмоций других, мы выявили:

Мальчики: 20.1 б - 46.2%

Девочки: 23.4 б - 53.8%

Из анализа результатов мы видим, что у девочек средний показатель по субшкале МП выше, чем у мальчиков. Это указывает на более выраженную способность девочек распознавать эмоциональные состояния окружающих, ориентироваться на невербальные сигналы (мимику, жесты, интонации) и улавливать скрытые эмоциональные переживания собеседника.

У мальчиков данный показатель находится на более низком уровне, что может проявляться в затруднениях при интерпретации эмоциональных реакций других людей, особенно в ситуациях, требующих эмпатии и эмоциональной чувствительности. Это частично объясняет более низкий интегральный показатель МЭИ у данной группы.

По шкале управление эмоциями, мы выявили, что:

Мальчики: 18.6 б

Девочки: 21.1 б

Анализ субшкалы МУ показывает, что девочки в большей степени способны оказывать эмоциональную поддержку, успокаивать окружающих, влиять на эмоциональное состояние собеседника в процессе общения.

У мальчиков способности к управлению эмоциями других выражены слабее. Это может проявляться в недостаточной гибкости коммуникативного поведения, трудностях в эмоциональной регуляции межличностных взаимодействий и меньшей склонности к использованию эмоциональных стратегий в общении.

Особенности внутриличностного эмоционального интеллекта у мальчиков и девочек

По шкале понимание своих эмоций, мы выявили, что

Мальчики 14 б

Девочки 16.2 б

Девочки демонстрируют более высокий уровень осознания собственных эмоциональных состояний, что выражается в способности различать и называть испытываемые чувства, а также понимать причины их возникновения.

У мальчиков показатели по данной субшкале ниже, что может свидетельствовать о менее сформированной эмоциональной рефлексии и затруднениях в вербализации собственных переживаний.

По шкале управление своими эмоциями, выявлены следующие результаты:

Мальчики 13.5 б

Девочки 15.1 б

Результаты по субшкале ВУ показывают, что девочки в большей степени способны самостоятельно регулировать свои эмоциональные состояния, справляться с негативными переживаниями и поддерживать положительный эмоциональный фон.

Мальчики, в свою очередь, чаще испытывают трудности в контроле эмоциональных реакций, особенно в стрессовых или конфликтных ситуациях, что может приводить к импульсивному поведению.

По шкале контроль экспрессии:

Мальчики 13.7 б

Девочки 14.5 б

По субшкале ВЭ различия между мальчиков и девочек выражены менее значительно. Однако девочки несколько лучше контролируют экспрессию эмоций, что позволяет им более эффективно адаптироваться к социальным требованиям и нормам поведения.

У мальчиков контроль внешних эмоциональных проявлений развит в меньшей степени, что может проявляться в более открытом и непосредственном выражении эмоций. Можно сделать вывод:

у девочек эмоциональный интеллект характеризуется более сбалансированной структурой, включающей развитые компоненты как межличностного, так и внутриличностного эмоционального интеллекта;

у мальчиков наблюдается относительное преобладание внутриличностных компонентов при менее развитых межличностных аспектах эмоционального интеллекта. (см. Рис. 2)

Анализ субшкал показал, что у девочек выше развиты межличностного эмоционального интеллекта управление и понимание эмоций, так и показатели внутриличностного эмоционального интеллекта понимание собственных эмоций, контроль экспрессии и управление своими эмоциями. Наиболее выраженные различия можно наблюдать по субшкалам понимания эмоций других людей и управления эмоциями других.

Результаты исследования по методике ЭМИн Д. В. Люсина показали, что эмоциональный интеллект обучающихся 2 класса находится на стадии активного формирования и характеризуется преобладанием среднего уровня развития. При этом девочки демонстрируют более высокие показатели межличностного эмоционального интеллекта, тогда как у мальчиков в большей степени выражены трудности в сфере эмоционального взаимодействия.

Мы предполагаем, что это может быть связано с особенностями социального воспитания и социализации детей по признаку пола, в рамках которых девочки чаще получают поддержку в выражении и обсуждении эмоциональных состояний, тогда как мальчики нередко ориентируются на сдержанность и контроль эмоций. Кроме того, влияние оказывают различия в коммуникативном опыте: девочки, как правило, чаще включены в эмоционально насыщенное взаимодействие со сверстниками и взрослыми, что способствует развитию межличностного эмоционального интеллекта. Также выявленные особенности могут быть обусловлены недостаточной сформированностью навыков эмоциональной рефлексии и вербализации у мальчиков, что отражается на уровне их эмоционального взаимодействия.

Полученные данные подтверждают необходимость включения в образовательный процесс программ, направленных на развитие эмоционального интеллекта младших школьников.

Результаты исследования по методике ЭМИн Д.В. Люсина позволяют более глубоко проанализировать особенности эмоционального интеллекта мальчиков и девочек младшего школьного возраста не только на уровне

количественных показателей, но и на уровне особенностей эмоционального поведения и межличностного взаимодействия.

Выявленные различия свидетельствуют о том, что девочки в большей степени ориентированы на эмоциональное взаимодействие и эмоциональное понимание окружающих. Более высокие показатели по шкалам межличностного эмоционального интеллекта (МЭИ), понимания эмоций других людей (МП) и управления эмоциями других (МУ) позволяют предположить, что девочки легче распознают эмоциональные состояния сверстников и взрослых, чувствительнее реагируют на эмоциональные изменения в общении и чаще используют эмоциональную поддержку как способ взаимодействия.

В условиях школьного обучения это может проявляться: в большей склонности к сопереживанию; в стремлении поддерживать сверстников; в способности замечать эмоциональное состояние одноклассников; в более гибком поведении в конфликтных ситуациях; в ориентации на сохранение положительных отношений в группе.

Кроме того, более высокие показатели девочек по шкалам понимания и управления собственными эмоциями (ВП и ВУ) свидетельствуют о более развитой эмоциональной рефлексии. Девочки чаще способны осознавать причины своих переживаний, объяснять собственное эмоциональное состояние и контролировать эмоциональные реакции в соответствии с ситуацией.

