

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ  
им. В.П. АСТАФЬЕВА  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования  
Кафедра психологии

**НОВИКОВА ДАРЬЯ ВАДИМОВНА**

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ КАК УСЛОВИЕ РАЗВИТИЯ  
КОММУНИКАТИВНЫХ УМЕНИЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

Направление подготовки 44.03.02. Психолого-педагогическое образование


Направленность (профиль) образовательной программы  
Психология образования

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой  
к.пс.н., доцент Дубовик Е.Ю.

29.05.17 

Научный руководитель  
к.пс.н., доцент Дьячук А.А.

29.05.17 

Дата защиты

29.06.17

Обучающийся

Новикова Д.В.

29.05.17 

Оценка \_\_\_\_\_

Красноярск 2017

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	3
<b>ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА КАК УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ УМЕНИЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ...</b>	6
1.1. Теоретические подходы к пониманию коммуникативных умений.....	6
1.2. Основные подходы к рассмотрению эмоционального интеллекта в психологии.....	14
1.3. Особенности коммуникационных процессов в младшем школьном возрасте и их взаимосвязь с эмоциональной сферой.....	20
<b>ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1</b> .....	27
<b>ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА КАК УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ УМЕНИЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ...</b>	29
2.1. Организация и методы исследования.....	29
2.2. Программа развивающих занятий эмоционального интеллекта для младших школьников.....	34
2.3. Анализ результатов исследования.....	37
<b>ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2</b> .....	52
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> .....	55
<b>БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК</b> .....	57
<b>ПРИЛОЖЕНИЯ</b> .....	62

## ВВЕДЕНИЕ

В Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования прописаны требования, которые определяют, что младший школьник к концу обучения в начальном звене должен уметь слушать собеседника и вести диалог, уметь понимать и принимать мнение другого, решать конфликты с помощью сотрудничества [1]. В стандарте заложено, что обучающийся должен иметь развитые коммуникативные умения. Высокий уровень развития коммуникативных умений является актуальным в младшем школьном возрасте потому, что это определяет, сможет ли он работать в команде, сотрудничать для достижения учебных задач, будут ли у него друзья. Именно в начальной школе необходимо развивать коммуникативные умения для обеспечения успешного будущего для младшего школьника.

В современных школах мы часто сталкиваемся с тем, что в процессе обучения и усвоения программы уделяют недостаточное внимание развитию коммуникативных умений, и зачастую этот процесс происходит стихийно. В результате на выпуске из начальной школы мы можем иметь обучающихся, у которых коммуникативные умения не развиты, что является невыполнением требований ФГОС. Решением данной проблемы могло бы стать развитие эмоционального интеллекта обучающихся на занятиях с педагогом-психологом, т.к. коммуникация подразумевает передачу не только рациональной информации, но и эмоциональной. Эмоциональный интеллект может влиять на развитие коммуникативных умений, так как для того чтобы коммуникация состоялась как таковая необходимо, чтобы обучающийся был способен к эмпатии, понимал, осознавал и управлял собственными эмоциями и эмоциями собеседника, чтобы он обладал богатым эмоциональным словарем, а это является компонентами эмоционального интеллекта.

Проблема эмоционального интеллекта начала обсуждаться с конца XX в. Обсуждение началось в работах П. Сэловея, Дж. Мэйера и

продолжалось в работах Д. Гоулмана, Р. Бар-Она, И.Н. Андреевой, Д.В. Люсина, В.Н. Куницыной, В.М. Холмогоровой и др. Проблема эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте освещалась такими авторами, как: М.А. Манойлова, Л.М. Новиковой, А.П. Лобанов, Л.А. Петровская и др.

Проблема коммуникативных умений младших школьников обсуждалась А.Г. Антоновой, О.А. Веселковой, Ю.В. Касаткиной, Е.А. Архиповой, Р.В. Овчаровой и др. Однако при активном изучении двух данных феноменов недостаточно исследованной остается связь коммуникативных умений и эмоционального интеллекта.

Целью данной работы является установить, что эмоциональный интеллект выступает условием развития коммуникативных умений младших школьников.

Объект: коммуникативные умения младших школьников.

Предмет: эмоциональный интеллект как условие развития коммуникативных умений.

Гипотеза: развитие эмоционального интеллекта через систему специальных занятий может оказать обеспечивает развитие коммуникативных умений младших школьников.

Для проверки поставленной гипотезы и достижения цели были поставлены следующие задачи:

1. Рассмотреть коммуникативную сферу и коммуникативные умения в понимании разных авторов.
2. Выделить основные подходы к пониманию эмоционального интеллекта.
3. Определить основные компоненты эмоционального интеллекта и уровень их развития в младшем школьном возрасте.
4. Рассмотреть связь коммуникативных умений и эмоционального интеллекта младших школьников.

5. Разработать занятия по развитию эмоционального интеллекта младших школьников и апробировать их.

Для решения поставленных задач применялись следующие методы:

- теоретические: анализ, обобщение психолого-педагогической литературы по проблеме исследования;

- эмпирические: опросные методы (тест на эмоциональный интеллект (Тест EQ) Н. Холла, методика The Facial Meaning Sensitive Test); наблюдение за совместной деятельностью обучающихся.

- методы обработки данных: сопоставление процентных долей, критерий сравнения Т Вилкоксона.

Исследование проводилось на базе одной из образовательных школ г. Красноярска. В исследовании приняло участие 28 обучающихся младших классов в возрасте 10–11 лет.

Практическая значимость данной работы заключается в том, что полученные результаты могут быть использованы в образовательном процессе для развития коммуникативных умений, разработанная программа развития может быть внедрена для развития эмоционального интеллекта для других возрастов в различных образовательных организациях и центрах развития.

Структура работы: работа состоит из введения, двух глав, после которых идут выводы, заключение, список литературы, состоящий из 54 источников.

# **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА КАК УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ УМЕНИЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

## **1.1. Теоретические подходы понимания коммуникативных умений**

Общение является неотъемлемой частью жизни человека, так как он ежедневно включен в общество, вступает в отношения с окружающими его людьми. Именно благодаря этому процессу человек занимает определенное место в обществе, познает себя и других людей, развивается как личность.

Прежде чем перейти к освящению сущности коммуникативных умений необходимо освятить такие понятия как «общение» и «коммуникация» и в каких отношениях они состоят.

Существует множество определений общения в психологической литературе. Одно из них, данное В.Н. Мясищевым, характеризует общение как процесс взаимодействия личностей, определенным образом отражающих друг друга и воздействующих друг на друга [39].

Отличается от представленного определения та характеристика, которая дана А.А. Бодалевым, который в силу специфики своих исследований добавляет в определение эмоциональный компонент. Так общение рассматривается как взаимодействие людей, содержанием которого является обмен информацией с помощью различных средств для установления взаимоотношений между людьми, которые также субъективно переживаются, формируя эмоциональное отношение к процессу и партнеру по общению [9].

Обобщая определения понятия «общение» в ходе анализа научной литературы, можно дать интегративное определение, что общение – это такая связь между людьми, при которой люди влияют друг на друга, проявляют взаимопонимание и взаимопереживание, обмениваются информацией с помощью средств общения.

Средства общения во многом определяют эффективность взаимоотношений с окружающими людьми. М.И. Лисина выделила следующие средства, которые формируются у ребенка в период раннего детства.

1. Экспрессивно-мимические средства общения (мимика, движения рук и тела, тембр голоса, выразительные вокализации).

2. Предметно-действенные средства общения (предметные движения; приближение, вручение предметов взрослому, притягивание к себе и отталкивание от себя взрослого).

3. Речевые средства общения (вопросы, ответы, высказывания) [32].

Более популярная классификация, встречаемая в литературе, указывает на существование следующих средств общения:

1. Невербальные средства (жесты, мимика, пантомимика).

2. Вербальные средства (осуществляется с помощью речи, слов) [30].

Человек, правильно использующий средства общения, ориентируясь на контекст ситуации и окружающих людей, характеризуется развитыми коммуникативными умениями. Прежде чем начать обсуждение, что представляют собой коммуникативные умения, необходимо пояснить, что такое коммуникация, потому как ее место в системе понятий до сих пор не определено и часто встречается подмена одного понятия другим.

Существует три взгляда на коммуникацию.

Первый взгляд рассматривает коммуникацию в широком смысле как процесс взаимодействия двух людей, рассматриваемых в качестве систем (со своими взглядами и установками), при котором происходит **только** передача информации с помощью определенных средств. Здесь коммуникация выступает как средство связи, передачи информации от человека к человеку. В данном взгляде не уделяется место эмоциональной стороне взаимодействия между партнерами, что отличается от ранее приведенного понятия общения. Схожим является наличие определенной цели и

использование средств, с помощью которых осуществляется качественная передача информации.

Второй взгляд рассматривает коммуникацию в структуре общения, как один из компонентов, связанных с передачей информации. Структура общения выглядит следующим образом: коммуникация (обмен информацией), перцепция (чувственное восприятие), интеракция (организация воздействий и взаимодействия) [3].

Третий взгляд рассматривает коммуникацию и общение как синонимы. Данная позиция представлена в работах М.И. Лисиной, Т.А. Репиной, А.Г. Рузской. В данной позиции отмечается, что взаимодействие личностей происходит не только для того чтобы передать информацию, но и для того чтобы обмениваться чувствами, мыслями и переживаниями с использованием различных средств.

В данной работе мы под коммуникацией будем понимать процесс взаимодействия людей, при котором происходит обмен информацией, например, мыслями, идеями, взглядами, но также и эмоциональной информацией: чувствами, эмоциями, переживаниями. Потому что, на наш взгляд, эмоциональный канал при общении также как и информационный играет важную роль во взаимоотношениях между людьми, и, зачастую, определяет развитие отношений. Основываясь на данной позиции, мы придерживаемся взгляда, что коммуникация есть общение.

Качество любой коммуникации зависит от того, насколько развиты коммуникативные умения человека. Чтобы понять сущность коммуникативных умений, необходимо установить отличия с понятием коммуникативного навыка.

Традиционно связь умений и навыков рассматривала педагогика, которая утверждала связь трех компонентов: знаний, умений и навыков. Их усвоение представлялось возможным в обучении. Выглядело это следующим образом: от незнания к знанию, от знания к умению, от умения к навыку [6].



С.Л. Рубинштейн разводит понятия умения и навыки, отмечая, что навыками являются автоматически выполняемые компоненты сознательной деятельности человека, образующиеся в ходе упражнения, тренировки, выучки. Под умениями автор понимает элементы деятельности, позволяющие что-либо делать с высоким качеством, например, точно и правильно, то есть как принято в обществе, выполнять какое-либо действие, операцию, серию действий или операций. Также автор указывает, что умения включают в себя навыки, то есть автоматически выполняемые части, при этом характеризуясь контролем сознания при выполнении той или иной деятельности [45].

Исходя из вышеуказанного, коммуникативные навыки позволяют ответить на вопрос «Что я делаю?», а коммуникативные умения, в свою очередь, на вопрос «Как я это делаю? Как я умею пользоваться навыками, чтобы получать качественный результат».

Так под коммуникативными умениями Г.М. Андреева понимает комплекс осознанных коммуникативных действий, основанных на высокой теоретической и практической подготовленности личности, позволяющий творчески использовать знания для отражения и преобразования действительности [3].

В данном понятии совершенно очевидно, что личность с развитыми коммуникативными умениями имеет как теоретическую, так и практическую подготовленность к взаимодействию, то есть имеет опыт применения на практике определенных знаний, а также умений.

Данная мысль прослеживается и в определении, данном Л.В. Епишиной. По ее мнению, коммуникативные умения – это осознанные коммуникативные действия обучающихся (на основе знания структурных компонентов умений и коммуникативной деятельности) и их способность правильно строить свое поведение, управлять им в соответствии с задачами общения [26].

А.В. Мудрик под коммуникативными умениями понимает умение правильно выстраивать свое поведение, понимать психологию человека: умение выбрать интонацию, жесты, сопереживать собеседнику, поставить себя на его место, предугадать реакцию собеседника, выбирать по отношению к каждому из собеседников наиболее правильный способ обращения [36].

При характеристике коммуникативных умений необходимым является показатель владения речью, а именно: понимание и способность правильно применять разные риторические приемы, обороты, красивые речевые конструкции, подбор слов и т.д. На примере коммуникативных умений договариваться и умения слушать собеседника можно отметить, что человек, владеющий красивой речью, вызывает большее желание его слушать. Красивая и грамотная речь вызывает в собеседнике доверие и желание пойти навстречу.

К коммуникативным умениям относят также умения понятным образом выражать свои мысли и понимать собеседника, разбираться в партнерах, объективно принимать людей (осознавать их душевное состояние, характер); ориентироваться в ситуации общения (понимать принципы, определять контакты); содействовать в разных видах работы (устанавливать цели, составлять план их результат, анализировать достигнутое) [36]. Из представленного выше можно отметить, что коммуникативные умения включают не только умения, связанные с передачей содержательной стороны (информационной) общения, но и также умения воспринимать невербальные символы и сигналы, отражающие, например, эмоциональное отношение к происходящему или транслируемой информации, а для этого необходимо полностью быть «настроенным на собеседника».

Данный факт упоминается и Р.С. Немовым, который выделяет поведенческие (внешние) и психологические (внутренние) компоненты общения, напрямую зависящие от коммуникативных умений личности. Поведенческий компонент заключается в вербальной (речевое высказывание)

и экспрессивной форм поведения (тон голоса, мимика, темп речи, выражение лица, скорость выступления, жесты). Психологические компоненты – это мысли, эмоции, надежды и установки, сопутствующие акты общения[9]. Данные компоненты общения подразумевают развитие соответствующих умений. Коммуникативные умения связаны с общением следующим образом: чем лучше они развиты у личности, тем больше вероятность того, что акт общения состоится.

Также, как и А.В. Мудрик, А.А. Бодалев отмечает, что коммуникатор должен быть настроен на своего собеседника, его особенности, кроме этого, быть способным эмоционально понимать и принимать собеседника. Исходя из чего, А.А. Бодалев выделил следующие три элемента, которые входят в психологическую культуру личности, обеспечивающую результативность контакта с собеседником:

- 1) умению ориентироваться в других людях и правильно производить оценку их психологии;
- 2) правильно эмоционально откликаться на их поведение и состояние;
- 3) подбирать согласно взаимоотношению к собеседникам такого рода метод обращения, который соответствовал бы их индивидуальным особенностям [9].

Существуют классификации коммуникативных умений, например, одна из них по своему содержанию в коммуникативных умениях выделяет информационно-коммуникативные, регуляционно-коммуникативные и аффективно-коммуникативные группы умений. Каждая из указанных групп состоит из определенных пунктов. Группа информационно-коммуникативных умений состоит из умений:

- вступать в процесс общения (выражать просьбу, приветствие, поздравление, приглашение, вежливое обращение);
- ориентироваться в партнерах и ситуациях общения (начать говорить со знакомым и незнакомым человеком;

- соблюдать правила культуры общения в отношениях с товарищами, учителем, взрослым; понять ситуацию, в которую ставятся партнеры, их намерения, мотивы общения);

- соотносить средства вербального и невербального общения (употреблять слова и знаки вежливости; эмоционально и содержательно выражать свои мысли, используя жесты, мимику, символы; пользоваться рисунками, таблицами, схемами, группировать содержащийся в них материал).

Группа регуляционно-коммуникативных умений состоит из умений:

- согласовывать свои действия, мнения, установки с потребностями товарищей по общению (осуществление само- и взаимоконтроля учебной и трудовой деятельности, обоснование совместно выполняемых заданий и операций в определенной логической последовательности, определение порядка и рациональных способов выполнения совместных учебных заданий);

- доверять, помогать и поддерживать тех, с кем общаешься (помогать тем, кто нуждается в помощи, уступать, быть честным, не уклоняться от ответов, сообщать о своих намерениях, давать советы и доверять советам других, доверять как получаемой информации, так и своему товарищу по общению, взрослым, учителю);

- применять индивидуальные умения при решении совместных задач (использовать речь, математические символы, музыку, движение, графическую информацию для выполнения заданий с общей целью, для фиксирования и оформления результатов своих наблюдений, целенаправленного пользования художественной, научно-популярной, справочной литературой, словарем в учебнике);

- оценивать результаты совместного общения (критически оценивать себя и других, учитывать личный вклад каждого в общение, принимать правильные решения, выразить согласие (несогласие), одобрение (неодобрение), соответствие вербального поведения невербальному).

