



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПОДГОТОВКИ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ
КАФЕДРА ПЕДАГОГИКИ, ПСИХОЛОГИИ И ПРЕДМЕТНЫХ МЕТОДИК

**Уровень вовлеченности в кибер-среду и особенности эмоционального
интеллекта у младших школьников**

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)**

**Направленность программы бакалавриата
«Начальное образование. Английский язык»**

Форма обучения очная

Проверка на объем заимствований:

67,32 % авторского текста

Работа рекомендована к защите

« 13 » июня 2023 г.

зав. кафедрой ПП и ПМ

Юрьевна Волчегорская Евгения

Выполнил (а):

Студент (ка) группы ОФ-508/071-5-1

Чайко Вероника Алексеевна

Научный руководитель:

д.п.н., профессор

Юрьевна Волчегорская Евгения

Челябинск
2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ.....	7
1.1 Категория «эмоциональный интеллект» в психолого-педагогической литературе.....	7
1.2 Особенности эмоционального интеллекта у младших школьников.....	19
1.3 Влияние эмоциональной направленности личности на её вовлеченность в кибер-среду.....	26
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1.....	34
ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	36
2.1 Задачи и содержание исследования.....	36
2.2 Анализ результатов диагностики.....	42
2.3 Разработка программы по повышению эмоционального интеллекта у младших школьников.....	52
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2.....	59
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	63
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	69
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	75

ВВЕДЕНИЕ

Правовое общество предъявляет к гражданам требования принимать ответственность за собственные решения и поступки, во взаимодействии с окружающими проявлять инициативу, реализовывать свои потребности, успешно достигать намеченных целей, не нарушая права других людей. Ожидаемый тип поведения связан с умением человека анализировать собственные эмоциональные переживания, понимать эмоции окружающих, использовать полученную информацию в деятельности, то есть требует сформированного эмоционального интеллекта.

Значение развития этических чувств, доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей учитывает в подпункте 10 пункта 8 главы II действующий федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый Приказом Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373. В нем в качестве результатов начального общего образования, наравне с успешным решением учебно-познавательных и учебно-практических задач, в ФГОС НОО заявлены и достижение обучающимся прогресса в эмоциональной сфере личностного роста, развитие способностей к самоорганизации, саморегуляции, коммуникации. Важно, что авторы стандарта рекомендуют планировать актуальное и перспективное развитие эмоциональной сферы младших школьников при активной позиции, поддержке педагога.

В зарубежной научной литературе теория эмоционально-интеллектуальных способностей активно развивалась Д. Карузо, Дж. Мейером, П. Сэловеем. Теория эмоциональной компетентности представлена в работах Д. Гоулмана, некогнитивная теория эмоционального интеллекта – в исследованиях Р. Бар-Она.

В отечественной науке разработкой проблем эмоционального интеллекта занимались И. Н. Андреева, Д. В. Люсин, А. И. Савенков. Практические тренинги разрабатывали С. П. Деревянко, О. В. Лунева, М. И. Манойлова.

Согласно исследованиям И. Н. Андреевой, Т. О. Бабаевой, М. И. Грязновой, Л. М. Новиковой для формирования эмоционального интеллекта сензитивным периодом является младший школьный возраст, так как естественная потребность в эмоциональном восприятии окружающего мира в это время дополняется у ребенка активным интеллектуальным развитием, акцент на котором отличает обучение в начальной школе от дошкольного образования. Обеспечение психолого-педагогических условий для развития эмоциональной сферы младших школьников исследуют Е. В. Белинская, Н. П. Локалова, О. В. Хухлаева, С. Г. Якобсон. Проблема эмоционального самочувствия детей во время занятий затрагивается в работах М. В. Корепановой.

В распространенных отечественных технологиях развивающего обучения (В. В. Давыдов, Л. В. Занков, Б. Д. Эльконин) используется принцип опоры на эмоциональную сферу ребенка: формирование познавательного интереса осуществляется через особенности организации учебного процесса, которые предполагают и наличие у младших школьников коллективных эмоциональных переживаний. При этом эмоции ребенка воспринимаются педагогами-практиками в большинстве своем как априори наличествующая стабильная основа его обучения и развития. Вопрос о том, как именно педагогически обеспечить формирование эмоционального интеллекта у младшего школьника редко привлекает внимание педагогов.

Вместе с тем в настоящее время существует **противоречие** между необходимостью выявления влияния эмоциональной направленности личности на её вовлеченность в кибер-среду, с одной стороны, и отсутствием, исследований, посвященных выявлению данной взаимосвязи у младших школьников, с другой стороны.

Исходя из актуальности и противоречия выявлена **проблема исследования:** какова взаимосвязь между эмоциональным интеллектом и вовлеченностью в кибер-среду у младших школьников?

Тема работы: «Уровень вовлеченности в кибер-среду и особенности эмоционального интеллекта у младших школьников».

Объект исследования: эмоциональный интеллект у младших школьников.

Предмет исследования: взаимосвязь между эмоциональным интеллектом и вовлеченностью в кибер-среду у младших школьников.

Цель исследования: теоретическое обоснование и выявление взаимосвязи между эмоциональным интеллектом и вовлеченностью в кибер-среду у младших школьников; разработка программы по повышению эмоционального интеллекта у младших школьников.

В соответствии с целью исследования решаются следующие **задачи**.

1. Рассмотреть категорию «эмоциональный интеллект».
2. Раскрыть особенности эмоционального интеллекта у младших школьников.
3. Изучить влияние эмоциональной направленности личности на её вовлеченность в кибер-среду.
4. Провести диагностику уровня эмоционального интеллекта вовлеченности в кибер-среду у младших школьников, проанализировать полученные результаты.
5. Разработать программу по повышению эмоционального интеллекта у младших школьников.

Гипотеза исследования заключается в том, что существует взаимосвязь между эмоциональным интеллектом и вовлеченностью в кибер-среду у младших школьников.

Методы исследования.

1. Теоретические: анализ психолого-педагогической и методической литературы.

2. Практические: тестирование.

База исследования: исследование проводилось на базе МАОУ «СОШ № 15 г. Челябинска». В эксперименте приняли участие дети в возрасте 8–9 лет в количестве 20 человек.

Практическая значимость исследования: разработанная программа по повышению эмоционального интеллекта у младших школьников может быть использована учителями начальных классов в своей педагогической деятельности.