Это может проявляться: в способности обсуждать свои переживания; в стремлении к словесному разрешению конфликтов; в большей эмоциональной сдержанности; в использовании социально приемлемых способов выражения чувств.

У мальчиков показатели межличностного эмоционального интеллекта выражены менее значительно, особенно в сфере понимания эмоций других людей и эмоционального взаимодействия. Это может свидетельствовать о том, что мальчики испытывают больше трудностей в интерпретации

эмоциональных состояний окружающих и реже используют эмоциональные способы коммуникации.

В поведении младших школьников это может проявляться: в недостаточной эмоциональной отзывчивости; в трудностях понимания переживаний сверстников; в склонности решать конфликты через действия, а не обсуждение; в импульсивных эмоциональных реакциях; в меньшей готовности обращаться за эмоциональной поддержкой.

Более низкие показатели по шкалам понимания и управления собственными эмоциями могут указывать на недостаточную сформированность эмоциональной рефлексии у части мальчиков. В стрессовых или конфликтных ситуациях это может проявляться в трудностях самоконтроля, повышенной раздражительности, эмоциональной замкнутости либо внешне поведенческих реакциях.

При этом различия не следует рассматривать как устойчивые ограничения эмоционального развития мальчиков. Полученные результаты отражают возрастные особенности и влияние социальной среды, в которой девочки чаще получают поддержку в эмоциональном самовыражении, а мальчики ориентируются на сдержанность и контроль чувств.

Результаты методики ЭМИн Д.В. Люсина подтверждают наличие различий в структуре эмоционального интеллекта мальчиков и девочек младшего школьного возраста. Девочки демонстрируют более развитые навыки эмоционального понимания и межличностного взаимодействия, тогда как мальчики чаще испытывают трудности в эмоциональной рефлексии и эмоциональной коммуникации, что может отражаться на особенностях их поведения и взаимодействия со сверстниками.

Следовательно, различия между мальчиками и девочками проявляются прежде всего в особенностях эмоционального взаимодействия и эмоциональной регуляции. Девочки в большей степени ориентированы на эмоциональное понимание, сопереживание и словесное выражение чувств,

тогда как мальчики чаще демонстрируют менее выраженную эмоциональную рефлексию и более поведенческие способы эмоционального реагирования.

Полученные результаты имеют практическое значение для организации психолого-педагогической работы с младшими школьниками, поскольку позволяют учитывать особенности эмоционального развития детей обоих полов при подборе методов формирования эмоционального интеллекта.

Исследование по методике 3: Тест эмоционального интеллекта Шутте (см. Приложение 3):

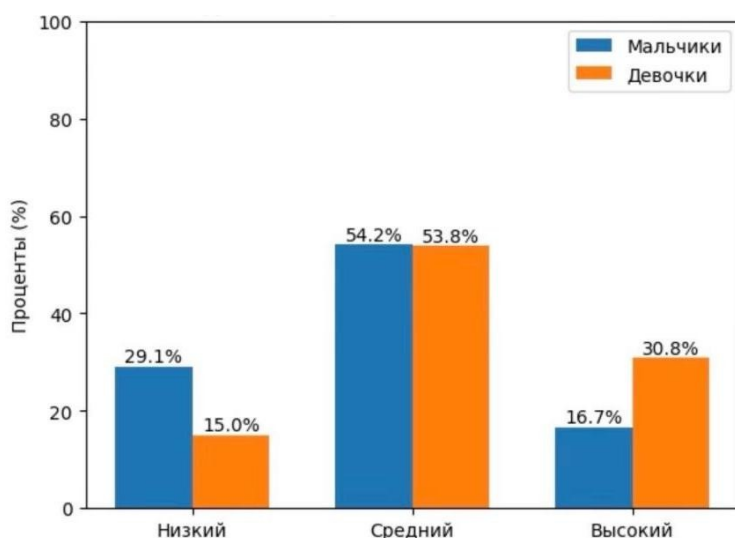


Рис 3. Результаты теста эмоционального интеллекта Шутте

При количественном анализе мы выявили следующие результаты:

У мальчиков:

Высокий уровень: 16.7%

Средний уровень: 54.2%

Низкий уровень: 29.1%

У девочек:

Высокий уровень: 30.8%

Средний уровень: 53.8%

Низкий уровень: 15% (см. Рис. 3)

Дети, отнесенные к группе с высоким уровнем эмоционального

интеллекта, демонстрируют сформированную способность к осознанию, пониманию и регуляции собственных эмоций. Для них характерно умение распознавать эмоциональные состояния других людей, проявлять эмпатию, учитывать чувства окружающих в процессе взаимодействия.

Такие обучающиеся осознают причины своих эмоциональных переживаний, способны контролировать эмоциональные реакции и управлять своим поведением в эмоционально значимых ситуациях. Они уверенно выражают собственные чувства, могут изменять настроение при необходимости и сохраняют эмоциональную устойчивость даже в условиях трудностей. В межличностном общении данные дети чаще проявляют сочувствие, эмоциональную отзывчивость и способность к сопереживанию.

В данной группе преобладают девочки, что свидетельствует о более высоком уровне развития эмоциональной чувствительности, эмпатии и эмоциональной рефлексии у представителей женского пола.

Обучающиеся со средним уровнем эмоционального интеллекта Группа со средним уровнем эмоционального интеллекта является наиболее многочисленной. Для данных обучающихся характерно частичное формирование компонентов эмоционального интеллекта. Они в целом способны распознавать собственные эмоции и эмоциональные состояния окружающих, однако данные навыки проявляются нестабильно и зависят от ситуации. Дети со средним уровнем эмоционального интеллекта могут испытывать затруднения в точном описании своих чувств, не всегда эффективно контролируют эмоциональные реакции и не всегда осознают влияние эмоций на свое поведение. Вместе с тем, при поддержке взрослого или в благоприятной эмоциональной обстановке они способны к саморегуляции и конструктивному выражению эмоций.

Как среди мальчиков, так и среди девочек данная группа является доминирующей, что соответствует возрастным особенностям эмоционального развития детей младшего школьного возраста.

