

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)

Факультет Начальных классов

Выпускающая кафедра Педагогика и психология начального образования
(полное наименование кафедры)

Шишкина Татьяна Александровна

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА
МЛАДШЕГО ШКОЛЬНИКА**

Направление подготовки/специальность 44.03.02 Психолого-педагогическое образование
(код направления подготовки)

Профиль Педагогика и психология начального образования
(наименование профиля для бакалавриата)

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой: кандидат псих. наук, доцент Мосина Н. А.
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

19.06.2019 Мосина
(дата, подпись)

Руководитель

кандидат пед. наук, доцент Маковец Л. А.
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

Дата защиты 27.06.2019

Обучающийся Шишкина Татьяна Александровна Шш 18.06.19
(фамилия, инициалы) (дата, подпись)

Оценка удовлет
(прописью)

Красноярск
2019

Содержание

Введение	3
Глава 1. Теоретические основы развития эмоционального интеллекта младшего школьника	7
1.1. Сущность понятия «эмоциональный интеллект».....	7
1.2. Характеристика особенностей эмоционального интеллекта младшего школьника.....	17
1.3. Способы развития эмоционального интеллекта младшего школьника ..	30
Выводы по 1 главе	42
Глава 2. Опытнo-экспериментальная работа по выявлению уровня эмоционального интеллекта	44
2.1. Организация и анализ результатов констатирующего эксперимента	44
2.2. Методические рекомендации	62
Выводы по 2 главе	68
Заключение	70
Список используемых источников	72
Приложения	77

ВВЕДЕНИЕ

В современном мире эмоциональный интеллект играет большую роль в жизни человека вне зависимости от условий его социализации, природных особенностей, врожденных талантов и умений. Это связано с тем, что с развитием коммуникативных технологий и интернета, люди стали более интенсивно взаимодействовать друг с другом. Следовательно, в связи с эти эмоциональный интеллект стал одним из главных инструментов при достижении внутренней гармонии человека, а также успеха в жизни и карьере.

Ученые по всему миру исследуют особенности развития эмоционального интеллекта у взрослых и детей разных возрастов, начиная с 1990-х годов. Одним из первых и самых знаменитых психологов, изучавших эту тему стал Даниэль Гоулман, написавший книгу «Эмоциональный интеллект». Он показал, что люди с высоким EQ на 40% работоспособнее и на 40–90% эффективнее в переговорах и обслуживании клиентов.

Данный факт находит подтверждение в том, что многие компании при трудоустройстве на работу с 2000-х годов используют не только тестирование IQ (коэффициент интеллекта), но и тестирование EQ (коэффициент эмоциональный интеллект). Например, данный подход имеется у таких компаний, как: “Газпром”, “Мосэнерго”, “Промсвязьбанк”, “Альфабанк”, “Уралсиб” и другие.

Эмоциональный интеллект начинает формироваться у человека с самого раннего возраста. На него оказывает огромное влияние основные условия и факторы социализации, как семья, школа, различные общественные, государственные, религиозные организации, индивидуально-психологические особенности ребенка и многое другое.

Процесс становления эмоционального интеллекта - это неотъемлемая часть развития личности человека. Большую роль в

этом процессе играет начальная школа, в связи с тем что ребенок, идя в первый класс, в возрасте 6-7 лет меняет свои привычные социальные условия, что приводит к выходу из зоны комфорта, и актуализирует навык управления и контроля эмоциональной реакции по отношению к другим людям и к себе.

Следовательно, важно понимать с помощью каких инструментов и в какой среде происходит развитие эмоционального интеллекта младших школьников и его особенностей.

Актуальность исследования данной темы со стороны государственной системы образования отражена в Федеральном государственном образовательном стандарте: “Социально-коммуникативное развитие представляет собой развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье.”

А также спрос на исследование данной темы формируется обществом, исходя из ниже представленной статистики: в 2016 году подростковая преступность такова: 40% совершеннолетних осуждены за кражи, 13% за разбой, 14% за рубежи, 5% за убийства. В воспитательных колониях содержатся 12,7 тысяч человек. В России существует 3 учреждения для девочек в возрасте от 14 до 18 лет, более 70% осужденных не имеют образования [25]. Эта статистика связана с различными факторами, в том числе важную роль играет низкое развитие эмоционального интеллекта, что становится проблемой для окружающего мира.

Данная выпускная квалификационная работа позволяет понять какие особенности развития эмоционального интеллекта младшего школьника формируются в системе образования нашего региона на примере МБОУ Гимназии №16 (г. Красноярск, ул. Урицкого, 23).

Таким образом, актуальность проблемы послужила поводом для выбора темы нашего исследования особенностей эмоционального интеллекта младших школьников.

Цель исследования: на основе определения актуального уровня развития эмоционального интеллекта предложить методические рекомендации педагогу и психологу.

Объект исследования: эмоциональный интеллект младшего школьника

Предмет исследования: актуальный уровень развития эмоционального интеллекта младшего школьника

Задачи исследования:

1. Проанализировать литературу по проблеме исследования и рассмотреть различные научные подходы по проблеме исследования.
2. Определить особенности развития эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте.
3. Ознакомиться с приёмами и методиками для развития эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте.
4. Определить актуальный уровень развития младших школьников (10-11 лет)
5. Подобрать задания для программы и составить методические рекомендации, направленные на развитие эмоционального интеллекта младшего школьника.

Гипотеза исследования:

Мы предполагаем, что эмоциональный интеллект младшего школьника находится на среднем уровне с тенденцией к низкому уровню и характеризуется:

- эмоциональной отзывчивостью на происходящие события;
- пониманием и осознанием своих и чужих эмоций, чувств.

- непосредственностью и откровенностью проявления своих эмоциональных переживаний;

Методы исследования: анализ психолого-педагогической литературы, исследование, тестирование, опрос, наблюдение

База исследования: Гимназия №16 (г. Красноярск, ул. Урицкого, 23) группа детей в составе 18 человек (4 «А» класс)

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА МЛАДШЕГО ШКОЛЬНИКА

1.1. Сущность понятия «эмоциональный интеллект»

Изучение эмоций является одним из самых актуальных и самых развивающихся направлений в современной психологии. Основной из нерешенных теоретических вопросов – вопрос о предмете исследования.

В разные времена исследователи обращали внимание на различные аспекты того, что такое эмоция. Так, в 1980-е гг. основным предметом спора являлось то, какие феномены можно считать эмоциональными. При проведении теоретического метаанализа было выявлено 92 определения эмоций, которые были объединены в 11 категорий, описывающих различные феноменальные поля применения понятия «эмоция» [18].

Однако в начале XXI века исследователи сходятся на том, что эмоция представляет собой мультикомпонентное явление, включающее в себя множество феноменов и их взаимосвязи. Стоит отметить, что такая точка зрения характерна для совершенно различных современных теорий эмоций, например, и для теории К.Шерера, первым предложившего многокомпонентный подход, и для теории Р. Харре, изучающего эмоции с позиции социального конструкционизма. Все 36 наиболее современных исследователей эмоций, которых опросил К. Изард, определили эмоции как многокомпонентное явление [13].

Развитие многокомпонентных подходов связано с интересом ученых к междисциплинарным исследованиям эмоций, которые изучаются в самых разных науках о человеке и обществе, от социологии до нейрогенетики. Соответственно, оформление современных теоретических направлений в изучении эмоций обусловлено необходимостью сочетать различные эмпирические данные в рамках единого понятия. А основное проблемное поле переместилось с выделения ряда феноменов (компонентов), считающихся эмоциональными, на структурирование этих компонентов в единое понятие эмоции.

Таким образом, основанием для различения современных подходов к исследованию эмоций становится ответ на вопрос, как рассматриваемые в нем эмоциональные компоненты структурируются и формируют то, что называется эмоциональной жизнью.

Из такого построения современных подходов к исследованиям эмоций вытекают два важных следствия. Во-первых, теории построены индуктивно, то есть эмпирическое изучение эмоций намного опережает теоретическое, и теории скорее пытаются объяснить накопившуюся массу эмпирических фактов, чем выдвигать какие-то предположения, выходящие за рамки наличной эмпирики. Такие теории можно рассматривать исключительно как предварительный, хотя и важный, этап в теоретическом осмыслении эмоций и их составляющих. Во-вторых, не существует современных «чисто социально-психологических» теорий эмоций [7].

Понятие эмоции представляется составным и даже громоздким образованием, которое нельзя описать с помощью какого-то одного направления психологии или биологии без привлечения других. Как правило, конкретное исследование эмоций становится всесторонним изучением ограниченного круга ситуаций, рассматриваемые с разных точек зрения [14].

Но всё же, нужно рассмотреть основные подходы к пониманию эмоций в современной психологии с акцентом на социально-психологической специфике этих подходов. Основным принципом является соотнесение научного и обыденного понятий эмоций. Этот принцип исходит из того, что в обыденное понимание эмоции могут не входить некоторые процессы, которые изучаются наукой. На основании того, как исследователи соотносят обыденное и научное понятия эмоции, можно выделить три подхода: эмоции как социальные конструкты; эмоции как естественные дискретные сущности; эмоции как не рассматриваемые научно непрерывные обыденные сущности.

Социально-конструкционистский подход не разделяет обыденное и научное понятия эмоций. Это связано с установкой исследователей на изучение обыденных ситуаций взаимодействия, в которых люди испытывают

эмоции, следовательно, основным предметом изучения являются языковые конструкции, включающие эмоциональные слова и выражения. Несмотря на общие теоретические и методологические основания, выделяется несколько конструкционистских теорий эмоций [6].

Во-первых, в данном подходе выделяют эмоциологию, которая связана с именем Р.Харре [54]. Эмоциология рассматривает эмоции как комплексные физиолого-когнитивно-социальные образования, первичной характеристикой которых является языковая сторона, употребление эмоциональных слов в языке. На этом основано исследование конкретных эмоций, их когнитивных, социальных и физиологических характеристик. В языке выделяется культурно-специфичный эмоциональный словарь, состоящий из слов и выражений двух типов: описательных и экспрессивных. Первые прямо описывают некоторую эмоцию (например, «я тебе завидую»), вторые же выражают эмоцию косвенно (например, «вот и играйся со своим новым телефоном!»). Исходя из языкового сходства, формируется локальная для культуры группа эмоциональных понятий, внутри которой проводятся различия, например «белая зависть» и «черная зависть». Каждая эмоция анализируется в рамках конкретных эпизодов и описывается с помощью ряда социальных, когнитивных, аффективных и физиологических характеристик.

В частности, как пример эмоции анализируется понятие любви, при этом рассматриваются причины (например, в истории литературы), которые ведут к конструированию того переживания любви, которое существует в современных культурах [26].

Во-вторых, можно выделить дискурсивную психологию эмоций, которая является одним из направлений британской дискурсивной психологии. В отличие от эмоциологии дискурсивная психология изучает конкретный интерактивный контекст, в котором проявляются эмоции. Д.Эдвардс выделил 10 риторических средств выражения эмоций в дискурсе и обозначил функцию каждого из этих средств. С помощью этих средств исследователи обозначают место эмоций в конкретной интеракции и

получают возможность типологизировать конкретную эмоцию по тому, какое место она занимает в межличностном взаимодействии. Например, в исследовании удивления дискурс-анализ использовался для выделения способа построения взаимодействия, в котором одним из участников могло вызываться удивление. Исследователи сравнивали ситуации сообщения новости о беременности некой знакомой, которая сопровождалась либо не сопровождалась удивлением. Выделялись особенности дискурса новости, вызывающей удивление, а также причины того, почему удивление вызывается. Такое рассмотрение эмоций позволяет выявлять межкультурные различия в том, каким образом люди говорят о своих эмоциях. Например, американцы китайского происхождения, говоря об эмоциях, больше апеллируют к телесным и социальным метафорам, чем американцы европейского происхождения [58].

В-третьих, можно выделить семантический подход к рассмотрению эмоций, основанный на теории семантических универсалий А.Вежбицкой [3]. В рамках этой теории подвергается сомнению универсальность конкретных эмоций и понятия эмоции в целом, поэтому аффективные феномены описываются в контексте определенной культуры с использованием таких универсальных понятий, как «чувствовать», «думать», «тело», «я», «другие».

Выделим основные черты, характерные для социально-конструкционистского подхода к изучению эмоций в целом.

1. Эмоции являются преимущественно социальными по происхождению дискретными явлениями. Этим можно объяснить большое их число и существенные различия эмоций в разных сообществах. Эмоции и связанные с ними аффективные явления аккумулируют характеристики конкретной культуры (в основном в виде закрепленных способов поведения) и выражают это опосредованное культурой поведение в определенной системе значений.

2. Эмоции не могут быть оторваны от ситуации их применения, то есть эмоция скорее рассматривается как в основном уникальное событие.

3. Эмоция обладает определенным набором языковых средств для ее выражения в дискурсе и переживания в виде универсальных понятий [40].

Рассмотренные теории позволяют анализировать эмоции социально-психологически, обозначая их место в процессах общения в конкретных социальных ситуациях, а также описывая культурные детерминанты социального переживания определенных эмоций. Однако эти подходы рассматривают эмоции с точки зрения их обыденного понимания в конкретных сообществах, что затрудняет поиск универсальных тенденций в аффективных процессах, в том числе посредством физиологических и поведенческих коррелятов. Исключение представляет теория семантических универсалий А.Вежбицкой, однако исследователи ограничиваются установлением общих семантических различий без выхода в область конкретного взаимодействия в конкретных группах в конкретном контексте [3].

Основной проблемой, которую решают конструкционистские теории, является конструирование субъектом эмоционального переживания с помощью языковых средств, выделение культурных и ситуативных норм переживания, выражения и коммуникации эмоций, что позволяет включить эмоции в контекст социально-психологических процессов, таких как социальное познание, общение, взаимодействие в рамках групп [17].

Подход «Эмоции как естественные отдельные сущности» опирается на представления о биологической обусловленности эмоций и рассматривает эмоции в основном как возникшие в ходе естественной эволюции регуляторы психической деятельности у животных и человека. Этот подход является традиционным и наиболее распространенным, однако в последнее время он кардинально перестраивается. Если раньше он опирался в большей степени на обыденные эмоциональные понятия, то в настоящее время предпринимаются попытки перестройки содержания этих понятий при неизменности самих эмоциональных категорий.

Первой, наименее изменившейся теорией, является теория

аффективных программ. В рамках данной теории эмоции рассматриваются как автоматические реакции на различные стимулы, которые могут быть универсальными, культурно-специфичными или индивидуально-специфичными.

Однако рассматриваются в основном универсальные стимулы, которые вызывают базовые эмоции, следовательно, предметом исследования являются экспрессивное поведение и вегетативные реакции субъектов эмоций [19].

Большинство теорий в рамках данного подхода появились в XXI веке, некоторые из них еще находятся в стадии оформления, как, например, теория П.Гриффитса и его коллег. Исследователи пока предлагают только пути классификации эмоций, но не раскрывают конкретного содержания каждой из эмоциональных категорий.

Особо стоит отметить многокомпонентную теорию эмоций К.Шерера, в рамках которой эмоция описывается через содержащиеся в ней компоненты, прежде всего, когнитивный (эмоция как оценка события), мотивационный (эмоция как действие или тенденция к действию), физиологический (эмоция как телесные изменения) [57].

Каждая эмоция представляет собой особое сочетание этих компонентов (и некоторых других, таких как субъективное переживание, экспрессивное поведение и т.п.). В рамках этой теории исследователи изучают и отдельные компоненты, например, мотивационный. Важным компонентом в контексте данных теорий рассматривается также когнитивный компонент, представляющий собой, с одной стороны, осознанные переживания, а с другой – когнитивные схемы ситуации и события [37].

Теории эмоций как естественных сущностей имеют несколько общих черт:

1. Эмоции рассматриваются как отдельные, имеющие четкие границы. Это положение имеет два следствия. Во-первых, в рамках теорий определяется конечный список сущностей, которые считаются эмоциями:

чаще всего это списки базовых эмоций, вторичных эмоций и т.д. Во-вторых, каждая эмоция выражается в виде только ей присущих стабильных компонентов: например, определенной эмоции соответствует определенная экспрессия. Если экспрессия смешанная (например, удивление со страхом), то считается, что человеком овладевают две эмоции.

2. Эмоция рассматривается скорее не в конкретном контексте ее проявления, а контексте онто- и филогенеза. Эмоция рассматривается в сопоставлении с ее возможными предшественниками, более примитивными прототипами и ее «противоположностями». Таким образом, на передний план выходят эволюционные (биологические, социальные) функции эмоции [32].

В социальной психологии эмоций наибольшее распространение получили теории, разработанные в русле именно этого подхода. Эмоции исследуются здесь на нескольких методологических уровнях: социального познания, межличностного общения, групповой динамики, межгруппового взаимодействия и культурных практик. В рамках теории социального познания изучается влияние эмоций на процессы атрибуции и на стили мышления. Например, было введено понятие социальной оценки как специфической оценки эмоционального состояния другого, которая влияет на эмоции и когниции субъекта оценки и в свою очередь делает возможным проявление и переживание групповых эмоций. На межличностном уровне стоит отметить теорию социального разделения эмоций, которая рассматривает передачу эмоций от одного человека к другим. Согласно этой теории, эмоции являются социальными по природе, и человек практически всегда делится своими переживаниями с другими [20].

В подходе «Эмоции как непрерывные сущности» эмоции понимаются как конструкты обыденной психологии, конструируемые субъектами в конкретной ситуации. В их основе лежит целый ряд физиологических, когнитивных и социальных процессов. Особое внимание уделяется субъективным процессам переживания. Эти процессы, приводящие к

конструированию так называемого эмоционального эпизода, то есть того, что субъект понимает как определенную эмоцию, должны являться предметом изучения психологии эмоций, но пока еще практически не затрагиваются исследованиями [25].

При рассмотрении эмоций основным понятием является понятие ядерного аффекта – непрерывного аффективного, но не только эмоционального состояния, измеряемого по двум параметрам-шкалам: гедонизма (удовольствие-неудовольствие) и активации (активация-дезактивация). Все субъективные состояния, как эмоциональные, так и неэмоциональные (безмятежность, созерцательность, боль и др.), являются определенным состоянием ядерного аффекта. Изменение ядерного аффекта может атрибутироваться, в результате чего происходит определенный эмоциональный эпизод. Эмоциональный эпизод представляет собой второе ключевое понятие этого подхода и определяется как событие, которое входит в определенную эмоциональную категорию, например страха. Понятие эмоционального эпизода отличается от классического понятия эмоции тем, что представляет собой набор различных слабо связанных между собой процессов, которые собираются в конкретной ситуации с помощью процесса категоризации. Интересным в данной модели является то, что наличие и содержание элементов, составляющих эмоциональный эпизод, не является обязательным условием понимания его как определенной эмоции. В конкретный эмоциональный эпизод могут входить такие элементы, как определенное состояние ядерного аффекта, восприятие аффективного качества объекта, атрибуция аффекта, его оценка, действие в рамках эпизода, переживание, регуляция эмоционального состояния и т.п. [33].