Цели и задачи данной работы определили её **структуру**. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, списка использованных источников и приложений.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

1.1 Категория «эмоциональный интеллект» в психолого-педагогической литературе

Понятие «интеллект» впервые ввел Цицерон. В переводе с латинского «*intelligentia*» означает «способность понимать». Как отмечает М. А. Холодная, «на начальном этапе интеллект отождествляется с простейшими психофизиологическими функциями, при этом подчеркивается врожденный (органический) характер интеллектуальных различий между людьми» [34].

Согласно Л. Полани, «интеллект относится к одному из способов приобретения знаний» [25]. Но, на взгляд большинства других авторов, приобретение знаний выступает лишь побочной стороной процесса применения знаний при решении жизненной задачи. В целом развитый интеллект, по Ж. Пиаже, проявляется в универсальной адаптивности, в достижении «равновесия» индивида со средой.

Дж. Томпсон полагает, что «интеллект есть лишь абстрактное понятие, которое упрощает и суммирует ряд поведенческих характеристик» [50].

Понятие «интеллект» в психологической литературе имеет по меньшей мере три значения:

- 1) общая способность к познанию и решению проблем, определяющая успешность любой деятельности и лежащая в основе других способностей;
- 2) система всех познавательных способностей индивида (от ощущения до мышления);
- 3) способность к решению проблем без внешних проб и ошибок, противоположная способности к интуитивному познанию [14].

Таким образом, определить сущность интеллекта невозможно без обращения к категории «способности». Основоположником психологии

способностей является Фрэнсис Гальтон, который предположил, что индивидуальные различия между людьми объясняются влиянием наследственности и среды развития. В 1883 году вышел очередной труд Гальтона, посвященный исследованию человеческих способностей и их развитию, в котором он определил основные задачи научного изучения способностей и сформулировал основные принципы психологического тестирования [42].

Формирование и развитие психологического учения о способностях начинается относительно поздно – в XIX веке, когда складывается психология как самостоятельная наука. В истории отечественной психологии проблема способностей рассматривалась в исследованиях Б.Г. Ананьева, Э. А. Голубевой, В. Н. Дружинина, В. А. Крутецкого, В. С. Мерлина, В. Н. Мясищева, Б. М. Теплова, С. Л. Рубинштейна, В. Д. Шадрикова и других. При этом на сегодняшний день в психологии не существует единого определения способностей.

В. Н. Дружинин определяет способности как «свойства функциональных систем, реализующих отдельные психические функции и имеющих индивидуальную меру выраженности, проявляющуюся в успешности и качественном своеобразии освоения и реализации отдельных психических функций» [15].

Б. Б. Коссов приходит к выводу, что «обобщенные умения, приобретенные в прошлой деятельности, могут рассматриваться как способности к овладению последующей» [19].

А. Л. Готсдинер соотносит понятие «способности» с устойчивой функциональной психофизиологической системой, формирующейся при длительно повторяющемся взаимодействии внешних воздействий с внутренними родовыми свойствами человека [10].

В. Н. Дружинин делает вывод, что «любой когнитивный акт должен включать в себя приобретение, применение и преобразование когнитивного опыта. Способность, ответственную за приобретение опыта, можно

отождествить с обучаемостью, продуктивность применения опыта определяется общим интеллектом, преобразование опыта связано с креативностью» [15].

Многие отечественные авторы давали понятию «способность» развернутые определения. Например, С. Л. Рубинштейн понимал под способностями «сложный комплекс психических свойств, без которого человек не был бы способен к какой-либо деятельности и который вырабатывается в процессе определенной деятельности» [28].

Наиболее часто в литературе используется определение Б. М. Теплова, который выделил три признака способностей:

- способности – это индивидуально-психологические особенности, отличающие одного человека от другого;
- только те особенности, которые имеют отношение к успешности выполнения деятельности или нескольких деятельностей;
- способности несводимы к знаниям, умениям и навыкам, которые уже выработаны у человека, хотя и обуславливают легкость и быстроту их приобретения [31].

Чем больше развита у человека способность, тем успешнее он выполняет деятельность. В. Н. Дружинин отмечает, что «неспособный проливает больше пота и слез, чем способный, которому все дается легче» [15], и предлагает формулу способности в объективной форме:

$$\text{способность} = \text{продуктивность} / \text{«цена»} \quad (1)$$

и в субъективной форме:

$$\text{способность} = \text{успешность} / \text{трудность} \quad (2)$$

Развивая данную модель, можно заключить, что интеллектуальные способности или интеллект прямо пропорционально связаны с эффективностью деятельности, если рассматривать совместно объективную и субъективную форму.

Несмотря на то, что проблема изучения интеллекта является одной из центральных проблем, изучаемой как отечественными, так и зарубежными

психологами, в современной науке не существует общепризнанной теории, определяющей данный конструкт.

Проведем анализ существующих моделей интеллекта с целью выбора оптимальной для нашего исследования.

Наибольшую известность в конце 80-х – начале 90-х годов XX века получила концепция интеллекта Р. Стернберга. Так называемая «иерархическая модель интеллекта» содержит три типа компонентов интеллекта, отвечающих за переработку информации.

1. Метакомпоненты – процессы управления, которые регулируют конкретные процессы переработки информации.

Это:

- 1) признание существования проблемы;
- 2) осознание проблемы и отбор процессов, пригодных для ее решения;
- 3) выбор стратегии;
- 4) выбор ментальной репрезентации;
- 5) распределение «умственных ресурсов»;
- 6) контроль хода решения проблем;
- 7) оценка эффективности решения.

2. Исполнительные компоненты – процессы более низкого уровня иерархии. В частности, в процесс «индуктивного мышления» входят: кодирование, выявление отношений, приведение в соответствие, применение сравнения, обоснование, ответ.

3. Компоненты приобретения знаний – это:

- 1) избирательное кодирование;
- 2) избирательное комбинирование;
- 3) избирательное сравнение.

В ходе решения задачи компоненты работают согласованно: метакомпоненты регулируют функционирование исполнительных компонент и «познавательных», а те, в свою очередь, обеспечивают обратную связь для метакомпонент. Таким образом, Р. Стернберг предпринял попытку дать

определение понятию «интеллект» на уровне описания обыденного поведения. По мнению Р. Стернберга, «интеллект служит целям обеспечения отношений индивида с внешней средой» [49].