Обучающиеся с низким уровнем эмоционального интеллекта

Обучающиеся с низким уровнем эмоционального интеллекта (0–109 баллов) испытывают выраженные трудности в сфере эмоционального осознания и регуляции. Для них характерна недостаточная способность распознавать собственные чувства, сложности в понимании эмоций других людей, а также слабый контроль эмоциональных реакций.

Дети данной группы часто не могут объяснить причины своего эмоционального состояния, испытывают трудности в выражении эмоций словами и склонны к импульсивному поведению. Эмоциональные переживания нередко мешают им сосредоточиться на учебной деятельности, что может негативно отражаться на учебной мотивации и межличностных отношениях.

В группе с низким уровнем эмоционального интеллекта количественно преобладают мальчики, что может быть связано с недостаточной сформированностью навыков эмоциональной рефлексии и саморегуляции, а также с социальными установками, ограничивающими выражение эмоций у представителей мужского пола.

Качественный анализ результатов исследования показал, что эмоциональный интеллект у обучающихся имеет неоднозначную структуру и характеризуется различным уровнем сформированности его компонентов. Наиболее выраженными являются навыки эмоционального восприятия и осознания, в то время как умения управления эмоциями и их осознанного выражения требуют дальнейшего развития.

Мы предполагаем, что выявленные различия могут быть связаны с особенностями семейного воспитания, образовательной среды и социализации по признаку пола, в рамках которых девочки чаще получают поддержку в обсуждении и выражении эмоциональных состояний. Мальчики, напротив, нередко ориентированы на сдержанность в проявлении чувств, что может ограничивать развитие эмоционального словаря и навыков вербализации эмоций.

Результаты теста эмоционального интеллекта Шутте позволяют рассмотреть особенности эмоционального развития младших школьников как в целом, так и с учетом различий между мальчиками и девочками.

Полученные данные свидетельствуют о том, что у большинства обучающихся эмоциональный интеллект находится на среднем уровне развития, что соответствует возрастным особенностям младшего школьного возраста. Вместе с тем выявлены различия в уровне сформированности эмоционального интеллекта у мальчиков и девочек.

Более высокий процент девочек в группе с высоким уровнем эмоционального интеллекта свидетельствует о большей выраженности у них эмоциональной чувствительности, эмпатии и способности к эмоциональной рефлексии. Девочки чаще способны осознавать собственные эмоциональные состояния, учитывать переживания окружающих и регулировать эмоциональные реакции в процессе общения.

В условиях школьного взаимодействия это может проявляться: в большей эмоциональной отзывчивости; в способности к сопереживанию; в стремлении поддерживать положительные отношения со сверстниками; в склонности к обсуждению эмоциональных переживаний; в более выраженной способности понимать эмоциональное состояние других людей.

Кроме того, девочки чаще используют вербальные способы выражения чувств, что способствует более конструктивному разрешению конфликтных ситуаций и снижает вероятность импульсивных эмоциональных реакций.

У мальчиков, напротив, более высокий процент низкого уровня эмоционального интеллекта может свидетельствовать о недостаточной сформированности навыков эмоционального осознания, эмоциональной регуляции и эмоциональной рефлексии. Это может проявляться в затруднениях при понимании собственных переживаний и эмоциональных состояний окружающих.

В поведении младших школьников это может выражаться: в импульсивности эмоциональных реакций; в трудностях эмоционального

самоконтроля; в склонности выражать эмоции через действия, а не через словесное обсуждение; в повышенной конфликтности; в эмоциональной замкнутости либо внешне поведенческих реакциях.

Также мальчики могут испытывать затруднения в объяснении причин собственного эмоционального состояния и реже обращаться за эмоциональной поддержкой со стороны взрослых или сверстников.

Вместе с тем наличие у части мальчиков высокого уровня эмоционального интеллекта свидетельствует о том, что эмоциональное развитие определяется не только половыми особенностями, но и условиями семейного воспитания, характером общения со взрослыми, эмоциональным климатом образовательной среды и индивидуальными особенностями ребенка.

Полученные результаты позволяют предположить, что различия между мальчиками и девочками во многом обусловлены особенностями социализации. Девочки чаще получают поддержку в эмоциональном самовыражении и обсуждении чувств, тогда как мальчики нередко ориентированы на эмоциональную сдержанность и контроль переживаний.

Результаты теста эмоционального интеллекта Шутте подтверждают наличие различий в уровне сформированности эмоционального интеллекта у мальчиков и девочек младшего школьного возраста. Девочки демонстрируют более высокую эмоциональную осознанность, эмпатию и способность к эмоциональному взаимодействию, тогда как у мальчиков чаще наблюдаются трудности в эмоциональной рефлексии и эмоциональной регуляции, что может отражаться на особенностях их поведения и межличностного общения.

Следовательно, выявленные различия свидетельствуют о необходимости учета особенностей эмоционального развития мальчиков и девочек при организации психолого-педагогической работы. Развитие эмоционального интеллекта у младших школьников должно быть направлено не только на формирование навыков распознавания эмоций, но и на развитие эмоциональной рефлексии, саморегуляции и конструктивного эмоционального взаимодействия.

### 2.3 Программа развития эмоционального интеллекта у мальчиков и девочек младшего школьного возраста средствами музыкотерапии

Выбор музыкотерапии в качестве средства развития эмоционального интеллекта младших школьников обусловлен ее значительным потенциалом воздействия на эмоциональную сферу ребенка.

Музыка является одним из наиболее доступных для младших школьников способов эмоционального восприятия и эмоционального самовыражения. В отличие от исключительно вербальных форм психологической работы, музыкотерапия позволяет включать ребенка в эмоциональное взаимодействие через слуховые, образные, двигательные и ассоциативные механизмы.

Согласно исследованиям В.М. Бехтерева, музыка оказывает влияние на эмоциональное состояние человека, способствует эмоциональному отклику, активизации эмоциональных переживаний и развитию эмоциональной отзывчивости [4].