Важной чертой данного подхода является возможность совмещения исследования естественных физиологических процессов, выраженных в основном в понятии ядерного аффекта (эмоция в научном понимании), и социально-детерминированных, зависимых от контекста эмоциональных эпизодов (эмоция в обыденных терминах). Понятие переживания (в том

числе социального переживания) оказывается связующим звеном между различными уровнями изучения эмоций: психофизиологическим, выражающимся в понятии ядерного аффекта, и социально-психологическим, выражающимся в понятии эмоционального эпизода [12].

Таким образом, в настоящее время теоретический анализ эмоций возможен с точки зрения трех основных подходов. Стоит отметить, что исследователи, действующие в рамках рассмотренных в статье теорий, не видят возможных путей их сближения, что могло бы привести к единству в понимании эмоций. Однако нам представляется полезным выделить взаимосвязи между подходами к пониманию эмоций и отметить как возможные точки их сближения, так и принципиальные разногласия.

По мнению Д.В. Люсина, способность к пониманию эмоций и управлению ими очень тесно связана с общей направленностью личности на эмоциональную сферу, т. е. с интересом к внутреннему миру людей (в том числе и к своему собственному), склонностью к психологическому анализу поведения, с ценностями, приписываемыми эмоциональным переживаниям [20].

Таким образом, вводимое понятие «эмоциональный интеллект» можно представить как конструкт, имеющий двойственную природу и связанный, с одной стороны, с когнитивными способностями, а с другой – с личностными характеристиками. Следовательно, «эмоциональный интеллект» – это психическое свойство, формирующееся в ходе жизни человека под влиянием ряда факторов, которые обуславливают его уровень и специфические индивидуальные особенности. Можно указать на три группы таких факторов: когнитивные способности (скорость и точность переработки эмоциональной информации); представления об эмоциях (как о ценностях, как о важном источнике информации); особенности эмоциональности (эмоциональная устойчивость, эмоциональная чувствительность и др.). Модель, предлагаемая Д.В. Люсиным, принципиально отличается от смешанных моделей тем, что в конструкт не вводятся личностные характеристики, которые коррелятами

способности к пониманию и управлению эмоциями. Допускается введение только таких личностных характеристик, которые более или менее прямо влияют на уровень и индивидуальные особенности эмоционального интеллекта [20].

Для измерения предложенного конструкта могут использоваться задачи, характерные для интеллектуальных тестов, и опросники. Для измерения внутриличностного эмоционального интеллекта больше подходят опросники, поскольку сомнительно, что внутренний рефлексивный опыт человека можно оценить с помощью задач, имеющих правильные и неправильные ответы. При измерении межличностного эмоционального интеллекта использование задач более уместно, хотя при этом возникают сложные методические вопросы, связанные с определением правильных и неправильных ответов [29].

1.2. Особенности эмоционального интеллекта младшего школьника

Идея эмоционального интеллекта в том виде, в котором этот термин существует сейчас, выросла из понятия социального интеллекта, которое разрабатывалась такими авторами, как Эдуард Торндайк, Джой Гилфорд, Ганс Айзенк. В развитии когнитивной науки в определенный период времени слишком много внимания уделялось информационным, «компьютерообразным» моделям интеллекта, а аффективная составляющая мышления, по крайней мере, в западной психологии, отошла на дальний план [29].

Понятие социального интеллекта как раз и явилось звеном, связывающим воедино аффективную и когнитивную стороны процесса познания. В сфере социального интеллекта выработывался подход, понимающий познание человека не как «вычислительную машину», а как когнитивно-эмоциональный процесс [7].

Другой предпосылкой особого внимания к эмоциональному интеллекту стала гуманистическая психология. После того, как Абрахам Маслоу в 50-х годах ввел понятие самоактуализации, в западной психологии случился «гуманистический бум», который породил серьезные интегральные исследования личности, объединяющие когнитивные и аффективные стороны человеческой природы [21].

Один из исследователей гуманистической волны Питер Салоуэй в 1990 году выпустил статью под названием «Эмоциональный интеллект», которая, по признанию большинства в профессиональном сообществе, стала первой публикацией на эту тему. Он писал, что последние несколько десятков лет представления и об интеллекте, и об эмоциях коренным образом изменились. Разум перестал восприниматься как некая идеальная субстанция, эмоции как главный враг интеллекта, и оба явления приобрели реальное значение в повседневной человеческой жизни [45].

Салоуэй и его соавтор Джон Майер определяют эмоциональный интеллект как «способность воспринимать и понимать проявления личности, выражаемые в эмоциях, управлять эмоциями на основе интеллектуальных процессов». Другими словами, эмоциональный интеллект, по их мнению, включает в себя 4 части: 1) способность воспринимать или чувствовать эмоции (как свои собственные, так и другого человека); 2) способность направлять свои эмоции в помощь разуму; 3) способность понимать, что выражает та или иная эмоция; 4) способность управлять эмоциями.

Как позже написал Салоуэя Дэвид Карузо, «очень важно понимать, что эмоциональный интеллект это не противоположность интеллекту, не триумф разума над чувствами, это уникальное пересечение обоих процессов» [45].

В сентябре 1997 года была организована ассоциация «6 секунд» с целью поддержать исследования по эмоциональному интеллекту и обеспечить перенос их результатов в практику («6 секунд» проводят тренинги и группы развития, чтобы улучшить эмоциональный климат в семьях, школах и организациях). Они предлагают свое понимание этого явления, основанное на практике: «способность получить оптимальный результат в отношениях с собой и другими людьми». Как видно, определение с широкими возможностями для трактовки. Варианты возможны как в сторону гуманизма и повышения градуса взаимопонимания, так и в сторону манипуляций с целью получения личной выгоды. В любом случае, «6 секунд» понимают эмоциональный интеллект с чисто парагматической точки зрения [41].

Ревен Бар-Он предлагает похожую модель. Эмоциональный интеллект в трактовке Бар-Она это все не когнитивные способности, знания и компетентность, дающие человеку возможность успешно справляться с различными жизненными ситуациями [22].

Развитие моделей эмоционального интеллекта можно представить,

как континуум между аффектом и интеллектом. Исторически первой стала работа Салоуэя и Майера, и она включала в себя только познавательные способности, связанные с переработкой информации об эмоциях. Затем определился сдвиг в трактовке к усилению роли личностных характеристик. Крайним выражением этой тенденции стала модель Бар-Она, который вообще отказался относить к эмоциональному интеллекту познавательные способности. Правда в таком случае «эмоциональный интеллект» превращается в красивую художественную метафору, так как, все-таки, слово «интеллект» направляет трактовку явления в русло когнитивных процессов. Если же «эмоциональный интеллект» трактовать как исключительно личностную характеристику, то становится необоснованным само использование термина «интеллект» [45].

Итак, если обобщить все вышесказанное, получается, что люди с высоким уровнем эмоционального интеллекта хорошо понимают свои эмоции и чувства других людей, могут управлять своей эмоциональной сферой, и поэтому в обществе их поведение более адаптивно и они легче добиваются своих целей во взаимодействии с окружающими.

Авторы А.В. Алешина, С.Т. Шабанов отмечают, что «...в современном мире для успешной адаптации к запросам общества, личность должна владеть развитым эмоциональным интеллектом, способностью к осмыслению своих и чужих эмоций и управлению ими» [56].

Исследователь Э. М. Александровская считает «...одним из самых важных направлений духовно-нравственного воспитания младших школьников является формирование ориентации на другого человека, так как только через реакцию другого человека ребенок чувствует свой опыт социального взаимодействия и получает багаж знаний для выстраивания взаимоотношений с окружающим миром. Все еще в процессе обучения младших школьников эмоциональная жизнь ребенка и его умение

выстраивать взаимоотношения, вынесены за рамки педагогического процесса, а преобладающую роль занимает когнитивное развитие». В связи с этим проблема изучения эмоционального интеллекта младших школьников до сих пор остается нерешенной» [32].

Как утверждает Е.П. Ильин, «...эмоциональный компонент осуществляет не только информирующую, но и особую функцию в структуре мотивации ребенка. Возникающие в составе мотивации эмоции, выполняют важную роль определение направленности поведения и способов его выполнении. Переживание ребенком событий, происходящих с ним и вокруг него, становится более значимым, чем просто понимание эмоций. Опираясь на свои эмоции и эмоции других людей, ребенок учится распознавать и получать информацию о том, что происходит в реальной жизни общества» [15].

Эмоциональное развитие в младшем школьном возрасте опережает интеллектуальное, поэтому духовно-нравственное воспитание является острой проблемой нравственных представлений личности и развития гуманных чувств.

Недостаточное формирование этой сферы психики, может повлечь за собой возникновение многих внутриличностных и межличностных проблем и конфликтов, например, таких как неприятие себя и других, неумение работать в команде, неумение управлять своими эмоциями и т.д.

По мнению Е.В. Коробицыной, «...в воспитании личности младшего школьника лежит эмоциональный интеллект, который подразумевает собой готовность ребенка учитывать его эмоциональное состояние в своей деятельности и уметь ориентироваться на другого человека» [16].

В системе эмоционального интеллекта присутствуют два аспекта: внутриличностный и межличностный т.е. социальный, другими словами умение управлять собой и умение управлять отношениями с людьми.

Усовершенствование кругозора и логического мышления ребенка еще не является залогом его будущей адаптированности и успешности в жизни [18].

Как указывает Е.И. Изотова, очень важно, чтобы школьник овладел способностями эмоционального интеллекта, а именно: - умением признавать свои чувства и принимать их такими, какие они есть; - умением контролировать свои чувства; - способностью сознательно влиять на свои эмоции; - способностью использовать свои эмоции на благо себе и окружающим; - умением эффективно общаться с другими людьми, находить с ними общие точки соприкосновения; - способностью определять и признавать чувства других, представлять себя на месте другого человека, сострадать ему [14].

Исследователи А.В. Алешина, С.Т. Шабанов отмечают, что «эмоциональное развитие в младшем школьном возрасте обладает своими характерными особенностями, которые в дальнейшем будут определять специфику становления эмоционального интеллекта. В данном возрасте все отношение к окружающему миру склонно проявлять в эмоциональной направленности, которая основывается на позициях «хорошо» и «плохо» [56].

Факторами, воздействующими на формирование эмоционального интеллекта, являются жизненные ситуации, которые могут приносить ребенку различные чувства тревоги, беспокойства, радости и т.д. Их значимость заключается в том, что осмысление ребенком своих эмоций и эмоций окружающих, дает ребенку заключение об окружающей его ситуации и готовит его к соответствующей эмоциональной реакции.

Факторы могут быть биологическими и социальными. Под биологическими факторами понимается особенность пола, возраст; под социальными – окружение ребенка, воздействие на него социальной среды, отношения родителей к детям, отношения со сверстниками и отношение ребенка в школе. Отношения ребенка с семьей является

основным фактором становления и организация эмоционального интеллекта. Развитием ребенка в системе детско-родительских отношений занимались такие известные ученые как Р.М. Грановская, Р.В. Овчарова, А.С. Спиваковская и др. Они пришли к выводу, что «семья – это первая социальная сфера, которая предназначает его развитие и становление основой формирования его доминирующих эмоциональных состояний. Семья становится источником первых позитивных и негативных переживаний и эмоций ребенка» [39].

Авторы Г.В. Цукерман и М.И. Венгер отмечают, что «...при благоприятных условиях обучения и достаточном уровне интеллектуального развития на этой основе возникают предпосылки к развитию теоретического мышления и сознания. Именно в этом возрасте ребенок впервые начинает осознавать отношения между ним и окружающими, разбираться в общественных мотивах поведения, нравственных оценках, значимости конфликтных ситуаций, то есть постоянно ребенок вступает в фазу формирования личности» [17].

По мнению О.Н. Истратовой, именно «в данный период особенно интенсивно формируется эмоциональный интеллект, но в силу своей несформированности в процессе развития он испытывает многочисленные преобразования и изменения. Это определено некоторыми причинами. Первая причина – духовные изменения, когда по мере своего роста и развития ребенок изменяет взгляд на окружающий мир; второй причиной являются социальные процессы, происходящие в обществе, которые и оказывают большое влияние на формирование эмоционального интеллекта» [28].

По мнению Т.С. Кабаченко «...детские переживания являются прямым следствием новых, трудных или неприятных, жизненных ситуаций. В жизни школьники сталкиваются с трудностями намного чаще, чем взрослые люди, так как то, что взрослому кажется привычным и естественным, у ребенка может вызвать страх, беспокойство и тревогу.

Не обладая достаточным жизненным опытом, младшие школьники обязательно сталкиваются с чем-то неизвестным, неожиданным для себя» [14]. Трудные ситуации играют особую роль в жизни ребенка, давая ему возможность испытывать свои способности, что в одних случаях будет успешным, а в других послужит причиной для гнева и разочарований. Здесь особую роль приобретает эмоциональный интеллект, он становится своеобразным регулятором эмоциональной жизни ребенка, закрепляет нужную ему эмоциональную информацию и отсеивает ненужную».

В настоящее время большой интерес вызывает проблема связи чувств и разума, эмоционального и рационального, их взаимодействие и взаимовлияние. Ученые определили, что около 80% успеха в социальной и личной сферах жизни определяет уровень развития эмоционального интеллекта, и лишь 20% - IQ – коэффициент интеллекта, определяющий уровень умственных способностей человека.

Эмоциональный интеллект отражает внутренний мир человека, определяет его поведение и взаимодействие с другими людьми. Люди с высоким уровнем развития эмоционального интеллекта обладают выраженными способностями к пониманию собственных эмоций и эмоций других людей, к управлению эмоциональной сферой, что обеспечивает более высокую адаптивность и эффективность в общении. Несмотря на это, большая часть образовательного процесса направлена на когнитивное развитие учащегося, а эмоциональная жизнь ребенка и умение выстраивать взаимоотношения с другими людьми вынесены за рамки организованного педагогического процесса [55].

Эмоциональный интеллект – это способность к пониманию своих и чужих эмоций и управлению ими. В структуре эмоционального интеллекта выделяют два компонента: внутрличностный (способность к пониманию собственных эмоций и управлению ими); межличностный (способность к пониманию эмоций других людей и управлению ими) [17].

Способность к пониманию эмоций означает, что человек:

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

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

– понимает причины, вызвавшие данную эмоцию, и следствия, к которым она приведёт.

Способность к управлению эмоциями означает, что человек:

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

– может контролировать внешнее выражение эмоций;

– может при необходимости произвольно вызвать ту или иную эмоцию.

Особую важность и актуальность развитие эмоционального интеллекта приобретает в младшем школьном возрасте, поскольку именно в этот период идет активное эмоциональное становление детей, совершенствование их самосознания, возможности к рефлексии и умения встать на позицию партнера, учитывать его потребности и чувства. Значение эмоций в младшем школьном возрасте очень велико, как и при психической деятельности, так и при становлении личности ребенка. Они обогащают психику, яркость и разнообразие чувств, делают его более интересным и для окружающих, и для самого себя. Разнообразие собственных переживаний помогает более глубоко и тонко понять происходящее [7].

В школьном возрасте возникают ситуации, которые вызывают высокую ситуативную тревожность у детей, происходят оценочные ситуации, такие как ответ, у доски, решение контрольных работ, прохождение экзамена. 85% детей в начальной школе испытывают высокий уровень тревоги по отношению к проверке знаний, это связано со страхом наказания и боязнью расстроить родителей. Вторая причина

тревоги это «трудности в обучении». Тревогу во время обучения испытывают многие школьники, как учащиеся с низкими оценками так и те, кто хорошо и даже отлично учатся, ответственно относятся к учебе, школьной дисциплине. Несоответствие младшего школьника уровню требованиям предъявляемого самому себе и родителями в учебной деятельности способно привести к аффектам в поведении, а при недостатке внимания со стороны учителя, может закрепляться как отрицательные черты характера. Такое поведение характеризуется повышением общей эмоциональной возбудимости, симптомами и синдромами страхов, проявлением агрессии или негативизма. Как правило, младшие школьники очень много трудятся для достижения наивысшей отметки, это опасно срывами в особенности при резком усложнении деятельности. У таких школьников отмечаются выраженные вегетативные реакции, невротоподобные и психосоматические нарушения [18].

Младшим школьникам свойственна легкая «заразительность» эмоциональными переживаниями других людей. Учителям хорошо известны такие факты, когда смех отдельных учеников вызывает смех остальных учащихся класса, хотя последние могут и не знать причины смеха. Девочки начинают плакать, глядя на плачущую подругу, не потому, что считают ее несправедливо обиженной, а потому, что видят слезы. Кроме того, младшие школьники очень впечатлительные. События, увиденные в театре, кино, пережитые в семье, имеющие отрицательную окраску приводят к страху, испугу. Данные события могут долго закрепиться в памяти ребенка, и беспокоит его, тем самым отвлекая от учебного процесса [6].

Для успешной адаптации в обществе человек должен обладать развитым эмоциональным интеллектом, который представляет собой готовность личности ориентироваться на другого человека и учитывать его эмоциональное состояние в своей деятельности. Можно выделить

следующие особенности развития эмоционального интеллекта у младших школьников: легкая отзывчивость на происходящие события; непосредственность и откровенность выражения своих переживаний; большая эмоциональная неустойчивость; слабое осознание своих и чужих эмоции и чувств. Данные особенности необходимо учитывать в образовательном процессе [53].

Таким образом, можно сказать о том, что младший школьный возраст является особенно значимым для формирования и развития эмоционального интеллекта. Именно в данном возрасте возникают физиологические и психологические предпосылки для его становления и функционирования. В развитии эмоционального интеллекта младшего школьного возраста можно выделить следующие особенности [56]:

1) Ребенок осваивает социальные формы выражения чувств. Младшие школьники еще не могут сдерживать проявление своих чувств, обычно лица и позы детей очень ярко выражают их эмоциональные переживания. Такое непосредственное обнаружение своих чувств объясняется недостаточным развитием у детей этого возраста тормозных процессов в коре головного мозга. Кора больших полушарий мозга еще недостаточно регулирует деятельность подкорки, с которой связаны простейшие чувства и их внешние проявления — смех, слезы и т. п. Этим также объясняется и возникновение у детей аффективных состояний, т. е. их склонность к кратковременным бурным вспышкам радости, печали. Правда, такие эмоциональные состояния у младших школьников не являются стойкими и часто переходят в противоположные. Учащиеся так же легко успокаиваются, как и возбуждаются.

2) Ученик начинает понимать эмоцию и соотносить ее со словом и поведением. Возникновение чувств у младших школьников связано с конкретной обстановкой, в которую попадают ученики. Непосредственные наблюдения тех или иных событий или яркие жизненные представления и переживания — все вызывает у детей этого,

возраста чувства. Поэтому всякого рода словесные нравоучения, не связанные с определенными примерами и жизненным опытом детей, не вызывают у них нужных эмоциональных переживаний. Учитывая эту особенность чувств младших школьников, надо объяснять им учебный материал в наглядной форме и так, чтобы он не выходил за пределы их жизненного опыта.