Группа аффективно-коммуникативных умений основывается на умениях делиться своими чувствами, интересами, настроением с партнерами по общению; проявлять чуткость, открытость, отзывчивость, сопереживание, заботу к партнерам по общению; оценивать эмоциональное поведение друг друга [35].

Как отмечалось ранее, Г.М. Андреева в структуре общения выделяет три стороны, и каждая из них состоит из умений. Если понимать коммуникацию равнозначной общению, то под коммуникативными умениями подразумевается следующие умения: группа умений, соответствующая коммуникационной стороне общения включает в себя цели, средства общения, умения четко излагать мысли, аргументировать, анализировать высказывания; группа соответствующая перцептивной стороне общения и включает способность к эмпатии, рефлексии, саморефлексии, умения слушать и слышать, правильно интерпретировать информацию, понимать подтексты; группа соответствующая интерактивной стороне общения включает понятие о соотношении рационального и эмоционального факторов в общении, самоорганизация общения, умение проводить беседу, собрание, общаться в конфликтных ситуациях [3].

Обобщая вышесказанное, в данной работе мы будем придерживаться понимания коммуникативных умений как комплекса осознанных действий, которые помогают устанавливать контакт с собеседником, эффективно взаимодействовать с ним, не только передать информацию, но также и сведения о своих переживаниях, чувствах и эмоциях, что является немаловажным. Главной особенностью коммуникативных умений является то, что они обеспечивают качество взаимоотношений с партнером.

В работе мы будем рассматривать следующие коммуникативные умения:

- умение слушать другого человека;
- умение понимать другого;
- умение сопереживать, сочувствовать;

умение принимать мнение другого;  
умение взаимодействовать с членами коллектива (умение договариваться).

## **1.2. Основные подходы к рассмотрению эмоционального интеллекта в психологии**

Идея эмоционального интеллекта возникла из понятия «социальный интеллект», разработкой которого занимались такие авторы как Г. Гарднер, Э. Торндайк, Дж. Гилфорд, Ю.Н. Емельянов, А.Л. Южанинова, М.И. Бобнева и др.

Представления Г. Гарднера о социальном интеллекте, который он называет личностным интеллектом, отчасти являются первым упоминанием и об эмоциональном интеллекте. Личностный интеллект, разделенный на внешний и внутренний, включает знание о себе и о других. Один из аспектов этого интеллекта, касающийся чувств, близок к эмоциональному интеллекту. Но в отличие от эмоционального интеллекта личностный интеллект содержит общую оценку человеком своих и чужих чувств, что, в свою очередь, не свойственно эмоциональному интеллекту [16].

В психологической литературе упоминается, что термин эмоциональный интеллект был введен в 1990 г. П. Сэловеем и Дж. Мэйером. Так, эмоциональный интеллект определяется авторами как «способность перерабатывать информацию, содержащуюся в эмоциях: определять значение эмоций, их связи друг с другом, использовать эмоциональную информацию в качестве основы для мышления и принятия решений» [46, с. 7].

В дальнейшем при изучении феномена начали появляться различные подходы к его пониманию. В настоящий момент существует два подхода классификации эмоционального интеллекта:

1. Модель способностей.

2. Смешанная модель.

Подход П. Сэловея и Дж.Мэйера относится к модели способностей, что означает рассмотрение эмоционального интеллекта как единство эмоций с познанием (например, конкретные эмоции благоприятно сказываются на продуктивности процесса мышления).

Данные авторы выделяют следующие компоненты эмоционального интеллекта, которые рассматриваются в последовательном усвоении человеком их в онтогенезе.

1. Идентификация эмоций. Включает такие способности, как: восприятие эмоций, идентификация эмоций, адекватное выражение эмоционального состояния, умение отличать подлинную эмоцию от фальшивой.

2. Использование эмоций для повышения эффективности мышления и деятельности. Включает в себя: использование эмоций для перенаправления внимания на нужное событие, вызывание тех эмоций, которые будут способствовать решению задач и др.

3. Понимание эмоций. Включает в себя: установление связей между эмоциями, понимание переходов одной эмоции в другую, понимание причин эмоций.

4. Управление эмоциями. Включает способности: контролировать эмоции, снижать интенсивность отрицательных эмоций и продуцировать в себе позитивные эмоции (адекватно ситуации) [55].

При рассмотрении второго подхода в классификации эмоционального интеллекта – смешанной модели, можно сказать, что интеллект рассматривается как сочетание умственных и персональных черт, присущих каждому конкретному человеку. Данный подход представлен в моделях эмоционального интеллекта, предложенной Д. Гоулман, Р. Бар-Он.

Д. Гоулман под эмоциональным интеллектом понимает «такие способности, как самомотивация и устойчивость к разочарованиям, контроль

над эмоциональными вспышками и умение отказываться от удовольствий, регулирование настроения и умение не давать переживаниям заглушать способность думать, сопереживать, надеяться» [19, с. 33].

Д. Гоулман выделяет в структуре эмоционального интеллекта такие компоненты как:

1. Знание эмоций, предполагающее распознавание чувств и их мониторинг.

2. Управление эмоциями как управление чувствами, как способность успокоиться, нивелировать беспричинное беспокойство или раздражительность.

3. Самомотивация, то есть использование эмоции для достижения цели, отсроченное проявление радости и подавление импульсивности, способность быть в «общем потоке».

4. Распознавание эмоций других как эмпатическое понимание, навык управления эмоциями других, хорошее взаимодействие с другими.

5. Управление отношениями с другими.

Выделенные компоненты Д. Гоулманом, на первый взгляд, кажутся не подходящими для отнесения его подхода к смешанной модели, однако, он исходит из того, что в эмоциональном интеллекте когнитивные способности соотносятся с личностными характеристиками, поэтому отнесение его подхода к смешанной модели представляется возможным.

В свою очередь, Р. Бар-Он рассматривает эмоциональный интеллект «как все некогнитивные способности, знания и компетентности, дающие человеку успешно справляться с различными жизненными ситуациями» [54, с. 65].

В модели Р. Бар-Она выделенные компоненты дают основание считать модель смешанной, так как выделенные пять компонентов содержат определенные качества личности. Так выделяя внутриличностную сферу, в ее состав приписываются такие качества как: самоанализ, асертивность (ясное выражение чувств), независимость, самооценка, самореализация. Сфера



межличностных отношений включает в себя такие качества как эмпатия, социальная ответственность (совесть, нравственность, забота о другом), межличностное общение. Сфера адаптивности состоит из решения проблем, оценки действительности, гибкости. Сфера управления стрессом подразумевает толерантность к стрессу, контроль импульсивности; а сфера общего настроения – удовлетворенность жизнью, оптимизм.

Модель Н. Холла относится к моделям способностей, потому что включает в себя такие способности как:

1. Эмоциональная осведомленность – это осознание и понимание своих эмоций, а для этого постоянное пополнение собственного словаря эмоций.
2. Управление своими эмоциями – это эмоциональная отходчивость, эмоциональная гибкость.
3. Самомотивация – управление своим поведением, за счет управления эмоциями.
4. Эмпатия – это понимание эмоций других людей.
5. Распознавание эмоций других людей – умение воздействовать на эмоциональное состояние других людей [46].

В отечественной психологии также обратились к рассмотрению проблемы эмоционального интеллекта. Д.В. Люсин дает следующее определение эмоциональному интеллекту: «способность к пониманию своих и чужих эмоций и управлению ими» [34, с. 33].

Исследователь разделяет эмоциональный интеллект на два: внутриличностный включает в себя определение наличия эмоционального переживания у себя, идентификация своих эмоций, способность контролировать интенсивность своих эмоций и произвольно вызывать у себя ту или иную эмоцию; а также межличностный, включающий всё, что связано с эмоциями другого человека, например, определение наличия эмоционального переживания у другого человека, идентификация эмоций других людей, способность их контролировать и произвольно вызывать их.

Таким образом, модель Д.В. Люсина можно отнести к смешанным моделям, так как эмоциональный интеллект носит двойственную природу. По мнению автора, с одной стороны, он связан с когнитивными способностями, с другой стороны – с личностными характеристиками. Но сам автор четко поясняет отличия: личностные характеристики, коррелирующие со способностями к пониманию и управлению эмоциями, не вводятся в конструкт эмоционального интеллекта [33].

Еще одна модель эмоционального интеллекта И.Н. Андреевой, которая очень схожа с моделью Н. Холла, включая в себя такие компоненты как распознавание собственных эмоций, понимание эмоций, владение эмоциями, то есть способность их контролировать и самомотивация как способность с помощью поведения управлять эмоциями [5].

Анализируя модель И.Н. Андреевой, можно отнести ее к модели способностей, также, как и П. Сэловея и Дж. Мэйера, в которых эмоциональный интеллект рассматривается как единство эмоций с познанием.

В результате анализа психологической литературы установлено, что существует достаточное количество моделей эмоционального интеллекта, и многообразие пониманий данного феномена и его структуры лишь в совокупности может дать общее точное представление о том, что же такое эмоциональный интеллект. Придерживаясь одной конкретной модели, мы заметно ограничиваем себя в познании сущности данного феномена.

Смешанные модели дают нам представления об единстве когнитивных способностей и личностных характеристик, мотивационных черт, благодаря чему они оказываются близко связанными с адаптацией к реальной жизни. Данные модели отличаются друг от друга только набором включенных личностных характеристик. В моделях способностей эмоциональный интеллект определяется как набор способностей, которые поддаются развитию.

Эти два вида моделей имеют свои методы изучения, соотносимые с различиями в понимании эмоционального интеллекта. В смешанных моделях используется опросники, основанные на самоотчете, как и в обычных личностных опросниках. В модели способностей используются тесты, состоящие из заданий с правильными и неправильными ответами.

В данной работе мы объединяем несколько подходов для получения более общего представления о том, что же такое эмоциональный интеллект, выделение его структурных компонентах.

Обобщая определения эмоционального интеллекта разных авторов, можно заключить, что эмоциональный интеллект – это способность каждого человека в той или иной степени понимать собственные эмоции и эмоции другого человека, управлять ими и за счет этого влиять на свое собственное поведение и поведение другого человека.

Обобщая модели И.Н. Андреевой и Н. Холла, мы можем выделить следующие компоненты эмоционального интеллекта:

1. Эмоциональная осведомленность – это осознание и понимание своих эмоций, а для этого необходимо постоянное пополнение собственного словаря эмоций. Люди с высокой эмоциональной осведомленностью в большей мере, чем другие, осведомлены о своем внутреннем состоянии.

2. Управление своими эмоциями – это эмоциональная отходчивость, эмоциональная гибкость и т.д., то есть произвольное управление своими эмоциями, способность контролировать собственные эмоции.

3. Самомотивация – управление собственными эмоциями через собственную деятельность, то есть умение снижать интенсивность тех или иных эмоций.

4. Эмпатия как понимание эмоций других людей, умение устанавливать связи между причиной и имеющейся эмоцией у человека, умение сопереживать текущему эмоциональному состоянию другого человека. Это умение понять эмоциональное состояние человека, распознать ту или иную эмоцию по мимике, жестам, оттенкам речи, позе.

5. Распознавание эмоций других людей – умение воздействовать на эмоциональное состояние других людей: умение снижать интенсивность эмоции, умение вызывать в нем эмоции и т.д.

Важно также упомянуть, что эмоциональный интеллект является динамической структурой, которая может и развиваться, и регрессировать. Такие авторы как П. Сэловей и Дж. Мэйер указывают на эту особенность эмоционального интеллекта: «способности, составляющие эмоциональный интеллект развиваются с возрастом» [46, с. 15], что приводит к развитию эмоционального интеллекта в целом.

Сенситивным возрастом (т.е. наибольшей восприимчивости к воспитательным и развивающим воздействиям) развития эмоционального интеллекта является младший школьный возраст. Обусловлено это тем, что младший школьный возраст имеет ряд особенностей, связанных с психологическими изменениями, происходящими с человеком на данном возрастном этапе. Поэтому в следующем параграфе рассмотрим особенности эмоциональной и коммуникативной сферы младших школьников.

### **1.3 Особенности коммуникационных процессов в младшем школьном возрасте и их взаимосвязь с эмоциональной сферой**

При существующем многообразии возрастных периодизаций (Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин, Э. Эриксон и др.), разными определениями периода младшего школьного возраста, в современной науке принято считать, что этот период колеблется от 6–7 до 10–11 лет.

На данном возрастном периоде, как отмечает В.С. Мухина, происходят не только физиологические трансформации, но и изменения в психической жизни ребенка: происходит развитие высших психических функций (речи, письма, чтения, счета), познавательных процессов (восприятия, памяти, внимания), что позволяет ребенку младшего школьного возраста

производить уже более сложные по сравнению с дошкольником мыслительные операции [38]. Именно в этом возрасте впервые начинают осознаваться отношения с окружающими, ребенок начинает разбираться в мотивах поведения, то есть постепенно вступает в сознательный процесс формирования личности. В данном возрасте наблюдаются изменения во всех сферах, и социальная сфера не исключение.

Ученые выделяют в коммуникации эмоциональную сторону, но для того чтобы понимать основания взаимосвязи именно эмоционального интеллекта и коммуникативных умений, рассмотрим особенности данных сфер в младшем школьном возрасте.

Коммуникативная сфера в младшем школьном возрасте характеризуется тем, что обучающийся, поступая в школу, принимает на себя новую позицию – школьника. Принимая ее, ребенок принимает правила школьной жизни и распорядка, в которые входят не только соблюдение дисциплины на уроках, но также, например, и помощь товарищам. Социальная сфера в данный возрастной период содержит значимую фигуру учителя, а также сверстников, общение с которыми становится глубже и разнообразнее. Глубина и разнообразие проявляется в том, что обучающиеся общаются со сверстниками не потому, что они лучше играют или делятся игрушками как в дошкольном возрасте. Как известно, такие связи быстро распадаются из-за прекращения совместной игры. В младшем школьном возрасте же общение строится, исходя из совместной учебной деятельности, в процессе которой обучающиеся познают друг друга и себя, интересы друг друга, устанавливают сильные и слабые стороны. Исходя из перечисленного, обучающиеся стремятся общаться с теми обучающимися, чьи интересы совпадают с их собственными. Кроме этого, общаются с успешными ребятами для того, чтобы ровняться на них и развивать в себе те же сильные стороны, которые получают положительную оценку со стороны учителя.

Коммуникативная сфера стремительно развивается в данном возрастном периоде, что приводит и к развитию коммуникативных умений.

Данные умения проявляются как в совместной деятельности обучающиеся, так и при взаимодействии с учителем. Умение слушать и договариваться одни из самых первых умений, которые стремится развивать учитель у младших школьников, т.к. именно развитие этих умений позволит обеспечить результативность обучения, избежать возникновения конфликтов. Также во взаимодействии сверстников начинают развиваться умение принимать мнение другого, сопереживать и сочувствовать, понимать другого, что связано с эмоциональной сферой младшего школьника.

Эмоциональная сфера в младшем школьном возрасте – как в переходном от дошкольного возраста к подростничеству – характеризуется повышенной эмоциональностью, определенной эмоциональной напряженностью, связанной с включенностью в новую ситуацию и принятием новой роли «ученик», а также непосредственностью и откровенностью в выражениях эмоций. Особенно наглядны эти характеристики в возрасте 7–8 лет, то есть на начало обучения в школе и, соответственно, с ходом времени ситуация меняется. М.В. Матюхина считает, что в процессе обучения изменяется содержание чувств младшего школьника и происходит их дальнейшее развитие в плане все большей осознанности, сдержанности, устойчивости [35].

Именно на данном этапе (7–8 лет) эмоциональный канал восприятия информации берет на себя основную роль связи с окружающими людьми. Обусловлено это тем, что обучающиеся данного возраста недостаточно полно владеют языком, чтобы выстраивать контакт со взрослыми и сверстниками. Таким образом, младшие школьники для удовлетворения потребности в общении пытаются устанавливать контакты с помощью своеобразного альтернативного способа коммуникации. Конечно, это не строится на таком уровне как у дошкольников и детей с ограниченными возможностями здоровья, например, с помощью жестов и звуков, но, тем не менее, именно эмоциям при коммуникации уделяется особое внимание со стороны младшего школьника. Также связано это с тем, что обучающемуся

очень важно, чтобы его принимали как взрослые, так и сверстники (к 10–11 годам). Именно с помощью эмоций обучающийся может понять, как к нему относится партнер по общению.

Обращаясь к работам А.А. Бодалева [9], можем отметить, что коммуникация на данном возрастном этапе также подразумевает не только передачу информации для решения учебных задач, но также эмоциональную информацию, которая позволяет установить отношение к обсуждаемым задачам, самому себе как к партнеру по общению.