Особое значение музыкотерапия имеет в младшем школьном возрасте, поскольку эмоциональная сфера детей данного возраста характеризуется: недостаточной сформированностью эмоциональной рефлексии; трудностями вербализации эмоциональных состояний; повышенной эмоциональной реактивностью; потребностью в эмоционально насыщенных формах деятельности.

Использование музыкотерапии позволяет создать безопасные условия для эмоционального самовыражения ребенка, поскольку эмоциональное реагирование происходит не только через речь, но и через музыкальные образы, движение, ассоциации и творческую деятельность [31].

Это особенно важно для детей, испытывающих трудности в словесном обозначении эмоциональных переживаний.

Музыкотерапия обладает значительным потенциалом для развития

основных компонентов эмоционального интеллекта.

В процессе восприятия музыкальных произведений обучающиеся учатся: распознавать эмоциональные оттенки; соотносить музыку с эмоциональными состояниями; понимать эмоциональное содержание музыкальных образов; осознавать собственные эмоциональные реакции.

Обсуждение музыкальных впечатлений способствует: развитию эмоционального словаря; формированию навыков эмоциональной рефлексии; развитию способности к вербализации эмоциональных состояний.

Музыкально-ритмические упражнения и двигательные импровизации способствуют: безопасному эмоциональному самовыражению; снижению эмоционального напряжения; развитию навыков эмоциональной саморегуляции.

Групповые формы музыкотерапии способствуют развитию: эмпатии; эмоциональной отзывчивости; навыков эмоционального взаимодействия; способности учитывать эмоциональное состояние других людей [47]

Музыкотерапия позволяет комплексно воздействовать на основные компоненты эмоционального интеллекта младших школьников.

Результаты проведенного исследования показали, что мальчики чаще испытывают трудности в эмоциональной вербализации и эмоциональной рефлексии, тогда как девочки характеризуются более высокой эмоциональной чувствительностью.

В связи с этим использование музыкотерапии является особенно целесообразным, поскольку: музыкально-двигательные и невербальные формы работы позволяют мальчикам включаться в эмоциональное самовыражение без необходимости немедленного словесного обозначения чувств; музыкальные упражнения на расслабление и эмоциональную рефлексия способствуют развитию эмоциональной саморегуляции и эмоциональной устойчивости у девочек.

Музыкотерапия позволяет учитывать выявленные особенности эмоционального развития мальчиков и девочек и обеспечивает более гибкое

и психологически безопасное развитие эмоционального интеллекта младших школьников.

Следовательно, выбор музыкотерапии как средства развития эмоционального интеллекта младших школьников является научно обоснованным, поскольку музыкотерапевтические методы обеспечивают комплексное воздействие на эмоциональную сферу ребенка, способствуют развитию эмоциональной осознанности, эмоциональной рефлексии, эмпатии и эмоциональной саморегуляции.

Результаты проведенного исследования позволили выявить особенности эмоционального интеллекта мальчиков и девочек младшего школьного возраста и определить основные направления коррекционно-развивающей работы.

Выбор музыкотерапии в качестве средства развития эмоционального интеллекта обусловлен ее возможностью комплексно воздействовать на эмоциональную сферу ребенка, развивать эмоциональную осознанность, эмоциональную рефлексия, эмоциональную саморегуляцию и эмоциональное взаимодействие.

Учитывая выявленные особенности эмоционального развития обучающихся, музыкотерапия выступает эффективным средством реализации пологого ориентировочного подхода в программе развития эмоционального интеллекта младших школьников.

Развивающая программа «Мир эмоций» по развитию эмоционального интеллекта детей младшего школьного возраста средствами музыкотерапии

Возраст участников: 8–9 лет.

Количество участников: Весь класс до 35 человек

Форма занятий: групповая развивающая работа с элементами музыкотерапии, использование игровой технологии, элементы арт-терапии, беседы и рефлексии.

Продолжительность программы: 8 занятий.

Длительность одного занятия: 35–40 минут.

Периодичность проведения: 1 раз в неделю.

Место проведения: учебный кабинет или кабинет психолога, оборудованный для прослушивания музыкальных фрагментов и выполнения творческих заданий.

Формы работы: групповая; подгрупповая; индивидуальная (в рамках общей деятельности).

Пояснительная записка

Результаты диагностики показали, что у младших школьников наблюдаются трудности в расширенном назывании эмоций, вербализации эмоциональных состояний, понимании эмоций других людей и управлении собственными эмоциональными реакциями. В связи с этим содержание программы построено таким образом, чтобы каждое занятие было направлено на преодоление выявленных трудностей: занятия 1–2 развивают распознавание и называние эмоций, занятия 3–5 направлены на выражение и осознание эмоциональных состояний, занятие 6 формирует навыки саморегуляции, занятие 7 развивает эмпатию, занятие 8 закрепляет полученные навыки.

Младший школьный возраст является важным периодом формирования эмоциональной сферы ребенка, навыков саморегуляции, эмпатии и межличностного взаимодействия. В этот период ребенок включается в новую систему социальных отношений, сталкивается с учебными требованиями, оценкой со стороны учителя и необходимостью взаимодействовать со сверстниками. В связи с этим особое значение приобретает развитие способности понимать, выражать и регулировать собственные эмоции.

При реализации программы учитываются выявленные особенности развития эмоционального интеллекта обоих полов. Данный половой ориентировочный акцент основывается на результатах проведенного исследования, согласно которым у мальчиков чаще выявлялись трудности в расширении эмоционального словаря, вербализации эмоциональных состояний и понимании эмоций окружающих, тогда как у девочек более

выраженными оказались эмоциональная чувствительность и межличностная эмоциональная вовлеченность. В связи с этим при реализации программы педагог-психолог уделяет особое внимание развитию навыков эмоционального самовыражения у мальчиков и формированию эмоциональной устойчивости и саморегуляции у девочек. При этом задания предлагаются всем обучающимся без жесткого разделения по полу, что позволяет избежать закрепления стереотипов по признаку пола и создать условия для гармоничного эмоционального развития каждого ребенка.