Ч. Спирмен, занимаясь проблемами профессиональных способностей, обнаружил, что результаты выполнения многих тестов, направленных на диагностику особенностей мышления, памяти, внимания, восприятия, тесно связаны. Лица, успешно выполняющие тесты на мышление, столь же успешно справляются и с тестами на прочие познавательные способности, и наоборот, испытуемые, показывающие низкий результат, плохо справляются с большинством тестов. Ч. Спирмен предположил, что успех любой интеллектуальной работы определяют:

- 1) некий общий фактор, общая способность;
- 2) фактор, специфический для данной деятельности.

Следовательно, при выполнении тестов успех решения зависит от уровня развития у испытуемого общей способности (генерального G-фактора) и соответствующей специальной способности (S-фактора).

В своих рассуждениях Ч. Спирмен использовал политическую метафору. Множество способностей он представлял как множество людей – членов общества. В обществе способностей может царить анархия – способности никак не связаны и не скоординированы друг с другом. Может господствовать «олигархия» – успешность деятельности детерминируют несколько основных способностей.

И может править «монарх» – G-фактор, которому подчинены S-факторы. G-фактор определяется как общая «умственная энергия», которой в равной мере наделены люди, но которая в той или иной степени влияет на успех выполнения каждой конкретной деятельности. Исследования соотношений общих и специфических факторов при решении различных задач позволили Ч. Спирмену установить, что роль G-фактора максимальна при решении сложных математических задач и задач на понятийное мышление и минимальна при выполнении сенсомоторных действий.

Дальнейшее развитие двухфакторной теории в работах Ч. Спирмена привело к созданию иерархической модели: помимо факторов G и S он выделил критериальный уровень механических, арифметических и лингвистических (вербальных) способностей.

В иерархии факторов интеллекта эти способности или «групповые факторы интеллекта» находятся между G и S факторами.

Р. Кэттеллом была предложена модель интеллекта, в которой он выделяет три вида интеллектуальных способностей: общие, парциальные и факторы операции [41].

С точки зрения Р. Кэттелла, «свободный» интеллект абсолютно независим от степени приобщенности к культуре. Его уровень определяется общим развитием «третичных» ассоциативных зон коры больших полушарий головного мозга, и проявляется он при решении перцептивных задач, когда от испытуемого требуется найти отношения различных элементов в изображении.

Парциальные факторы определяются уровнем развития отдельных сенсорных и моторных зон коры больших полушарий.

Сам Р. Кэттелл выделил лишь один парциальный фактор – визуализации, – который проявляется при операциях со зрительными образами. Понятие «факторов-операций»: Р. Кэттелл определяет отдельные приобретенные навыки для решения конкретных задач, т.е. как аналог S-факторов по Ч. Спирмену, входящих в структуру «связанного» интеллекта и включающих операции, нужные для выполнения новых тестовых заданий.

Таким образом, анализ исследований в данной области показал наличие двух противоположных тенденций в понимании сущности интеллекта:

- признание общего фактора интеллекта;
- отрицание общего начала интеллектуальной деятельности и утверждение существования множества независимых интеллектуальных способностей.

Но в процессе развития данных идей приверженцы первой точки зрения пришли к выводу о множестве различных и не всегда зависимых друг от друга способностей; а последователи идеи множественного интеллекта убедились в наличии общего начала всех проявлений интеллекта.

Следовательно, для понимания сущности и природы интеллекта необходимо его рассматривать как целостную, сложную, многоуровневую структуру, не существующую отдельно, а включенную в более общую систему взаимодействия внешней среды и внутренних условий.

Мэйер, Карузо и Сэловей, как и большинство психологов, рассматривают интеллект как «способность выполнять абстрактные рассуждения: понимать значения, сходства и различия между двумя понятиями, обобщать и осознавать, когда обобщение не подходит контексту. Они также согласны, что интеллект может рассматриваться в качестве системы умственных способностей» [46].

История исследования эмоций всегда была связана с определенным направлением исследования психических явлений, которое преобладало на разных этапах развития психологии. Поэтому в психологии эмоций сама трактовка понятия «эмоция» может быть различной, в зависимости от теоретических оснований конкретного исследования.

Е. П. Ильин отмечает, что «с того времени, когда философы и естествоиспытатели стали всерьез задумываться над природой и сущностью эмоций, возникли две основные позиции во взглядах на природу эмоций: интеллектуалистическая и сенсуалистическая» [17].

Немецкие физиологи Р. Шмидт и Г. Тевс, авторы всемирно известного учебника по физиологии человека, заявили, «что пока не существует единой и общепринятой теории эмоций» [37].

В наше время широко распространена концепция взаимно активных и разнонаправленных связей между двумя объектами.

Нейробиологи раскрыли «множество взаимодействий между эмоциями и когнитивными процессами, демонстрируя существующую между ними

взаимосвязь» [48].

Следовательно, «эмоции и такие когнитивные процессы, как внимание, процесс принятия решений и память (среди прочих), связаны между собой» [44]. Например, «негативное эмоциональное состояние способствует более систематической и детальной обработке информации, в то время как позитивный эмоциональный настрой будет приводить к менее систематической, но более креативной и спонтанной обработке данных» [40].

Одна из концепций, соединяющих в себе когнитивное и эмоциональное – эмоциональный интеллект.

В научную терминологию понятие «эмоциональный интеллект» (emotional intelligence, EI) ввели: профессор Университета Нью-Гэмпшир Дж. Мэйер и профессор Йельского университета П. Сэловей. В 1990 году они выпустили совместную одноименную статью, которая, по признанию большей части научного сообщества, стала первой публикацией на эту тему.

В опубликованном обзоре говорилось о том, что последние несколько десятков лет представления и об интеллекте, и об эмоциях коренным образом изменились, также была представлена авторская теория эмоционального интеллекта. В статье авторы обращались к потенциально противоречивому словосочетанию «эмоциональный интеллект», было разработано его первое формальное определение и объяснение связанных с ним навыков.

Как учёные отмечали: «...в 1990 году, опираясь на исследования об эмоциях, интеллекте в области психотерапии и когнитивистики, мы предположили, что одни люди могут быть более интеллектуальны в вопросе эмоций, чем другие. Мы привлекли внимание к решениям человеческих проблем, связанных с эмоциями: распознавание эмоций по лицу, понимание эмоциональных слов и управление чувствами и т.п.

Мы утверждали, что в совокупности такие навыки подразумевают существование когнитивной способности в эмоциональной сфере, которую мы определили как эмоциональный интеллект...» [46].