3) Формируется эмоциональное предвосхищение. Участие в жизни школьного коллектива формирует у младших школьников чувство коллективизма и общественной солидарности. Выполнение определенных обязанностей в школьном коллективе, совместная учебная и общественная деятельность, взаимная ответственность друг перед другом и перед классом в целом приводят к тому, что у учащихся накапливается необходимый практический опыт морального поведения в коллективе. На основе этого опыта у школьников формируется чувство долга и ответственности, умение подчинять свои чувства и личные интересы общим целям и интересам коллектива [56].

Складывающиеся моральные нормы поведения в коллективе заметно влияют на формирование чувства товарищества и дружбы у младших школьников. Чувства честности, взаимопомощи и уважения друг друга, формирующиеся в школьном коллективе, переносятся и на личные дружеские и товарищеские отношения учащихся этого возраста. Показательны различия в характере дружбы у младших школьников разных классов. У учащихся I и II классов дружеские взаимоотношения еще недостаточно устойчивы и мотивы дружбы слабо осознаются. Нередко учащиеся этого возраста меняют своих друзей по случайным и субъективным мотивам. В основе дружбы младших школьников лежат общие интересы, преимущественно связанные с игровой деятельностью, с проведением свободного досуга, прогулками и т. п. [41].

4) Формируются высшие чувства: нравственные, интеллектуальные, эстетические. В младшем школьном возрасте формирование

нравственных чувств часто опережает знание ребенком норм морального поведения. Школьник не всегда может объяснить, почему надо вести себя соответствующим образом в той. или иной обстановке, но моральное чувство, сформировавшееся на основе предыдущего' жизненного опыта, правильно подсказывает ему, что такое хороший и дурной поступок. Поэтому при воспитании моральных чувств детей необходимо опираться на их практический опыт морального поведения, создавать условия для расширения и обогащения этого опыта.

Интеллектуальные чувства у младших школьников развиваются по мере накопления знаний и совершенствования познавательных процессов. Эти чувства развиваются в активной умственной деятельности ребенка и проявляются в различных формах: любознательности, чувстве удовлетворения при успехах, чувстве неудовлетворения при неудачах.

Интеллектуальные чувства у младших школьников связаны больше с наглядными предметами, с образами и представлениями, чем с абстрактными мыслями и идеями. У детей этого возраста преобладает интерес к познанию фактов, определенных событий и явлений [56].

Развитие интеллектуальных чувств у младших школьников связано с ростом и удовлетворением их духовных потребностей. Школьники получают удовольствие - от прочитанной книги, решенной задачи. Если же в процессе умственной деятельности у школьника не возникает эмоционального отношения, то нередко это приводит к угасанию познавательных интересов, к ослаблению интеллектуальных чувств. Ученик становится безразличным к чтению, искусству, к учению вообще.

В учебной деятельности и внеклассных занятиях младших школьников много источников возникновения эстетических чувств. Восприятие различных картин и иллюстраций на уроках, экскурсии в музеи, наблюдения природных явлений, посещение кинотеатров, чтение художественной литературы, радио и телевидение и многое другое способствуют развитию у детей эстетических чувств [47].

5) Чувства становятся разумными, осознанными, обобщенными, произвольными. В младшем школьном возрасте ученик усваивает язык чувств – принятые в обществе формы выражения тончайших оттенков переживаний при помощи взглядов, улыбок, жестов, поз, движений, интонаций голоса и т.д.

С другой стороны, младший школьник овладевает умением сдерживать бурные и резкие выражения чувств. Семилетний ребенок в отличие от пятилетнего уже может не показывать страх или слезы. Он научается не только в значительной степени управлять выражением своих чувств, облекать их в культурно принятую форму, но и осознанно пользоваться ими, информируя окружающих о своих переживаниях, воздействуя на них. Воспитание личности приносит плоды только в том случае, если оно происходит в правильном эмоциональном тоне, если педагогу удастся сочетать требовательность и доброту [16].

Таким образом, зная эти важные особенности в развитии эмоций, будет интересно понаблюдать за младшими школьниками в различных видах деятельности, увидеть, как ученики воспринимают друг друга и как меняется проявление эмоциональной составляющей личности ребенка в различном возрасте

1.3. Способы развития эмоционального интеллекта младшего школьника

Понятие «эмоциональный интеллект» не является новым. Об этом явлении писали многие учёные, но использовали другие термины в зависимости от особенностей его выражения: Л.С. Выготский – «обобщение переживаний», А.В. Запорожец – «эмоциональное воображение», В.С. Мухина – «разумность чувств». Кроме того, существует ряд взаимосвязанных с эмоциональным интеллектом качеств, в том числе эмпатия, которая первоначально означает процесс вчувствования, то есть эмоционального проникновения в состояние другого (Ю.Б. Гиппенрейтер, Т.Д. Карягина, Е.Н. Козлова) [4].

Неспособность понимать свои эмоции и эмоции других людей, правильно оценивать реакции окружающих, а также неумение регулировать собственные эмоции при принятии решений приводят ко многим жизненным неудачам. Согласно новейшим исследованиям, успешность человека зависит от коэффициента умственного развития лишь на 20 процентов, а от коэффициента эмоционального развития – почти на 80 процентов.

Основы будущей личности закладываются уже в дошкольном возрасте, который, по определению А. Н. Леонтьева, является периодом первоначального, фактического склада личности. Кардинальные экономические, политические, социальные преобразования и процесс глобализации оказывают на современного дошкольника большое влияние и подвергают таким эмоциональным испытаниям, к которым не может естественным образом адаптироваться человеческая природа. Окружающая действительность в какой-то мере либо тормозит эмоциональный мир ребёнка, либо искажает процесс его развития [19].

В настоящее время существует большое количество программ для развития эмоционального интеллекта взрослых. Однако, эта проблема наиболее актуальна для младшего школьного возраста. По мнению

американских исследователей, эмоциональный интеллект и связанные с ним качества способствуют не только нравственному развитию младших школьников, но и их академическим успехам.

Способом развития эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте может быть беседа. Необходимо говорить с ребенком по поводу того, что сегодня происходило в школе или во дворе, при этом делать акцент на то, как он сам эти эмоциональные ситуации воспринимал и какие эмоции возникли у него тогда. Пробовать с ним обсудить, как можно иначе себя вести, какие варианты поведения были бы возможны, как другие чувствовали себя тогда и воспринимали его поступки. Как они могли бы среагировать если бы он вел себя иначе. Давать ученику свободу рассуждать и возможность высказать все, что он думает, а затем вместе с ним выбирать самый подходящий способ вести себя в каждой ситуации. Говорить с ним по разным быденным темам: почему мы должны помогать друг другу, как другой человек почувствует себя, если мы ему поможем, и если нет; что мы чувствуем, когда ругаемся, и когда стараемся спокойно поговорить друг с другом; что делать, если какой-то друг или подруга грустит или радуется; что делать, если самому скучно; что нужно делать, если у себя есть пирог, а у друга нет. Во всех этих ситуациях стараться показать учащемуся, насколько важна ориентация на других людей, а не только на себя [11].

Следующим средством развития эмоционального интеллекта школьника младшего возраста является художественная литература.

Анализируя нынешнее состояние исследования проблемы влияния художественной литературы на эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста, можно констатировать, что большее внимание уделяется развитию одной сферы — интеллектуальному развитию ребенка. Г. И. Песталоцци сформулировал общее правило, которое заключается в том, что знание не должно опережать нравственного развития ребенка. Родители очень рано начинают обучать

своего ребенка, по существу принуждая его к интеллектуальным усилиям, к которым он не готов ни физически, ни морально. Тогда как для учащегося младшего школьного возраста важнее всего развитие внутренней жизни, питание его эмоциональной сферы, чувств [23].

1. Художественная литература как средство развития эмоционального интеллекта младших школьников.

Наиболее подробно вопрос использования художественной литературы как средства развития эмоций у детей младшего школьного возраста освещён в методических материалах Л. П. Стрелковой. Она отмечает, что именно художественная литература раскрывает перед детьми мир человеческих чувств, вызывая интерес к личности, к внутреннему миру героя. Научившись сопереживать с героями художественных произведений, учащиеся начинают замечать проблемы близких и окружающих их людей.

Именно через художественные произведения, обращенные к сердцу ребенка, он получает глубокие знания о человеке, его проблемах и способах их решения. Восприятие художественных произведений оказывает сильное

воздействие на эмоциональное развитие учеников, а процесс ознакомления с художественной литературой создает реальные психологические условия для формирования социальной адаптации ребенка [6].

Главное условие воздействия художественного произведения на ученика на этапе чтения является эмоциональное отношение взрослого к читаемому произведению. При чтении необходима артистичность, искренность и неподдельность чувств взрослого. Выразительно читая книгу, педагог побуждает детей к прочувствованию глубины содержания художественного произведения. Одного лишь прочтения произведения недостаточно, чтобы оценить то, что освоено ребенком в эмоционально-нравственном плане.

Чтобы помочь ребенку глубже почувствовать события и поступки персонажей после прочтения произведения проводится беседа с детьми по осмыслению прочитанного. Главная цель беседы заключается в том, чтобы, побудив ребёнка к диалогу, научить его выражать свои эмоциональные переживания в речи.

Огромную роль в осмыслении материала, как познавательного, так и эмоционального характера, играют иллюстрации в детских книгах. При рассматривании с учащимися иллюстраций особое внимание необходимо уделить анализу эмоциональных состояний персонажей, изображенных на картинках, а также умению определять настроение при рассматривании пейзажных картин [12].

2. Работа по развитию эмоциональной сферы младшего школьника средствами художественной литературы.

При работе над произведением очень эффективен прием игры-беседы с персонажами произведения. Цель данного приема – оценить то, насколько детям понятно содержание художественного произведения, то как учащийся усвоил нравственные эталоны, какова его позиция по отношению к разным героям.

Следующий этап в работе над книгой — это игра-драматизация. Она обогащает жизненный опыт школьника, способствует развитию умения встать на позицию другого человека, оценить его поступок, сблизиться с героем произведения, пережить его победы и поражения.

Как этап обобщения работы над художественным произведением, включается процесс переноса ситуаций из произведений в жизнь учащихся [28]. Представления, которые получили учащиеся младшего школьного возраста из художественных произведений, переносятся в их жизненный опыт постепенно, систематически. Главным принципом остаётся стремление вызвать у ребёнка не только сопереживание героям, но и сочувствие, настолько активное, чтобы оно в свою очередь побудило импульс к внутреннему содействию. Необходимо создать условия

игровые или жизненные, в которых это внутреннее содействие могло бы реализоваться.

Нужно начинать работу с прочтения книги. После прочтения произведения проводилась беседа о прочитанном произведении. Готовясь к беседе, тщательно продумывались вопросы, которые будут задаваться детям в связи с прочитанной книгой.

Таким образом, правильно организованные беседы, помогают развитию эмоциональной сферы младших школьников, помогают усваивать этические представления, полученные детьми при беседе [35].

Приходится внимательно наблюдать за тем, как вносит школьник в роль свое личное эмоционально-нравственное отношение к таким моментам, которые являются аналогами соответствующих жизненных ситуаций. В этих ситуациях использовался следующий метод руководства игрой: приходится выступать в качестве одного из персонажей игры, стараться показать всем детям жестокость поступков отрицательного героя.

Основным звеном в работе над художественным произведением является процесс внедрения ситуаций из произведений в жизнь группы.

Беседа может вестись от лица персонажа произведения. С помощью беседы персонажа с учениками возникшая спорная ситуация будет решена.

Подводя итог, можно сказать, что в младшем школьном возрасте ученики очень любят слушать художественные произведения, так как они раскрывают перед детьми мир человеческих чувств, вызывая интерес к внутреннему миру героя. Научившись сопереживать героями художественных произведений, ученики начинают замечать проблемы окружающих людей. У них формируются гуманные чувства, способность проявлять участие и заботу, различать несправедливость. А именно этих качеств так не хватает в современном мире [34].

Художественную литературу можно расценивать как наиболее доступный вид искусства, способствующий эмоциональному развитию школьников. Чтение ни в коей мере нельзя рассматривать только как интересное время проведения, как приятное доступное ребёнку занятие; напротив, - это очень существенное средство развития в ребёнке тонкого понимания внутреннего эмоционального мира людей, способ снятия тревоги и воспитания уверенности в будущем.

Художественный потенциал литературы из школьной программы очень велик, но, изучив научную и специальную литературу по данной теме, можно сделать вывод, что сказки, рассказы, стихи, загадки для развития эмоций у младших школьников используются редко, хотя литература является действенным средством для развития эмоционального мира детей [6].

В период младшего школьного возраста значительно обогащается содержание эмоциональной сферы учащегося, происходит не только развитие представлений о том, как нужно себя вести в определённой ситуации, но и начинает своё развитие воля.

Формирование эмоций и чувств, коррекция недостатков эмоциональной сферы должны рассматриваться в качестве одной из наиболее важных, приоритетных задач воспитания. В процессе развития происходят изменения в эмоциональной сфере, меняются его взгляды на мир и отношения к окружающим. Но сама по себе эмоциональная сфера качественно не развивается, её необходимо развивать. Действенным средством для этого является художественная литература.

В контексте гуманистической педагогики музыкальное развитие, напрямую обращённое к эмоциональной сфере школьника, является идеальной средой для обогащения и гармонизации его эмоциональной сферы [41].

Педагоги обратили внимание на то, что музыкально-игровая деятельность развивает эмоциональную сферу младших школьников,

помогает развитию коммуникативных способностей, усвоению новых требований и правил, коррекции личностных черт детей.

С помощью музыки учащиеся нравственно и эмоционально обогащаются, познают окружающий мир, себя и других людей, реализует творческий потенциал.

Любовь к музыке не может возникнуть сама собой, этому нужно учиться у взрослых. Воспитание любви начинается с чувства, вызывающего эмоциональную отзывчивость и желания исполнять предложенные педагогом музыкально - ролевые игры [49].

Работа над созданием сценария праздника или театральной постановки начинается со знакомства учащихся с художественным произведением, затем беседой об образах героев и распределением ролей. Для выразительности образа педагоги подбирают музыкальное сопровождение, песенный репертуар, танцы, игры и оркестровые аранжировки. Что развивает эмоциональную отзывчивость в виде исполнительства и творчества [48].

Музыка представляет собой искусство выражения чувств, эмоций, настроений, мыслей и идей, создает основу для эмоционального контакта взрослых и детей.

Воздействуя на чувства и мышление человека, музыка вызывает в его представлении образы реальной жизни, способствует переживанию и осмыслению их, влияет на мировоззрение человека, направляет и изменяет его.

Мировая музыкальная классика имеет целый пласт так называемой на «детской музыки» - произведений, предназначенных для слушания и исполнения детьми, например, цикл детских пьес Р. Шумана, С. Прокофьева, П. Чайковского и др. Эмоциональное состояние отражают и не программные пьесы [57].

Постепенно представления младшего школьника о чувствах, выраженных в музыке весёлого, шутивного и светлого, спокойного,

нежного характера появляются тревожные, взволнованные, таинственные, скорбные, решительные.

Эстетические переживания школьников углубляются, усложняются, обогащаются, учащиеся учатся различать не только общую эмоциональную окраску музыки, но и выразительность интонации. Музыка - интонационное искусство. Через интонацию она выражает огромное богатство эмоционально-смыслового содержания, центром которого является человек и его окружающий мир. Часто, выбирая из фонотеки музыкальное произведение, ученики сообщают воспитателю и сверстникам о своём видении изображаемых в спектаклях образах и эмоциональных состояниях. Если настроение не весёлое, они предпочитают музыку негромкую, плавную, а когда им хочется повеселиться, просят «включить» танец или марш [48].

Бесспорно, школьники должны слушать музыку только в хорошем исполнении, при этом испытывает сильные эмоции, которые часто становятся причиной возникновения интереса к музыке, желание заниматься музыкальной деятельностью. Чем устойчивее связь учащихся и музыки, тем успешнее его эмоциональное развитие. В работе со школьниками в процессе восприятия музыки могут быть использованы следующие виды деятельности: словесное, вокальное, интонационное, мимическое, тактильное, моторно-двигательное и темброво-инструментальное. Их необходимо варьировать и сочетать друг с другом [58].

Чтобы эмоционально переживать музыкальное произведение, учим учащихся анализировать, обращать внимание на средства музыкальной выразительности, характер мелодии. В процессе слушания музыки учащиеся осознают собственное эмоциональное состояние, углубляют эмоциональное восприятие, воспринимают средства музыкальной выразительности. Так как опыт восприятия музыки в младшем школьном возрасте очень мал, то для проявления

эмоционального интеллекта требуется несколько прослушиваний музыкальных произведений. С каждым прослушиванием воспринятый музыкальный образ углубляется и накапливается эмоциональный опыт детей. Педагог ведет работу по обогащению словаря детей словами, характеризующими эмоционально-образное содержание музыки.

Воздействие музыки на глубочайшие слои эмоций, несравненно сложнее и сильнее, чем других видов искусств. Музыка способна волшебным образом помочь в развитии, разбудить чувства, обеспечить интеллектуальный рост детей [50].

Немаловажное значение в театральной деятельности имеет умение детей мелодично исполнять песни, осознавая характер исполняемого образа и мелодии, качества звуковедения (плавного, чёткого, отрывистого, средств музыкальной выразительности акцентов, динамики, взлётов и падений мелодии, темпа и ритмического рисунка). Эти свойства можно моделировать (моторно-двигательное уподобление характеру звучания музыки) с помощью движений рук, танцевальных и образных движений [27].

Активная природа школьника находит выражение в двигательных реакциях на звучащее музыкальное произведение. Придумывая движения под музыку, учащиеся конкретизируют музыкальный образ художественных произведений, делая его понятным в первую очередь самому себе. Движение становится для них средством передачи характера образа.

Педагог объясняет учащимся, что, выбирая движения, прежде всего, необходимо прислушиваться к характеру музыки, лишь в этом случае можно говорить о слитности движений и их выразительности.

Организация взаимодействия школьников с искусством помогает выражать свои эмоции чувства близкими ему средствами: словом, звуками и движениями [10].

Таким образом, систематическое и целенаправленное воспитание и обучение на основе эмоционального интеллекта на классическую музыку обеспечивает интеллектуальный рост младшего школьника. Кроме того, эмоциональный интеллект составляет основу развития эмоциональности в реальной жизни, воспитания таких качеств личности, как доброта, душевность, чуткость, умение сопереживать другому человеку.

Следующее направление в развитии эмоционального интеллекта является театрализованная деятельность. Театр – один из самых демократичных и доступных видов искусства для детей, он позволяет решить многие актуальные проблемы современной педагогики и психологии, связанные с созданием положительного эмоционального настроения, снятием напряжённости, решением конфликтных ситуаций. Если не научить младших школьников грамотно общаться с детства, это проблема будет сопровождать его всю жизнь [48].

Театрализация в младшем школьном возрасте становится спектаклем, в котором ребенок играет роль уже не для себя, а для зрителя. Развитие учащегося идёт от движения к слову. Поэтому детям легче выразить свои чувства, эмоции через пластику тела. Поэтому используются специальные упражнения для расслабления различных групп мышц, вплоть до полного расслабления всего тела (упражнения «Ласковые ладошки», «Чудесный сон котенка», игра «На полянке»).