Передача эмоциональной информации осуществляется с помощью невербальных (жесты, мимика, пантомимика) и вербальных (осуществляется с помощью речи, слов) средств. М. Аргайл делает акцент, что невербальные средства позволяют выразить эмоции, передать межличностные установки (нравится / не нравится и др.), сопровождают речь, благодаря чему ясен смысл и представление себя людям [41].

По нашему предположению, проблемы с коммуникацией могут быть из-за недостаточной развитости компонента эмоционального интеллекта, предполагающим эмоциональную осведомленность или «богатство» эмоционального словаря. Например, при сообщении какой-либо информации, жесты и мимика как эмоциональные эталоны, представленность эмоциональной осведомленности в эмоциональном интеллекте не совпадают по смыслу. Таким образом, информация и эмоциональные проявления (мимика и жесты) являются противоречивыми и не соотносящимися друг с другом сигналами. А.Г. Лидерс выделил типичные реакции партнеров по общению на такого рода противоречия:

- 1) Первичная реакция – путаница и неопределенность.
- 2) Стремление получить дополнительную информацию, которая прояснит ситуацию.
- 3) Если прояснение не состоялось, то, скорее всего, реакция будет содержать проявление неудовольствия и враждебности или даже отказ продолжать общение [41].

В ситуации, когда возникает непонимание истинного смысла сообщения у обоих партнеров по общению, то они не смогут эмпатийно отнестись друг к другу, услышать другого, что может привести к возникновению конфликта.

Способность к эмпатийному отношению в процессе взаимодействия с партнером является представленностью коммуникативного умения сопереживать и сочувствовать.

К. Роджерс, рассматривая эмпатию, описывал ее как «осознание чувств и эмоций других людей, умение чувствовать эмоции и настроения окружающих, понимать их точку зрения и проявлять активный интерес к их заботам, открытость во взаимодействии, умение проникать во внутренний мир другого человека» [44, с. 267].

Способность к эмпатии, к вчувствованию эмоций другого человека приводит к тому, что социальные связи с окружающими людьми могут получить новые черты, формы и обогатить эмоциональный опыт младшего школьника, т.е. эмоциональный словарь, расширяющийся благодаря социальным эталонам выражения и понимания эмоций, которые приобретены младшим школьником во взаимодействии со взрослым.

Эмпатия, являясь компонентом эмоционального интеллекта, обеспечивает возможность сочувственного, понимающего отношения к партнеру. Таким образом, чтобы обучающийся мог понимающе относиться к другому человеку, обязательным является наличие эмпатии. Она является условием возникновения коммуникативного умения сопереживать и сочувствовать.

При взаимодействии с окружающими младший школьник стремится понимать чувства других, но для этого необходимо понимать собственные чувства. Понимание собственных чувств становится возможным из-за развивающейся рефлексии. Рефлексия предполагает способность встать в позицию наблюдателя-исследователя по отношению к своей деятельности [31]. С помощью рефлексии младший школьник устанавливает для себя,



какой он в разных сферах, в том числе и в коммуникативной (хороший ли он собеседник, нравится ли другим общаться с ним и др.).

Говоря об стремлении обучающегося ориентироваться на эмоции учителя при взаимодействии с ним важно отметить, что на начало возраста обучающиеся не в состоянии различать всё многообразие эмоций, что приводит к различным трудностям.

Трудности проявляются в том, что обучающийся, не умеющий распознать гнев, может продолжать делать нежелательный поступок. На данную особенность указывали и Н.С. Лейтес и П.М. Якобсон. В своем исследовании они установили, что семилетний ребенок часто не умеет правильно воспринимать выражения гнева, страха и ужаса [53]. Данные эмоции являются схожими в плане мимического проявления, в связи с чем и взрослый человек не сможет дать правильный ответ. Тем не менее, авторы отмечают несовершенство в восприятии и понимании чувств младшим школьником в начале возрастного периода, которое влечет за собой чисто внешнее подражание взрослым в выражении чувств.

В общении со взрослыми как с трансляторами имеющегося у них опыта, происходит усвоение социальных эталонов выражения и понимания эмоций, то есть происходит социализация эмоций. Усвоение этих эталонов в процессе сотрудничества со взрослым происходит в результате перехода от внешнего, когда ребенок представляет эмоцию как реакцию на ту или иную ситуацию, к внутреннему, когда он принимает во внимание не только ситуацию, но и желания и намерения человека, его прошлый опыт. Это согласуется с положением Л.С. Выготского о том, что всякая форма человеческой психики первоначально складывается как внешняя, социальная форма общения между людьми, как трудовая или иная деятельность, и лишь затем в результате интериоризации становится компонентом психики человека. Каждая культурная форма поведения возникает первоначально как форма сотрудничества с другими людьми, как подражание другому, и только на следующем шаге эта форма становится индивидуальной функцией самого

младшего школьника. Таким образом происходит «сворачивание» первоначально внешней формы поведения во внутренний план и присваивается в личный опыт младшего школьника [15].

Кроме эталонов выражения и понимания эмоций, младший школьник усваивает способы и приемы влияния на эмоции других людей во взаимодействии со взрослым. Ранее ребенок сам путем проб и ошибок приобретал опыт, как можно себя вести с родителями, а как нельзя, и какие эмоции вызовет то или иное поведение у родителей. Теперь, будучи младшим школьником, он, наблюдая, усваивает возможности влияния на эмоции других людей, регулирования их через свое поведение. Данная особенность также относится к эмоциональному интеллекту и является одним из его компонентов.

На данном возрастном периоде возникает такое новообразование как произвольность, что влечет за собой изменения в коммуникативной сфере. Мало того, что взаимодействие становится продолжительным, с удержанием совместной цели, так еще и изменяются коммуникативные умения. Изменения в коммуникативных умениях обусловлено изменениями в эмоциональной сфере. Данное новообразование позволяет обучающимся контролировать свои эмоции. На примере умения слушать можно отметить, что контроль эмоций позволит обучающемуся научиться слушать собеседника не перебивая, под действием тех или иных эмоций.

Представленные особенности коммуникационных процессов младших школьников и рассмотрение их во взаимосвязи с эмоциональной сферой позволило предположить, что коммуникативные умения связаны с эмоциональной сферой, а конкретнее с эмоциональным интеллектом. Для проверки данного предположения было проведено эмпирическое исследование.

## ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1

В ходе анализа психологической литературы было выделено, что существует множество взглядов понимания коммуникативных умений. Во взглядах Г.М. Андреевой, А.В. Мудрика, А.А. Бодалева и др. коммуникативные умения рассматриваются как действия, помогающие строить эффективное взаимодействие в процессе общения, эффективно передавать информацию. Л.В. Епишина, Р.С. Немов и др. рассматривают в основе коммуникативных умений способность правильно строить свое поведение, управлять им в соответствии с задачами общения.

Под коммуникативными умениями мы будем понимать комплекс осознанных действий, помогающие устанавливать контакт с собеседником, эффективно взаимодействовать с ним, которые позволяют не только передать информацию, но также и сведения о своих переживаниях, чувствах и эмоциях.

В качестве основных коммуникативных умений, которые определяют эффективность общения в младшем школьном возрасте, мы выделяем умение слушать другого человека; понимать другого; сопереживать, сочувствовать; принимать мнение другого; решать конфликт; взаимодействовать с членами коллектива.

Формирование коммуникативных умений в младшем школьном возрасте обусловлено, в большей степени, появлением произвольности и др., включенностью в совместную деятельность для решения учебных задач, появлением рефлексии.

Среди выделенных коммуникативных умений представлены умения, связанные с распознаванием эмоций другого, сопереживанием, проявлением сочувствия. В связи с чем мы предположили, что важную роль в развитии коммуникативных умений играет эмоциональный интеллект.

Изучение основных подходов к пониманию эмоционального интеллекта позволило выделить следующее представление об

эмоциональном интеллекте как способности каждого человека в той или иной степени понимать собственные эмоции и эмоции другого человека, управлять ими и за счет этого влиять на свое собственное поведение и поведение другого человека.

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

На основе анализа возрастных особенностей младших школьников было установлено, что данные компоненты эмоционального интеллекта уже представлены на данном возрастном этапе. На протяжении младшего школьного возраста в непосредственном взаимодействии усваиваются социальные эталоны выражения и понимания эмоций, тем самым развивается его эмоциональная осведомленность. С развитием эмоциональной осведомленности обучающийся способен распознать эмоции у самого себя и других, осознать их причины, что определит его способность к эмпатии. Развитие произвольности дает возможность младшему школьнику контролировать свое поведение и эмоции. С развивающейся рефлексией младший школьник начинает понимать какие эмоции и какими способами он может у себя вызывать. Кроме этого рефлексия позволяет понять, как собственным поведением можно влиять на эмоции других людей.

Выделенные положения позволяют предположить, что развитие эмоционального интеллекта отразится на развитии коммуникативной сферы, а точнее коммуникативных умений младшего школьника. Результаты проверки данного предположения представлены в следующей главе.

## **ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА КАК УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ УМЕНИЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

### **2.1. Организация и методы исследования**

Основываясь на психологической характеристике коммуникации и коммуникативных умений, рассмотренной связи между коммуникативными умениями и эмоциональным интеллектом, в эмпирической части нами поставлены следующие задачи:

определить уровень коммуникативных умений младших школьников;  
на основе результатов сформировать экспериментальную группу, с которой будет проведена развивающая эмоциональный интеллект работа;  
провести оценку изменений коммуникативных умений в экспериментальной группе младших школьников;  
установить связь между эмоциональным интеллектом и коммуникативными умениями через сравнение значений до и после проведенной работы.

При подборе методик и разработке критериев наблюдения мы опирались на представление о коммуникативных умениях как комплексе осознанных действий, которые помогают устанавливать контакт с собеседником, эффективно взаимодействовать с ним, которые позволяют не только передать информацию, но также и сведения о своих переживаниях, чувствах и эмоциях, а также на представление об эмоциональном интеллекте как способности каждого человека в той или иной степени понимать собственные эмоции и эмоции другого человека, управлять ими и за счет этого влиять на свое собственное поведение и поведение другого человека.

В работе мы рассматриваем следующие коммуникативные умения: умение слушать другого человека; понимать другого; сопереживать, сочувствовать; принимать мнение другого; решать конфликт; взаимодействовать с членами коллектива (умение договариваться).

Для изучения данных умений была разработана карта наблюдения (Приложение А) коммуникативных умений в процессе групповой работы обучающихся. Для создания такой работы были предложены задания в форме игры «Башня», «Рекомендации для Васи» (Приложение Б).

Были выделены следующие критерии наблюдения коммуникативных умений: участие и активность в планировании, распределение функций и их выполнение, участие и активность в контроле, возникновение конфликта, разрешение конфликта, ориентация на партнера, работа в команде, активность при презентации.

Умение взаимодействовать с членами коллектива (умение договариваться) и умение слушать другого человека фиксировалась через такие критерии, как участие и активность в планировании деятельности, распределение функций, участие и активность в контроле, активность при презентации, работа в команде.

Коммуникативные умения, связанные с пониманием другого, принятием мнения другого фиксировались через возникновение конфликтов.

Умения сопереживать, сочувствовать – разрешение конфликтов.

Через оценку ориентации на партнера и согласованность позиций отслеживаются умение принимать мнение другого и умение слушать.

Каждый из критериев оценивается по баллам от 0 до 2. В каждом критерии указаны баллы и характеристика случая, когда их необходимо присудить. Данные баллы позволяют оценить представленность того или иного коммуникативного умения.

При изучении эмоционального интеллекта мы придерживаемся моделей И.Н. Андреевой и Н. Холла, в которых выделены следующие компоненты эмоционального интеллекта: эмоциональная осведомленность, управление своими эмоциями, самомотивация, эмпатия, распознавание эмоций других людей.

Исходя из данной модели, были использованы такие тестовые методики как: тест на эмоциональный интеллект (Тест EQ) Н. Холла и

методика The Facial Meaning Sensitive Test, которые позволили установить нам уровень эмоционального интеллекта младших школьников, а также уровень развития его компонентов.

Методика Н. Холла позволяет установить уровень развития таких компонентов эмоционального интеллекта: эмоциональная осведомленность, управление своими эмоциями, самомотивация, эмпатия, распознавание эмоций других людей, – и позволяет выявить интегративный уровень эмоционального интеллекта. Данная методика состоит из 30 утверждений и содержит пять шкал, соответствующих компонентам эмоционального интеллекта.

Методика The Facial Meaning Sensitive Test предполагает установление эмоциональной осведомленности, то есть богатства эмоционального словаря. Испытуемому предъявляется 10 фотографий девушки и дается задание по ее мимике опознать изображенные эмоции. Методика предполагает соотнесение представляемых изображений с имеющимся опытом у обучающегося. Изображения пронумерованы, но правильные ответы находятся у экспериментатора. Список предлагаемых эмоций: отвращение, смущение, счастье, решимость, страх, гнев, удивление, интерес, презрение, грусть.

Исследование было реализовано на базе одной из общеобразовательных школ г. Красноярск. В исследовании приняло участие 28 обучающихся в возрасте 10–11 лет.

Исследование проходило в несколько этапов.

На подготовительном этапе осуществлялась подготовка диагностических методик, разработка карты наблюдения. Были разработаны упражнения «Башня» для первичного среза и упражнения «Рекомендации для Васи» для итогового среза. Данные упражнения разработаны на основе понимания, что коммуникативные умения полно отражаются и, соответственно, поддаются фиксации при взаимодействии субъектов. Ставя определенные задачи перед обучающимися, мы стимулируем их

коммуникативную активность в процессе совместной деятельности обучающихся.

Последовательность упражнений выбрана не случайно. Первое упражнение предполагает создание башни в процессе работы в команде с применением имеющихся знаний у обучающихся. Второе упражнение предполагает использование приобретенных знаний о сфере эмоций на развивающих занятиях, после прослушивания текста.

Во время упражнений обучающиеся делятся на 5 команд (по 4–5 человека), перед которыми ставится одна задача. В первом упражнении задачей является построение башни, во втором – создать после прослушивания текста плакат с рекомендациями для Васи. В каждом упражнении выдвигается ряд требований к продукту деятельности, например, в упражнении «Строим Башню» требованием к башне является следующее: башня должна быть, как можно выше, устойчивой и красивой. В упражнении «Рекомендации для Васи» требованиями к плакату являются: красочность, наличие портрета Васи, рекомендаций, что подарить Пете на день рождения, рекомендаций, как нужно себя вести на празднике, чтобы его не испортить, рекомендации Васе на будущее, как ему бороться со своей злостью. Также обучающимся предлагается ограниченный набор материалов для создания своих продуктов, что уравнивает команды и стимулирует умения договариваться и слушать друг друга при рациональном распределении предлагаемых ресурсов.

На данном этапе также осуществлялась подготовка всех необходимых материалов для проведения упражнения: планирование хода упражнения, учет возможных рисков и трудностей при проведении, подготовка необходимых материалов в виде канцелярских принадлежностей.

Учет возможных рисков и трудностей при проведении упражнений предполагает, например, удобную организацию пространства (расстановка столов для удобства и отсутствия помех при работе), учет того, что обучающиеся могут столкнуться с непониманием инструкции к упражнениям



(для этого необходима подготовка другого способа объяснения инструкции), учет того чтобы обучающиеся имели доступ ко времени (расположение на стене часов). Всё перечисленное способствует снижению возможной стрессогенности, а также создает условия для продуктивной работы.

На следующем этапе был проведен первичный срез с обработкой полученных результатов. С помощью карты наблюдения в процессе выполнения упражнения фиксировались по выделенным критериям коммуникативные умения младших школьников, с помощью методики Н. Холла и методика The Facial Meaning Sensitive Test устанавливался интегративный уровень эмоционального интеллекта и его компонентов.

По результатам проведенных методик из исследуемой группы были сформирована экспериментальная группа в количестве 14 человек, в которую попали обучающиеся, характеризующиеся низкими баллами по коммуникативным умениям.

Для данной группы была разработана программа развивающих занятий (Приложение В), направленной на развитие компонентов эмоционального интеллекта. Реализация программы осуществлялась в марте 2017 г.

Каждое занятие имеет свою цель, направлено на развитие компонентов эмоционального интеллекта. Содержание занятий обогащено такими методами работы, как просмотры видеосюжетов, развивающие упражнения, физические упражнения и др. Программа базируется на принципах активности обучаемых, доступности, субъектности. Подробное содержание программы представлено в параграфе 2.2. данной работы.