Эмоциональный интеллект младшего школьника проявляется в умении распознавать свои эмоциональные состояния и эмоции окружающих, выражать чувства социально приемлемыми способами, понимать причины эмоциональных переживаний, а также применять навыки саморегуляции в учебной и коммуникативной деятельности. Недостаточный уровень развития данных умений может приводить к трудностям в общении, повышенной тревожности, конфликтности, снижению учебной мотивации и затруднениям в адаптации к школьной среде.

В качестве основного средства развития эмоционального интеллекта в программе используется музыкотерапия. Музыка оказывает воздействие на эмоциональную сферу ребенка, помогает актуализировать различные переживания, способствует снижению эмоционального напряжения и облегчает выражение чувств. Использование музыкальных фрагментов, ритмических упражнений, движения под музыку, рисования музыкального настроения и последующего обсуждения позволяет ребенку осознавать собственное эмоциональное состояние и соотносить его с эмоциональными состояниями других людей.

Выбор музыкотерапии в качестве основного средства развития эмоционального интеллекта обусловлен тем, что музыка непосредственно воздействует на эмоциональную сферу ребенка и позволяет актуализировать, осознать и выразить различные эмоциональные состояния. В младшем школьном возрасте дети не всегда способны точно описать свои переживания

словами, однако могут выразить их через движение, цвет, ритм, интонацию и музыкальный образ. Благодаря этому музыкотерапия выступает доступным и психологически безопасным способом развития эмоциональной осведомленности, эмпатии и саморегуляции.

Музыкальные произведения различного характера позволяют детям соотносить звучание с эмоциональными состояниями, учиться различать оттенки настроения, расширять эмоциональный словарь и обсуждать собственные переживания. Активные формы музыкотерапии - движение под музыку, ритмические упражнения, музыкальная импровизация - способствуют развитию навыков эмоционального выражения, а пассивные формы - прослушивание и обсуждение музыкальных фрагментов - помогают формировать способность к эмоциональной рефлексии.

Программа строится на сочетании музыкотерапевтических, игровых, арт-терапевтических и рефлексивных приемов. Такая организация занятий соответствует возрастным особенностям младших школьников, поскольку дети данного возраста легче включаются в деятельность через игру, творчество, движение и эмоционально насыщенное взаимодействие. Занятия направлены не только на получение детьми знаний об эмоциях, но и на практическое освоение способов их выражения, понимания и регуляции.

Реализация программы осуществляется с учетом следующих принципов: принцип возрастной адекватности, предполагающий соответствие содержания и методов особенностям младшего школьного возраста; принцип эмоциональной безопасности, направленный на создание благоприятной и поддерживающей среды; принцип активности, обеспечивающий включение детей в различные виды деятельности; принцип интеграции, предполагающий сочетание музыкальной, игровой, творческой и речевой активности; принцип индивидуализации, основанный на учете индивидуальных особенностей у мальчиков и девочек.

Подбор музыкального материала программы развития эмоционального интеллекта младших школьников осуществляется с учетом возрастных

особенностей обучающихся 2 класса, требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО), содержания рабочей программы учебного предмета «Музыка», а также психолого-педагогических и музыкотерапевтических подходов к развитию эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста.

Согласно требованиям ФГОС НОО, музыкальное образование в начальной школе направлено на развитие эмоционально-ценностного отношения к искусству, эмоциональной отзывчивости, способности к сопереживанию, пониманию эмоционального содержания художественных образов, а также формирование навыков эмоционального восприятия музыкальных произведений. Особое внимание уделяется развитию личностных качеств обучающихся, связанных с эмпатией, эмоциональной рефлексией и эмоционально-нравственным восприятием окружающего мира.

В связи с этим музыкальный материал программы подбирался не случайным образом, а с учетом его эмоционально-образной выразительности, доступности восприятия детьми 8–9 лет и соответствия задачам развития эмоционального интеллекта обучающихся.

При выборе музыкальных произведений учитывались: возрастные особенности эмоционального восприятия младших школьников; способность музыкального произведения вызывать эмоциональный отклик; яркость музыкального образа; доступность музыкального языка для детей младшего школьного возраста; соответствие характера музыки целям конкретного занятия; рекомендации школьной программы по музыке для 2 класса.

В программу были включены преимущественно произведения русской классической и отечественной музыкальной культуры, поскольку они активно используются в музыкальном образовании младших школьников и обладают яркой эмоциональной выразительностью. Использование произведений П.И. Чайковский, С.С. Прокофьев, Н.А. Римский-Корсаков,

Д.Б. Кабалевский, М.И. Глинка и других композиторов соответствует содержанию рабочей программы по музыке для обучающихся 2 класса.

Музыкальные произведения подбирались с учетом их эмоционального содержания. Так, произведения спокойного и плавного характера («Сладкая грёза», «Баркарола») использовались для развития навыков эмоциональной саморегуляции, снижения эмоционального напряжения и формирования состояния психологического комфорта. Произведения с яркой эмоциональной динамикой («Полёт шмеля», «Клоуны») способствовали развитию эмоциональной выразительности, эмоциональной активности и способности различать эмоциональные оттенки. Музыкальные произведения лирического характера («Болезнь куклы», «Жаворонок») использовались для развития сопереживания, эмоциональной отзывчивости и эмпатии.

Кроме того, использование произведений, знакомых обучающимся по урокам музыки, способствовало повышению эмоциональной вовлеченности детей в деятельность, формированию положительного отношения к занятиям и снижению уровня тревожности. Знакомый музыкальный материал облегчал процесс эмоционального восприятия музыки и создавал психологически комфортную образовательную среду.

Используемый музыкальный материал соответствует возрастным особенностям обучающихся 2 класса, требованиям ФГОС НОО, содержанию школьной программы по музыке и задачам развития эмоционального интеллекта средствами музыкотерапии.

Развивающая программа рассчитана на детей младшего школьного возраста 8–9 лет, обучающихся во 2 классе. Программа может реализовываться в групповой форме с классом численностью до 35 человек. Занятия проводятся с использованием элементов музыкотерапии, игровой деятельности, арт-терапии, беседы и рефлексии. Программа включает 8 занятий продолжительностью 35–40 минут каждое. Периодичность проведения занятий составляет 1 раз в неделю. Реализация программы возможна в условиях учебного кабинета или кабинета педагога-психолога

при наличии технических средств для воспроизведения музыкальных произведений.