С помощью стихотворений развивается голосовой аппарат, активизируется весь организм ребёнка. Говоря от имени определённого мультипликационного персонажа, ребёнок раскрепощается, старается передать его индивидуальные интонации [43].

Опыт показал, что в театрализованной деятельности происходит формирование творческой личности младшего школьника, эмоциональной сферы и эстетической культуры. Театрализованная деятельность способствует повышению самооценки школьников, их

уверенности в своих силах, выработки способности к самостоятельному и адекватному принятию решений в трудных ситуациях.

Также, одним из направлений в развитии эмоционального интеллекта школьника является использование игры, упражнений. Игра дает детям возможность воспроизвести взрослый мир и участвовать в воображаемой социальной жизни. Учащиеся учатся разрешать конфликты, выражать эмоции и адекватно взаимодействовать с окружающими [19].

Игра — это школа социальных отношений, в которых моделируются формы поведения школьника. И наша задача — правильно и умело помочь школьникам приобрести в игре необходимые социальные навыки. Поэтому в практике значительное место отводится развитию эмоционального интеллекта именно через игру. Используя разнообразные игры, можно значительно повысить эффективность развития эмоционального интеллекта детей младшего школьного возраста.

Для развития эмоционального интеллекта существуют специальные интерактивные мероприятия и игры. С помощью различных игр учащийся дает волю своему воображению и мысленно связывается с положительными эмоциями. В дальнейшем младшим школьникам легче настроиться на свою эмоциональную волну. Так же, игры для развития эмоционального интеллекта используют, чтобы при общении младший школьник всегда мог высказывать свою эмоциональную реакцию на любой их поступок в вежливой, тактичной форме. Младшие школьники учатся высказывать свое мнение и произносить речь по определенной формуле, со ссылками на свои возникшие чувства, учиться общаться и делиться эмоциями, заявлять окружающим по общению, какие именно детали его поведения вызвали такую реакцию. Используется такой тип игр, с помощью которых можно научиться считывать и предугадывать эмоции человека [28].

В результате работы с младшими школьниками в форме игры, в своем большинстве, находятся в положительном эмоциональном состоянии, имеют собственное мнение, самостоятельно выбирают друзей, игрушки, виды деятельности. Учащиеся положительно относятся к окружающим людям, стараются учитывать мнения других людей, стремятся к совместной деятельности, знают способы взаимодействия и выхода из конфликтных ситуаций [27].

Таким образом, для развития эмоционального интеллекта младшего школьника мы можем использовать следующие способы как: беседа, художественная литература, театральная деятельность, музыкальная деятельность, игры.

Выводы по 1 главе

Анализ психолого-педагогической литературы позволил сделать нам следующие выводы.

В последние годы увеличивается число детей с эмоциональной неустойчивостью, что серьезно осложняет взаимоотношения ребенка не только с окружающим миром, но и с окружающими людьми.

Основываясь на актуальности существующей проблемы, имеет смысл тщательного изучения развития эмоционального интеллекта младшего школьника через психолого-педагогическую литературу.

Эмоциональный интеллект - это способность понимать отношения человека, выраженные в эмоциях, и управлять этими эмоциями посредством интеллектуального анализа и синтеза. Эмоциональный интеллект выражает внутренний мир и его связи с поведением человека и взаимодействием с реальным миром. Наиболее современные исследователи определили «эмоцию как многокомпонентное явление».

В настоящее время теоретический анализ эмоций возможен с точки зрения трех основных подходов: эмоции как социальные конструкты; эмоции как естественные дискретные сущности; эмоции как не рассматриваемые научно непрерывные обыденные сущности.

Эмоциональный интеллект – это психическое свойство, формирующееся в ходе жизни человека под влиянием ряда факторов, которые обуславливают его уровень и специфические индивидуальные особенности.

Сущность эмоционального интеллекта заключается в том, что необходимым условием эмоционального интеллекта является понимание эмоций субъектом. Так же, можно выделить следующие характеристики эмоционального интеллекта:

- Эмоциональная отзывчивость определяется как эмоциональная реакция младшего школьника на состояние другого человека, включающая пути переживания и сочувствия.

- Понимание и осознание своих и чужих эмоций, чувств. Школьники младших классов гораздо легче понимают и осознают эмоции, возникающие в знакомых им жизненных ситуациях, но часто затрудняются выразить эмоциональные переживания словами.

- Непосредственность и откровенность проявления своих эмоциональных переживаний, таких как: радости, печали, страха, удовольствия или неудовольствия

Развитие эмоционального интеллекта младшего школьника может осуществляться следующими способами: беседа, художественная литература, музыка, театрализованная деятельность, игра.

ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ВЫЯВЛЕНИЮ УРОВНЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

2.1. Организация и анализ констатирующего эксперимента

Опытно-экспериментальная работа была организована в гимназии №16 (г. Красноярск, ул. Урицкого, 23). В эксперименте принимало участие 18 человек (4 «А» класс).

Цель констатирующего эксперимента – определение актуального уровня развития эмоционального интеллекта младших школьников.

Для определения уровня эмоционального интеллекта были подобраны критерии, которые представлены в Таблице 1.

Таблица 1 - Критерии и уровни развития эмоционального интеллекта младших школьников

Критерии	Уровни		
	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Эмоциональная отзывчивость на происходящие события;	Гармония с окружающим миром и умение быстро реагировать на происходящие события	Способность отзываться на происходящие события	Невозможность или низкая способность отзываться на происходящие события
Степень готовности к переживанию возможных эмоций	Непосредственность и откровенность проявления своих эмоциональных переживаний	Адекватное переживание различных эмоций	Сильные эмоциональные реакции (грубость, оскорбления), склонность к депрессивным состояниям
Понимание и осознание своих и чужих эмоций, чувств;	Высокий уровень понимания и осознания своих и чужих эмоций, наличие стремления развиваться и помогать в этом окружающим	Способность понимать и осознавать свои и чужие эмоции, чувства	Невозможность или низкая способность узнавать свои и чужие эмоции и чувства

Для выяснения уровня развития эмоционального интеллекта младших школьников были подобраны следующие методики:

- Наблюдение;
- Беседа «Управление эмоциями»;
- Методика «Эмоциональные лица» (Н. Я. Семаго).

Остановимся кратко на описании данных методик.

Наблюдение

Наблюдение — это организованное, целенаправленное, фиксируемое восприятие психических явлений с целью их изучения в определенных условиях. Наблюдение, как метод исследования, является наиболее распространенным и востребованным методом социологических и психологических исследований.

Характерной чертой метода наблюдения является то, что он позволяет изучить исследуемое явление непосредственно в его естественных условиях, так, как это явление протекает в действительной жизни. Метод наблюдения исключает использование каких-либо приемов, которые могли бы внести изменения или нарушения в естественный ход изучаемых явлений. Благодаря этому метод наблюдения позволяет познать изучаемое явление во всей полноте и жизненной правдивости его качественных особенностей. Предметом наблюдения в психологии являются не непосредственные субъективные психические переживания, а их проявления в поступках и в поведении человека, в его речи и деятельности.

Наблюдение осуществляется с целью выяснения уровня эмоциональной отзывчивости на происходящие события.

Для определения уровня эмоциональной отзывчивости на происходящие события будут важны следующие ключевые моменты: оценивание способностей отзываться на происходящие события, наблюдение за гармонией учащегося с окружающим миром и умением быстро реагировать на происходящие события.

Данные характеристики важны для гармоничного развития личности. От того насколько младший школьник будет эмоционально отзывчив к окружающему миру и обществу, настолько быстро он будет уметь приспосабливаться к различным жизненным ситуациям и изменениям.

При исследовании особенностей эмоционального интеллекта в процессе обучения, исследователь посещает различные уроки в соответствующих классах школы, проводит на них систематические наблюдения и собирает материал, который позволил бы ответить на поставленный в исследовании вопрос. Наблюдение касается ответов самих учащихся, с которых они отчитываются перед учителем в полученных знаниях, а также в их взаимоотношениях при работе в группах. Такое наблюдение будет направлено на регистрацию и сбор материала, выраженного по преимуществу в словесной форме.

Беседа:

«Управление эмоциями»

Беседа – это метод устного получения сведений от интересующего исследователя человека путем ведения с ним тематически направленного разговора. Беседа позволяет связать учебный материал с личным опытом ребенка. В процессе беседы учащиеся воспроизводят необходимые знания и связывают их с полученным учебным материалом. По вопросам и ответам ученика он видит, что ребенок понимает и чего не понимает. Беседу проводят в любых классах, однако преимущественное значение она имеет в начальном обучении. Первоначальные научные знания основываются на представлениях ребенка, на его личном опыте. Она наиболее удобна, чтобы воспроизвести и сформировать в сознании младшего школьника представления, которые являются основой для усвоения нового материала на уроке в начальных классах начинается с беседы, которая ставит своей целью связь нового с изученным материалом, с тем, что известно детям.

Проводится беседа с учащимися.

В жизни ваше «Я» - эмоциональное меняется в зависимости от оценки вас другими (значимыми) людьми. Что вы чувствуете, когда кто-то говорит вам следующие слова? Выберите ответ, обозначающий ваше состояние в этот момент, и объясните, почему вы это чувствуете в каждом случае.

«Работа выполнена отлично! Ты заслуживаешь пятёрку!»

«Не задавай вопросов! Делай только то, что тебе говорят!»

«Может быть, ты мне поможешь?»

«Пошёл прочь, а то ударю!»

«Я не могу заняться тобой, я занят. Так что, пойдёшь, погуляй»

«Какой ты способный!»

«Твоя работа сделана безобразно!»

«Посмотри, до чего ты докатился!»

«Брось эту работу, тебе её всё равно не выполнить!»

«Как ты сегодня хорошо выглядишь!»

«Если ещё раз принесёшь двойку – получишь, лентяй!»

Возможные ответы: печаль, огорчение, радость, удовольствие, страх, отчаяние, безразличие, сомнение, удивление, обида, окрыленность, неуверенность, растерянность, гордость, сострадание, гнев, воодушевление, негодование.

Давайте определимся, что такое эмоция. Эмоция — это субъективное оценочное отношение человека к тем или иным ситуациям. Человек имеет право на любую эмоцию. Но формы проявления эмоций должны быть человеческими, отвечать общепринятым правилам приличия.

Эмоциями можно управлять. Научиться управлять своими эмоциями, в первую очередь, это означает выражать их в такой форме, чтобы было понятно другим людям.

«Проживание чувства»

Это способ очень похож на первый дополнение лишь в том, что Вы плюсом «включаете» фразу – я позволяю этому быть – даете разрешение.

Например:

1. «Я обижен» – определение чувства;
2. «Я беру ответственность за свою обиду» – взятие на себя ответственности за чувство;
3. «Я позволяю этому чувству быть во мне» – открытие канала чувства возможность его «проработки» или по другому «проживания». Дело в том что в основном человек испытывает дискомфорт не из за самого чувства а из за «подавление» этого чувства, а по законом физики любое действие вызывает противодействие, то есть чувство усиливается в разы.

«Понимание чувства»

В этом способе помимо понимания чувства и взятие ответственности вы задаете себе «глупый» вопрос – Для чего? Например: «Я расстроен», «Это мое расстройство и я за него отвечаю». Для чего я расстроен? Как правило, это вызовет у Вас улыбку. Ведь по природе чувств «глупо» быть расстроенным. Если расстройство сохраняется, то переходите к следующему способу.

«Реализация чувства»

Здесь добавляется вопрос — Чего я хочу? Например - «Я грущу». Для чего мне эта грусть? Чего я хочу? Ответы могут быть разными, например: «грустить дальше» (грустите на здоровье см. «проживание чувства»), «хочу чтобы меня пожалели», «хочу понять что то важное что выходит через грусть» и т.д. Если чувство — «злость», могут возникнуть желания опасные – «прибить этого человека» например. Задайте себе вопрос — «как я могу проявить злость, не прибегая к насилию или оскорблению?» Ответ может быть таким – «стукнуть в стену», например. Стукните на здоровье в стену и посильнее, чтобы штукатурка посыпалась.

У одного моего темпераментного знакомого была привычка вышибать дверь в ванной во время злости. Они эту дверь даже и не ремонтировали толком. Все в семье знали — есть дверь. Нормальное такое веселое проявление злости.

Методика «Эмоциональные лица» (Н. Я. Семаго)

Данная методика была разработана Н.Я. Семаго в 1993 г. и предназначена для оценки возможности адекватного опознания эмоционального состояния, точности и качества этого опознавания. Также при работе с методикой возможна косвенная оценка межличностных взаимоотношений, в том числе выявление контрастных эмоциональных «зон» в общении с детьми или взрослыми. В качестве стимульного материала используются две серии изображений эмоциональной лицевой экспрессии. Методика используется для работы с детьми от 3 до 11-12 лет.

Цель: Оценка возможности адекватного опознания эмоционального состояния, точность и качество этого опознания (тонкие эмоциональные дифференцировки), возможность соотнесения с личными переживаниями ребенка. При работе с методикой возможна косвенная оценка межличностных взаимоотношений, в том числе выявление контрастных эмоциональных «зон» в общении с детьми или взрослыми.

1-я серия (3 изображения) состоит из контурных (схематичных) изображений лиц. В схематичном виде проводятся следующие эмоциональные выражения:

Злость (гнев);

Печаль (грусть);

Радость.

Эмоциональная экспрессия на контурных изображениях обозначена наиболее значимыми элементами лица: характерным для каждого варианта пространственным расположением уголков рта и положения бровей.

2-я серия (14 изображений) включает в себе изображения конкретных лиц детей (мальчиков и девочек: по 7 изображений соответственно). В методике используются изображения со следующими эмоциональными выражениями:

Явная радость;

Страх;

Сердитость;

Приветливость;

Стыд, вина;

Обида;

Удивление.

Процедура проведения

Как правило, работа с данной методикой проводится в ситуации, когда возникает гипотеза относительно проблем эмоционального развития ребенка и особенностей развития аффективной сферы. Соответственно, материал подается в зависимости от задач исследования в различные моменты диагностического обследования, часто это удобно делать в процессе «смены деятельности» и так называемого «отдыха» ребенка.

Сама процедура проведения исследования в полном объеме состоит из трех последовательных этапов.

1-й этап: предъявление для опознания эмоциональных состояний 1-й серии изображений (схематичные изображения).

2-й этап: предъявление реальных изображений (в соответствии с полом ребенка).

3-й этап: придумывание истории по какому-либо изображению.

В зависимости от поставленных задач и основной диагностической гипотезы обследование может быть завершено уже после первого этапа, в

определенной ситуации первый и второй этапы могут меняться местами (см, ниже).

На первом этапе, в процессе проведения, помимо стандартной инструкции, возможно использование системы наводящих вопросов. Последние зависят от особенностей состояния и предполагаемого типа развития ребенка, его возраста, и поэтому вопросы должны гибко «модифицироваться» при проведении обследования.

Ребенку предъявляются схематичные изображения лиц, складываемые в случайном порядке перед ребенком. Раскладка производится так, чтобы все изображения находились в поле зрения ребенка.

Инструкция.

«Посмотри на эти рожицы и скажи, какое у каждой настроение». Если ребенку не понятно слово «настроение», можно объяснить, что человеку может быть хорошо или плохо. При этом ни в коем случае нельзя самому специалисту вербализовать какое-либо эмоциональное состояние.

После того как ребенок назвал настроения «рожиц», необходимо изменить порядок карточек или нарисовать лица в другом порядке и попросить его назвать «настроение» еще раз. Это делается для того, чтобы исключить или, по крайней мере, минимизировать случайность «попадания».

В процессе называния ребенком эмоциональных состояний схематических изображений экспериментатор должен быть пассивен, то есть не переспрашивать и не «переназывать», дублировать высказывания ребенка, даже если к этому его «подталкивает» ситуация (то есть в ситуации, когда ему кажется, что ребенок понимает и правильно вербализует данное эмоциональное состояние, и поэтому можно самому «раскрыть его»). Неукоснительно должно соблюдаться

правило отсутствия каких-либо «наводок», как в плане «названий» эмоций, так и в плане помощи в назывании.

На втором этом этапе ребенку предъявляются изображения 2-й серии: изображения. При этом предъявляются картинки, соответствующие полу ребенка. Изображения 2-й серии подаются в том же порядке, как они представлены в разделе Стимульный материал. Содержание стимульных изображений, предъявляемых в такой последовательности, представляет собой процесс усложнения идентифицируемых ребенком эмоциональных состояний от достаточно простой «явной радости» к более сложным для опознания «удивление», «обида», «стыд, вина».

Анализируемые показатели:

- Адекватность оценки эмоционального состояния.
- Яркость эмоциональных образов (эмоциональная заряженность, включающая соответствующую мимическую экспрессию самого школьника).
- Уровень дифференцировки эмоциональных проявлений и соответственно, адекватность владения соответствующим словарем.
- Инертность, застревание или гибкость в восприятии эмоционального состояния.
- Собственно «словарь эмоции» в его сопоставлении с активным словарным запасом школьника, его возрастом и особенностями аффективного реагирования.
- Выявление «конфликтных» зон, связанных с эмоциональным неблагополучием.
- Особенности сформированной системы базовой аффективной регуляции.

Анализ результатов констатирующего эксперимента

Проанализируем результаты, полученные с помощью описанных ранее методик.

Наблюдение (см. протокол в прилож.)

На основании критериев, вынесенных из теоретической части исследования было произведено наблюдение за формированием эмоциональной отзывчивости у младших школьников на уроках литературного чтения.

В ходе наблюдения, мы подчеркнули, что занятия строятся на материале близком и доступном детям, связанном с актуальными для них проблемами. На занятиях большое внимание уделяется сохранению тесной взаимосвязи знания, чувства, поведения, в раскрытии и осмыслении решаемых проблем. То, что познается детьми, проводится через эмоциональную сферу, чтобы ребенок мог почувствовать другого человека, его проблемы, откликнуться на его эмоциональное состояние, обогащая этим свою личность.

Были уроки, направленные на формирование умения эмоционально откликаться на внешний раздражитель, например, на ситуацию нравственного выбора, на яркие образы литературных героев, на сюжетные события, описываемые автором произведения.

Также некоторые уроки заключались в активном побуждении учащихся к углубленному эмоциональному переживанию, связанном с интерпретацией художественного образа и способности к синестезии (полное чувственное восприятие). Также на уроках были предложены задания, развивающие способность учащихся высказывать собственные суждения и умозаключения о художественном образе.

Были уроки, направленные на обобщение полученных знаний и закрепление способностей к восприятию и адекватному реагированию на эмоциональные состояния литературных героев.