После проведения программы была проведена повторная диагностика эмоционального интеллекта и коммуникативных умений с помощью наблюдения при выполнении упражнения «Рекомендации для Васи». Диагностика проводилась в экспериментальной группе, т.к. нас интересовали произошедшие в ходе развивающей работы изменения компонентов эмоционального интеллекта и коммуникативных умений.

Повторные результаты были сопоставлены с результатами первичного среза, в том числе, с использованием критерия Т Вилкоксона.

## **2.2. Программа развивающих занятий эмоционального интеллекта для младших школьников**

В процессе работы, после проведения первичного среза, была сформирована экспериментальная группа. Для данной группы была разработана программа развивающих занятий (Приложение В), направленных на развитие компонентов эмоционального интеллекта.

Данная программа развивающих занятий базируется на следующих принципах:

1. Активность обучаемых как ориентация на высокую активность участников.
2. Доступность как предоставление материала уже соответствующего накопленным знаниям, умениям участников.
3. Субъектность как максимальное содействие развитию способностей ребенка осознавать свое «Я» в связях с другими людьми и миром.

Данные принципы позволяют обеспечить результативный характер программы, так как предполагают индивидуальный подход к обучающимся. Ориентация на имеющиеся ресурсы позволяет обеспечить плавное и пошаговое развитие обучающихся, основываясь на приобретённые знания.

Каждое занятие нацелено на развитие компонентов эмоционального интеллекта и включает в себя групповую форму работы, просмотры видеосюжетов, развивающие упражнения, игры, особые ритуалы приветствия и прощания, подвижные упражнения и др. На занятиях присутствует домашнее задание, которое стимулирует самостоятельную поисковую активность обучающихся.

Приведем план развивающих занятий с отражением даты занятия целей, содержания, результатов. План для удобства сведен в таблицу 1, в нем отражены основные моменты занятий. С более подробным описанием занятий можно ознакомиться в Приложении В.

Таблица 1

План проведения развивающих занятий с экспериментальной группой  
младшими школьниками

Дата	Цель	Содержание	Результат
1	2	3	4
14.03.17	Выявить осведомленность обучающихся об эмоциях их многообразии и тем самым выявить объем эмоционального словаря	Знакомство, Опрос, какие эмоции, обучающиеся знают, работа с ситуационными изображениями, упражнение «5 лиц», упражнение «Рисуем настроение»	Установлен контакт с обучающимися, выявлен объем эмоционального словаря в игровой форме, установлено, что обучающиеся знают об эмоциях
15.03.17	Развить эмоциональный словарь, расширить знания обучающихся о многообразии мира эмоций	Ритуал приветствия. Повторение пройденного материала. Просмотр мультфильма «Ёжик должен быть колючим?». Работа с ситуационными изображениями	Закрепление знаний о многообразии эмоций, выявлены затруднения в распознании эмоций других, расширение знаний о мимических проявлениях эмоций
16.03.17	Познакомить обучающихся и отработать на практике невербальные способы выражения эмоций	Ритуал приветствия. Работа с изображением невербальных проявлений эмоций. Упражнение «Скульптура». Сказка о Гневе. Домашнее задание	Расширение знаний о проявлениях эмоций, отработка умения распознавать эмоции по жестам и позам человека, выявление представлений о способах регулировать эмоции
17.03.17	Познакомить и отработать на практике приемы регулирования эмоциональных состояний, снятия эмоционального напряжения. Развитие самоконтроля	Ритуал приветствия. Повторение пройденного материала: «Эмоциональный диктант». Упражнение «Какого цвета гнев». Проверка домашнего задания. Упражнение «Свеча»	Расширение знаний об эмоции гнев и страх, расширение знаний об управляемости эмоций, отработка на практике приемов регулирования эмоций, снятие эмоционального напряжения

Продолжение таблицы 1

1	2	3	4
20.03.17	Отработать на практике приемы регулирования эмоциональных состояний, снятия эмоционального напряжения. Развитие самоконтроля	Ритуал приветствия. Проверка домашнего задания (у оставшихся учеников). Упражнение «Кулаки – помощники!». Просмотр мультика «Лунтик и его друзья – ссора». Упражнение «Колба»	Расширение знаний о способах управления эмоциями, отработка на практике приемов регулирования эмоций, снятие эмоционального напряжения
21.03.17	Отработать на практике приемы регулирования эмоциональных состояний, снятия эмоционального напряжения. Сформировать понимание того что определенная деятельность влияет на собственные эмоции	Ритуал приветствия. Просмотр мультика «Мост». Упражнение «Рисуем страхи»	Расширение знаний о способах управления эмоциями, отработка на практике умения вызывать у себя положительные эмоции через деятельность, снятие эмоционального напряжения
22.03.17	Сформировать понимание того, что действия могут вызывать у собеседника определенные эмоции, и эмоции другого человека стимулируют нас к определенным действиям	Ритуал приветствия. Просмотр мультика «Белка и суслик». Упражнение «Разные лица». Просмотр мультика «Барбоскины»	Осознание обучающимися того, что эмоции стимулируют нас к действиям, отработка на практике способов влияния через свое поведение на эмоции другого человека
23.03.17	Сформировать понимание того, что действия могут вызывать у собеседника определенные эмоции, и эмоции другого человека стимулируют нас к определенным действиям. Отработать это на практике	Ритуал приветствия. Упражнение «От страха до радости!». Письменный диктант. Игра «Зеркала». Подведение итогов	Отработка на практике способов влияния через свое поведение на эмоции другого человека, повторение пройденного материала

При разработке программы развивающих занятий использовалась психолого-педагогическая литература [11, 12, 21, 41], эффективность содержания которой показана многократно на практике.

### 2.3. Анализ результатов изучения эмоционального интеллекта и коммуникативных умений в младшем школьном возрасте

На этапе первичного среза проводилась психологическая диагностика эмоционального интеллекта, богатства эмоционального словаря, а также коммуникативных умений обучающихся. Анализ результатов исследования, предполагает применение такого метода в обработке данных как сопоставление процентных долей и описание результатов наблюдения.

Изучение коммуникативных умений проводилось во время выполнения упражнения «Строим Башню», в процессе которого обучающиеся были включены в совместную деятельность. В ходе наблюдения оценивались критерии, которые указаны выше, а также подсчитывался общий балл. На рисунке 1 представлены результаты.

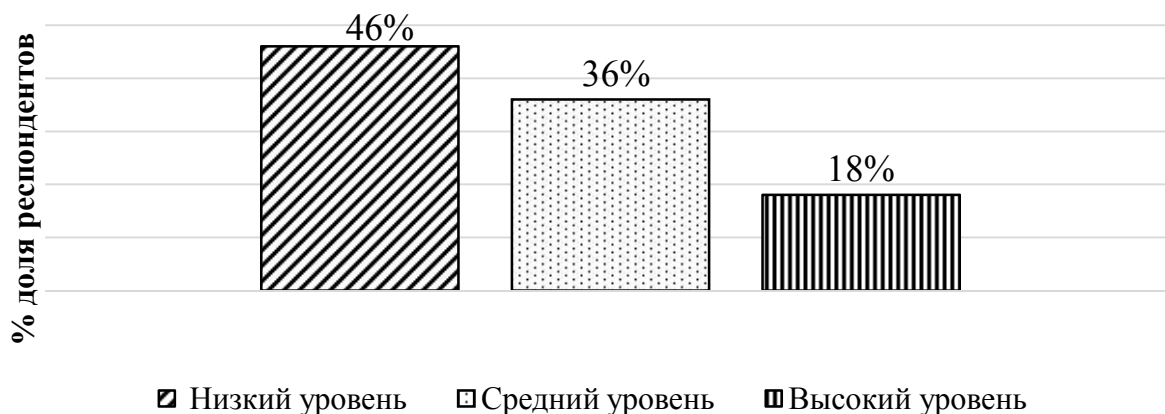


Рис. 1. Распределение респондентов по уровню развития коммуникативных умений при первичном срезе

Мы можем констатировать, что данной выборке из 28 респондентов наблюдается тенденция к низкому уровню развития коммуникативных умений, что составляет 46% (13 человек), также представлены средний уровень – 36% (10 человек) и высокий уровень – 18% (5 человек).

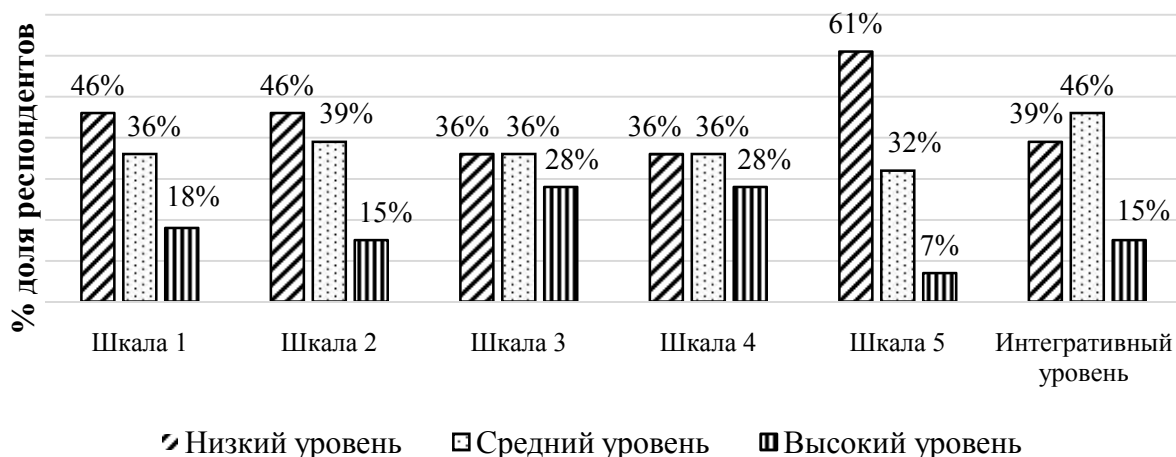
В процессе анализа были выделены коммуникативные умения, которые развиты у обучающихся: умение договариваться, умение слушать. Данные умения проявлялись в следующем: в каждой из команд состоялось общее

обсуждение и распределение функций, обучающиеся договаривались о предстоящей работе, было выслушано большинство вариантов, из которых выбирали стратегию работы. В процессе переговоров часто встречались перебивания собеседника, что может быть обусловлено ограниченностью времени выполнения работы, но всё-таки были обсуждены все возможные варианты. Данные умения наблюдались у 15 респондентов, которым свойственен высокий и средний уровень развития коммуникативных умений.

Плохо развитыми являются: умение сопереживать, умение понимать другого (как эмоциональные проявления, так и информацию), принимать мнение другого. Проявлением этого было то, что в каждой из групп был конфликт, причиной которого было непонимание эмоционального и информационного содержания сообщения от партнера, неспособность принять мнение другого, что проявлялось в споре и перепалке, а также было отмечено, что некоторые обучающиеся плакали. В ситуациях конфликтов было принято решение не вмешиваться в ситуацию с целью пронаблюдать естественный процесс возникновения и разрешения конфликтов. Слабое умение сопереживать проявлялось в том, что выходом из конфликта становилось подавление одной стороны, открытая критика в сторону поведения партнера, но также были отмечены и случаи, когда в конфликт вступала третья сторона и выступала в качестве медиатора. В результате такого вмешательства конфликт разрешался компромиссом. Данные особенности коммуникативных умений наблюдались у 13 респондентов.

При этом важно отметить, что ряд обучающихся (3 человека), входящие в группу низкого уровня коммуникативных умений, проявляют некоторую отстраненность от общей деятельности. Они либо не участвуют в коллективном обсуждении вообще, либо после первой попытки объяснить свою идею, терпят неудачу и более не вступают в контакт с группой.

С помощью методики Тест на эмоциональный интеллект (Тест EQ) (Н. Холла) было выявлено, представленность как интегративного показателя эмоционального интеллекта, так и его компонентов.



*Примечание:* Шкала 1 –эмоциональная осведомленность; Шкала 2 – управление своими эмоциями; Шкала 3 – самомотивация; Шкала 4 – эмпатия; Шкала 5 – распознавание эмоций других людей

Рис. 2. Распределение уровня интегративного показателя эмоционального интеллекта и его компонентов в группе респондентов

Как видно из рисунка 2, в данной группе младших школьников по интегративному показателю эмоционального интеллекта преобладает средний уровень развития эмоционального интеллекта, что составляет 46% (13 человек). 39% случаев (11 человека) характеризуются низким уровнем развития. И только в 15% (4 человека) случаев представлен высокий уровень эмоционального интеллекта.

Рассмотрим представленность компонентов эмоционального интеллекта в группе младших школьников. По Шкале 1 – эмоциональная осведомленность – наблюдается тенденция к низкому уровню, который представлен у 46% участников. Данный показатель говорит, что обучающиеся имеют «бедный» эмоциональный словарь, сложности описания всего спектра своих эмоций и переживаний. Часто такие обучающиеся пользуются при описании своих внутренних переживаний только базовыми эмоциями: грусть, радость, страх и др. Низкий уровень осведомленности эмоций влияет и на способность к эмпатии, так как чтобы быть способным к сопереживанию и сочувствию, необходимо владеть «богатым» эмоциональным словарем. Средний уровень представлен у 36%, высокий – у

18% участников, что говорит о более богатом эмоциональном словаре, наличии более сложных эмоций: стыд, гнев, презрение и др.

По Шкале 2 – управление своими эмоциями – наблюдается также тенденция к низкому уровню (46%). Данный показатель характеризует неспособность контролировать собственные эмоции, застревание на каких-либо эмоциях, например, на гнев, когда таят обиду на кого-то, которая перерастает затем в ненависть. У 39% по данной шкале представлен средний уровень, т.е. данные респонденты могут контролировать собственные эмоции, при этом не быть эмоционально гибкими. Представители, характеризующиеся высоким уровнем (15%), проявляют в своем поведении контроль эмоций, эмоциональную гибкость и отходчивость.

Шкала 3 – самомотивация отмечается умением управлять собственными эмоциями через какую-либо деятельность, то есть умение снижать или вызывать те или иные эмоции. Чаще это проявляется в тех случаях, когда испытываемые отрицательные эмоции могут изменить через обращение к деятельности, которая доставляет ему положительные эмоции: рисование, чтение книг и др. Представители с низким уровнем (36%) самомотивации мало знают, как можно их вызвать, изменить. Обучающиеся со средним уровнем (36%) имеют представления о причинах эмоций, способны использовать способы их изменения. Респонденты с высоким уровнем (28%) имеют представление о том, что вызывает и что способно изменить эмоции, используют способы изменения значительно чаще, чем остальные.

По шкале эмпатия (Шкала 3) были получены следующие результаты: низкий уровень – 36%, что говорит об отсутствии у данных представителей умения понимать эмоции другого человека по мимике, жестам, речи. Обучающиеся не умеют сопереживать и сочувствовать другому. Средний уровень (36%) указывает на наличие способности распознать эмоции по внешним проявлениям и прогнозировать поведение человека (если он грустный, то он будет плакать). Респонденты с высоким уровнем (28%)



способны не только распознать эмоции, но также оказать поддержку (как вербальную, так и невербальную), способны сопереживать человеку.

По Шкале 5 – распознавание эмоций других людей – 61% обучающихся имеет низкий уровень, т.е. более половины младших школьников не умеют на эмоциональные состояния других людей, регулировать эмоции через собственные поступки, вызывать у другого человека какие-либо эмоции. Обучающиеся со средним уровнем (32%) в состоянии регулировать эмоции, например, через осуществление определённых действий, чтобы исключить вспышку гнева у другого человека. Респонденты с высоким уровнем (7%) характеризуются тем, что в состоянии вызвать определенные эмоции у человека и управлять ими через осознание причинно-следственного механизма.

Обобщая полученные результаты, можно выделить шкалы (компоненты эмоционального интеллекта), по которым в большей степени представлен низкий уровень: эмоциональная осведомленность, управление своими эмоциями и распознавание эмоций других людей. Высокий уровень в каждой из шкал представлен очень низким показателем, то есть у меньшего количества респондентов он присутствует. В то время как средний уровень в самомотивации, эмпатии представлен наравне с низким уровнем. Шкала интегративного уровня развития эмоционального интеллекта показывает преобладание среднего уровня, как указывалось ранее.