Цель программы: развитие эмоционального интеллекта младших школьников средствами музыкотерапии.

Задачи программы:

1. Развить способность младших школьников к распознаванию собственных эмоциональных состояний и эмоций других людей.
2. Расширить эмоциональный словарь обучающихся.
3. Сформировать навыки вербализации эмоциональных состояний.
4. Развить эмпатию и эмоциональную отзывчивость.
5. Сформировать первичные навыки регуляции эмоциональных состояний.
6. Развить навыки межличностного эмоционального взаимодействия.

Ожидаемые результаты реализации программы заключаются в повышении уровня развития эмоционального интеллекта младших школьников, расширении представлений детей об эмоциях, улучшении способности распознавать и называть эмоциональные состояния, развитии навыков выражения чувств, формировании способов эмоциональной саморегуляции, а также развитии эмпатии и более конструктивного взаимодействия со сверстниками.

Для эффективной реализации программы необходимы следующие условия: создание эмоционально безопасной атмосферы; добровольность участия детей в упражнениях; отсутствие оценивания правильности эмоциональных проявлений; поддерживающая позиция педагога-психолога; учет индивидуального темпа включения ребенка в деятельность; использование музыкального материала, соответствующего возрасту детей; организация пространства, позволяющего выполнять двигательные и творческие задания.

Для реализации программы используются: музыкальная колонка, аудиозаписи музыкальных произведений различного эмоционального характера, карточки эмоций, пиктограммы, листы бумаги, цветные

карандаши, фломастеры, детские музыкальные инструменты, карточки с ситуациями, материалы для рефлексии.

Содержание программы выстроено по принципу постепенного усложнения: от знакомства с базовыми эмоциями и их распознавания - к выражению эмоциональных состояний через музыку, цвет и движение, далее - к развитию саморегуляции, эмпатии и навыков межличностного взаимодействия. Каждый этап программы соотнесен с определенным компонентом эмоционального интеллекта и направлен на преодоление трудностей, выявленных в ходе констатирующего эксперимента.

Таблица 2. Тематический план программы развития эмоционального интеллекта младших школьников средствами музыкотерапии

№	Название занятия	Цель	Основные методы и упражнения	Развиваемый компонент ЭИ	Ожидаемый результат
1	«Мир эмоций»	познакомить обучающихся с базовыми эмоциями и их проявлениями.	Беседа, карточки эмоций, прослушивание музыки	Распознавание и название эмоций	Дети называют основные эмоции и связывают их с музыкальным настроением
2	«Угадай настроение»	Развивать распознавание эмоций	Игра «Покажи эмоцию», слушание музыки, обсуждение	Понимание эмоций других людей	Дети определяют эмоции по мимике, жестам и характеру музыки
3	«Музыка и цвет»	Развивать умение выражать эмоциональное состояние через цвет и художественн	Рисование под музыку, обсуждение цвета и настроения	Осознание и выражение собственных эмоций	Дети выражают эмоциональное состояние через цвет и образ

		ый образ.			
4	«Музыка и движение»	Развивать способность выражать эмоции через движение, ритм и телесную активность.	Движение под музыку, импровизация	Невербальное выражение эмоций	Дети выражают эмоции через движение
5	«Мои эмоции»	Формировать способность осознавать и описывать собственные чувства.	Упражнение «Я радуюсь, когда...», слушание музыки	Эмоциональная рефлексия	Дети учатся говорить о своих эмоциональных состояниях
6	«Как управлять эмоциями»	Развивать навыки саморегуляции	Дыхание под музыку, релаксация, обсуждение	Саморегуляция	Дети осваивают простые способы снижения напряжения
7	«Понимаю других»	Развивать эмпатию и эмоциональную отзывчивость.	Музыкальная история героя, обсуждение чувств персонажа	Эмпатия	Дети учатся понимать переживания другого человека

8	«Музыкальная палитра эмоций»	Закрепить полученные навыки	Игра «Угадай эмоцию», музыкальные фрагменты, итоговая рефлексия	Закрепление всех компонентов ЭИ	Дети закрепляют умения распознавать, выражать и обсуждать эмоции
---	------------------------------	-----------------------------	---	---------------------------------	--

Подробное расписание занятий представлено в приложении 4

Программа не предусматривает дифференциации заданий по признаку пола: все упражнения предлагаются обучающимся в равной степени. При разработке программы развития эмоционального интеллекта средствами музыкотерапии учитывались результаты проведенного диагностического исследования.

По результатам методики «Словарь эмоций» было выявлено, что у мальчиков чаще наблюдаются более низкие показатели развития эмоционального словаря и способности к вербализации эмоциональных состояний. Девочки, напротив, продемонстрировали более высокий уровень эмоциональной лексики и эмоциональной осознанности.

Результаты методики ЭМИн Д.В. Люсина показали, что у девочек в большей степени выражены показатели межличностного эмоционального интеллекта, понимания эмоций других людей и эмоционального взаимодействия. У мальчиков были выявлены более низкие показатели эмоциональной рефлексии и эмоциональной саморегуляции.

Данные теста эмоционального интеллекта Шутте также подтвердили, что у девочек чаще встречается высокий уровень эмоционального интеллекта, тогда как у мальчиков чаще выявлялся низкий уровень эмоциональной осознанности и эмоциональной регуляции.

Полученные результаты позволили определить основные направления программы с учетом особенностей эмоционального развития мальчиков и девочек младшего школьного возраста.

В работе с мальчиками основной акцент был сделан на развитии

эмоционального словаря, эмоциональной рефлексии и навыков вербализации чувств.

Необходимость данного направления обусловлена результатами исследования, согласно которым у мальчиков чаще выявлялись трудности: в назывании эмоций; в понимании эмоциональных состояний; в эмоциональной саморегуляции; в эмоциональном осмыслении переживаний.

Полученные данные позволяют предположить, что данные особенности могут осложнять конструктивное эмоциональное взаимодействие и снижать способность к осознанному выражению чувств.