Теория эмоционального интеллекта Дж. Мэйера и П. Сэловей основана

на нескольких ключевых идеях. Из области исследований интеллекта взята идея о том, что интеллект включает в себя, прежде всего, способность к абстрактному рассуждению.

Из области исследований эмоций и чувств взята идея о том, что эмоции – это сигналы, которые передают привычные и легко распознаваемые значения в сфере взаимоотношений. Например, радость – сигнал принятия или единения с другими; гнев в общем отражает факт наличия препятствий на пути к достижению целей; страх возникает при столкновении с угрозой и т.д. Идея о том, что, по крайней мере, некоторые основные эмоции универсальны, основывается, помимо прочего, на обширных исследованиях основных выражений эмоций на лицах у людей и представителей родственных им видов [139].

Структура эмоционального интеллекта, предложенная Дж. Мэйером, П. Сэловеем в 1990 году, представлена в таблице 1.

Таблица 1 – Структура эмоционального интеллекта

Ветви эмоционального интеллекта		
Идентификация и выражение эмоций: – собственных (вербальное или невербальное); – других людей (невербальное восприятие или эмпатия)	Регуляция эмоций: – собственных; – других людей	Использование эмоций в мышлении и деятельности: – гибкое планирование; – творческое мышление; – переключение внимания; – мотивация

К 1997 г. Джон Мэйер и Питер Сэловей доработали и расширили свою модель эмоционального интеллекта. В переработанной модели сделан новый акцент на когнитивной составляющей эмоционального интеллекта, связанной с переработкой информации об эмоциях. Были прояснены способности, включенные в эту модель (и идентифицированы те способности, которые в нее включены не были). В свете этих изменений понятие эмоционального интеллекта получило и новое определение – это «способность перерабатывать информацию, содержащуюся в эмоциях: определять значение эмоций, их связи друг с другом, использовать эмоциональную

информацию в качестве основы для мышления и принятия решений» [45].

Таким образом, они выделили четыре группы способностей эмоционального интеллекта, которые были названы «ветвями».

Данный подход открыл новые возможности функционирования человека, возможности справляться со сложными ситуациями.

Чувствовать гнев, например, не обязательно «плохо». Именно гнев помогает преодолевать трудности, предвзятость и несправедливость. Гнев возникает, когда человек разочарован, обманут или чувствует, что им воспользовались. Но гнев сам по себе может также ослепить человека и спровоцировать действовать отрицательным или антиобщественным способом. Понимая это, можно объединить мышление с эмоциями и найти наилучшее из возможных решений и принять самые эффективные меры. В итоге – добиться желаемого результата.

С тех пор, как определение эмоционального интеллекта было введено Сэловеем П. и Мэйером Дж. в 1990 году, он был объектом многих эмпирических исследований. Однако подобный повышенный интерес к этой теме имел как плюсы, так и минусы.

Главный плюс заключался в том, что исследователи вложили огромные ресурсы в изучение данной концепции. Это, в свою очередь, привело к созданию большого количества моделей, инструментов и исследований.

Конструкт эмоционального интеллекта был популяризован психологом и журналистом Даниэлем Гоулменом в его книге, основанной на статьях и научной работе других ученых. И в книге, и в сопутствующих ей публикациях в массовых журналах эмоциональный интеллект был представлен как «параметр, возможно, лучше всего прогнозирующий жизненный успех, как нечто, включающее в свою структуру различные черты и личностные качества и являющееся чем-то вроде «характера» [43].

Д. Гоулмен в значительной степени приравнивал эмоциональный интеллект к «правильному» социальному поведению.

Таким образом, в общественном мнении эмоциональный интеллект

имел гораздо более широкое значение, чем то, которое было разработано в научной литературе.

Как писал в 1999 году Дж. Мэйер, «...смысловое содержание понятия «эмоциональный интеллект» расширилось. Эмоциональный интеллект сейчас определяется дюжиной способов – обычно как набор личностных характеристик, таких как эмпатия, мотивация, настойчивость, сердечность и социальные навыки. Доктора П. Сэловей, Д. Карузо и я считаем эти определения смешанными моделями, потому что они смешивают друг с другом разные части личности. Но давайте будем честны по отношению к этим спискам характеристик. Они содержат характеристики, находящиеся за пределами того, что понимается под терминами «эмоция» или «интеллект», или тех выводов, которые можно делать на основе словосочетания «эмоциональный интеллект» [47].

На сегодняшний день автор И. С. Степанов рассматривает эмоциональный интеллект «...как системно-функциональное свойство личности, обеспечивающее его социальную успешность и включающего инструментальные и личностные факторы. Для достижения социальной успешности можно развивать инструментальные составляющие эмоционального интеллекта посредством тренинговой или психокоррекционной работы, развивая при этом личностные составляющие эмоционального интеллекта» [7].

Кроме того, эмоциональный интеллект имеет ярко выраженные гендерные особенности. Высокий уровень развития эмоционального интеллекта связан с маскулинностью, в процессе становления среднего значимую роль играет как уровень маскулинности, так и уровень феминности, а при формировании низкого уровня эмоционального интеллекта основную роль играет феминность.

Рассматривая понятие эмоционального интеллекта, Д. В. Люсин отмечает, что «...это психологическое образование, которое формируется в течение всей жизни человека под влиянием ряда факторов, которые и

обуславливают его уровень и индивидуальные особенности». Факторами, влияющими на развитие эмоционального интеллекта, автор выделяет: когнитивные способности – точность и скорость обработки информации; особенности эмоциональности – эмоциональная чувствительность, эмоциональная устойчивость; представления об эмоциях. Автор отмечает, что «способность к осмыслению эмоций значит, что человек может определять эмоцию, понимает причины, вызвавшие данную эмоцию, и последствия к которым она приведет. Способность к управлению эмоциями означает, что человек может контролировать эмоции, а также контролировать внешнее выражение эмоций, может при необходимости пробудить нужную эмоцию» [21].

Рувен Бар-Он определяет эмоциональный интеллект как «все некогнитивные способности, знания и компетентность, дающие человеку возможность успешно справляться с различными жизненными ситуациями». Он же выделил пять компонентов эмоционального интеллекта: познание себя, навыки межличностного общения, оценка общего настроения, управление стрессом и способность к адаптации». Также теория Бар-Он говорит о «важности внутриличностного и межличностного интеллекта» [39].