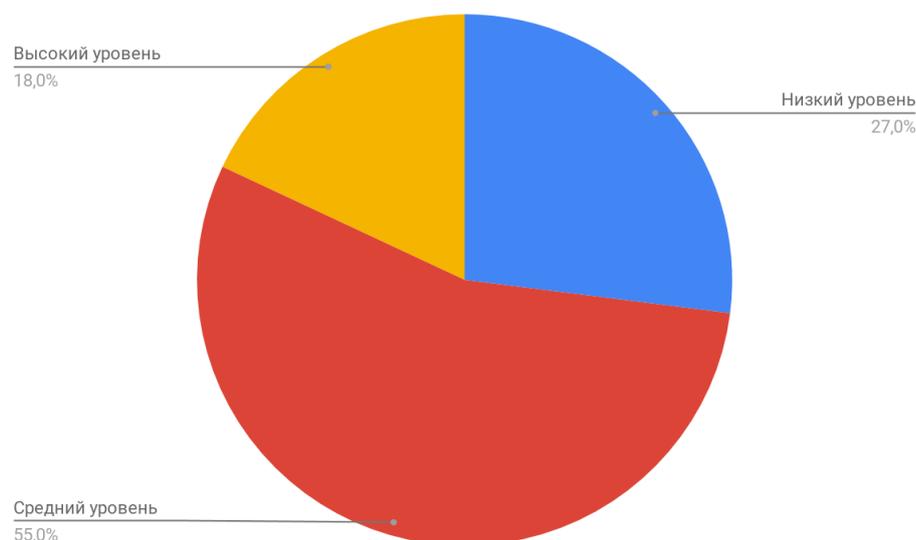


Рисунок 1. Распределение учащихся по степени эмоциональной отзывчивости на этапе констатирующего эксперимента

Результаты исследования позволили выявить три уровня развитости эмоциональной отзывчивости. Согласно результатам: - на низком уровне развитости эмоциональной отзывчивости — 5 учеников (27%): характерной особенностью является отсутствие эмоциональной активности, трудности в оформлении собственных мыслей, низкая способность отзываться на происходящие события; - на среднем уровне — 10 учеников (55%): для них типичным является спокойный темп работы, выполнение домашних заданий и, порой, высказывание собственного мнения; - на высоком — 3 ученика (18%): этой группе характерно постоянное включение в учебный процесс, умение самостоятельно выражать свои переживания, быстро реагировать на происходящие события.

Анализ результатов показал, что у большинства младших школьников был выявлен средний и низкий уровни сформированности эмоциональной отзывчивости. Причинами низкого уровня развития эмоциональной отзывчивости являются недостаточная разработка содержания педагогической работы по развитию эмоциональной отзывчивости.

Анализ результатов констатирующего эксперимента по беседе

«Управление эмоциями»

Степень готовности учащихся к переживанию возможных эмоций находится на среднем уровне. Из результатов данной методики, можно сказать, что формы реагирования детей на ту или иную ситуацию отвечают общепринятым правилам приличия, но при этом младшим школьникам необходима работа по управлению своими эмоциями.

Содержание методики включало в себя следующие утверждения:

1. «Работа выполнена отлично! Ты заслуживаешь пятёрку!»
2. «Не задавай вопросов! Делай только то, что тебе говорят!»
3. «Может быть, ты мне поможешь?»
4. «Пошёл прочь, а то ударю!»
5. «Я не могу заняться тобой, я занят. Так что, походи, погуляй»
6. «Какой ты способный!»
7. «Твоя работа сделана безобразно!»
8. «Посмотри, до чего ты докатился!»
9. «Брось эту работу, тебе её всё равно не выполнить!»
10. «Как ты сегодня хорошо выглядишь!»
11. «Если ещё раз принесёшь двойку – получишь, лентяй!»

Проанализировав ответы младших школьников, можно сказать, что они испытывали вполне подходящие эмоции в необходимых ситуациях.

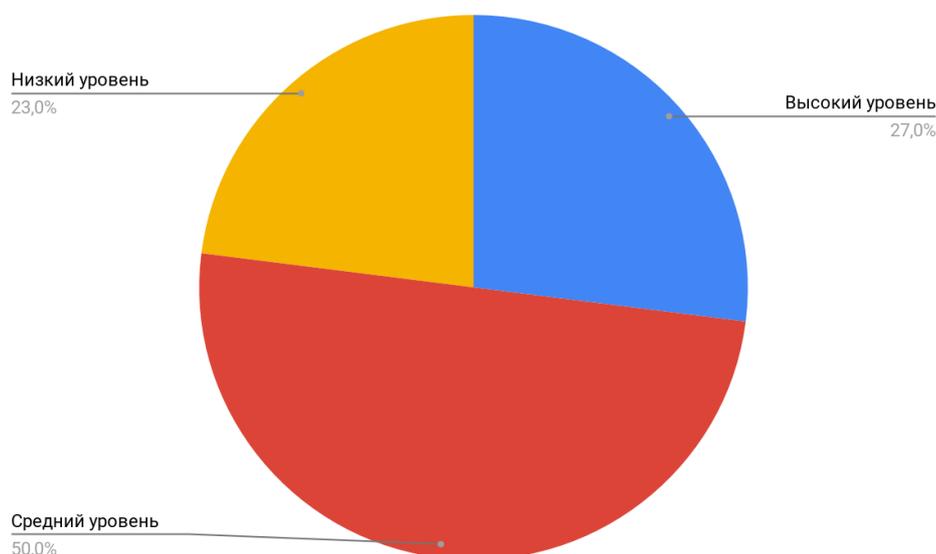


Рисунок 2. Распределение учащихся по степени готовности к переживанию возможных эмоций на этапе констатирующего эксперимента

Результаты степени готовности к переживанию возможных эмоций показывает следующее: степень готовности к откровенности проявления своих эмоциональных переживаний насчитывает 27% участников; способностью адекватно переживать различные эмоции обладают 50% младших школьников; сильным эмоциональным реакциям и склонностью к депрессивным состояниям обладают 23% младших школьников.

Анализ результатов по методике «Эмоциональные лица» (Н.Я. Семаго).

Нами было проведено исследование эмоционального интеллекта детей младшего школьного возраста с применением диагностической методики «Эмоциональные лица» (Н.Я. Семаго).

С помощью методики «Эмоциональные лица» можно зафиксировать знания эмоций, умение распознавать эмоции, опознание эмоционального состояния, точность и качество этого опознания (тонкие эмоциональные дифференцировки), возможность соотнесения с личными переживаниями ребенка.

На первом этапе проводилась оценка умений различать полярные эмоции. В результате проведения данного этапа было выявлено, что большинство учащихся справились с данным заданием. Восемь учащихся справились частично. Они смогли назвать не все эмоциональные состояния. Большое затруднение в определении эмоции было связано со схематичным изображением эмоции “Печаль” и “Удивление” .

Определение эмоций, настроений (второй этап) изображенных на картинке детей позволил установить, что четыре участника смогли определить все эмоции, настроения. Девять младших школьников определили не все эмоции правильно, т.е. у них наблюдаются трудности в определении определенных эмоций. Пять учащихся не смогли определить эмоциональные переживания детей, изображенных на картинках. Они не смогли назвать правильно ни одной эмоции, настроения и был возвращен на первый этап. Эти же учащиеся испытывали определенные трудности и в первом задании, и при повторении не смогли вновь определить схематичное изображение «Печаль», “Удивление”. Обследование эмоционального интеллекта участников завершилось. При этом считается, что с заданием не справились и далее в работе не участвуют.

На третьем этапе, где было необходимо придумать рассказ на основе представленных изображений, оценивалось умение определять собственное эмоциональное состояние и выделение причин эмоций, настроения.

Рассказы участников приводятся дословно.

Участник 1 выбрал картинку «Явная радость», по которой составил следующий рассказ: «Девочке подарили сюрприз, подарок. В подарке был котенок. Девочка обрадовалась и стала веселой».

Участник под номером 2 не представлял рассказ.

Участник 3 выбрал картинку «Сердитость». Рассказ данного участника был такой: «Девочку обидел мальчик и она стала хмурая. Зло».

Участник 4 выбрал картинку «Удивление». Рассказ его был следующий: «Хороший мальчик. Очень хочет обниматься, радуется».

Участник 5 выбрал картинку «Явная радость». Рассказ данного участника был такой: «Она приехала в деревню к бабушке, которую долго не видела и радуется».

Участник 6 выбрал картинку «Явная радость». Рассказ его был следующий: «Мальчик бегает по дому и очень веселится. Скоро Новый год».

Участник 7 выбрал картинку «Явная радость». Рассказ его был таким: «Мальчик бегает по лесу и радуется».

Участник 8 выбрал картинку «Явная радость», по которой составил следующий рассказ: «Ей купили новое платье, и она радуется».

Участник 9 выбрал картинку «Удивление». Рассказ был следующим:

«Шел мальчик по лесу, увидел много-много ягод и удивился».

Участник 10 выбрал картинку «Стыд, вина», рассказ по которой был следующим: «Мальчик опять не справился с домашним заданием, получил тройку и ему стыдно».

Участник 11 выбрал картинку «Явная радость». Рассказ данного участника был такой: «Девочка получила в подарок красивый кукольный дом и была очень рада».

Участник 12 выбрал картинку «Явная радость», по которой составил следующий рассказ: «Он получил ту самую машинку, о которой мечтал. Он счастлив».

Участник 13 выбрал картинку «Явная радость», по которой составил следующий рассказ: «Мальчик пошел играть в футбол, поэтому он рад».

Участник 14 выбрал картинку «Стыд, вина», рассказ по которой был следующим: «Мальчик обидел девочку и за это ему стыдно».

Участник 15 выбрал картинку «Страх, испуг», по которой составил следующий рассказ: «Девочка уронила горшок с цветком и поняла, что мама будет ругаться. Ей страшно».

Участник 16 выбрал картинку «Сердитость». Рассказ данного участника был такой: «Девочка увидела, что её место заняли и поэтому она рассердилась».

Рассказы детей по выбранной картинке начинались с выбора действия персонажа (или даже двух действий), определения причины эмоциональной реакции, например: «Шел мальчик по лесу, увидел много-много ягод...» и определение эмоции персонажа – «...и удивился».

Большинство участников справилось с заданием третьего этапа. На этом этапе рассматривается то, насколько учащийся может идентифицировать собственное эмоциональное состояние, т.е. позиционировать себя иной личностью либо воспринимать другого человека своим продолжением, и выделить причины эмоций, настроения.

Учащиеся, которые выбирают картинку с негативной или позитивной эмоцией для своего рассказа, обычно исходят из собственного самочувствия в подобных ситуациях. Учащийся выбирает картинку с грустным выражением лица, значит у него повышенный уровень тревожности. Таких оказалось 22%: участник под номером 3 (Сердитость), участники под номером 10 и 14 (Стыд, вина) и участник под номером 15 (Страх, испуг).

Обобщим полученным по трем этапам результаты учащихся в виде диаграммы.

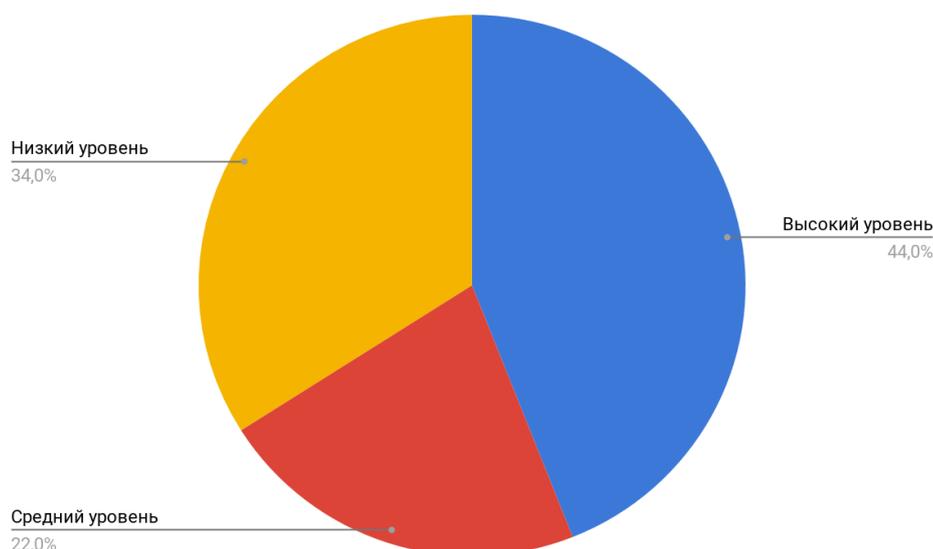


Рисунок 3. Распределение учащихся по уровню сформированности понимания и осознания своих и чужих эмоций на этапе констатирующего эксперимента

Высокий уровень – 44% от общего числа обучающихся. Развернутый и подробный ответ, способность адекватно обозначать эмоциональные состояния и оценивать лицевую экспрессию;

Средний уровень – 22% от общего числа обучающихся. Трудности в опознании и названии абстрактных изображений, оценивание настроения и называние эмоции с помощью взрослого, ответы на вопросы с помощью.

Низкий уровень – 34% от общего числа обучающихся. Задание не выполняет даже с помощью вопросов, не называет настроение, не может показать его на себе.

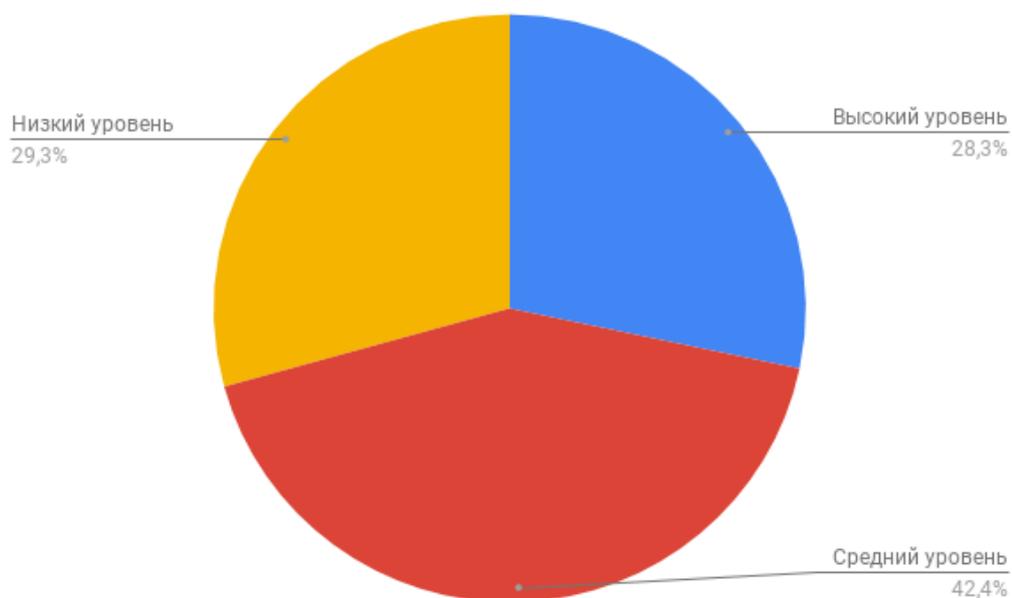


Рисунок 4. Общий уровень развития эмоционального интеллекта младших школьников

Анализ результатов всех методик показал, что: Высоким уровнем развития эмоционального интеллекта обладает 28% младших школьников; 42% младших школьников обладают средним уровнем; 29% младших школьников обладают низким уровнем развития эмоционального интеллекта.

2.2. Методические рекомендации

С целью изучения особенностей развития эмоционального интеллекта нами была разработана программа тренинга, задачами которого стали: различные научные подходы по проблеме исследования, определение особенностей развития эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте, определение уровня актуального развития младших школьников, ознакомление с приёмами и методиками для развития эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте, подбор заданий, упражнений, приёмов для развития эмоционального интеллекта младшего школьника.

Программа направлена на развитие эмоциональной отзывчивости, адекватной оценочной деятельности, направленную на анализ, как собственного поведения, так и поступков окружающих людей.

Задачи программы:

- формировать готовность к переживанию чужих эмоций
- воспитывать интерес младших школьников к окружающим людям, развивать чувства понимания и потребности в общении.
- формировать у учащихся умения и навыки практического владения выразительными движениями – мимикой, жестами, пантомимикой.
- развивать самоконтроль в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе самостоятельной деятельности.
- формировать у школьников способность распознавать собственные чувства и чувства других людей, чтобы уметь управлять своими эмоциями и поддерживать верный стиль в отношениях.

Программа тренинга включала: а) теоретический материал по проблеме эмоций и эмоциональном интеллекте; б) задания и упражнения, отобранные нами в ходе изучения современных тренингов по развитию эмоций, развития актерских способностей, собственно тренингов по развитию эмоционального интеллекта; в) упражнения, специально

разработанные нами в соответствии с предложенной рабочей моделью эмоционального интеллекта.

Умение эффективно общаться, налаживать контакты с различными людьми, находить с ними общий язык – одно из важнейших условий для достижения личностных и профессиональных успехов: создания крепкой семьи, надежного круга друзей, сплоченного коллектива. Это подтверждено многочисленными психологическими исследованиями как зарубежных (Р. Бар-Она, Д. Гоулмана, П. Словея) так и отечественных авторов. При этом, значение логического мышления не так важно, как значение эмоционального интеллекта для успешной самореализации в социуме. По данным ученых около 80% успеха в личной и социальной жизни определяет именно уровень развития эмоционального интеллекта.

Проблемы эмоционального интеллекта рассматривались в таких научных концепциях как теория эмоционально-интеллектуальных способностей Дж. Майера, П. Словея, Д. Карузо, не когнитивная теория эмоционального интеллекта Р. Бар-Она, теория эмоциональной компетентности Д. Гоулмана.

Эмоциональный интеллект в широком его понимании – это способность понимать свои эмоции, адекватно их выражать, контролировать, а также способность понимать эмоциональные состояния других людей, и в соответствии с этим оптимально выстраивать отношения с окружающими. Исходя из этого мы понимаем под программой-метод создания условий для самораскрытия и саморазвития эмоционального интеллекта младших школьников. Формирующий эксперимент составлялся на базе Гимназии №16, находящуюся в г. Красноярск, ул. Урицкого, 23. В эксперименте участвовала группа детей в составе 18 человек из 4 «А» класса.

Программа представляет собой цикл из 9 групповых занятий, продолжительностью 20-40 минут, по 2 раза в неделю.

Цель первого занятия заключается в понимании эмоций и определении контроля над ними. На данном занятии будет осуществляться работа над развитием эмоционального состояния и определением уровня контроля над собственными эмоциями.

Целью второго занятия является умение определять свои чувства и уметь признавать их, а также происходит развитие эмоционального состояния. На данном занятии будут проведены две тренинговые игры, которые помогут в развитии своих чувств и эмоций.

Третье занятие направлено на развитие эмоциональной отзывчивости младших школьников. В ходе работы будет развиваться будет акцент на развитие групповой сплочённости эмпатии развитие эмоциональности.

Цель четвертого занятия- развитие эмпатии. В ходе занятия будет проводиться работа по распознаванию эмоциональных состояний человека. Учащимся будет дана возможность почувствовать себя в центре внимания, посредством взаимодействий в группе. Также немаловажным является развитие сопереживания.

Пятое занятие направлено на развитие умения эффективно общаться учащихся друг с другом, находить общие точки соприкосновения, а также снимать эмоциональное напряжение.