В связи с этим в программу были включены: музыкально-ритмические упражнения; задания на распознавание эмоций в музыкальных произведениях; упражнения на называние эмоциональных состояний; техники эмоционального самовыражения через музыку; упражнения на развитие эмоциональной рефлексии.

Использование музыкотерапевтических методов было направлено на создание условий для более безопасного эмоционального самовыражения и развития навыков эмоционального осознания.

Полученные результаты согласуются с исследованиями Н.Л. Белопольской, согласно которым мальчики младшего школьного возраста чаще испытывают трудности в эмоциональной вербализации и эмоциональной коммуникации [5].

В работе с девочками основной акцент был сделан на развитии эмоциональной устойчивости, эмоциональной саморегуляции и конструктивного выражения эмоциональных переживаний.

Необходимость данного направления определялась результатами исследования, показавшими более высокий уровень эмоциональной чувствительности, эмпатии и эмоциональной вовлеченности у девочек.

Полученные данные позволяют предположить, что высокая эмоциональная чувствительность может сопровождаться более выраженным эмоциональным реагированием на межличностные ситуации и повышенной

эмоциональной напряженностью.

В связи с этим в программу были включены: музыкальные упражнения на эмоциональное расслабление; техники эмоциональной саморегуляции; упражнения на осознание эмоциональных состояний; арт-терапевтические задания; упражнения на конструктивное выражение чувств.

Музыкотерапевтические методы были направлены на снижение эмоционального напряжения, развитие эмоциональной устойчивости и формирование навыков осознанной эмоциональной регуляции.

Полученные результаты согласуются с исследованиями Д. Гоулмана, Е.А. подчеркивающим более высокую выраженность эмпатии и эмоциональной чувствительности у девочек младшего школьного возраста[10].

Половой ориентировочный акцент программы основывался на результатах проведенного диагностического исследования и заключался в учете выявленных особенностей эмоционального развития мальчиков и девочек младшего школьного возраста.

Программа не предполагала жесткого разделения детей по признаку пола, однако учитывала различия в уровне эмоциональной осознанности, эмоциональной рефлексии, эмоциональной регуляции и эмоционального взаимодействия, выявленные в ходе исследования.

Эффективность реализации развивающей программы «Мир эмоций» может оцениваться по степени положительной динамики в развитии компонентов эмоционального интеллекта младших школьников.

Основными критериями эффективности программы являются:

1. Расширение эмоционального словаря младших школьников: ребенок называет большее количество эмоций, использует более точные слова для обозначения эмоциональных состояний.

2. Повышение способности к распознаванию эмоций: ребенок лучше определяет эмоции по мимике, жестам, интонации, поведению другого человека, а также по характеру музыкального произведения.

3. Развитие навыков вербализации эмоциональных состояний: ребенок может объяснить, что он чувствует, почему возникла данная эмоция и каким образом она влияет на его поведение.

4. Формирование навыков эмоциональной саморегуляции: ребенок осваивает простые способы снижения эмоционального напряжения, например дыхательные упражнения, переключение внимания, проговаривание своего состояния.

5. Развитие эмпатии и эмоциональной отзывчивости: ребенок проявляет способность понимать переживания другого человека, сочувствовать, оказывать поддержку сверстникам.

6. Улучшение межличностного взаимодействия в группе: ребенок становится более открытым в общении, чаще использует конструктивные способы выражения чувств, легче включается в совместную деятельность.

Для оценки результативности программы может быть использована повторная диагностика с применением методики «Словарь эмоций», опросника эмоционального интеллекта ЭМИн Д.В. Люсина и теста эмоционального интеллекта Шутте. Сравнение результатов первичной и повторной диагностики позволит определить динамику развития эмоционального интеллекта у младших школьников после реализации программы

## Выводы по 2 главе

Во второй главе выпускной квалификационной работы был проведен анализ результатов констатирующего эксперимента, направленного на выявление особенностей развития эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста. Исследование проводилось на базе МАОУ СШ № 158 «Грани» среди обучающихся 2 классов. В качестве диагностического инструментария были использованы методика «Словарь эмоций», опросник эмоционального интеллекта ЭМИн Д.В. Люсина и тест эмоционального интеллекта Шутте .

Результаты диагностики по методике «Словарь эмоций» показали, что у большинства младших школьников эмоциональный словарь находится на среднем уровне развития. Дети способны называть основные эмоции, однако испытывают затруднения при обозначении более сложных эмоциональных состояний и оттенков чувств. Это свидетельствует о необходимости дальнейшей работы по расширению эмоционального словаря и формированию навыков вербализации переживаний.

Анализ результатов по опроснику ЭМИн Д.В. Люсина позволил установить, что эмоциональный интеллект младших школьников находится на стадии активного формирования. У большинства обучающихся выявлен средний уровень внутриличностного эмоционального интеллекта, что говорит о наличии базовых представлений о собственных эмоциях. Вместе с тем навыки осознания причин эмоциональных состояний, управления эмоциями и контроля эмоциональных реакций развиты недостаточно устойчиво.

Особое внимание в ходе исследования было уделено различиям девочек и мальчиков. Было выявлено, что девочки в целом демонстрируют более высокие показатели межличностного эмоционального интеллекта: они лучше распознают эмоции других людей, чаще проявляют эмпатию и способны оказывать эмоциональную поддержку. У мальчиков чаще наблюдаются

трудности в сфере эмоционального взаимодействия, вербализации чувств и понимания эмоциональных состояний окружающих. При этом данные различия не являются критическими, а отражают возрастные и социально-психологические особенности развития детей младшего школьного возраста.

Результаты теста эмоционального интеллекта Шутте также подтвердили, что наиболее многочисленной является группа детей со средним уровнем эмоционального интеллекта. Такие обучающиеся в целом способны распознавать эмоции и понимать эмоциональные состояния, однако не всегда могут точно описать свои чувства и самостоятельно регулировать эмоциональные реакции. Низкий уровень эмоционального интеллекта чаще встречается у мальчиков, что указывает на необходимость дополнительной психолого-педагогической поддержки данной группы.