При первичной диагностике использовалась также методика The Facial Meaning Sensitive Test, с помощью которой устанавливалось, насколько обучающийся способен распознавать эмоции, развит его эмоциональный словарь. Было установлено, что 54% (15 респондентов) имеют низкий уровень, 39% (11 респондентов) – средний уровень, а высокий уровень данной методикой зафиксирован лишь в 7% (2 респондента). Обучающиеся в среднем знают 5–6 эмоций и мимических признаков их выражений (счастье, страх, гнев, интерес, удивление, грусть) из 10 возможных. В процессе диагностики обучающиеся давали письменно

ответы. После того, как работы были собраны, отвечали устно, в каких ситуациях они испытывают представленные эмоции. При оценке письменных ответов было выделено, что обучающиеся распознали те эмоции, которые испытывали в процессе жизни, то есть они полностью опирались на собственный опыт. Такие эмоции как презрение, отвращение, смущение, решимость обучающиеся затруднились определить на изображениях, не смогли выделить жизненные ситуации, в которых они возникают. В процессе устных ответов можно было наблюдать, что некоторые обучающиеся, дающие неправильные ответы, ориентируются на мнение большинства или мнение обучающегося, который несколько раз подряд называл правильно эмоцию к картинке при устном ответе.

Сравнивая результаты вышеуказанной методики и шкалы эмоциональной осведомленности в методике Н. Холла, можно увидеть, как отличаются результаты. По методике был выявлен низкий уровень эмоциональной осведомленности у 46% (13 человека), 36% (10 человека) – средний уровень, а также представлен высокий уровень – 18% (5 человека) (рис. 3).

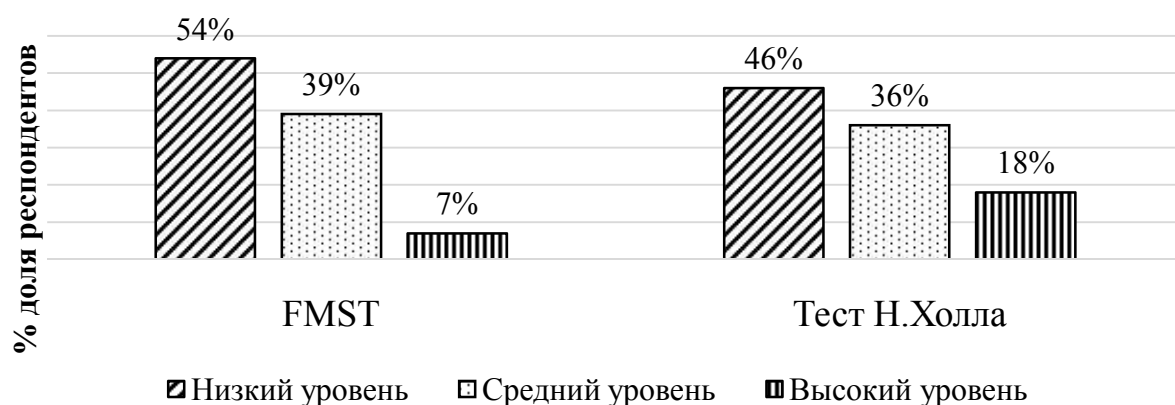


Рис. 3 Сопоставление распределений уровня эмоциональной осведомленности младших школьников по двум методикам

Выявленные различия могут свидетельствовать о том, что методика Н. Холла позволяет установить в более общем виде эмоциональную осведомленность, в отрыве от контекста, в то время как в методике FMST

имеется дело с конкретным распознаением тех или иных мимических проявлений эмоций.

Результаты, полученные с помощью наблюдения за организованной деятельностью, и результаты диагностики эмоционального интеллекта по методике Н. Холла необходимо сопоставить. Данное сопоставление позволит нам отследить количество совпадений результатов двух диагностик и позволит выделить экспериментальную группу. Для удобства сопоставление представлено в виде таблицы

Таблица 2

Сопоставление результатов наблюдения и шкалы интегрального показателя эмоционального интеллекта методикой Н.Холла

Уровень коммуникативных умений	Уровень эмоционального интеллекта		
	низкий	средний	высокий
Низкий	10	3	0
Средний	1	6	3
Высокий	0	4	1

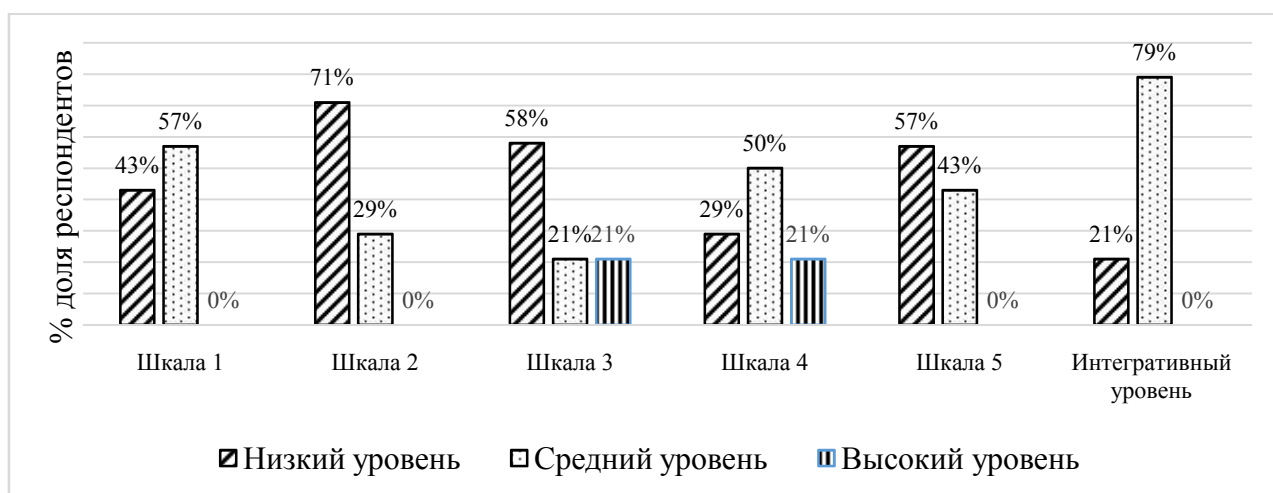
На основании полученных результатов можно увидеть, что низкому уровню коммуникативных умений соответствует низкий уровень и эмоционального интеллекта, более высоким значениям коммуникативных умений соответствуют средний и высокие показатели эмоционального интеллекта, что говорит о наличии связи между данными показателями. Данная связь не является очень тесной, т.к. мы можем видеть несовпадения уровня эмоционального интеллекта и коммуникативных умений, что может быть обусловлено индивидуальными особенностями обучающихся или более сложными, нелинейными, соотношениями между рассматриваемыми свойствами.

В экспериментальную группу мы отнесли младших школьников с низкими уровнями по двум критериям, а также тех, у кого, хотя бы по одному показателю имеется низкий уровень.

Для сформированной группы в количестве 14 человек была разработана программа развивающих занятий, которая была рассмотрена в параграфе 2.2.

После проведения развивающих занятий был проведен итоговый срез изучаемых свойств.

С помощью методики Н. Холла были установлены следующие результаты в экспериментальной группе младших школьников (Рис. 4).



*Примечание:* Шкала 1 –эмоциональная осведомленность; Шкала 2 – управление своими эмоциями; Шкала 3 – самомотивация; Шкала 4 – эмпатия; Шкала 5 – распознавание эмоций других людей

Рис. 4. Распределение респондентов по уровню развития эмоционального интеллекта в экспериментальной группепосле проведения занятий

Как видно из рисунка, низкий уровень развития эмоционального интеллекта наблюдается уже в 21% случаев (3 человек), средний уровень – в 79% случаев (11 человека) и высокому уровню соответствует 0%. Стоит отметить, что у 57 % (8 человек) обучающихся произошли изменения в интегративном уровне эмоционального интеллекта. Изменения интегративного уровня произошли за счет изменения в уровне компонентов эмоционального интеллекта.

Наибольший прирост значений наблюдается по Шкале 1 – эмоциональная осведомленность. По данной шкале у 8 обучающихся (57%) произошли изменения с низкого уровня на средний. У остальных обучающихся уровень остался прежним, но изменилось количество баллов по шкале. Данные изменения говорят, что в процессе занятий произошло обогащение эмоционального словаря, стали более сформированным умение распознавать больше эмоциональных состояний человека.

По Шкале 2 – управление своими эмоциями – изменения произошли в 29% случаев (4 человека). У данных респондентов наблюдается положительная динамика с низкого уровня на средний. Лишь в 21% (3 человека) уровень и значения остались без изменений. При этом у 50% наблюдаются изменения в значениях, но не в уровне. Данная динамика характеризует, что обучающимся легче удается регулировать собственные эмоции, что мы также наблюдали в процессе проведения занятий. Обучающиеся не только применяли подготовленные техники регулирования эмоций, но также и занимались самостоятельным их поиском и придумыванием.

В уровне по Шкале 3 – самомотивация – произошли следующие изменения: у 43% обучающихся (6 человек) произошли изменения с низкого уровня на средний, представление об эмоциях и способности их вызывать у себя, занимаясь определенной деятельностью, расширились, они знают, что нужно сделать чтобы «не грустить», «не злиться». У 36% (5 человек) уровень и значения остались без изменений низким или средним. У 21% (3 человека) – изменение с среднего уровня до высокого: обучающиеся не только знают способы, но и начали применять их в своей жизни.

Шкале 4 – эмпатия – полученные результаты дают нам следующие представления об изменениях: у 14% (2 человека) обучающихся произошел существенный сдвиг с низкого уровня на средний, у 14% (2 человека) изменился уровень с среднего на высокий. Данные изменения проявляются в умении распознать по мимике, жестам и речи эмоции человека, умение

понять эмоции и умения не просто понять, а сочувствовать человеку, «встать» на его место. 36% (5 человек) характеризуются отсутствием изменений, оставшиеся 36% (5 человек) характеризуются сдвигами в значениях, но не в уровне.

По Шкале 5 – распознавание эмоций других – мы получили следующие результаты: у 29% (4 человека) обучающихся произошло изменение уровня с низкого на средний, что проявляется в умении регулировать эмоции другого человека, например, через осуществление определенных действий. Вспышка гнева может быть урегулирована через прекращение какого-либо раздражающего поведения и т.д. В 21% (3 человека) случаев никаких изменений не произошло ни в уровне, ни в значениях. У 50% (7 человек) наблюдаются изменения в значениях, что также может свидетельствовать о «запуске» развивающего механизма и потребности в представленном умении.

Также на этапе повторного среза в исследовании экспериментальной группы использовалась методика The Facial Meaning Sensitive Test. На рисунке 5 представим результаты первичного и вторичного среза экспериментальной группы.

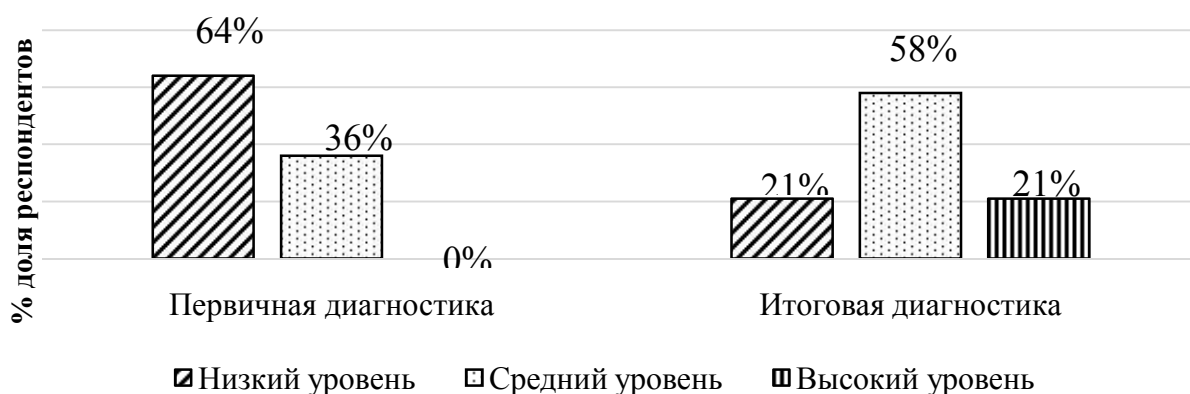


Рис. 5. Сопоставление распределений уровня эмоциональной осведомленности респондентов при первичном и повторном срезе по методике FMST

Сравнивая полученные результаты двух срезов в экспериментальной группе, мы видим следующие изменения: при повторном тестировании

представлен уже высокий уровень эмоциональной осведомленности в 21% (3 респондента). 58% (8 респондентов) имеют средний уровень и 21% (3 респондента) остались с низким уровнем эмоциональной осведомленности. Данные изменения показывают, что обучающиеся проявляют умение распознавать больше эмоций, чем ранее, расширяется эмоциональный словарь. При повторном срезе обучающиеся в среднем назвали правильно 6 эмоций такие как страх, гнев, счастье, грусть, смущение, интерес. Способность их правильно соотнести с изображениями и указывает на способность их распознать.

Для установления достоверных изменений уровня эмоционального интеллекта и эмоциональной осведомленности был применен критерий сравнения Т Вилкоксона. При расчетах была принята статистическая гипотеза, говорящая о том, что достоверные сдвиги по общему уровню эмоционального интеллекта с уровня первичной диагностики к уровню вторичной диагностики существуют.

Таблица 3

Среднегрупповые значения по компонентам эмоционального интеллекта до и после проведения развивающих занятий

Шкала	Среднее значение		Т
	до	после	
Эмоциональная осведомленность	5	8	10*
Управление своими эмоциями	7	9	12,5*
Самомотивация	6	10	6*
Эмпатия	6	9	15**
Распознавание эмоций других людей	4	7	20**
Интегративный уровень эмоционального интеллекта	28	44	10,5*
The Facial Meaning Sensitive Test	4	6	1*

Примечания: \* различия значимы на уровне  $p < 0,01$

\*\* различия значимы на уровне  $p < 0,05$

Для проверки гипотезы и определения, в каком случае (до или после), значения значимо выше, проведем анализ полученных с помощью критерия Вилкоксона результатов.

С помощью критерия Т Вилкоксона нам удалось установить, что достоверные сдвиги имеются как по общему уровню эмоционального интеллекта, так и по отдельным компонентам. По таким компонентам эмоционального интеллекта Самомотивация, Эмоциональная осведомленность, Интегративный уровень эмоционального интеллекта и Управление своими эмоциями выделены высоко значимые различия  $p < 0,01$ . Оценка изменения эмоционального словаря также показывает высоко значимые различия. По шкалам Распознавание эмоций других людей, Эмпатия получены значимые различия на уровне  $p < 0,05$ .

Таким образом, мы видим положительную динамику по всем показателям, что дает нам основание считать развивающие эмоциональный интеллект занятия результативными.

Далее рассмотрим, произошли ли изменения коммуникативных умений после проведения развивающих занятий. С целью определения уровня коммуникативных умений в экспериментальной группе было вновь организовано наблюдение за совместной деятельностью всех обучающихся (28 человек). Для этого была организована упражнения «Рекомендации для Васи», в котором, как и в первом упражнении «Строим Башню», стояли определенные задачи перед командами обучающихся.

В процессе упражнения проводилось наблюдение по выделенным ранее критериям. В результате были получены следующие показатели, которые были сопоставлены с результатами первичного среза (Рис. 6).



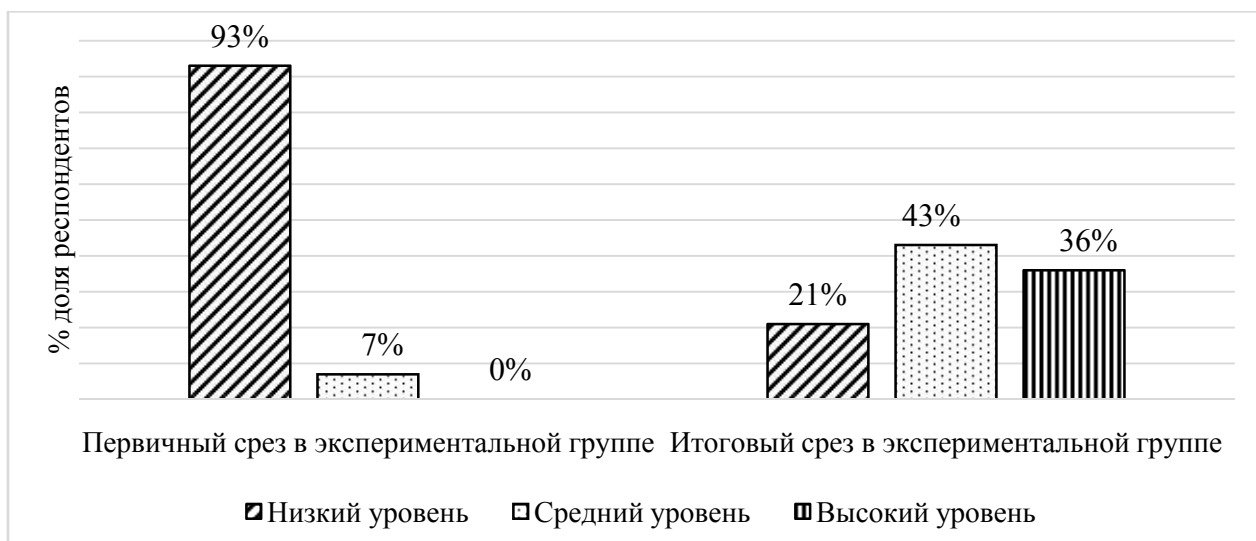


Рис. 6. Сравнение распределения респондентов по уровню развития коммуникативных умений при первичном и итоговом срезе

Из рисунка видно, что произошли значительные изменения в уровне развития коммуникативных умений. Мы видим явное сокращение респондентов с низким уровнем, увеличение обучающихся со средним уровнем – 43%, увеличение респондентов с высоким уровнем до 36%.