Как пишет Л. М. Кроль, «большинство исследователей сходятся на том, что эмоциональный интеллект – это способность человека распознавать свои и чужие эмоции; использовать эти эмоции на практике» [20].

Составляющие эмоционального интеллекта [38]:

- 1) самосознание – способность понимать свои сильные и слабые стороны, ценности и мотивы;
- 2) самоконтроль – способность контролировать или направлять в плодотворное русло разрушительные импульсы и эмоции;
- 3) мотивация – желание работать ради самого процесса;
- 4) эмпатия – способность понимать эмоциональное состояние других людей;

5) социальные навыки – умение налаживать и управлять отношениями с другими людьми.

На основании представленных точек зрения, мы можем подытожить, что эмоциональный интеллект рассматривается как способность эффективно разбираться в эмоциональной сфере человеческой жизни: понимать эмоции и эмоциональную поддержку отношений, использовать свои эмоции для решения задач, связанных с отношениями и мотивацией.

Итак, делая вывод по параграфу, нужно отметить, что в психолого-педагогической науке проблема эмоционального интеллекта человека в целом и младшего школьника в частности рассматривается в многообразных аспектах: сущность и составляющие эмоционального интеллекта (Д. Карузо, Дж. Майер, П. Сэловей, Д. Гоулман, Ю. Беатрис, Р. Бар-Он и др.), эмоциональное воображение (А. В. Запорожец), взаимосвязь эмоций и интеллекта (С. Л. Рубинштейн, Л. С. Выготский, У. Джеймс, В. В. Давыдов, А. Н. Леонтьев и др.), роль нравственных переживаний в общей системе развития личности, становлении ее внутренней позиции (Л. И. Божович, В. С. Мухина), разумность чувств (В. С. Мухина).

На сегодняшний день эмоциональный интеллект рассматривается как способность эффективно разбираться в эмоциональной сфере человеческой жизни: понимать эмоции и эмоциональную поддержку отношений, использовать свои эмоции для решения задач, связанных с отношениями и мотивацией.

1.2 Особенности эмоционального интеллекта у младших школьников

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

жизни добавляется повсеместная компьютеризация, зависимость от гаджетов, переизбыток развлекательных ресурсов, отклоняющих вектор внимания на юмористический, развлекательный контент. В итоге мы имеем ребенка, который мало проводит времени со сверстниками, общается посредством социальных сетей, личные разговоры он отводит на второй план и заменяет его дистанционными способами взаимодействия.

В такой ситуации страдают коммуникативная и перцептивная стороны общения. Также указанные факторы приводят к повышению эмоциональной перегруженности, повышению чувства тревоги, апатии, беспомощности. А. Б. Холмогорова и Н. Г. Гаранян в своих работах говорят, что «с культом успеха и достижений, культом силы и конкурентности, культом рациональности и сдержанности, характерных для нашей культуры» [33] тесно связаны эмоциональные нарушения.

В таких условиях младшим школьникам стало труднее освоить навыки человеческих чувств, основы эмоциональной и социальной жизни. Поэтому запрос государства к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, изложенный на страницах Федерального государственного образовательного стандарта [2], содержит в себе требования к развитию навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, а также развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.

Реализовать данный запрос, на наш взгляд, можно через формирование и развитие у младших школьников эмоционального интеллекта. Такая деятельность, как утверждает А. А. Белопольская, «даст возможность младшим школьникам понять и справиться с беспокоящими их ощущениями и позволит взять контроль над негативными импульсами, а также научит понимать чувства и эмоции окружающих людей» [8].

Особую важность и актуальность развитие эмоционального интеллекта приобретает в младшем школьном возрасте, поскольку именно в этот период

идет активное развитие всех сторон личности ребенка. На данном этапе происходит совершенствование их самосознания, возможности к рефлексии и умения вставать на место другого человека, а также учитывать его потребности и чувства.

Автор А. А. Осипова говорит, что «школа – это важный фактор развития эмоционального интеллекта. Вступая в школьную жизнь, ребенок начинает тесно взаимодействовать с одноклассниками, заводит новых друзей, принимает участие в жизни коллектива. Здесь у ребенка могут возникать проблемы в отношениях с окружающими из-за плохой адаптации или чрезмерной застенчивости. Также в процесс обучения, можно внести такой компонент как самоконтроль, когда ученикам разрешается самим оценивать свои действия и поступки. Необходимо позволять детям говорить открыто о своих чувствах и эмоциональном состоянии» [24].

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.

Во время обучения ребенка в начальной школе происходит интенсивное развитие детского организма. У младшего школьника при поступлении в школу изменяется образ жизни, появляются новые цели, все это приводит к значительным изменениям эмоциональной жизни ребенка. В отличие от дошкольного возраста у младших школьников появляются новые переживания, возникают новые задачи и цели, рождается новое эмоциональное отношение к сторонам действительности и явлениям

происходящих вокруг него. Первое время младшему школьнику с трудом участие в учебной деятельности на уроках, ему трудно дается общение с учителем и коллективом в процессе обучения, так как это требуют большой сдержанности в чувствах. Постепенно младшие школьники учатся контролировать свое поведение, вести себя более сдержанно в процессе выполнения повседневных школьных обязанностей, требований, предъявляемые к детям учителем, а позже и коллективом. Общая ориентация эмоций младшего школьника связана с нарастанием осознанности, сдержанности, устойчивости чувств и действий. Процесс и результат учебной деятельности, потребности в оценке и в хорошем отношении окружающих, для младших школьников является значимым, поэтому на них направлена большая часть эмоциональных реакций, а не на игру и общение со сверстниками как это наблюдалось в дошкольном возрасте.

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, так называемые, «трудности в обучении». Тревогу во время обучения испытывают многие школьники, как дети 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, дети очень много трудятся для достижения наивысшей отметки, это опасно срывами в особенности при резком усложнении деятельности. У

таких школьников отмечаются выраженные вегетативные реакции, неврозоподобные и психосоматические нарушения.

Как пишет И. Н. Андреева, «согласно проведенным исследованиям П. М. Якобсона, у младших школьников еще не сформированы навыки осознания своих чувств и понимания чувств других людей. Они часто еще не могут правильно, воспринимать мимику лица, выражающую то или иное чувство, не могут верно, интерпретировать выражение тех или других чувств окружающих, что приводит к неадекватной ответной реакции ребенка. Младшие школьники часто напоминают родителей и учителя по стилю общения с людьми, несовершенство в восприятии и понимании чувств влечет за собой внешнее подражание взрослым в выражении чувств» [6].