Итак, результаты констатирующего эксперимента показали, что у младших школьников наиболее выражены трудности в расширенном назывании эмоций, вербализации эмоциональных состояний, понимании эмоций других людей и управлении собственными эмоциональными реакциями. Полученные данные подтвердили актуальность разработки специальной программы, направленной на развитие эмоционального интеллекта детей младшего школьного возраста.

С учетом выявленных трудностей была разработана программа психологического развития эмоционального интеллекта младших школьников «Мир эмоций», основанная на использовании средств музыкотерапии. Программа включает занятия, направленные на развитие распознавания и называния эмоций, расширение эмоционального словаря, формирование навыков саморегуляции, развитие эмпатии и конструктивного эмоционального взаимодействия. Использование музыкотерапии является обоснованным, поскольку музыка позволяет детям безопасно выразить переживания, осознавать собственные эмоциональные состояния и соотносить их с эмоциями других людей.

Следовательно, проведенное исследование подтвердило необходимость целенаправленной психолого-педагогической работы по развитию эмоционального интеллекта младших школьников. Разработанная программа может способствовать повышению уровня эмоциональной осведомленности детей, развитию эмпатии, саморегуляции и улучшению межличностного взаимодействия в школьной среде.

## Заключение

Выпускная квалификационная работа посвящена исследованию особенностей эмоционального интеллекта детей младшего школьного возраста и рассмотрению возможностей его развития посредством музыкотерапии. Значимость выбранной темы определяется возрастающей ролью эмоционального интеллекта в обеспечении успешной адаптации ребёнка к условиям школьного обучения, формировании коммуникативных навыков, поддержании психологического благополучия и достижении положительных результатов в учебной деятельности.

Проведённый теоретический анализ позволил установить, что эмоциональный интеллект представляет собой интегративное личностное образование, объединяющее способности к распознаванию, осмыслению и регулированию собственных эмоциональных состояний, а также к пониманию эмоций окружающих людей и выстраиванию эффективного межличностного взаимодействия. Установлено, что младший школьный возраст является благоприятным этапом для формирования данных способностей, поскольку в этот период активно развиваются механизмы эмоциональной саморегуляции, эмпатии, рефлексии и социального взаимодействия.

Изучение научной и психолого-педагогической литературы показало, что развитие эмоционального интеллекта требует специально организованной и систематической работы. К числу наиболее результативных средств относятся игровые технологии, арт-терапевтические методы, упражнения, направленные на развитие эмпатии и эмоциональной рефлексии, а также обучение способам управления эмоциональными состояниями. Особое место среди перечисленных средств занимает музыкотерапия, поскольку использование музыки создаёт условия для безопасного эмоционального самовыражения ребёнка через движение, ритмические упражнения, художественные образы и творческую деятельность.

В рамках констатирующего этапа исследования был определён уровень сформированности эмоционального интеллекта обучающихся вторых классов. Для диагностики использовались методика «Словарь эмоций», опросник эмоционального интеллекта ЭМИн Д. В. Люсина и тест эмоционального интеллекта Шутте. Анализ полученных данных показал преобладание среднего уровня развития эмоционального интеллекта у большинства участников исследования. Результаты свидетельствуют о том, что школьники в целом способны распознавать базовые эмоциональные состояния, однако испытывают определённые трудности при вербализации собственных переживаний, точном определении эмоций, объяснении причин их возникновения и выборе способов эмоциональной регуляции.

В процессе анализа результатов были выявлены некоторые различия в проявлениях эмоционального интеллекта у мальчиков и девочек. Девочки чаще демонстрируют более развитые навыки эмоционального распознавания, эмпатии и межличностного взаимодействия. Для мальчиков в большей степени характерны затруднения, связанные с расширением эмоционального словаря и словесным выражением чувств. Вместе с тем выявленные различия носят закономерный возрастной характер и отражают особенности психического и социального развития младших школьников.

На основании результатов диагностического исследования была разработана программа развития эмоционального интеллекта «Мир эмоций», основанная на применении средств музыкотерапии. Программа включает восемь занятий и направлена на совершенствование навыков распознавания и называния эмоций, расширение эмоционального словаря, развитие способности к осознанию и выражению эмоциональных состояний, формирование эмпатии, эмоциональной отзывчивости, навыков саморегуляции и конструктивного взаимодействия со сверстниками.

При разработке программы были учтены возрастные, индивидуальные и половые особенности обучающихся. Для мальчиков особое внимание уделено развитию эмоциональной осведомлённости, расширению словаря

эмоциональных понятий и совершенствованию навыков эмоционального общения. Для девочек предусмотрены задания, способствующие укреплению навыков саморегуляции и конструктивного выражения чувств. Вместе с тем реализация программы предполагает совместное участие всех обучающихся без жёсткого разделения по половому признаку, что обеспечивает условия для гармоничного развития личности каждого ребёнка.

Поставленная цель исследования достигнута, а все сформулированные задачи успешно решены. В ходе работы были изучены теоретические основы эмоционального интеллекта, рассмотрены особенности его проявления у мальчиков и девочек младшего школьного возраста, проведено эмпирическое исследование, выполнен анализ полученных результатов и разработана программа развития эмоционального интеллекта средствами музыкотерапии.

Полученные результаты позволяют считать подтверждённой выдвинутую гипотезу о том, что развитие эмоционального интеллекта младших школьников может осуществляться более эффективно при использовании специально разработанной программы, основанной на методах музыкотерапии, учитывающей возрастные и половые особенности детей и реализуемой в условиях эмоционально благоприятной образовательной среды.

Практическая ценность исследования определяется возможностью использования разработанной программы педагогами-психологами, учителями начальных классов и другими специалистами системы образования для формирования эмоциональной осведомлённости обучающихся, развития эмпатии, совершенствования навыков эмоциональной саморегуляции и повышения качества межличностного взаимодействия в детском коллективе. Перспективным направлением дальнейшей работы является проведение формирующего эксперимента с последующей повторной диагностикой, что позволит оценить эффективность разработанной программы и определить направления её дальнейшего совершенствования.