Отмечаются изменения не только в показателях, но и во внешних проявлениях, выявленных с помощью наблюдения. Обучающиеся, посещающие занятия, начали проявлять активную позицию по отношению к партнеру: стремиться договариваться, интересоваться мнением другого. Было отмечено, что сократилось число конфликтов на основе непонимания обучающимися друг друга. Во время выполнения упражнения можно было услышать такие реплики, как: «Я не понял повтори, что ты имел ввиду?», «Что ты этим хотел сказать?», «Объясни по-другому!». Таким образом, у обучающихся проявляется стремление к установлению отношений с партнером. Данная особенность характерна для 11 обучающихся из экспериментальной группы. Однако 3 обучающихся, характеризующихся низким уровнем коммуникативных умений, проявляли отстраненность от постоянного контакта с партнерами.

В экспериментальной группе произошли изменения в умении сопереживать, понимать другого (как эмоциональные проявления, так и

информацию). Это проявлялись в том, что обучающиеся при обсуждении деятельности стали учитывать интересы партнеров, пытаться договориться для решения спорных, конфликтных вопросов. При этом у одного участника экспериментальной группы происходили конфликты, что связано с проявлением настойчивости учета его интересов и поддержании его идей. У данного представителя сохранились коммуникативные умения на низком уровне, но изменились значения в умении сопереживать.

Была отмечена в группе динамика умения сопереживать у 10 обучающихся. Проявлялось это в стремлении помочь другому при распознании у другого гнева или печали.

Таким образом, мы видим, что произошли не только количественные, но и качественные изменения коммуникативных умений обучающихся в экспериментальной группе.

Для оценки связи коммуникативных умений и эмоционального интеллекта сопоставим результаты наблюдения за организованной деятельностью и результаты диагностики эмоционального интеллекта Н. Холла в экспериментальной группе после проведения занятий.

Таблица 4

Сопоставление результатов наблюдения и эмоционального интеллекта по методике Н. Холла экспериментальной группы после развивающих занятий

Уровень коммуникативных умений	Уровень эмоционального интеллекта		
	низкий	средний	высокий
Низкий	2	1	0
Средний	1	5	0
Высокий	0	5	0

Представленное соотношение результатов при итоговой диагностике в экспериментальной группе позволяет установить, что низкому значению коммуникативных умений соответствует низкий уровень эмоционального

интеллекта, среднему и высокому – средний уровень эмоционального интеллекта. Данные результаты показывают, что существует связь между показателями. Проведенная психологическая работа, направленная на развитие эмоционального интеллекта, привела и к изменению коммуникативных умений.

Результаты дают нам основание утверждать, что для развития коммуникативных умений необходим эмоциональный интеллект, то есть эмоциональный интеллект может выступать условием развития коммуникативных умений.

## ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2

Эмпирическая работа была направлена на установление связи между эмоциональным интеллектом и коммуникативными умениями. Целью было установить, может ли эмоциональный интеллект являться условием для развития коммуникативных умений. Для этого необходимо было провести диагностику уровня коммуникативных умений и эмоционального интеллекта, а также провести соотношение между этими результатами.

Для изучения коммуникативных умений была разработана карта наблюдения в ходе совместной деятельности обучающихся. Критерии, на основании которых мы делали вывод об уровне коммуникативных умений: участие и активность в планировании, контроле, при презентации, распределение функций и их выполнение, возникновение, разрешение конфликтов, ориентация на партнера и согласованность позиций, работа в команде, были направлены на оценку умение слушать другого человека; понимать другого; сопереживать, сочувствовать; принимать мнение другого; решать конфликт; взаимодействовать с членами коллектива (умение договариваться).

В результате первичного среза было выявлено, что в данной выборке из 28 респондентов наблюдается тенденция к низкому уровню развития коммуникативных умений, что составляет 46% (13 человек), но также представлены и средний уровень – 36% (9 человек) и высокий уровень – 18% (5 человек). Коммуникативные умения договариваться и слушать развиты у представителей среднего и высокого уровней. Плохо развитыми являются: умение сопереживать, умение понимать другого (как эмоциональные проявления, так и информацию).

Тест EQ Н. Холла и The Facial Meaning Sensitive Test позволили установить, что интегративный уровень эмоционального интеллекта имеет тенденцию к среднему уровню в 46%, но также и представлен низкий

уровень – 39%. Шкалы, в которых низкий уровень представлен больше остальных это: эмоциональная осведомленность (46%), управление своими эмоциями (46%) и распознавание эмоций других людей (61%). Ни одна шкала не представлена преобладанием высокого уровня.

На основе полученных результатов была сформирована экспериментальная группа из 14 человек, куда вошли младшие школьники, имеющие только низкий уровень коммуникативных умений и низкий уровень эмоционального интеллекта либо по двум показателям низкие уровни.

Для данной группы была разработана программа развивающих занятий, которая направлена на развитие эмоционального интеллекта младших школьников, через развитие эмоционального словаря, эмпатии, умения управлять своими эмоциями и эмоциями другого человека. Занятия основаны на принципах активности, доступности, субъектности и включали 8 занятий.

После проведения занятий была проведена повторная диагностика уровня эмоционального интеллекта и коммуникативных умений обучающихся экспериментальной группы. В результате было установлено, что у 57% обучающихся произошли изменения в интегративном уровне эмоционального интеллекта в положительную сторону, то есть в сторону изменения уровня с низкого на средний. По шкалам Эмоциональная осведомленность и Эмпатия отмечается тенденция к среднему уровню. При этом по двум шкалам наблюдается изменение с низкого на средний уровень 57%, а по шкале Эмпатия даже представлен высокий уровень – 14%. По шкалам Управление своими эмоциями, Самомотивация, Распознавание эмоций других наблюдается тенденция к низкому уровню, но прослеживается «прирост» респондентов со средним уровнем.

В ходе наблюдения было отмечено, что в экспериментальной группе существует качественный «прирост» следующих коммуникативных умений:

у 79% повысился уровень умения договариваться и слушать, что проявлялось в более внимательном отношении к партнеру и его словам, стремлении вступать в контакт и согласовывать свои действия с интересами других, при решении важных для группы задач. Также умения сопереживать и понимать другого (как эмоциональные проявления, так и информацию) имеют положительную динамику у 71% респондентов. Обучающиеся стали при обсуждении деятельности стремиться к учету интересов партнеров, для избегания конфликтов, также стали стремиться помогать другому, если распознают у него гнев или печаль.

Полученные результаты по уровню коммуникативных умений и эмоционального интеллекта были сопоставлены, в результате чего было выделено следующее соотношение между уровнем коммуникативных умений и уровнем эмоционального интеллекта: низкому значению коммуникативных умений соответствует низкий уровень эмоционального интеллекта, среднему и высокому – средний уровень эмоционального интеллекта. Таким образом, проведенная психологическая работа, направленная на развитие эмоционального интеллекта, привела и к изменению коммуникативных умений.

Результаты дают нам основание утверждать, что для развития коммуникативных умений необходим эмоциональный интеллект, то есть эмоциональный интеллект может выступать условием развития коммуникативных умений.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

При рассмотрении взглядов разных авторов на коммуникативные умения и коммуникацию было установлено, что коммуникативные умения представляет собой комплекс осознанных действий, которые помогают устанавливать контакт с собеседником, эффективно взаимодействовать с ним, которые позволяют не только передать информацию, но также и сведения о своих переживаниях, чувствах и эмоциях.

В качестве основных коммуникативных умений, которые определяют эффективность общения в младшем школьном возрасте, были выделены умение слушать другого человека; понимать другого; сопереживать, сочувствовать; принимать мнение другого; решать конфликт; взаимодействовать с членами коллектива.

При рассмотрении основных подходов к пониманию эмоционального интеллекта было выделено, что эмоциональный интеллект как способность человека понимать собственные эмоции и эмоции других людей, умение анализировать и управлять ими и на основе этого управлять своим поведением и поведением других людей. На основе позиций Н. Холла и И.Н. Андреевой была выделена следующая структура, состоящая из таких компонентов: эмоциональная осведомленность, управление своими эмоциями, самомотивация, то есть управление собственными эмоциями через собственную деятельность, эмпатия, распознавание эмоций других людей. На основе теоретического анализа было выдвинуто предположение, что развитие эмоционального интеллекта через систему специальных занятий может оказать обеспечивает развитие коммуникативных умений младших школьников.

Для проверки гипотезы была разработана программа развивающих игр на эмоциональный интеллект и его компоненты, базирующаяся на педагогических принципах: активности, доступности, субъектности. Также

были разработана карта наблюдения и два упражнения, в которых предполагалось пронаблюдать проявления коммуникативных умений по выделенным критериям.

Также для установления связи эмоционального интеллекта и коммуникативных умений были применены измерительные инструменты: тест на эмоциональный интеллект Н. Холла, The Facial Meaning Sensitive Test, результаты по которым были обработаны путем сравнительного анализа (критерий Т Вилкоксона). Кроме этого результаты были сопоставлены для того, чтобы установить связь между уровнями коммуникативных умений и эмоциональным интеллектом.

Работа предполагала первичный срез и итоговый (повторный) срез, анализ результатов которых позволил выделить уровень развития эмоционального интеллекта и коммуникативных умений до и после проведения развивающих занятий, а также связь между ними.

При итоговом срезе установлены не только количественные изменения, но и качественные как эмоционального интеллекта, так и коммуникативных умений экспериментальной группы. При сопоставлении результатов выявлено соотношение уровня развития эмоционального интеллекта и коммуникативных умений. Исходя из установленной связи, можем говорить о том, что для развития коммуникативных умений необходим эмоциональный интеллект. Таким образом, гипотеза, поставленная в начале исследования, нашла свое подтверждение.

Результаты, полученные опытным путем, могут в дальнейшем использоваться образовательными организациями, педагогами, педагогами-психологами, а также исследователями, которые занимаются изучением коммуникативных умений, эмоционального интеллекта. Кроме этого в будущем возможно рассмотрение и анализ взаимосвязи конкретных коммуникативных умений с компонентами эмоционального интеллекта, что позволит внести вклад в понимание взаимосвязи данных явлений.



## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 22 сентября 2011 г. № 2357) URL: [минобрнауки.рф/документы/922](http://минобрнауки.рф/документы/922) (дата обращения: 10.10.2016).
2. Алиризаева Р.З. Коммуникативные навыки как фактор успешности учебной деятельности студентов // Студенческий научный форум: VI Международная студенческая электронная научная конференция. 15 февраля – 31 марта 2014 г. №6. 2014. URL: <https://www.scienceforum.ru/2014/671/4431> (дата обращения: 12.12.2016).
3. Андреева Г.М. Социальная психология. М: Аспект Пресс, 1999. 375 с.
4. Андреева И.Н. Об истории развития понятия «эмоциональный интеллект» // Вопросы психологии. 2008. №5. С. 83–95.
5. Андреева И.Н. Понятие и структура эмоционального интеллекта // Социально-психологические проблемы ментальности: 6-я Международная научно-практическая конференция. Смоленск, СГПУ, 2004. Ч.1. С. 22–26.
6. Артёмкина Т.Е. Формирование коммуникативных навыков у младших школьников средствами фольклора диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук // Вестник московского государственного областного университета. 2014. №1. С. 21–25.
7. Березовская Т.П. Психологические особенности эмоционального интеллекта старшеклассников // Когнитивная психология: сборник статей / Под ред. А.П. Лобанова, Н.П. Радчиковой. Мн.: БГПУ, 2006. С. 16–20.
8. Беляева Т.А. Формирование универсальных учебных действий в начальной школе // Педагогические технологии. 2006. №1. С. 77–82.
9. Бодалев А.А. Личность и общение. М.: Международная педагогическая академия, 1995. 328 с.

10. Бокуть Е.Л., Губина Е.В. Изучение взаимосвязи эмоционального интеллекта и толерантности в общении у студентов педагогического университета // Системная психология и социология. 2015. №13. С. 14–24.
11. Бреслав Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности: Учебное пособие для специалистов и дилетантов. СПб.: Речь, 2006. 144 с.
12. Венгер А.Л. Психологические рисуночные тесты: Иллюстрированное руководство. М.: Владос-Пресс, 2003. 160с.
13. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. М.: Просвещение, 1976. 315 с.
14. Волков Б.С., Волкова Н.В. Психология общения в детском возрасте: Практическое пособие. М.: Педагогическое общество России, 2003. 240 с.
15. Выготский Л.С. Детская психология. Избранные психологические труды в 6-ти тт. Т. 4. М.: Педагогика, 1984. 432 с.
16. Гарднер Г. Структура разума: теория множественного интеллекта. М.: ООО «И.Д. Вильямс», 2007. 512 с.
17. Гетьманенко Н.И. Невербальные средства общения: трудности перевода в иной культурной среде // Гуманитарный вектор. 2013. №2. С. 125–130.
18. Гордеева О.В. Развитие языка эмоций у детей // Вопросы психологии. 1995. № 2. С. 137–149.
19. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013. 560 с.
20. Гоулман Д., Бояцис Р., Макки Э. Эмоциональное лидерство. Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта. М.: Альпина Паблишер, 2012. 301 с.
21. Грецов А.Г. Лучшие упражнения для сплочения команды. Учебно-методическое пособие. СПб.: СПбНИИ физической культуры, 2006. 44 с.
22. Давыдова Ю.В. Эмоциональный интеллект: сущностные признаки, структура и особенности проявления в подростковом возрасте: автореф.

дис.канд. психол. наук. М.:Рос. ун-т дружбы народов, Моск. гос. обл. соц.-гуманитар. ин-т., 2011. 21 с.

23. Дегтярев А.В. «Эмоциональный интеллект»: становление понятия в психологии. // Психологическая наука и образование: электронный научный журнал. 2012. №2. URL: [www.psyedu.ru](http://www.psyedu.ru) (дата обращения: 21.10.2016).

24. Деревянко С.П. Развитие эмоционального интеллекта в тренинговых группах // Психологический журнал. 2008. №2. С. 79–84.

25. Долганов Д.Н. Классификация межличностных отношений // Вестник Кемеровского государственного университета 2015. №4. С. 69–74.

26. Епишина Л.В. Педагогические аспекты развития коммуникативных свойств личности // Начальная школа. 2007. №11. С. 12–17.

27. Жураковская В.М. Коммуникативная компетентность как компонент индивидуального опыта личности // Сибирский педагогический журнал. 2008. №12. С. 114–126.

28. Изард К. Э. Психология эмоций. СПб.: Питер, 2002. 464 с.

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

30. Ильин Е.П. Психология общения и межличностных отношений СПб.: Питер, 2009. 576 с.

31. Лефевр В.А. Конфликтующие структуры. М.: Знание, 1967. 110 с.

32. Лисина М.И. Общение, личность и психика ребенка / Под редакцией А.Г. Рузской. М.: Издательство «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997. 384 с.

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

34. Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования / Под ред. Д.В. Ушакова Д.В. Люсина. М.: ИП РАН, 2004. С. 29–36.