Целью шестого занятия является развитие способности выражать сочувствие и научиться удовлетворять потребности в эмоциональной близости. В ходе работы будет развиваться способность ставить себя на место другого человека, также учиться выражать сопереживание, сочувствие.

На седьмом занятии учащиеся учатся осознанию и принятию своих чувств и эмоций. Для этого на занятии используется метод незаконченных предложений, также игровое упражнение «Я и моё настроение».

Восьмое занятие заключается в формировании положительных чувств и эмоций у младшего школьника. В ходе занятия у учащихся

формируется доброжелательное отношение к другим людям, формируется умение видеть, прежде всего, положительные качества других людей. Каждому даётся возможность ощутить эмоциональное удовлетворение собой и дружескую поддержку.

На девятом занятии осуществляется закрепление всех полученных знаний. Практикуется развитие способности понимать и изображать эмоции.

По окончании проведения программы ожидается развитая эмоциональная отзывчивость, сформированная способность распознавать собственные чувства и эмоции, умение управлять своими эмоциями, а также развитый самоконтроль в отношении проявления своего эмоционального состояния, в ходе самостоятельной деятельности.

Планируется, что после реализации программы школьникам будет легче выражать свои чувства и лучше понимать чувства других, а также у учащихся будет более развит самоконтроль в отношении проявления своего эмоционального состояния, готовность к переживанию различных эмоций, эмоциональная отзывчивость.

Таким образом, гипотеза исследования подтвердилась. Эмоциональный интеллект младшего школьника находится на среднем уровне с тенденцией к низкому уровню и характеризуется эмоциональной отзывчивостью на происходящие события, неполным пониманием и осознанием своих и чужих эмоций, откровенностью проявления эмоциональных переживаний.

Тематическое планирование занятий

Занятие	Цель	Упражнение	Оборудование и материалы
1.	Понимание эмоций. Определение	Ритуал приветствия Игра «Облака» Игра «Садовник»	Фонарик

	контроля над ними.	Ритуал прощания	
2.	Умение определять свои чувства и уметь признавать их. Развитие эмоционального состояния	Ритуал приветствия Игра «Насос и мяч» Игра «Дожди» Ритуал прощания	Фонарик
3.	Развитие эмоциональной отзывчивости	Ритуал приветствия Игра «У моря» Игра «Выбери девочку» Ритуал прощания	Фонарик, карточки с изображением девочки
4.	Развитие эмпатии	Ритуал приветствия Игра «Угадай настроение» Игра «Говорящие предметы» Ритуал прощания	фонарик, коробка с фотографиями
5.	Развитие умения эффективно общаться с другими людьми, находить общие точки соприкосновения	Ритуал приветствия Игра «Угадай настроение» Игра «Говорящие предметы» Ритуал прощания	фонарик
6.	Развитие способности выражать сочувствие,	Ритуал приветствия Игра «Обними и приласкай игрушку» Игровое упражнение	фонарик, мягкие игрушки

	удовлетворение потребности в эмоциональной близости	«Посочувствуй другому» Ритуал прощания	
7.	Обучение осознанию и принятию своих чувств и эмоций	Ритуал приветствия Игровое упражнение «Закончи предложение» Игровое упражнение «Я и мое настроение» Ритуал прощания	фонарик
8.	Формирование положительных чувств и эмоций (спокойствие, радость, доброжелательност ь)	Ритуал приветствия Игровое упражнение «Солнечный зайчик» Игровое упражнение «Царевна Несмеяна» Ритуал прощания	фонарик
9.	Закрепление полученных знаний.	Ритуал приветствия Игровое упражнение «Изобрази...» Игровое упражнение «Что было бы, если бы...» Ритуал прощания	фонарик, сюжетные картинки

Выводы по главе 2

Опытно-экспериментальная работа была организована в гимназии №16 (г. Красноярск, ул. Урицкого, 23). В эксперименте принимало участие 18 человек (4 «А» класс).

Цель опытно-экспериментальной работы заключается в том, чтобы на основе определения актуального уровня развития эмоционального интеллекта предложить методические рекомендации педагогу и психологу.

Для определения уровня эмоционального интеллекта учащихся младшего школьного возраста нами была проведена диагностика группы учащихся 9-10 лет, состоящую из 9 мальчиков и 9 девочек, использованы метод наблюдения, методика «Эмоциональные лица» (Н.Я. Семаго) и беседа «Управление эмоциями».

На основании опытно-экспериментальной работы можно сделать следующие выводы: развитие эмоционального интеллекта среднего уровня обнаружили 42% участников диагностики, высокий уровень показали 28% участников. При таких данных наши участники нуждаются в коррекционно-развивающей работе психолога по развитию эмоционального интеллекта. В группе были выделены младшие школьники, у которых был установлен низкий уровень эмоционального развития (30%). Данные школьники имеют трудности в оценке своих эмоциональных состояний и других людей. В связи с этим для них была разработана коррекционно-развивающая программа. Технология представляет собой совместную учебно-познавательную, творческую и игровую деятельность, необходимую в это возрасте, имеющую общую цель, согласованные методы, способы деятельности, направленные на достижение общего результата по решению актуальной проблемы.

Для учащихся с высоким и средним уровнем эмоционального интеллекта в дальнейшем все же необходимо использовать специально организуемые разные виды, чтобы не утратить уже имеющиеся навыки,

которыми обладают наши участники. Создание в этой деятельности условий для взаимоотношений с окружающими (взрослыми, сверстником, персонажем), а также включение учащихся в разнообразные жизненные ситуации, значимые и неподдельные для них, в которых бы выявился уже приобретенный и формировался новый эмоциональный опыт учеников.

Мы выдвигали гипотезу, что эмоциональный интеллект младшего школьника находится на среднем уровне с тенденцией к низкому уровню. Данная гипотеза была подтверждена. Мы рассмотрели способы и задания интеллекта. Данные способы возможно применять как в учебное время, так и во внеучебное время.

Таким образом, исходя из полученных результатов, можно заключить, что эмоциональный интеллект является важной составляющей в развитии личности младшего школьника. Он служит фактором самоактуализации, связанной с общением и взаимодействием с другими людьми, а также эмоциональной чуткостью в сознании человека, умении принимать эмоции, правильно их интерпретировать и выражать в адекватной форме.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Основной целью работы было определение уровня актуального развития младших школьников в Гимназии №16 (г. Красноярск, ул. Урицкого, 23) и создание методических рекомендаций педагогу и психологу.

Первая задача заключалась в рамках анализа литературы по подбору для исследования научных подходов к данной теме. Было установлено, что научная теория на сегодняшний день не может быть представлена как окончательно оформленная. Мнения исследователей при анализе этого явления значительно отличаются друг от друга, что не позволяет однозначно представить понятие эмоциональный интеллект. В настоящее время большинство психологов, занимающихся изучением интеллектуальной деятельности, признает роль эмоций в мышлении. Эмоции - базовые явления психики, которые отражают отношение к различным аспектам человеческого бытия. Эмоции возникли в результате эволюции для лучшей адаптации организма и обеспечили новый тип мотивации, необходимые для эффективного взаимодействия индивида с окружающей средой и для успешной адаптации к ней. Эмоции являются внутренними регуляторами деятельности, но регуляция осуществляется опосредованно, через мотивы, которые другим человеком могут быть не осознаны.

Вторая задача заключалась в определении особенностей развития эмоционального интеллекта младших школьников. В ходе работы были выявлены следующие особенности: учащиеся осваивают социальные формы выражения чувств, учащиеся начинают понимать эмоцию и соотносить со словами и поведением, формируется эмоциональное предвосхищение, формируются высшие чувства (нравственные, интеллектуальные, эстетические), чувства становятся осознанными и более разумными.

Следующая задача заключалась в подборе приёмов и методик для развития эмоционального интеллекта младшего школьника. Были выбраны следующие способы: беседа, художественная литература, театральная деятельность, музыкальная деятельность, игры.

Общей чертой существующих подходов можно обозначить понимание эмоциональный интеллект как способности к осознанию, пониманию и управлению как своими собственными, так и чужими эмоциями. Возможно, проблема заключается в недостаточном количестве проведенных исследований, что не позволяет экспериментально установить и подтвердить четкую структуру такого сложного понятия как эмоциональный интеллект. Но всё же теоретическая значимость эмоционального интеллекта для социальных и психологических наук не подлежит сомнению.

Мы выдвигали гипотезу, что эмоциональный интеллект младшего школьника находится на среднем уровне с тенденцией к низкому уровню. Данная гипотеза была подтверждена. Обратимся к проанализированным данным для подтверждения полученных результатов.

На основании опытно-экспериментальной работы были сделаны следующие выводы: развитие эмоционального интеллекта среднего уровня обнаружили 42% участников диагностики, высокий уровень показали 28% участников. При таких данных наши участники нуждаются в коррекционно-развивающей работе психолога по развитию эмоционального интеллекта. В группе были выделены младшие школьники, у которых был установлен низкий уровень эмоционального развития (30%).

Поэтому, мы рассмотрели способы для развития эмоционального интеллекта младших школьников. Данные способы, возможно применять как в учебное время, так и во внеучебное время.

Процесс становления эмоционального интеллекта - это неотъемлемая часть развития личности человека. Следовательно, важно понимать с помощью каких инструментов и в какой среде происходит развитие эмоционального интеллекта младших школьников и его особенностей.

Список используемой литературы

1. Басова, А. Г. Понятие эмпатии в отечественной и зарубежной психологии [Текст] / А. Г. Басова // Молодой ученый. - 2012. - №8. – с. 8-12.
2. Басова, А. Г. Формирование эмпатии [Текст]/ А.Г. Басова // Молодой ученый. - 2013. - №5. – с. 17-24
3. Вежбицкая, А. Младший школьный возраст / А. Вежбицкая. - 1989. - 86 с.
4. Выготский, Л.С. Педагогическая психология [Текст] / Л.С. Выготский. – Москва: Педагогика-Пресс, 1999. - 536 с.
5. Голдман, Д. Эмоциональный интеллект [Текст] / Д. Голдман. – Москва: Альпина Паблишер, 2011. - 301 с.
6. Гоулман, Д., Бояцис Р., Макки Э. Эмоциональное лидерство: Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта / Пер. с англ. М.: Альпина Бизнес Букс, 2005. 301 с.
7. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013. 560 с.
8. Давыдова, Ю. В. Эмоциональный интеллект: сущностные признаки, структура и особенности проявления в подростковом возрасте. - Москва, 2011.-21 с.
9. Дарвин, Ч. О выражении эмоций у человека и животных. СПб.: Питер, 2001. 384 с.
10. Деревянко, С.П. Развитие эмоционального интеллекта в тренинговых группах // Психологический журнал. 2008. №2. 79–84 с.
11. Дружинин, В.Н. Эмоциональный интеллект [Текст] / В.Н. Дружинин. – Москва: Альпина Паблишер, 2018 – 188 с.
12. Запорожец, А.В. Основные проблемы онтогенеза психики. Развитие восприятия и деятельность. К вопросу о генезисе, функции и

структуре эмоциональных процессов у ребенка.// Избранные психологические труды: В 2 т. М., 1986. Т.1. 320 с.

13. Изард, К. Эмоциональная сфера ребенка М.: Академия, 2004.- 288 с.

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

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

16. Коробицина Н. А. Понятие эмоций в социальной психологии XXI века: основные подходы [Текст] / Н.А. Коробицина // Психологические исследования. – 2014. - №33.

17. Ланге, К. Г. Душевные движения [Текст] / К. Г. Ланге. – СПб.: Виллюнас, 2007. - 89 с.

18. Левитов, Н. Д. О психических состояниях человека [Текст] / Н. Д. Левитов. – Москва: Просвещение, 1964. – 344 с.

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

20. Люсин, Д.В. Социальный интеллект. Теория, измерение, исследования / Под ред. Д.В. Ушакова, Д.В. Люсина. М., 2004. 29–39 с.

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

22. Матюхина, Т.С. Эмоциональный интеллект / Т. С. Матюхина. - М.: Просвещение, 1984. - 256с.

23. Песталоцци, Г. И. Педагогическое наследие / Г. И. Песталоцци. - Мн.: Народный свет. / 1998. - с. 58

24. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии: В 2 т. / АПН СССР. - М.: Педагогика, 1989 - Т. 1. - 485 с.

25. Сведенборг, Э. Психология эмоций / Э. Сведенборг.- Киев: Пор-Рояль, 1993. -256 с.
26. Селевко, Г. К. Современные образовательные технологии / Г. К. Селевко. - М.: Народное образование, 1998. - 256 с.
27. Старовойтова, Т.А. Формирование учебной деятельности младших школьников / Т. А. Старовойтова, Т.А. - Могилев УО " МГУ имени А. А. Кулешова", 2001 - 30 с.
28. Талызина Н. Ф. Формирование познавательной деятельности младших школьников / Н. Ф. Талызина. - М.: Просвещение, 1998. - 175 с.
29. Торндайк, Э. Процесс учения у человека / Э. Торндайк, - 1935. - № 1. - с. 3-14
30. Матюшкина, А.М. Развитие творческой активности школьников / Под ред. А.М. Матюшкина. - М.: Педагогика, 1991. - 160 с.
31. Майер, Д.Д., Ди Паоло М., Salovey П. Восприятие аффективное содержание неоднозначных зрительных стимулов: компонент эмоционального интеллекта // Журнал оценки личности. 1990. Т. 54. №3, 4. 772–781 с.
32. Мандель, Б. Р. Психология развития. Полный курс: иллюстрированное учебное пособие. М.-Берлин: Директ-Медиа, 2015. 743 с.
33. Макдауголл, У. Различение эмоции и чувства [Текст] / У. Макдауголл. – СПб.: Вилюнас, 2007. – 247 с.
34. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. М.: Академия, 1997. 342с.
35. Мухина, В. С. Детская психология. М.: Просвещение, 1985. 272с.
36. Нелидова, В.А., Маслова Т.М. Эмпатия как важное профессиональное качество психолога [Текст] / В.А. Нелидова, Т.М. Маслова. - Современные научные исследования и инновации. - 2017.- № 3
37. Немчин, Т. А. Состояния нервно-психического напряжения [Текст] / Т.А. Немчин. – ЛГУ, 1983. – 320 с.

38. Обухова, Л. Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы. М.: Тривола, 1998. 352 с.
39. Овчарова, Р.В. Возрастная психология / Р.В. Овчарова. - Учебник. М.: Педагогическое общество России. - 2001. - 442 с.
40. Павлова, Е.М. Эмоциональный интеллект: от иерархических моделей к представлению о единой когнитивной способности [Текст] / Е.М. Павлова // МГУ им. М.В. Ломоносова. - 2014. - №37.
41. Панкратова, А.А. Эмоциональный интеллект: о возможности усовершенствования модели и теста Мэйера–Сэловея–Карузо. // Вестник Московского университета. Серия Психология. 2010. №. 3. 52–64 с.
42. Пиаже, Ж. Психология интеллекта // Избранные психологические труды. СПб., 2004.
43. Прохоров, А. О. Психические состояния и их проявления в учебном процессе [Текст] /А.О. Прохоров.- КГУ, 1991.- 167 с.
44. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии [Текст] / С.Л. Рубинштейн.-СПб.: . -2002. – 720 с.
45. Салоуэй, П. Эмоциональный интеллект [Текст] / П. Салоуэй. - СПб.: Речь, 1990. 384 с.
46. Сергиенко, Е.А. Мэйер, П. Эмоциональный интеллект / М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2010. 176 с.
47. Слободчиков, В. И. Категория возраста в психологии и педагогике развития // Вопросы психологии. 1991. № 2. 37–49 с.
48. Смирнова, Е.О., Холмогорова В.М. Межличностные отношения школьников: проблемы, коррекция. М.: Гуманит. изд. центр. ВЛАДОС, 2003.
49. Стернберг, Р. Дж. Практический интеллект. СПб., 2002. 272 с.
50. Узнадзе, Д Н. Развитие технического мышления в школьном возрасте //

51. Ушаков, Д.В. Социальный интеллект как вид интеллекта // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования / Под ред. Д.В. Ушакова, Д.В. Люсина. М., 2004. 29 с.
52. Фопель, К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие. В 4-х томах. Т. 4. М.: Генезис, 1999.-160 с.
53. Фрейд Фридмак, Л. М. Изучение личности учащегося и ученических коллективов / Л. М. Фридмак, Т. А. Пушкина. - М.: Просвещение, / 1998. - 207 с.
54. Харре, Р. Социальное бытие: теория для социальной психологии [Текст] / Р. Харре // Вопросы психологии.- 1979.- 54 с.
55. Хромов, А.Б. Позитивные эмоциональные состояния младших школьников в ситуациях дифференцированного обучения [Текст] / А.Б. Хромов.-Курган: Просвещение.- 2005. – 217 с.
56. Шабанов, С. Алешина А. Эмоциональный интеллект. Российская практика. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2014. 429 с.
57. Шерер, К. Эмоциональный интеллект [Текст] / К. Шерер // М.: 2014. - 429 с.
58. Эдвардс, Д. Подлинное переживание [Текст] / Д. Эдвардс // Вопросы психологии. - 1991. - 317 с.
59. Эльконин, Д. Б. К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте // Хрестоматия по возрастной психологии / Сост. Л.М. Семенюк; под ред. Д. И. Фельдштейна. М., 1994. 269–175 с.
59. Эриксон, Э. Детство и общество. СПб.: Ленато, 1996. 592 с.
60. Юркевич, В.С. Проблема эмоционального интеллекта // Вестник практической психологии образования. 2005. № 3. - 4 с.

Приложение А

Таблица 1 – Критерии и уровни развития эмоционального интеллекта младшего школьника

Критерии	Уровни		
	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Эмоциональная отзывчивость на происходящие события;	Гармония с окружающим миром и умение быстро реагировать на происходящие события	Способность отзываться на происходящие события	Невозможность или низкая способность отзываться на происходящие события
Степень готовности к переживанию возможных эмоций	Способность к адекватному переживанию различных эмоций, вызванных внешними обстоятельствами	Способность к самостоятельному переживанию возникающих эмоций	Сильные эмоциональные реакции (грубость, оскорбления), склонность к депрессивным состояниям
Понимание и осознание своих и чужих эмоций, чувств;	Высокий уровень понимания и осознания своих и чужих эмоций, наличие стремления развиваться и помогать в этом окружающим	Способность понимать и осознавать свои и чужие эмоции, чувства	Невозможность или низкая способность узнавать свои и чужие эмоции и чувства

Приложение Б

Таблица 2 – Общий уровень развития эмоционального интеллекта младшего школьника на данном этапе

Критерии Имя Ф.	Эмоциональная отзывчивость на происходящие события; (наблюдение)			Степень готовности к переживанию возможных эмоций (беседа)			Понимание и осознание своих и чужих эмоций, чувств; (методика «Эмоциональные лица» (Н.Я. Семаго)			Общий уровень
	В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н	
Артём Т.		+			+		+			Средний (8б.)
Александр Д.		+		+			+			Высокий (8б.)
Ангелина С.		+			+			+		Средний (6б.)
Валерия Н.		+				+		+		Средний (5б.)
Влад С.			+		+			+		Средний (9б.)
Владимир К.	+			+				+		Высокий (9б.)
Дарья У.			+			+			+	Средний (4б.)
Денис Р.	+				+		+			Высокий (8б.)
Ирина Н.			+		+				+	Средний (5б.)