Несмотря на то, что младший школьник эмоционально отзывчив, бурно реагирует на происходящие события, он начинает сдерживать волевым усилием свои нежелательные эмоциональные реакции, старается преодолеть сильное волнение, например, сдерживать слезы, побороть свои желания, подчиняясь требованиям учителя. Это, как отмечает Е. П. Ильин, «приводит к тому, что младший школьник может не понять эмоцию, которую он испытывает или изображать эмоцию, которую он не переживает, то есть наблюдается отрыв экспрессии от переживаемой эмоции как в ту, так и в другую сторону» [17].

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.

Школьники младших классов, как показано Т. Б. Пискаревой, «легче понимают эмоции, возникающие в знакомых им жизненных ситуациях, но затрудняются сказать свои эмоциональные переживания словами. У них лучше различаются положительные эмоции, чем отрицательные. Им трудно отличить страх от удивления. В отличие от дошкольников, которые предпочитают воспринимать только веселые и радостные картины, у младших школьников возникает способность к сопереживанию при восприятии тягостных сцен и драматических конфликтов» [7].

Авторы А. В. Алешина, С.Т. Шабанов обозначают, что «...в современном мире для благополучной адаптации к запросам общества, личность должна обладать развитым эмоциональным интеллектом, то есть узнавать свои и чужие эмоции и управлять ими» [5].

Как пишет Е. П. Ильин «... эмоции играют особую роль в мотивационной структуре ребёнка. Возникающие эмоции определяют направление деятельности и способов выполнения ребёнком определённых действий. Опираясь на понимание своих эмоций и эмоций других людей, ребёнок получает информацию о происходящих вокруг него событиях» [17].

В системе эмоционального интеллекта присутствуют два аспекта: внутриличностный и межличностный, то есть социальный, другими словами умение управлять собой и отношениями с людьми. Улучшение кругозора и логического мышления ребенка еще не показатель его будущей адаптированности и успешности в жизни.

Повлиять на развитие эмоционального интеллекта могут социальные и биологические факторы. Р. М. Грановская [12], Р. В. Овчарова [23], А. С. Спиваковская [29], В. К. Загвоздкин [16] и другие исследователи отмечали, что отношения ребенка с семьей являются одним из важнейших факторов становления и организации эмоционального интеллекта. Семья – это первая социальная сфера, которая определяет его развитие и становится основой формирования его доминирующих эмоциональных состояний. Семья становится источником первых позитивных и негативных переживаний и

эмоций ребенка. Все это складывается в основу формирования и зарождения эмоционального интеллекта.

Большую роль в становлении эмоционального интеллекта младшего школьника выполняет его физическое здоровье в данный период жизни. В. С. Мухина отмечает, что «физиологические трансформации вызывают значительные изменения в психической жизни ребенка. В центре психического развития предстаёт формирование произвольности, планирование выполнения программ действий и реализация контроля. Происходит формирование высших психических функций, улучшение познавательных процессов, что позволяет ребенку младшего школьного возраста совершать уже более сложные мыслительные операции» [15].

Авторы Г. В. Цукерман и М. И. Венгер отмечают, что «...при подходящих условиях обучения и достаточном уровне интеллектуального развития на этой основе появляются 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» [35].

Делая вывод по параграфу, нужно отметить, что формирование и развитие эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте – это актуальная проблема современной психолого-педагогической науки. Развитие данного конструкта происходит в процессе специально организованной деятельности, в которой ребенок обретает непосредственный индивидуальный опыт переживаний эмоций и чувств.

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 настоящее время существуют большие возможности для развития

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

1.3 Влияние эмоциональной направленности личности на её вовлеченность в кибер-среду

Не будет ошибкой утверждать, что эмоциональная сфера личности распространяется на многие явления и процессы, в которой оказывается задействован человек. Отечественная школа психологии (например, профессор Л. С. Выготский [9] или профессор С. Л. Рубинштейн [27]) сразу же отмечала вовлеченность чувств как в процесс формирования сознания, так и в поведенческие модели личности, где большую роль играют переживания человека. Поэтому исключать эмоциональный сегмент из вопросов, изучением которых занимается современная психология и педагогика, было бы неправильно.

В современной науке вопросом соотношения и первичности чувств над разумом занимается И. Р. Сушков. В своих работах он пишет: «утверждая приоритет логического как в поведении человека, так и в рассуждениях о нем, мы якобы стремимся к объективному в психологическом познании. Но всякое объективное бессмысленно для конкретной личности и становится просто набором информации без соотнесения его с переживаниями и чувствами человека» [30]. И здесь мы соглашаемся с этим автором, в любом аспекте жизнедеятельности личности, эмоции и чувства определяют его смысл.

И точно такая же тенденция будет присутствовать по отношению к виртуальному миру. Как пишет Н. С. Козлова, «являясь движущей силой

любых начинаний личности, именно чувства и будут определять и вектор, и силу, и особенности ее деятельности и общения в Интернете» [18].

Особенно сложным вопросом в психологии эмоций является их классификация. Максимально полной и продуктивной нам кажется типология Б. И. Додонова, который определяет типы направленности личности в зависимости от доминирования тех или иных эмоций:

- альтруистическая;
- коммуникативная;
- глористическая;
- практическая;
- пугностическая;
- романтическая;
- гностическая;
- эстетическая;
- гедонистическая;
- акхизитивная [13].

Рассмотрим перечисленные эмоциональные типы направленности личности более подробно.

Альтруистическая направленность личности характеризуется тем обстоятельством, что пользователи с подобными эмоциями с воодушевлением восприняли изобретение Интернета, чтобы расширить способы своего взаимодействия с окружающим миром. Возможности, которые предоставила посредством своего функционала эта информационно-телекоммуникационная сеть, расширились, поэтому данные люди стали больше общаться с социумом и делать это им стало проще как с технической, так и с эмоциональной точек зрения. Но реальное общение в связи с вхождением Интернета в жизнь человечества у рассматриваемых личностей вовсе не убавилось, то есть виртуальное взаимодействие не вытеснило на обочину жизни привычную, бытовую коммуникацию, так как Интернет, несмотря на все его преимущества (в данном аспекте – это наличие

социальных сетей, мессенджеров с обширнейшими возможностями общения), не может (для людей, имеющих альтруистическую направленность личности) удовлетворить их глубинные потребности, например, в достижениях, в дружбе, в игре и так далее. Таким образом, Интернет добавляет ещё одну площадку для взаимодействия для таких личностей, но не заменяет собой реальную жизнь, которая направлена на удовлетворение других потребностей.