35. Матюхина М.В., Михальчик Т.С., Прокина Н.Ф. Возрастная и педагогическая психология: Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов. М.: Просвещение, 1984. 256 с.
36. Мудрик А.В. Общение как фактор воспитания школьников. М.: Педагогика, 1984. 414 с.
37. Мунирова Л.Р. Формирование у младших школьников коммуникативных умений в процессе дидактической игры: дис. ... кандидата педагогических наук. М., 1992. 156 с.
38. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. М.: Академия, 1997. 342 с.
39. Мясищев В.Н. Психология отношений: избранные психологические труды. Воронеж: НПО «МОДЭК», 1998. 368 с.
40. Нифантьева Н.В. Авторская программа тренинговых занятий для коррекции агрессивного поведения детей младшего школьного возраста «Прогоним гнев». URL: <http://festival.1september.ru/articles/611173/>(дата обращения: 3.02.2017).
41. Нэпп М., Холл Д. Невербальное общение: Учебник, СПб.:Прайм–ЕВРОЗНАК, 2004. 256 с.
42. Орел Е. Эмоциональный интеллект: понятие и способы диагностик // Флогистон: Библиотека по психологии. URL: <http://flogiston.ru/articles/general/eq> (дата обращения: 24.11.2016).
43. Панкратова А.А. Эмоциональный интеллект: о возможности усовершенствования модели и теста Мэйера–Сэловея–Карузо // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2010. №3. С. 52–64.
44. Роджерс К. Взгляд на психотерапию, становление личности. М.: Прогресс, 1994. 480 с.
45. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб: Питер, 2002. 720 с.

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

47. Спирина Е.В. Развитие коммуникативных умений и навыков у детей младшего школьного возраста // Начальная школа. 2012. №3. URL: <http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2012/07/21/razvitie-kommunikativnykh-umeniy-i-navykov-u> (дата обращения: 16.02.2017).

48. Танкина К.В., Мамедова Л.В. Формирование коммуникативных умений младших школьников // Научное сообщество студентов: Междисциплинарные исследования: сборник статей по материалам I международной студенческой научно-практической конференции. Новосибирск, 6 декабря 2011 г. Новосибирск: Изд-во «Сибирская ассоциация консультантов», 2011. С. 429–434.

49. Трофимова Н.Е. Сущность понятия «коммуникативные навыки» в современных теоретических исследованиях // Материалы VIII Международной студенческой электронной научной конференции «Студенческий научный форум –2017» URL: <https://www.scienceforum.ru/2017/2569/30623> (дата обращения: 19.01.2017).

50. Тищенко В.А. Коммуникативные умения: к вопросу классификации// Казанский педагогический журнал. 2008. №2.С.15–22.

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

52. Эльконин Д. Б. Избранные психологические труды. М.: Педагогика, 1989. 560 с.

53. Якобсон П.М. Изучение чувств у детей и подростков. М.: АПН РСФСР, 1961. 210 с.

54. Bar-On R. Emotional Intelligence Inventory (EQ-i): Technical Manual. Toronto, Canada: Multi-Health Systems, 1997. 278 p.

55. Mayer J.D., Salovey P. The intelligence of emotional intelligence // Intelligence. N.Y., 1993. PP. 433–442.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение А

#### Карта наблюдения коммуникативных умений младших школьников

Цель: установить развитость коммуникативных умений младших школьников

Таблица 1

#### Карта наблюдения коммуникативных умений обучающихся 4-го класса

Критерий	№ ученика				
1. Участие и активность в планировании	1	2	3	4	5
0 – не участвовал или не активно участвовал в планировании 1 – активно участвовал договаривался, но был нетерпим к идеям других 2 – участвовал в обсуждении, внимательно слушал					
2. Распределение функций и их выполнение					
0 – в работе не участвовал (независимо от того были или небыли распределены функции) 1 – выполнял свою работу, помощь другим не предлагал и не советовался 2 – распределение функций было, ученик готов оказывать помощь в выполнении задач					
3. Участие и активность в контроле					
0 – не участвовал в контроле и не контактировал с остальными 1 – контролировал только свои действия, периодически спрашивал совета, оценивал свою часть работы 2 – контролировал свои действия и действия других, обсуждал результаты выполненных задач, договаривался о том, как сделать работу лучше					
4. Возникновение конфликтов					
0 – инициатор конфликта, не понимает, что от него требуют и не понимает эмоции другого человека. 1 – участвовал в конфликт, не может выразить эмоции и информацию так чтобы его поняли. 2 – в конфликт не вступает, выступает модератором, сопереживает обеим сторонам, понимает другого					

5. Разрешение конфликтов					
0 – пытается настоять на своей, спорит, на компромисс не идет 1 – готов уступить, объясняет другим по-другому информацию избегает столкновения 2 – ведет переговоры, аргументирует свою позицию, слушает партнера, ищет оптимальное решение					
6. Ориентация на партнера и согласованность позиций					
0 – не слушает, перебывает, не учитывает мнение партнера 1 – иногда прислушивается к партнеру, иногда – игнорирует 2 – внимательно выслушивает партнера, с уважением относится к его позиции, старается ее учесть					
7. Работа в команде					
0 – в работе группы участия не принимал 1 – выполняет свою работу, прислушиваясь изредка к партнерам 2 – организует работу, договаривается и слушает других, работает в команде, поддерживая контакты с другими участниками					
8. Активность при презентации					
0 – в планировании презентации и самой презентации не участвовал 1 – в презентации принимал участие, прислушивался, что ему необходимо сделать 2 – в планировании презентации и самой презентации принимал активное участие, договаривался и распределял ответственных, предлагал идеи и способы их реализации					

### Упражнения, при выполнении которых было проведено наблюдение коммуникативных умений младших школьников

#### Упражнение «Строим башню»

**Цель:** выявление развитости коммуникативных умений: умения договариваться, слушать.

Время: 45 мин.

*Инструкция обучающимся:* Внимание ребята, вы разбились на 3 команды по 5 человек. Прошу подойти к столам! У вас на столе сейчас лежат материалы: по 3 листа А4, ножницы, клей, карандаши (фломастеры). Сейчас ваша задача будет в течении 1-2 минут придумать свою собственную башню, какой она будет зависит от вас, НО после того как вы сделаете башню вам необходимо будет ее представить и в двух словах объяснить свою идею. **ОБЯЗАТЕЛЬНЫМ** требованием к башне является следующее: башня должна быть как можно выше, она должна простоять больше 30 секунд (т.е. устойчивая), ну и быть эстетичной! На само создание башни у вас 5 минут!

Поехали!

На представление 4 минуты. Происходит оценивание продукта деятельности каждой команды на соответствие выделенным требованиям.

Рефлексия по упражнению: Понравилось ли вам упражнение? Удалось ли вам создать те башни, которые вы задумали? Легко ли вам было договориться в группе о том, как работать? Удалось ли вам учесть все требования к башне? Что помогало вам и что мешало при выполнении задания?

#### Упражнение «Рекомендации для Васи»

**Цель:** развитие умения договариваться и слушать других, отработать навыки работы в команде и схемы командного взаимодействия.

Время: 45 мин.

*Инструкция обучающимся:* Внимание ребята, вы разбились на 5 команды по 5 человек. Сейчас внимательно слушаем ситуацию, которую я зачитываю!

«Мальчик Вася на каждом уроке бегаёт и дерётся из-за этого у него нет друзей. Когда у него спрашивают: «Зачем ты дерешься?», он отвечает: «Потому что я не могу контролировать свой гнев!». И вот однажды все мальчики из класса стояли вместе и Васе стало очень интересно, что же они там обсуждают такое. Он подошел и попытался присоединиться, но пока что стоял молча, чтобы понять, о чем идет речь. Речь шла о дне



рождения Пети, на который он приглашал друзей из класса. Петя заметил, что Вася стоит и слушает и ему стало его очень жаль, хоть он его немного и боялся из-за его вспышек гнева, поэтому он решил его пригласить тоже. И вот Вася официально приглашен на день рождения Пети, но он задумался как же сделать так чтобы не испортить праздник Пете...»

Задача обучающихся, прослушавших ситуацию, создать плакат с рекомендациями для Васи, в котором должно содержаться следующее:

1. Нарисовать портрет Васи.
2. Дать рекомендации что подарить Пете на день рождения.
3. Написать, как нужно себя вести на празднике, чтобы его не испортить.
4. Написать рекомендации Васе на будущее как ему бороться со своей злостью, которой он не может управлять.

Прошу подойти к столам! У вас на столе сейчас лежат материалы: по 2 листа А3, ножницы, клей, карандаши (фломастеры). Сейчас ваша задача будет в течении 1-2 минут придумать макет своих рекомендаций для Васи. После этого вам необходимо приступить к его выполнению, затем будет следовать защита ваших плакатов, которые вы создали. **Обязательным** является содержание на плакате рекомендуемой информации и его красота.

Поехали!

На представление 4 минуты. Происходит оценивание продукта деятельности каждой команды на соответствие выделенным требованиям.

Рефлексия по упражнению: Понравилось ли вам упражнение? Удалось ли вам создать те задумки, которые вы обсудили с группой? Легко ли вам было договориться в группе о том, как работать? Удалось ли вам учесть все требования к плакату? Что помогало вам и что мешало при выполнении задания?

### Программа развивающих занятий на эмоциональный интеллект для младших школьников

#### Занятие 1

**Цель:** Выявить осведомленность обучающихся об эмоциях их многообразии и тем самым выявить объем эмоционального словаря.

**Задачи:**

1. Знакомство с обучающимися установление доверительных отношений.
2. Выявить осведомленность обучающихся об многообразии эмоций.
3. Стимулирование самостоятельности и активности обучающихся.

Ведущий: «Здравствуйтесь, ребята! Наши занятия будут посвящены увлекательному миру эмоций! Кто из вас знает, что такое эмоции? (говорят варианты по очереди) Совершенно верно ребята! Вы можете представить себе человека, который никогда не смеется, не плачет, не удивляется, не сердится, не боится? Конечно же, вы скажете, что таких людей не бывает. И действительно, все мы в различные моменты своей жизни торадуемся, то огорчаемся, то восхищаемся.

Радость, печаль, грусть, страх, удивление — все это разнообразные эмоции, выражающие наше отношение к действительности (к людям, поступкам, предметами т.д.).

С помощью эмоций мы выражаем свое отношение к происходящему. Вот и сейчас, когда вы слушаете меня, у вас наверняка возникло определенное отношение к моим словам, ваши лица могут выражать либо скуку, либо любопытство, либо удивление и еще какую-то эмоцию. Значит, эмоции выражаются через мимику или, то есть другими словами – выражение лица. Давайте вспомним какие эмоции у нас существуют? (говорят свои варианты и записывают на доске), вот, видите, как много эмоций! А теперь давайте посмотрим на картинки и попытаемся распознать какие эмоции испытывает каждый участник и подумаем, что могло случиться такого, что вызвало у них такие эмоции?

(работа с изображениями)

Отлично ребята! Теперь я выдам вам листы и объясню задание.

#### Упражнение «5 лиц»

**Цель:** выявить осведомленность обучающихся о проявлении базовых эмоций.

Ведущий раздает обучающимся листы с изображением овалов, под которыми написаны названия базовых эмоций человека. Обучающимся необходимо вспомнить как проявляются эти эмоции на лице человека, вспомнить как они видели эти эмоции у

родителей, друзей и изобразить в овале, словно овал — это лицо человека. (радость, удивление, страх, печаль, гнев).

Рефлексия: было ли вам сложно вспомнить как выражаются на лице эмоции? Удалось ли тебе нарисовать то, что ты хотел? Почему не получилось?

Ребята, молодцы! Следующее упражнение, которое даст нам свои плоды и позволит пользоваться ими на протяжении всех наших занятий называется «Рисуем настроение».

### **Упражнение «Рисуем настроение»**

Цель: стимулировать обучающихся к самостоятельной, творческой деятельности.

Ведущий просит обучающихся достать карандаши и говорит вводное слово: «Наверняка вы сталкивались с тем что определенные предметы и явления вызывают у нас то или иное настроение, например, солнечный день вызывает радость, а дождливая погода навеивает печаль, при этом пасмурная погода настраивает на серьезность. Давайте с вами разукрасим эти картинки, чтобы пользоваться ими в дальнейшем. На следующих занятиях мы будем использовать данные картинки в самом начале занятия, чтобы показать другим участникам какое у вас настроение.

Ребята, всем спасибо за участие, до свидания!

## ***Занятие 2***

**Цель:** Развить эмоциональный словарь, расширить знания обучающихся о многообразии мира эмоций.

### **Задачи:**

- 1.Закрепить знания об многообразии мира эмоций.
- 2.Выявить затруднения у обучающихся, связанные с распознаением эмоций.
- 3.Выявить представления о проявлениях эмоций у людей.

Ведущий: «Здравствуйе, ребята! На сегодняшнем занятии мы вновь будем говорить про эмоции, а также про то как мы можем распознать их у других людей! Прежде чем мы начнем давайте поделимся у кого какое настроение и почему?

(показывают картинки и рассказывают почему такое настроение)

Давайте еще раз вспомним все многообразие эмоций человека!

(выписывают по очереди названия эмоций на доске)

Отлично, ребята! Видите, сколько их много! Вчера мы с вами установили, что вы можете разбираться в некоторых из них и сказали, что можете понять, когда человек радостный или испытывает гнев, печаль, страх, так давайте проверим на примере мультика ваши умения?! Сейчас вы будете выступать как настоящие ученые, которые

разбираются в эмоциях! После мультика будут заданы вопросы, поэтому смотрим внимательно!»

### **Просмотр мультфильма «Ёжик должен быть колючим?»**

Вопросы к мультфильму: Какие чувства переживал каждый герой мультика? Его эмоции как-то влияли на поведение других героев, как ты думаешь? Назовите все эмоции, которые вам удалось увидеть в мультике? Что мешало вам распознавать и запомнить эмоции героев? Как ты думаешь, животные в настоящем мире могут испытывать и проявлять с помощью мимики эмоции?

«Мы уже выяснили что эмоции отражаются у человека на лице, а как еще мы можем понять, что переживает человек? (ответы учеников) Всё верно ребята, это можно узнать по его позе, жестам и др. Давайте обратимся к картинке и подумаем при какой эмоции свойственны данные движения и позы?»

(работа с изображениями)

Вопросы к изображениям: как ты думаешь какие эмоции испытывают люди чьи движения изображены на картинках? Что за ситуация происходит как ты думаешь? Приведите примеры ситуаций, в которых данные жесты и эмоции будут присутствовать.

Ребята, вот и подошло к концу наше занятие! Скажите понравилось ли вам оно? Что нового вы узнали? Что вас удивило? Будете ли вы пользоваться приобретенными знаниями? Полезные ли эти знания?

Ребята, всем спасибо за участие, до свидания!

### ***Занятие 3***

**Цель:** Познакомить обучающихся и отработать на практике невербальные способы выражения эмоций.

#### **Задачи:**

1. Знакомство со способами проявления эмоций человеком.
2. Отработка на практике невербальные способы выражения эмоций, а также способы их распознавания.
3. Стимулирование самостоятельной поисково-исследовательской деятельности.

Ведущий: Добрый день ребята! Рада вас всех видеть! Сегодня мы с вами продолжаем изучать движения как проявление эмоций человека – это и будет являться нашей целью!

Прежде чем мы начнем давайте поделимся у кого какое настроение и почему?

(показывают картинки настроения)

Хорошо ребята, так как мы на прошлом занятии говорили о внешних проявлениях эмоций таких как мимика и жесты давайте обратимся к доске и посмотрим на картинки, на которых изображены движения и позы, давайте подумаем, что переживает каждый человек в изображенных ситуациях, предположите, что это за ситуации?

(работа с изображениями)

Отлично, ребята, молодцы! Сейчас будет упражнение скульптуры, для этого вам необходимо встать!

### **Упражнение «Скульптура»**

Цель: развитие представлений о невербальных способах выражения эмоций.

Ведущий просит обучающихся разбиться в пары, один при этом будет «скульптурой», второй – «скульптором». Необходимо «вылепить» из своего партнера фигуру человека испытывающую ту или иную эмоцию. Список эмоций:

1. Радость
2. Интерес
3. Удивление
4. Горе
5. Гнев
6. Страх
7. Отвращение
8. Стыд

Рефлексия: Почему ты слепил именно такую скульптуру? Расскажи о ней? О какой ситуации может рассказать нам эта скульптура? Быстро ли ты придумал как изобразить в скульптуре эту эмоцию? Было ли легко стать скульптурой? Что помогало и что мешало, затрудняло работу?

А сейчас ребята я задам вам домашнее задание, но сперва прочту вам сказку!

### **Сказка о гневе**

Жил-был один очень вспыльчивый и несдержанный мальчик. И вот однажды его отец дал ему мешочек с гвоздями и наказал каждый раз, когда он не сдержит своего гнева, вбить один гвоздь в столб забора.

В первый день в столбе было несколько десятков гвоздей. На другой неделе он научился сдерживать свой гнев, и с каждым днём число забиваемых в столб гвоздей стало уменьшаться. Мальчик понял, что легче контролировать свой гнев, чем вбивать гвозди.