Кирилл В.			+			+			+	Низкий (3б.)
Кирилл А.		+				+		+		Средни й (5б.)
Любовь Т.		+		+			+			Высоки й (8б.)
Максим Ш.		+			+			+		Средни й (6б.)
Мария Б.		+			+				+	Средни й (5б.)
Ольга К.	+				+		+			Высоки й (8б.)
Роман Л.			+			+			+	Низкий (4б.)
Софья М.	+				+			+		Высоки й (9б.)
Татьяна О.			+			+			+	Низкий (3б.)

Приложение В

Программа развития эмоционального интеллекта младшего школьника

Цель программы: создание условий для развития у детей эмоционального интеллекта.

Задачи:

1. Развивать эмоциональную отзывчивость, адекватную оценочную деятельность, направленную на анализ, как собственного поведения, так и поступков окружающих людей.

2. Формировать готовность к переживанию чужих эмоций

3. Воспитывать интерес к окружающим людям, развивать чувства понимания и потребности в общении.

4. Развивать самоконтроль в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе самостоятельной деятельности.

5. Формировать у детей способность распознавать собственные чувства и чувства других людей, чтобы уметь управлять своими эмоциями и поддерживать верный стиль в отношениях.

Принципы реализации программы:

- учет индивидуальных особенностей и возможностей детей младшего школьного возраста;
- психологический благоприятный климат;
- положительная оценка любого достижения.

Реализация программы предполагает определенную поэтапность работы.

1 этап – ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ.

На этом этапе проводится диагностика испытуемых. Обследование детей проводится на материале следующих методик:

- методика «Эмоциональная идентификация»;
- методика «Эмоциональная пиктограмма» (авт. Е.И. Изотова).

2 этап – СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ.

Данный этап работы связан с определением содержательного компонента, то есть подбором упражнений, соответствующих задачам программы и индивидуальным особенностям детей младшего школьного возраста.

Программа представляет собой цикл из 9 групповых занятий. Продолжительность занятий 20-40 минут. Режим проведения: два раза в неделю.

Методы и приемы, используемые в программе:

- различные виды игр;
- элементы театрализованной деятельности.

Критерии эффективности программы:

- школьникам становится легче общаться со сверстниками;
- легче выражать свои чувства и лучше понимать чувства других;
- вырабатываются положительные черты характера.

Содержание программы

Занятие №1

Цель: Понимание эмоций. Определение контроля над ними.

Материалы: фонарик

Структура занятия:

Ритуал приветствия:

Игра «Облака»

Игра «Садовник»

Ритуал прощания:

Ход работы

Ритуал приветствия:

Цель: создание условий для настроения детей друг на друга и возможности дать каждому ребенку почувствовать себя в центре внимания.

- В руках я держу волшебный фонарик. Давайте нашим дыханием согреем его, он разгорится и подарит нам свое тепло (ученики дуют на фонарик).

- А теперь давайте пожелаем друг другу доброго дня! Я передам фонарик тому, кто справа от меня, назову его по имени и скажу «Добрый день...(имя)»

- Молодцы! Теперь день будет точно добрым.

Игра «Облака»

Цель: развитие эмоционального состояния.

Описание игры: психолог читает стихотворение, а ученики изображают облака в соответствии с текстом.

По небу плыли облака, а я на них глядел. И два похожих облака найти я захотел. Я долго вглядывался в высь и даже щурил глаз. А что увидел я, то Вам все расскажу сейчас. Вот облачко веселое смеется надо мной:

- Зачем ты щуришь глазки так? Какой же ты смешной! Я тоже посмеялся с ним: - Мне весело с тобой! И долго-долго облачку махал я вслед рукой.

А вот другое облачко расстроилось всерьез: Его от мамы ветерок вдруг далеко унес. И каплями дождя расплакалось оно...

И стало грустно так, а вовсе не смешно. И вдруг по небу грозное страшилище летит и кулаком огромным сердито мне грозит.

Ох, испугался я, друзья, но ветер мне помог: так дунул, что страшилище пустилось наутек. А маленькое облачко над озером плывет, и изумленно облачко приоткрывает рот: - Ой, кто там, в глади озера пушистенный такой.

Такой лохматый, маленький? Летим, летим со мной. Так очень долго мы играли, хочу я вам сказать, что два похожих облачка не смог я разыскать.

Игра «Садовник»

Цель: определение контроля над эмоциями.

Психолог выступает в роли садовника, который сажает, поливает, рыхлит цветы. Учащиеся изображают цветы, которые растут от хорошего ухода садовника и тянутся к солнцу. Учащиеся могут изображать конкретные цветы, которые они выберут.

Ритуал прощания

Цель: обучение младших школьников говорить добрые слова в адрес другого, дать возможность каждому ощутить эмоциональное удовлетворение собой и дружескую поддержку.

Учащиеся сидят в кругу на ковриках или на стульях. В центре ученик, который выбирается школьник, можно по считалке. Задача школьников – говорить ученику, который находится в центре, приятные слова: «Ты мне нравишься»; «Ты вежливая и добрая»; «Я люблю с тобой играть» и т.д.

Занятие №2

Цель: Умение определять свои чувства и уметь признавать их.

Развитие эмоционального состояния

Материалы: фонарик

Структура занятия:

Ритуал приветствия

Игра «Насос и мяч»

Игра «Дожди»

Ритуал прощания

Ход работы.

Ритуал приветствия:

Цель: создание условий для настроения учащихся друг на друга и возможности дать каждому ребенку почувствовать себя в центре внимания.

- В руках я держу волшебный фонарик. Давайте нашим дыханием согреем его, он разгорится и подарит нам свое тепло (ученики дуют на фонарик).

- А теперь давайте пожелаем друг другу доброго дня! Я передам фонарик тому, кто справа от меня, назову его по имени и скажу «Добрый день... (имя)»

- Молодцы! Теперь день будет точно добрым.

Игра «Насос и мяч»

Цель: Умение определять свои чувства.

Учащиеся играют в парах. Один ученик - большой надувной мяч, другой насосом надувает этот мяч. Мяч стоит, обмякнув всем телом, на полусогнутых ногах, руки, шея расслаблены. Корпус несколько вперед, голова опущена (т.е. мяч не наполнен воздухом). Товарищ начинает надувать мяч, сопровождая движениями рук (они качают воздух) звуком «с». С каждой подачей воздуха мяч надувается все больше. Услышав первый звук «с» он вдыхает порцию воздуха, одновременно выпрямляя ноги в коленях, после второго «с» выпрямилось туловище, после третьего у мяча поднимается голова, после четвертого надулись щеки и приподнялись руки. Мяч надут. Насос перестал качать. Товарищ выдергивает из мяча шланг насоса и из мяча с силой выходит воздух со звуком «ш». Тело вновь обмякло, вернулось в исходное положение. Игроки меняются ролями.

Игра «Дожди»

Цель: Развитие эмоционального состояния

Учащиеся встают в круг и, двигаясь друг за другом, по заданию психолога изображают дождь. Он может быть веселым, с солнышком, страшным ливнем с грозой, грустным, бесконечно морозящим и т.п.

Ритуал прощания

Цель: обучение младших школьников говорить добрые слова в адрес другого, дать возможность каждому ощутить эмоциональное удовлетворение собой и дружескую поддержку.

Учащиеся сидят в кругу на коврике или на стульях. В центре ученик, который выбирается психологом или учащимся, можно по считалке. Задача детей – говорить ученику, который находится в центре, приятные слова: «Ты мне нравишься»; «Ты вежливая и добрая»; «Я люблю с тобой играть» и т.д.

Занятие №3

Цель: Развитие эмоциональной отзывчивости

Материалы: фонарик, карточки с изображением девочки.

Структура занятия:

Ритуал приветствия

Игра «У моря»

Игра «Выбери девочку»

Ритуал прощания

Ход работы.

Ритуал приветствия:

Цель: создание условий для настроения детей друг на друга и возможности дать каждому ребенку почувствовать себя в центре внимания.

- В руках я держу волшебный фонарик. Давайте нашим дыханием согреем его, он разгорится и подарит нам свое тепло (ученики дуют на фонарик).

- А теперь давайте пожелаем друг другу доброго дня! Я передам фонарик тому, кто справа от меня, назову его по имени и скажу «Добрый день...(имя)»

- Молодцы! Теперь день будет точно добрым.

Игра «У моря»

Цель: развитие групповой сплоченности, эмпатии, снятие напряжения.

«Давайте представим, что мы сидим у моря. Теплое, нежное солнышко. Мы загораем. Подставьте солнышку подбородок, слегка разожмите губы и зубы (вдох). Летит жучок, собирается сесть на язычок. Крепко закрыть рот (задержать дыхание). Энергично двигать губами и руками. Жучок улетит. Слегка открыть рот. Облегченно вздохнуть. Нос загорает, подставить нос к солнцу, рот полуоткрыт. Порхает бабочка. Выбирает, на чей нос ей сесть (вдох). Сморщите нос, поднимите верхнюю губу кверху, рот оставить полуоткрытым (задержать дыхание). Бабочка улетела.

Расслабьте мышцы губ и носа (выдох). Брови – качели. Вновь прилетела бабочка. Пусть бабочка качается на качелях. Подвигаете бровями вверх – вниз. Бабочка улетела совсем.

Игра «Выбери девочку»

Цель: развитие произвольности, наблюдательности, воображения.

Учащиеся выбирают из предложенных психологом карточек изображения веселой, грустной, испугавшейся, злой девочки наиболее подходящую к тексту каждого из предложенных стихотворений А. Барто. Зайку бросила хозяйка, Под дождем остался зайка. Со скамейки слезть не смог, весь до ниточки промок.

- Какая девочка бросила зайку? – задает вопрос психолог, после чтения стихотворения.

Идет бычок качается, Вздыхает на ходу: - Ой, доска кончается,
Сейчас я упаду.

Какая девочка испугалась за бычка?

Уронили мишку на пол, оторвали мишке лапу.

Все равно его не брошу, потому что он хороший.

Какая девочка пожалела мишку?

Я люблю свою лошадку, причешу ей шерстку гладко,
Гребешком приглажу хвостик и верхом поеду в гости.
Какая девочка любит свою лошадку?

Ритуал прощания

Цель: обучение детей говорить добрые слова в адрес другого, дать возможность каждому ощутить эмоциональное удовлетворение собой и дружескую поддержку.

Учащиеся сидят в кругу на коврик или на стульях. В центре ученик, который выбирается психологом или учащимися, можно по считалке. Задача детей – говорить ученику, который находится в центре, приятные слова: «Ты мне нравишься»; «Ты вежливая и добрая»; «Я люблю с тобой играть» и т.д.

Занятие №4

Цель: Развитие эмпатии.

Материалы: фонарик, коробка с фотографиями.

Структура занятия:

Ритуал приветствия

Игра «Угадай настроение»

Игра «Говорящие предметы»

Ритуал прощания

Ход работы.

Ритуал приветствия:

Цель: создание условий для настроения детей друг на друга и возможности дать каждому почувствовать себя в центре внимания.

- В руках я держу волшебный фонарик. Давайте нашим дыханием согреем его, он разгорится и подарит нам свое тепло (учащиеся дуют на фонарик).

- А теперь давайте пожелаем друг другу доброго дня! Я передам фонарик тому, кто справа от меня, назову его по имени и скажу «Добрый день...(имя)»

- Молодцы! Теперь день будет точно добрым.

Игра «Угадай настроение»

Цель: обучение учащихся распознавать эмоциональное состояние человека.

Учащиеся садятся в круг. У психолога в руках коробка с фотографиями. Они лежат так, что изображений не видно. Коробка переходит из рук в руки. Каждый ребенок берет по одной фотографии, рассматривает ее, показывает остальным и отвечает на следующие вопросы: «Кто изображен на фото? Какое настроение у человека? Как ты определил его настроение? Почему возникло это настроение? Если настроение грустное, как бы ты помог этому человеку?»

Игра «Говорящие предметы»

Цель: развитие у младших школьников способности к отождествлению себя с кем-то или с чем-то, учить младших школьников сопереживать.

В ходе игры ученики берут на себя различные роли и изображают свое состояние, причины действий, систему отношений с действительностью.

Начинает первый ученик: «Я не Саша, я шарик. Мне бы понравилось, если бы я был не одноцветным, а разукрашенным, веселым с узорами. Мне бы хотелось, чтобы меня не держали за веревочку, а отпустили свободно летать, куда захочу». Продолжает следующий ученик: «Я не Боря, я мяч. Я из резины и хорошо надут. Учащиеся радуются, когда перекидывают меня друг другу!»

Психолог предлагает названия следующих предметов: пальто, автобус, мыло и т.п. Школьники также могут предложить свой вариант.

Ритуал прощаний

Цель: обучение учащихся говорить добрые слова в адрес другого, дать возможность каждому ощутить эмоциональное удовлетворение собой и дружескую поддержку.

Школьники сидят в кругу на коврике или на стульях. В центре ученик, который выбирается воспитателем или учащимися, можно по считалке. Задача учащихся – говорить ученику, который находится в центре, приятные слова: «Ты мне нравишься»; «Ты вежливая и добрая»; «Мне нравится с тобой играть» и т.д.

Занятие №5

Цель: Развитие умения эффективно общаться с другими людьми, находить общие точки соприкосновения.

Материалы: фонарик

Структура занятия:

Игра «Надувала кошка мяч»

Игра «Зеркало настроения»

Ритуал прощания

Ход работы.

Ритуал приветствия:

Цель: создание условий для настроения школьников друг на друга и возможности дать каждому ученику почувствовать себя в центре внимания.

- В руках я держу волшебный фонарик. Давайте нашим дыханием согреем его, он разгорится и подарит нам свое тепло (Ученики дуют на фонарик).

- А теперь давайте пожелаем друг другу доброго дня! Я передам фонарик тому, кто справа от меня, назову его по имени и скажу «Добрый день...(имя)»

- Молодцы! Теперь день будет точно добрым.

Игра «Надувала кошка мяч»

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Учащиеся находятся в расслабленной позе, они изображают сдувшиеся шарик. Психолог произносит текст:

Надувала кошка шар, А котенок ей мешал: Подбежал и лапкой-топ!
А у кошки шарик -лоп!

На слова: «надувала кошка шар...» дети выпрямляют туловище, надувают щеки. На сигнал «лоп» - «шарик» со звуком сдуваются и возвращаются в исходное положение.

Игра «Зеркало настроения»

Цель: развитие один из механизмов проникновения во внутренний мир другого человека моторное проигрывание. Учить детей воспроизводить некоторые компоненты выразительного поведения партнера.

Игра проводится в паре. Учащиеся стоят лицом друг к другу. Один ученик -зеркало. Другой - тот, кто смотрит в зеркало. Последний пытается с помощью мимики, жестов, поз отразить различные состояния (человек радуется, дует, удивляется, грустит, гордится и т.д.), а зеркало повторяет выразительные движения партнера.

Ритуал прощания

Цель: обучение школьников говорить добрые слова в адрес другого, дать возможность каждому ощутить эмоциональное удовлетворение собой и дружескую поддержку.

Учащиеся сидят в кругу на коврик или на стульях. В центре ученик, который выбирается воспитателем или детьми, можно по считалке. Задача учащихся – говорить ученику, который находится в центре, приятные слова: «Ты мне нравишься»; «Ты очень веселый»; «Я люблю с тобой играть» и т.д.

Занятие №6

Цель: Развитие способности выражать сочувствие, удовлетворение потребности в эмоциональной близости

Материалы: Фонарик, мягкие игрушки

Структура занятия:

Ритуал приветствия

Игра «Обними и приласкай игрушку»

Игровое упражнение «Посочувствуй другому»

Ритуал прощания

Ход работы

Ритуал приветствия:

Цель: создание условий для настроя школьников друг на друга и возможности дать каждому ученику почувствовать себя в центре внимания.

- В руках я держу волшебный фонарик. Давайте нашим дыханием согреем его, он разгорится и подарит нам свое тепло (дети дуют на фонарик).

- А теперь давайте пожелаем друг другу доброго дня! Я передам фонарик тому, кто справа от меня, назову его по имени и скажу «Добрый день...(имя)»

- Молодцы! Теперь день будет точно добрым.

Игра «Обними и приласкай игрушку»

Цель: удовлетворение потребность школьников в эмоциональном тепле и близости

Психолог приносит мягкие игрушки. Например: куклу, собаку, медведя, зайца, кошку и т.д.

Учащиеся бродят по комнате. По сигналу они разбиваются на группы и проходят к той игрушке, которую хотели бы поласкать. Первый ученик берет игрушку, обнимает ее, ласкает и говорит ей что-нибудь

доброе и приятное. Затем ученик передает игрушку своему соседу. Тот, в свою очередь, должен обнять игрушечного зверя и сказать ласковые слова. Игра может повторяться несколько раз.

Игровое упражнение «Посочувствуй другому»

Цель: развитие у школьников способность ставить себя на место другого человека, выражать сочувствие, сопереживание.

Упражнения выполняются в парах. Психолог задает разнообразные ситуации.

- Девочка упала, поранила руку, ей очень больно (один ученик с помощью мимики, позы показывает боль, другой пытается найти ласковые слова, жесты, оказывает помощь).
- Два друга давно не виделись. Они мечтают о встрече (дается задание показать, как встретятся два друга после долгой разлуки).
- Малыш потерялся, плачет (нужно показать, как поступит старший ребенок, как поможет малышу).
- Девочку обидели. Ее пожалела подружка (завязала бант, дала игрушку, обняла, как еще можно утешить девочку?).
- Девочки подобрали котенка, пожалели его, напоили молоком.

Пары по очереди показывают свои упражнения. Остальные дети оценивают выразительность мимики лица и движений, затем меняются ролями. Детям также можно придумать свои ситуации.

Ритуал прощания

Цель: обучение школьников говорить добрые слова в адрес другого, дать возможность каждому ощутить эмоциональное удовлетворение собой и дружескую поддержку.

Учащиеся сидят в кругу на коврикe или на стульях. В центре ученик, который выбирается воспитателем или учащимися, можно по считалке. Задача школьников – говорить ученик, который находится в центре, приятные слова: «Мне с тобой очень интересно»; «У нас много общего»; «Я люблю с тобой играть» и т.д.

Занятие №7

Цель: Обучение осознанию и принятию своих чувств и эмоций

Материалы: фонарик

Структура занятия:

Ритуал приветствия

Игровое упражнение «Закончи предложение»

Игровое упражнение «Я и мое настроение»

Ритуал прощания

Ход работы

Ритуал приветствия:

Цель: создание условий для настроя школьников друг на друга и возможности дать каждому ученику почувствовать себя в центре внимания.

- В руках я держу волшебный фонарик. Давайте нашим дыханием согреем его, он разгорится и подарит нам свое тепло (дети дуют на фонарик).

- А теперь давайте пожелаем друг другу доброго дня! Я передам фонарик тому, кто справа от меня, назову его по имени и скажу «Добрый день...(имя)»

- Молодцы! Теперь день будет точно добрым.