Перейдём к рассмотрению коммуникативной эмоциональной направленности личности. Как следует из её названия, она завязана на обширном общении с людьми в информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Чтобы реализовать эту потребность как можно более широко, пользователи становятся владельцами сообществ в социальных сетях (с ролями модератора и администратора) и создателями сайтов. Другие возможности Интернета личности с коммуникативной эмоциональной направленностью используют довольно-таки редко, например, они не часто покупают какие-либо товары через Интернет и с неохотой принимают участие в мероприятиях на образовательных платформах. То есть, в этом случае остаются не востребуемыми в полной мере прикладные, функциональные стороны Интернет-ресурсов.

У данной личности есть схожие черты с рассмотренными нами ранее пользователями с альтруистической эмоциональной направленностью. Мы отмечаем, что у обоих типов Интернет не может заменить собой потребность в достижениях, в дружбе, в игре и так далее. Здесь упор больше идёт именно на общение и отношения, то есть выстраивание системы взаимодействий человека, что приводит к увеличению круга общения. Таким образом, личность с коммуникативной эмоциональной направленностью в полной мере удовлетворяет свои потребности к общению в виртуальном мире.

Следующая эмоциональная направленность личности, это глористическая направленность. Пользователи с данным типом личности всю используют те огромные возможности, что предоставляет им

Интернет. Они не ограничиваются только общением в сети (считая этот функционал полезным и высоко его оценивая), но ещё и везде принимают активное участие: в конкурсах, онлайн-играх, Интернет-опросах и так далее, плюс по полной программе используют мультимедийные возможности (слушают музыку в подписках, либо в других источниках, а также смотрят фильмы как в онлайн-кинотеатрах, так и в разделе «Видео» в социальных сетях и так далее). Поэтому можно сказать, что для указанных пользователей характерна позитивная оценка влияния Интернета на их жизнь. Также они ежечасно пролистывают новостную ленту, чтобы оставаться «в тренде», не отстать от мировых тенденций, быть в курсе городских, региональных, национальных и международных событий.

Но, пожалуй, главная задача, которую сами себя ставят пользователи с глористической эмоциональной направленностью личности, это виртуальная самопрезентация. В данную категорию входит тот факт, что эти люди становятся владельцами сообществ в социальных сетях (с ролями модератора и администратора) и создателями сайтов, где наполняют паблики своим творческим контентом. Исходя из данного обстоятельства, можно заключить, что информационно-телекоммуникационная сеть Интернет обладает возможностями удовлетворить их потребности и в достижениях, и в общественном признании, и в других сферах.

На основе вышеуказанного, можно сделать вывод, что пользователи с глористической эмоциональной направленностью личности демонстрируют высокую разнообразную активность в Интернете, который является для них более значимой средой, чем реальный мир.

Что касается представителей такой эмоциональной направленности личности, как практическая направленность, то они, пожалуй, наименее активны в Интернете. Их присутствие во всемирной сети сводится к тому, что данные пользователи мониторят точки зрения людей о предметах, вещах, которые они хотят купить (достать, обменять и так далее), причём приобрести не только в Интернете в маркетплейсах, но и в обычных

магазинах. То есть они читают мнения людей о тех или иных товарах (работах, услугах), их более всего интересуют такие разделы, как обзоры и отзывы. Именно для реализации этой самой главной своей цели, пользователи с эмоциональной направленностью личности создают собственные страницы и сайты в Интернете. Они эпизодически, косвенно касаются кибер-среды, поэтому данная информационно-телекоммуникационная сеть, при позитивном её восприятии такими личностями, не влияет на их жизнь.

Перейдём к рассмотрению пугностической эмоциональной направленности личности. Здесь мы можем заметить схожие черты с глористическими проявлениями, так как сфера использования этими личностями Интернета тоже очень обширна. Тут мы отмечаем и активное общение как с кругом добавленных друзей, так и с подписчиками и всеми остальными пользователями (число которых постоянно увеличивается). Также рассматриваемые нами люди, характеризующиеся пугностической эмоциональной направленностью личности, посредством функционала Интернета решают конкретные задачи (например, учебные задания с помощью образовательных Интернет-платформ), не прочь сыграть в компьютерные онлайн-игры. Поэтому, держа в уме эти обстоятельства, можно заметить, что данные личности высоко оценивают качество виртуального взаимодействия и положительно отзываются об Интернет-пространстве, в целом. Помимо этого, видно намерение к самопрезентации в данной информационно-телекоммуникационной сети, что свидетельствует о наличии мотива эгоцентризма, но, впрочем, также можно сказать и о таких мотивах использования Интернета как стремление к порядку, забота о других.

Но системообразующим фактором присутствия в сети для такого эмоционального типа личности всё-таки является виртуальное взаимодействие, так как коммуникативная сфера в этом случае безусловно довлеет над всеми остальными.

Следующая эмоциональная направленность личности, это романтическая направленность. Люди с таким типом беспечно бороздят Интернет-пространства, особенно не заботясь о своей кибер-безопасности, не думая о вероятных последствиях при использовании различных опций данной информационно-телекоммуникационной сети. Поэтому романтические личности изначально однозначно положительно оценивают Интернет (что называется, в «розовых тонах»), не замечая никаких негативных аспектов своего нахождения в Интернет-пространстве.

Что касается конкретных действий, которые предпринимают пользователи с романтической эмоциональной направленностью личности, то они, конечно же, вовсю общаются (что приводит к постепенному нарастанию количества Интернет-знакомств и в целом виртуального круга общения), осуществляют в сети поиск нужной информации (включая неспешное пролистывание новостной ленты), также занимаются виртуальной самопрезентацией и так далее.

Следующая эмоциональная направленность личности, это гностическая направленность. Если обратиться к истории, то термин «гностицизм» переводится с древнегреческого как «обладающий знанием». Исходя из этого, можно легко понять, что люди с данным типом эмоциональной направленности рассматривают Интернет как источник интересующей информации, познания. Причём их любопытство не ограничивается только теми узкими темами, о которых они стремятся узнать побольше, заходя в Интернет, но ещё данные личности не прочь почитать новости о происходящих в мире событиях, а также выяснить точки зрения пользователей этой информационно-телекоммуникационной сети о товарах (работах, услугах), которые они намереваются купить. То есть эти люди придерживаются, с одной стороны, довольно-таки специфического, а, с другой стороны, достаточно рационально-прикладного мнения относительно использования Интернета.