Наконец пришёл день, когда он ни разу не потерял самообладания. Он рассказал об этом своему отцу и тот сказал, что на сей раз каждый день, когда сыну удастся сдержаться, он может вытащить из столба по одному гвоздю.

Шло время, и пришёл день, когда он мог сообщить отцу о том, что в столбе не осталось ни одного гвоздя. Тогда отец взял сына за руку и подвёл к забору:

– Ты неплохо справился, но ты видишь, сколько в столбе дыр? Он уже никогда не будет таким как прежде. Когда говоришь человеку что-нибудь злое, у него остаётся такой же шрам, как и эти дыры. И неважно, сколько раз после этого ты извинишься – шрам останется.

Обсуждение сказки. Беседа по пониманию детьми сути сказки.

–Что же делать, чтобы не наносить такие шрамы?

– Как вы думаете, как внешне можно разглядеть что человек испытывает гнев?

Домашнее задание: «Ребята, подумайте можно ли справляться со злостью, гневом? Как? Вспомните дома и запишите чтобы не забыть свои личные способы как можно побороть в себе гнев. Если вы так никогда не делали, то придумайте как это можно делать и представите свои идеи нам на следующем занятии.»

Ребята, вот и подошло к концу наше занятие! Скажите понравилось ли вам оно? Что нового вы узнали? Что вас удивило? Будете ли вы пользоваться приобретенными знаниями? Полезные ли эти знания?

Ребята, всем спасибо за участие, до свидания!

#### ***Занятие 4***

**Цель:** Познакомить и отработать на практике приемы регулирования эмоциональных состояний, снятия эмоционального напряжения. Развитие самоконтроля.

**Задачи:**

1. Знакомство со способами и приемами регулирования эмоциональных состояний.
2. Отработать на практике способы регулирования гнева.
3. Снятие эмоционального напряжения обучающихся.

Ведущий: Здравствуйте, ребята! Давайте поделимся своим настроением?!

(показывают картинки настроения)

Ребята, сейчас мы с вами попробуем написать эмоциональное сочинение. Внимательно посмотрите на доску. С левой стороны у нас нарисованы смайлы, которые отражают все эмоции что мы с вами перечисляли на прошлых занятиях, а с правой стороны написаны предложения, вам необходимо написать на листочках предложения и выбрать нужное лицо с эмоцией. То есть указать какие эмоции у вас вызывает, например, поход в школу и т.д.

**(пишут работу на листах)**

Ребята, ни для кого не секрет что эмоцию можно описать каким-то цветом, давайте попробуем описать такую эмоцию как гнев. Это нам необходимо для того чтобы понять, что это такое, чтобы затем понять, как можно с ним бороться. Сейчас я раздам вам весь необходимый материал.

### **Упражнение «Какого цвета гнев»**

**Цель:** способствовать осознанию что, стимулируя отдельные участки тела, можно повлиять на эмоцию.

Давайте закроем глаза и представим человека, который испытывает гнев, как вы думаете где будет находиться в человеке эта эмоция, откуда она зарождается? Какие физические ощущения мы испытываем? (давит ли у нас на груди или это в районе живота) Какого цвета вы представляете себе гнев? Сейчас на листочках у вас нарисован силуэт человека нарисуйте тем цветным карандашом, который, по вашему мнению, наиболее подходит для того чтобы описать такую эмоцию как гнев.

Сейчас предлагаю проверить домашнее задание! Кто скажет, что было задано вчера на дом? (ответы) Совершенно верно, сейчас каждый озвучит свои варианты способы снятия эмоционального напряжения, способы избавления от негативных эмоций.

### **(проверка ДЗ)**

Я тоже подготовила свой вариант избавления от негативных эмоций и сейчас предлагаю вам попробовать самим это сделать!

### **Упражнение «Свеча»**

**Цель:** демонстрация одного из приемов снятия эмоционального напряжения.

Исходное положение – сидя за партой. Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох в то время, когда я буду считать и на счет 5 постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделаем тоже самое 5 раз.

Ну что ж, ребята, я надеюсь, что приемами снятия эмоционального напряжения, которые мы сегодня зачитали и тот что я привела в пример, вы будете пользоваться и будете учиться контролировать свои негативные эмоции, чтобы не обижать своих друзей и близких людей! На сегодня это всё! Ребята, всем спасибо за участие, до свидания!

## ***Занятие 5***

**Цель:** Отработать на практике приемы регулирования эмоциональных состояний, снятия эмоционального напряжения. Развитие самоконтроля.

### **Задачи:**

1. Знакомство со способами и приемами регулирования эмоциональных состояний.

2. Отработать на практике способы регулирования гнева.

3. Снятие эмоционального напряжения обучающихся.

Ведущий: Здравствуйте, ребята! Давайте поделимся у кого какое настроение?

(показывают картинки настроения)

Ребята, мы с вами продолжаем стараться справляться с разными эмоциями, то есть учимся регулировать свои эмоции! Сейчас предлагаем ответить тем, кто на прошлом занятии не успел!

(Ответ по домашнему заданию)

Спасибо за ответы! Сейчас ребята предлагаю вам упражнение, которое поможет нам справляться с гневом!

### **Упражнение «Кулаки – помощники!»**

Цель: снятие эмоционального напряжения (научить обучающихся приемом снятия гнева).

Сожмите пальцы в кулак с загнутым внутрь большим пальцем. Делая выдох спокойно, не торопясь, сжимайте с усилием кулак. Затем, ослабляя сжатие кулака, сделайте вдох. Повторите 5 раз. Теперь попробуйте выполнить это упражнение с закрытыми глазами, что удваивает эффект.

Теперь предлагаю посмотреть мультик, который вам хорошо известен, но я предлагаю взглянуть на него по-новому! Я задам вам некоторые вопросы, и мы обсудим с вами данный отрывок, после его окончания!

### **(Просмотр мультика «Лунтик и его друзья: ссора»)**

Вопросы для обсуждения мультика: 1. Как ты понял, из-за чего случилась ссора между гусеницами? 2. Кто был инициатором конфликта? 3. В самый разгар ссоры что можно было бы сделать чтобы ее избежать?

Ребята, хочу вас вооружить еще одним способом снятия напряжения именно в тот момент, когда вас провоцируют данное упражнение, обеспечит вам спокойствие. Для этого попрошу вас закрыть глаза и настроиться на тишину, слушая внимательно только мой голос!

### **Упражнение «Колба»**

Цель: научить обучающихся не вступать в конфликт сохраняя внутренне спокойствие.

Ведущий говорит спокойным и приглушенным голосом: «Представьте себе, что Вы находитесь в стеклянной колбе и все негативные слова не пробивают ее, они бьются о колбу и рассыпаются... рассмотрите ее стенки, какая она красивая, запомните, как она



выглядит и всегда представляйте ее себе, когда вас кто-то обижает и провоцирует на ссору.

Ну что ж, ребята, я надеюсь, что приемами снятия эмоционального напряжения, которые мы сегодня отработали, вы будете пользоваться и будете учиться контролировать свои негативные эмоции, чтобы не обижать своих друзей и близких людей! На сегодня это всё! Ребята, всем спасибо за участие, до свидания!

### **Занятие 6**

**Цель:** Отработать на практике приемы регулирования эмоциональных состояний, снятия эмоционального напряжения. Сформировать понимание того что определенная деятельность влияет на собственные эмоции.

#### **Задачи:**

1. Знакомство со способами и приемами регулирования эмоциональных состояний.
2. Снятие эмоционального напряжения обучающихся.
3. Знакомство обучающихся со способностью каждого вызывать у себя определенные эмоции, через свои действия.

Ведущий: Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами научимся многому

Прежде чем мы начнем давайте поделимся у кого какое настроение?

(показывают картинки настроения)

Ребята, как я вам и обещала, сегодня мы с вами будем вновь смотреть мультик, но представим себя настоящими знатоками эмоций! Целью занятия сегодня будет также развитие у нас способности регулировать свои эмоции! Итак, начнем с просмотра видео, давайте настроимся на серьезность, так как после отрывка будет активное обсуждение!

#### **(Просмотр мультика «Мост»)**

Вопросы к мульту: 1. Как вы поняли из-за чего случилась ссора у медведя и оленя? 2. Кто спровоцировал конфликт? 3. Как поступили заяц и енот, когда тоже одновременно зашли на мост? 4. Какой совет мы бы могли дать медведю и оленю?

Спасибо за ваши ответы! Все советы, которые вы предложили дать медведю и оленю действительно очень важны и обязательно помогут им в жизни!

Ребята, а вы знали, что не только гневом можно управлять, но также и страхом! А сейчас хотелось бы спросить у вас какие у вас есть страхи? Как вы справляетесь с ними? Давайте попробуем испытать один вариант устранения страха?!

#### **Упражнение «Рисуем страхи»**

Цель: помощь обучающемуся снять эмоциональное напряжение, тревожность, связанное со страхом.

Ведущий просит вспомнить свой самый большой страх. Представить его с закрытыми глазами, а затем открыть их и скорее нарисовать его. После того как рисунки сделаны, ведущий просит выйти обучающихся по очереди в центр класса, чтобы его видели. Ему необходимо рассказать о своем страхе, скомкать бумагу и сказать: «Я больше не боюсь!» и передать бумагу ведущему. Эффект будет усилен, если эта фраза будет выкрикиваться.

Ребята, я надеюсь, что приемами снятия эмоционального напряжения, которые мы сегодня отработали, вы будете пользоваться и будете учиться контролировать свои негативные эмоции! На сегодня это всё! Ребята, всем спасибо за участие, до свидания!

### *Занятие 7*

**Цель:** Сформировать понимание того, что действия могут вызывать у собеседника определенные эмоции, и эмоции другого человека стимулируют нас к определенным действиям.

**Задачи:**

1. Знакомство и отработка на практике способности вызывать у собеседника эмоции через собственные действия.
2. Способствовать осознанию что эмоции имеют «заражающий» эффект.
3. Формирование понимания что эмоции другого человека, стимулируют нас к определенным действиям.

Ведущий: Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами научимся многому!

Прежде чем мы начнем давайте поделимся у кого какое настроение?

(показывают картинки настроения)

Ребята, сегодня мы с вами продолжаем изучать важную тему эмоций! Сегодня мы с вами поговорим о том, как влиять своим поведением на эмоции других людей! Итак, начнем с просмотра видео, давайте настроимся на серьезность, так как после отрывка будет активное обсуждение!

**(Просмотр мультика «Белка и суслик»)**

Вопросы к мульту: 1. Как вы поняли из-за чего случилась ссора между белкой и сусликом в первом эпизоде? 2. Какие эмоции испытывали участники конфликта и как они изменялись в процессе данного эпизода? 3. Как герои нашли выход из данной конфликтной ситуации? 4. Какие действия белки вызвали негативные эмоции у суслика? 5. Влияло ли поведение суслика на эмоции белки?

Спасибо ребята за ваши ответы! Сейчас следующее упражнение покажет, как эмоции другого человека влияют на ваше поведение и эмоции. Внимание на доску!

### **Упражнение «Разные лица»**

Цель: наглядно показать обучающимся, что даже изображения эмоций может вызывать у другого человека эмоции и побуждать его на определенные действия.

Ведущий предлагает всем участникам внимательно посмотреть на доску, на которой представлены изображения лиц людей с застывшими на них эмоциями. Затем у каждого обучающегося спрашивается какие чувства и эмоции вызывает у вас данное изображение? Если бы ты общался с данным человеком в живую что бы ты сделал, увидев данное лицо?

Ну вот, ребята, видите, оказывается эмоции другого человека могут у нас вызывать эмоции и побуждать нас делать определенные действия, например, если человек плачет, испытывая печаль, то мы стремимся его успокоить. Но также мы с помощью своего поведения можем вызывать у человека те или иные эмоции, например, убравшись в своей комнате, каждый из вас вызовет у своих Мам такую эмоцию как радость!

Сейчас зная данную особенность мы с вами посмотрим следующий видеоклип, после которого также будут заданы вопросы касаясь того какие действия сделал главный герой, чтобы вызвать у своего собеседника ту или иную эмоцию?

#### **(Просмотр мультфильма «Барбоскины»)**

Вопросы: 1. Что произошло между главными героями? 2. Какие эмоции переживают каждый из героев? 3. Какие действия сделала Роза чтобы вызвать гнев у сестры? 4. Какие эмоции вызвали у Малыша эмоция гнева у Розы и сестры? 5. Что попытался сделать Малыш чтобы избавить девочек от негативных эмоций?

Ребята, знания, которые мы сегодня с вами приобрели очень полезны, поэтому я уверена, что они вам пригодятся! На сегодня это всё! Ребята, всем спасибо за участие, до свидания!

### **Занятие 8**

**Цель:** Сформировать понимание того, что действия могут вызывать у собеседника определенные эмоции, и эмоции другого человека стимулируют нас к определенным действиям. Отработать это на практике.

#### **Задачи:**

1. Знакомство и отработка на практике способности вызывать у собеседника эмоции через собственные действия.
2. Формирование понимания что эмоции другого человека, стимулируют нас к определенным действиям.
3. Подведение итогов занятий.

Ведущий: Здравствуйте, ребята!

Давайте поделимся у кого какое настроение?

(показывают картинки настроения)

Ребята, сегодня мы с вами продолжаем изучать важную тему эмоций! Сегодня мы с вами поговорим о том, как влиять своим поведением на эмоции других людей! Итак, сейчас будет упражнение, в котором вы покажите свои знания, но и проявите себя творчески!

### **Упражнение «От страха до радости!»**

Цель: выявить понимание обучающихся что собственным поведением они влияют на эмоции другого человека.

Обучающимся предлагают послушать текст. После чего ответить на вопрос: Что необходимо сделать чтобы страх Миши сменился радостью? Необходимо описать все возможные варианты, после озвучивания каждого происходит обсуждение между обучающимися. Ведущий при этом должен занять позицию наблюдателя и стимулятора обсуждения.

Мальчик Миша очень боится выходить к доске. Так боится, что украдкой плачет от страха. Когда звучит его фамилия из уст учительницы, Миша начинает трястись как осиновый лист. И вот однажды на перемене учительница сказала: «Миша, готовься. Я вызову тебя к доске на уроке!». Миша до того испугался, что ни с кем не играл на перемене.

Молодцы! Хорошие предложены варианты были! А теперь давайте вспомним какие эмоции мы теперь знаем после наших занятий?

Письменный диктант

Каждому обучающемуся выдаются листы, на которых необходимо написать все вспомнившиеся ему названия эмоций человека.

А сейчас, ребята, мы с вами поиграем. Но игра не простая... От вас требуется вся ваша внимательность и находчивость!

### **Игра «Зеркала»**

Цель: сформировать понимание у обучающихся что эмоции одного человека способствуют возникновению схожих эмоций у другого человека.

Обучающимся необходимо разбиться на две команды по 6 человек. Первая команда получает следующее задание: «Каждый из вас сейчас волшебное зеркало, которое будет показывать определенную эмоцию, которая написана у вас на карточке. Никому ее не показывайте, о ней должны знать только вы!»

Вторая команда будет группой, которая зашла в комнату с волшебными зеркалами, каждый из них должен подойти к каждому зеркалу внимательно посмотреть, что показывает это «зеркало». Далее, после того как все посмотрели «зеркала» группа собирается в отдельном месте и обсуждает всё что увидели, их задача узнать какую эмоцию изображало каждое зеркало. После совещания, ведущий показывает на каждое из «зеркал», а группа должна сказать к какому мнению они пришли, какую эмоцию показывало зеркало.

Рефлексия: Сложно ли было показывать эмоцию, когда ее не испытываешь на самом деле? Что тебе помогло справиться с заданием? Что тебе мешало? Легко ли было отгадать эмоцию? Почему? Какие эмоции возникали у тебя после того как ты подходил к каждому из «зеркал»? Ваши эмоции были схожи?

Ребята, в данной игре мы увидели, что эмоции одного человека, могут вызвать схожие или точно такие же эмоции у другого человека. Как вы думаете это важно знать при общении с другими людьми? Почему? Совершенно верно, это можно использовать в свою сторону, то есть испытывая радость вы будете порождать в другом человеке радость и как следствие улучшение его настроения!

Ну а теперь хотелось бы подвести итог. Мы с вами за время занятий научились многому и узнали очень много нового и интересного. Например, что?

(ответы обучающихся, такие как: управлять гневом и страхом, узнали новые эмоции, посмотрели, что эмоции не только в речи проявляются, но и в поведении и др.)

Отлично! Вы все молодцы, ребята! Я очень надеюсь, что вы будете применять полученные знания в жизни! Спасибо за работу и до новых встреч!