Игровое упражнение «Закончи предложение»

Цель: обучение школьников опознавать свои привязанности, симпатии, интересы, увлечения и рассказывать о них.

Мой любимый предмет в школе...

Моего лучшего друга зовут...

Моя любимая мягкая игрушка...

Моя любимая песенка...

Мое самое любимое время года...

Мои любимые сладости...

Моя любимая сказка...

Моя любимая считалочка...

Мой любимый мультфильм...

Мой любимый цветок ...

Моя любимая книга ...

Мой любимый праздник...

Игровое упражнение «Я и мое настроение»

Цель: обучение школьников осознавать и принимать свои чувства и переживания. В этом упражнении также можно использовать метод незаконченных предложений:

Я радуюсь, когда...

Мне грустно, когда...

Мне страшно, когда...

Я горжусь тем, что...

Однажды я испугался...

Я злюсь, когда...

Я был удивлен, когда...

Когда меня обижают,...

Я сержусь, если...

Ритуал прощания

Цель: обучение школьников говорить добрые слова в адрес другого, дать возможность каждому ощутить эмоциональное удовлетворение собой и дружескую поддержку.

Учащиеся сидят в кругу на коврике или на стульях. В центре ученик, который выбирается воспитателем или учащимися, можно по считалке. Задача школьников – говорить ученику, который находится в центре, приятные слова: «Ты мой лучший друг»; «Ты вежливая и добрая»; «Я люблю с тобой играть» и т.д.

Занятие №8

Цель: Формирование положительных чувств и эмоций (спокойствие, радость, доброжелательность)

Материалы: фонарик

Структура занятия:

Ритуал приветствия

Игровое упражнение «Солнечный зайчик»

Игровое упражнение «Царевна Несмеяна»

Ритуал прощания

Ход работы

Ритуал приветствия:

Цель: создание условий для настроя школьников друг на друга и возможности дать каждому ученику почувствовать себя в центре внимания.

- В руках я держу волшебный фонарик. Давайте нашим дыханием согреем его, он разгорится и подарит нам свое тепло (дети дуют на фонарик).

- А теперь давайте пожелаем друг другу доброго дня! Я передам фонарик тому, кто справа от меня, назову его по имени и скажу «Добрый день...(имя)»

- Молодцы! Теперь день будет точно добрым.

Игровое упражнение «Солнечный зайчик»

Цель: обучение школьников быть спокойными, радостными, удовлетворенными.

Солнечный зайчик заглянул тебе в глазки. Закрой их. Он побежал по лицу, нежно погладь его ладонями на лбу, на носу, на ротике, на щеке, на подбородке, поглаживай аккуратно голову, шею, руки, ноги. Он залез на живот – погладь животик. Солнечный зайчик не озорник, он любит и ласкает тебя, подружись с ним.

Игровое упражнение «Царевна Несмеяна»

Цель: формирование у детей доброжелательное отношение к партнеру, умение увидеть, прежде всего, положительные качества.

С помощью считалки или по желанию выбирается «Царевна Несмеяна». Чтобы «Царевна» улыбнулась, надо сказать ей добрые слова о том, какая она добрая, отзывчивая, веселая. Дети по очереди говорят «Царевне» о ее хороших качествах, поступках.

Ритуал прощания

Цель: обучение школьников говорить добрые слова в адрес другого, дать возможность каждому ощутить эмоциональное удовлетворение собой и дружескую поддержку.

Учащиеся сидят в кругу на коврик или на стульях. В центре ученик, который выбирается воспитателем или учащимися, можно по считалке. Задача школьников – говорить ученику, который находится в центре, приятные слова: «Ты мой лучший друг»; «Ты вежливая и добрая»; «Я люблю с тобой играть» и т.д.

Занятие №9

Цель: Закрепление полученных знаний.

Материалы: фонарик, сюжетные картинки.

Структура занятия:

Ритуал приветствия

Игровое упражнение «Изобрази...»

Игровое упражнение «Что было бы, если бы...»

Ритуал прощания

Ход занятия

Ритуал приветствия:

Цель: создание условий для настроя школьников друг на друга и возможности дать каждому ученику почувствовать себя в центре внимания.

- В руках я держу волшебный фонарик. Давайте нашим дыханием согреем его, он разгорится и подарит нам свое тепло (дети дуют на фонарик).

- А теперь давайте пожелаем друг другу доброго дня! Я передам фонарик тому, кто справа от меня, назову его по имени и скажу «Добрый день...(имя)»

- Молодцы! Теперь день будет точно добрым.

Игровое упражнение «Изобрази...»

Цель: развитие способности понимать и изображать эмоцию.

Психолог называет по имени одного из участников, кидает ему мяч и говорит – «Изобрази, пожалуйста, хитрую лисичку!». Ученик изображает без слов животного и кидает мяч следующему участнику.

Игровое упражнение «Что было бы, если бы...»

Цель: развитие способности понимать и распознавать различные эмоции.

Психолог показывает детям сюжетную картинку, у героев которой отсутствует лицо. Школьникам предлагается назвать, какую эмоцию они считают подходящей к данному эпизоду и почему. После учащимся предлагается изменить эмоцию на лице героя. Что было бы, если бы он стал веселым, грустным и т.д..

Ритуал прощания

Учащиеся сидят в кругу на коврике или на стульях. В центре ученик, который выбирается воспитателем или учащимися, можно по считалке. Задача школьников – говорить ученику, который находится в центре, приятные слова: «Ты мой лучший друг»; «Ты вежливая и добрая»; «Я люблю с тобой играть» и т.д.

Приложение Г

Протокол
От 1.10.2018г.

Артём Т.

Характеристики:

1. Эмоциональная отзывчивость на происходящие события;
2. Наблюдение за гармонией учащегося с окружающим миром;
3. Умение быстро реагировать на происходящие события;

Общий уровень:

1. Данный параметр находится на высоком уровне; учащийся имеет хорошую эмоциональную реакцию на происходящие его события (3).
 2. Учащийся обладает гармонией с окружающим миром, не было замечено агрессии и злости (3).
 3. Учащийся имеет достаточно развитую реакцию на происходящие события вокруг; умеет быстро принимать решения (3);
- 9-6 – высокий
6-3 – средний
3-1 – низкий

Таким образом, Артём Т. Обладает высоким уровнем эмоционального интеллекта (96.)

Протокол
От 1.10.2018г.

Александр Д.

Характеристики:

1. Эмоциональная отзывчивость на происходящие события;
2. Наблюдение за гармонией учащегося с окружающим миром;
3. Умение быстро реагировать на происходящие события;

Общий уровень:

1. Данный параметр находится на высоком уровне; учащийся имеет хорошую эмоциональную реакцию на происходящие его события (3).
 2. Учащийся обладает гармонией с окружающим миром, не было замечено агрессии и злости (2).
 3. Учащийся имеет достаточно развитую реакцию на происходящие события вокруг; умеет быстро принимать решения (3);
- 9-6 – высокий
6-3 – средний
3-1 – низкий

Таким образом, Александр Д. обладает высоким уровнем эмоционального интеллекта (86.)

Протокол
От 1.10.2018г.

Ангелина С.

Характеристики:

1. Эмоциональная отзывчивость на происходящие события;
2. Наблюдение за гармонией учащегося с окружающим миром;
3. Умение быстро реагировать на происходящие события;

Общий уровень:

1. Данный параметр находится на высоком уровне; учащийся имеет хорошую эмоциональную реакцию на происходящие его события (2).
2. Учащийся обладает гармонией с окружающим миром, не было замечено агрессии и злости (2).
3. Учащийся имеет достаточно развитую реакцию на происходящие события вокруг; умеет быстро принимать решения (2);

9-6 – высокий

6-3 – средний

3-1 – низкий

Таким образом, Ангелина С. обладает средним уровнем эмоционального интеллекта (6б.)

Протокол
От 1.10.2018г.

Валерия Н.

Характеристики:

1. Эмоциональная отзывчивость на происходящие события;
2. Наблюдение за гармонией учащегося с окружающим миром;
3. Умение быстро реагировать на происходящие события;

Общий уровень:

1. Данный параметр находится на высоком уровне; учащийся имеет хорошую эмоциональную реакцию на происходящие его события (2).
2. Учащийся обладает гармонией с окружающим миром, не было замечено агрессии и злости (1).
3. Учащийся имеет достаточно развитую реакцию на происходящие события вокруг; умеет быстро принимать решения (2);

9-6 – высокий

6-3 – средний

3-1 – низкий

Таким образом, Валерия н. обладает средним уровнем эмоционального интеллекта (5б.)

Протокол
От 1.10.2018г.

Влад С.

Характеристики:

1. Эмоциональная отзывчивость на происходящие события;
2. Наблюдение за гармонией учащегося с окружающим миром;
3. Умение быстро реагировать на происходящие события;

Общий уровень:

1. Данный параметр находится на высоком уровне; учащийся имеет хорошую эмоциональную реакцию на происходящие его события (1).
2. Учащийся обладает гармонией с окружающим миром, не было замечено агрессии и злости (2).
3. Учащийся имеет достаточно развитую реакцию на происходящие события вокруг; умеет быстро принимать решения (2);

9-6 – высокий

6-3 – средний

3-1 – низкий

Таким образом, Влад С. обладает средним уровнем эмоционального интеллекта (5б.)

Протокол
От 1.10.2018г.

Владимир К.

Характеристики:

1. Эмоциональная отзывчивость на происходящие события;
2. Наблюдение за гармонией учащегося с окружающим миром;
3. Умение быстро реагировать на происходящие события;

Общий уровень:

1. Данный параметр находится на высоком уровне; учащийся имеет хорошую эмоциональную реакцию на происходящие его события (3).
2. Учащийся обладает гармонией с окружающим миром, не было замечено агрессии и злости (3).
3. Учащийся имеет достаточно развитую реакцию на происходящие события вокруг; умеет быстро принимать решения (3);

9-6 – высокий

6-3 – средний

3-1 – низкий

Таким образом, Владимир К. обладает высоким уровнем эмоционального интеллекта (9б.)

Протокол
От 1.10.2018г.

Дарья У.

Характеристики:

1. Эмоциональная отзывчивость на происходящие события;
2. Наблюдение за гармонией учащегося с окружающим миром;
3. Умение быстро реагировать на происходящие события;

Общий уровень:

1. Данный параметр находится на высоком уровне; учащийся имеет хорошую эмоциональную реакцию на происходящие его события (2).
 2. Учащийся обладает гармонией с окружающим миром, не было замечено агрессии и злости (1).
 3. Учащийся имеет достаточно развитую реакцию на происходящие события вокруг; умеет быстро принимать решения (1);
- 9-6 – высокий
6-3 – средний
3-1 – низкий

Таким образом, Дарья У. обладает средним уровнем развития эмоционального интеллекта (5б.)

Протокол
От 1.10.2018г.

Денис Р.

Характеристики:

1. Эмоциональная отзывчивость на происходящие события;
2. Наблюдение за гармонией учащегося с окружающим миром;
3. Умение быстро реагировать на происходящие события;

Общий уровень:

1. Данный параметр находится на высоком уровне; учащийся имеет хорошую эмоциональную реакцию на происходящие его события (3).
 2. Учащийся обладает гармонией с окружающим миром, не было замечено агрессии и злости (2).
 3. Учащийся имеет достаточно развитую реакцию на происходящие события вокруг; умеет быстро принимать решения (3);
- 9-6 – высокий
6-3 – средний
3-1 – низкий

Таким образом, Артём Т. Обладает высоким уровнем развития эмоционального интеллекта (8б.)

Протокол
От 1.10.2018г.

Ирина Н.

Характеристики:

1. Эмоциональная отзывчивость на происходящие события;
2. Наблюдение за гармонией учащегося с окружающим миром;
3. Умение быстро реагировать на происходящие события;

Общий уровень:

1. Данный параметр находится на высоком уровне; учащийся имеет хорошую эмоциональную реакцию на происходящие его события (2).
2. Учащийся обладает гармонией с окружающим миром, не было замечено агрессии и злости (2).
3. Учащийся имеет достаточно развитую реакцию на происходящие события вокруг; умеет быстро принимать решения (1);

9-6 – высокий

6-3 – средний

3-1 – низкий

Таким образом, Ирина Н. обладает средним уровнем развития эмоционального интеллекта (5б.)

Протокол
От 1.10.2018г.

Кирилл В.

Характеристики:

1. Эмоциональная отзывчивость на происходящие события;
2. Наблюдение за гармонией учащегося с окружающим миром;
3. Умение быстро реагировать на происходящие события;

Общий уровень:

1. Данный параметр находится на высоком уровне; учащийся имеет хорошую эмоциональную реакцию на происходящие его события (1).
2. Учащийся обладает гармонией с окружающим миром, не было замечено агрессии и злости (1).
3. Учащийся имеет достаточно развитую реакцию на происходящие события вокруг; умеет быстро принимать решения (1);

9-6 – высокий

6-3 – средний

3-1 – низкий

Таким образом, Кирилл В. Обладает низким уровнем развития эмоционального интеллекта (3б.)

Протокол
От 1.10.2018г.

Кирилл А.

Характеристики:

1. Эмоциональная отзывчивость на происходящие события;
2. Наблюдение за гармонией учащегося с окружающим миром;
3. Умение быстро реагировать на происходящие события;

Общий уровень:

1. Данный параметр находится на высоком уровне; учащийся имеет хорошую эмоциональную реакцию на происходящие его события (2).
 2. Учащийся обладает гармонией с окружающим миром, не было замечено агрессии и злости (1).
 3. Учащийся имеет достаточно развитую реакцию на происходящие события вокруг; умеет быстро принимать решения (2);
- 9-6 – высокий
6-3 – средний
3-1 – низкий

Таким образом, Кирилл А. обладает средним уровнем развития эмоционального интеллекта (5б.)

Протокол
От 1.10.2018г.

Любовь Т.

Характеристики:

1. Эмоциональная отзывчивость на происходящие события;
2. Наблюдение за гармонией учащегося с окружающим миром;
3. Умение быстро реагировать на происходящие события;

Общий уровень:

1. Данный параметр находится на высоком уровне; учащийся имеет хорошую эмоциональную реакцию на происходящие его события (2).
 2. Учащийся обладает гармонией с окружающим миром, не было замечено агрессии и злости (3).
 3. Учащийся имеет достаточно развитую реакцию на происходящие события вокруг; умеет быстро принимать решения (3);
- 9-6 – высокий
6-3 – средний
3-1 – низкий

Таким образом, Любовь Т. обладает высоким уровнем развития эмоционального интеллекта (8б.)

Протокол
От 1.10.2018г.

Максим Ш.

Характеристики:

1. Эмоциональная отзывчивость на происходящие события;
2. Наблюдение за гармонией учащегося с окружающим миром;
3. Умение быстро реагировать на происходящие события;

Общий уровень:

1. Данный параметр находится на высоком уровне; учащийся имеет хорошую эмоциональную реакцию на происходящие его события (2).
 2. Учащийся обладает гармонией с окружающим миром, не было замечено агрессии и злости (2).
 3. Учащийся имеет достаточно развитую реакцию на происходящие события вокруг; умеет быстро принимать решения (2);
- 9-6 – высокий
6-3 – средний
3-1 – низкий

Таким образом, Максим Ш. обладает средним уровнем развития эмоционального интеллекта (6б.)

Протокол
От 1.10.2018г.

Мария Б.

Характеристики:

1. Эмоциональная отзывчивость на происходящие события;
2. Наблюдение за гармонией учащегося с окружающим миром;
3. Умение быстро реагировать на происходящие события;

Общий уровень:

1. Данный параметр находится на высоком уровне; учащийся имеет хорошую эмоциональную реакцию на происходящие его события (2).
 2. Учащийся обладает гармонией с окружающим миром, не было замечено агрессии и злости (2).
 3. Учащийся имеет достаточно развитую реакцию на происходящие события вокруг; умеет быстро принимать решения (1);
- 9-6 – высокий
6-3 – средний
3-1 – низкий

Таким образом, Мария Б. обладает средним уровнем развития эмоционального интеллекта (5б.)

Протокол
От 1.10.2018г.

Ольга К.

Характеристики:

1. Эмоциональная отзывчивость на происходящие события;
2. Наблюдение за гармонией учащегося с окружающим миром;
3. Умение быстро реагировать на происходящие события;

Общий уровень:

1. Данный параметр находится на высоком уровне; учащийся имеет хорошую эмоциональную реакцию на происходящие его события (3).
2. Учащийся обладает гармонией с окружающим миром, не было замечено агрессии и злости (2).
3. Учащийся имеет достаточно развитую реакцию на происходящие события вокруг; умеет быстро принимать решения (3);

9-6 – высокий

6-3 – средний

3-1 – низкий

Таким образом, Ольга К. обладает высоким уровнем развития эмоционального интеллекта (8б.)

Протокол
От 1.10.2018г.

Роман Л.

Характеристики:

1. Эмоциональная отзывчивость на происходящие события;
2. Наблюдение за гармонией учащегося с окружающим миром;
3. Умение быстро реагировать на происходящие события;

Общий уровень:

1. Данный параметр находится на высоком уровне; учащийся имеет хорошую эмоциональную реакцию на происходящие его события (1).
2. Учащийся обладает гармонией с окружающим миром, не было замечено агрессии и злости (1).
3. Учащийся имеет достаточно развитую реакцию на происходящие события вокруг; умеет быстро принимать решения (1);

9-6 – высокий

6-3 – средний

3-1 – низкий

Таким образом, Роман Л. обладает низким уровнем развития эмоционального интеллекта (9б.)

Протокол
От 1.10.2018г.

Софья М.

Характеристики:

1. Эмоциональная отзывчивость на происходящие события;
2. Наблюдение за гармонией учащегося с окружающим миром;
3. Умение быстро реагировать на происходящие события;

Общий уровень:

1. Данный параметр находится на высоком уровне; учащийся имеет хорошую эмоциональную реакцию на происходящие его события (3).
 2. Учащийся обладает гармонией с окружающим миром, не было замечено агрессии и злости (3).
 3. Учащийся имеет достаточно развитую реакцию на происходящие события вокруг; умеет быстро принимать решения (3);
- 9-6 – высокий
6-3 – средний
3-1 – низкий

Таким образом, Софья М. обладает высоким уровнем развития эмоционального интеллекта (9б.)

Протокол
От 1.10.2018г.

Татьяна О.

Характеристики:

1. Эмоциональная отзывчивость на происходящие события;
2. Наблюдение за гармонией учащегося с окружающим миром;
3. Умение быстро реагировать на происходящие события;

Общий уровень:

1. Данный параметр находится на высоком уровне; учащийся имеет хорошую эмоциональную реакцию на происходящие его события (1).
 2. Учащийся обладает гармонией с окружающим миром, не было замечено агрессии и злости (1).
 3. Учащийся имеет достаточно развитую реакцию на происходящие события вокруг; умеет быстро принимать решения (1);
- 9-6 – высокий
6-3 – средний
3-1 – низкий

Таким образом, Татьяна обладает низким уровнем развития эмоционального интеллекта (3б.)