Пользователи с гностической эмоциональной направленностью

личности в целом доверяют Интернету, но, как мы уже поняли, это происходит в силу того, что они находят в нём нужную для себя информацию, а взаимодействие в его виртуальных границах кажется им уместным и нужным, приносит пользу, так как, помимо всего прочего, данные личности реализуют в Интернете и иные потребности – в духовном росте, в созидании и творчестве. То есть в описываемой ситуации нельзя говорить о каком-то вредном, отрицательном воздействии сети, о какой-то деградации из-за нахождения в Интернет-пространстве, напротив, здесь идёт развитие личности, например, данные пользователи стали больше читать. Но всё равно остается вопрос о том, насколько критичны они в своём положительном взгляде на влияние Интернета на их жизнедеятельность.

Перейдём к рассмотрению эстетической эмоциональной направленности личности. Здесь мы можем отметить, что такая распространённая среди других типов личности сфера взаимодействия в Интернете, как коммуникативная сфера, в данном случае не фигурирует среди потребностей указанных пользователей. Эти люди ищут в виртуальном мире развлекательный контент, для чего по полной программе задействуют мультимедийные возможности, которыми обладает Интернет. В качестве инструментария, с помощью которого они реализуют свою главную потребность в развлечениях, данные пользователи используют функционал собственных страниц и сайтов, с которых осуществляют эстетическую деятельность. Следует добавить, что онлайн-игры, поиск новых знакомств в Интернете, пользователям с эстетической эмоциональной направленности личности не интересны. Среди пользы, которую приносит им нахождение в Интернет-пространстве, можно отметить увеличение эрудированности.

Следующая эмоциональная направленность личности, это гедонистическая направленность, которая имеет много схожих черт взаимодействия с Интернетом с другими рассмотренными нами типами. Например, можно отметить, что данные пользователи тоже почти каждый день пролистывают новостную ленту, а также переписываются в сети с теми,

с кем не часто приходится видеться в реальной жизни. Также они используют мультимедийный функционал Интернет-пространства. При этом они совсем не создают своих собственных пабликов или сообществ в профессиональных целях – в отличие, например, от общих страниц в социальных сетях, участие в образовательных программах. Следует подчеркнуть, что именно такие пользователи, пытаются удовлетворить в Интернете такие базовые потребности, как стремление к самопрезентации и идентичности, любви, общественного признания, а также мотив заботы о других. Довольны они и качеством виртуального общения, отмечают расширение круга взаимодействия. Другие последствия вовлеченности в сеть – увеличение знания о других, разнообразия развлечений.

Это означает, что интернет-активность личности при выраженных гедонистических эмоциях исключает реализацию деловых, профессиональных задач, хотя в остальном является очень разнообразной. Здесь мы фиксируем очень высокую психологическую вовлеченность в сеть, с переносом туда базовых стремлений и потребностей.

Перейдём к рассмотрению акхизитивной эмоциональной направленности личности. Люди с таким типом личности используют Интернет по минимуму. Зачастую они ограничиваются только регистрацией своей электронной почты. Они не создают своих аккаунтов в популярных социальных сетях, и соответственно, не вступают ни в какие группы и сообщества (таким образом, коммуникативная сфера взаимодействия здесь находится на нуле). То есть, деятельность в Интернет-пространстве практически не ведётся, что довольно-таки редкая ситуация в современном мире, когда даже пожилые люди активно осваивают данную информационно-телекоммуникационную сеть.

Исходя из изложенных обстоятельств, можно прийти к однозначному выводу, что такие пользователи не подвержены отрицательному влиянию Интернета, который в силу своего отсутствия в жизни данных пользователей, не может оказать деградирующее воздействие, а также не может привести к

нарушению режима работы и отдыха, и так далее.

Делая вывод по параграфу, нужно отметить, что мы выявили, что вовлеченность личности в кибер-среду зависит от ее эмоциональной направленности. Мы подробно исследовали каждый тип направленности личности, выделили факт позитивного или негативного влияния Интернета, а также сферы взаимодействия с данной информационно-телекоммуникационной сетью, и другие важные для исследования вопросы.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1

1. В психолого-педагогической науке проблема эмоционального интеллекта человека в целом и младшего школьника в частности рассматривается в многообразных аспектах: сущность и составляющие эмоционального интеллекта (Д. Карузо, Дж. Майер, П. Сэловей, Д. Гоулман, Ю. Беатрис, Р. Бар-Он и др.), эмоциональное воображение (А. В. Запорожец), взаимосвязь эмоций и интеллекта (С. Л. Рубинштейн, Л. С. Выготский, У. Джеймс, В. В. Давыдов, А. Н. Леонтьев и др.), роль нравственных переживаний в общей системе развития личности, становлении ее внутренней позиции (Л. И. Божович, В. С. Мухина), разумность чувств (В. С. Мухина).

На сегодняшний день эмоциональный интеллект рассматривается как способность эффективно разбираться в эмоциональной сфере человеческой жизни: понимать эмоции и эмоциональную подоплеку отношений, использовать свои эмоции для решения задач, связанных с отношениями и мотивацией.

2. Формирование и развитие эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте – это актуальная проблема современной психолого-педагогической науки. Развитие данного конструкта происходит в процессе специально организованной деятельности, в которой ребенок обретает непосредственный индивидуальный опыт переживаний эмоций и чувств.

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

Таким образом, 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.

3. Мы выявили, что вовлеченность личности в кибер-среду зависит от ее эмоциональной направленности. Мы подробно исследовали каждый тип направленности личности, выделили факт позитивного или негативного влияния Интернета, а также сферы взаимодействия с данной информационно-телекоммуникационной сетью, и другие важные для исследования вопросы.

ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1 Задачи и содержание исследования

Цель исследования – выявить уровень эмоционального интеллекта вовлеченности в кибер-среду у младших школьников и разработать программу по повышению эмоционального интеллекта у данных обучающихся.

Задачи исследования:

- организовать и провести эмпирическое исследование; описать используемые методики,
- проанализировать результаты диагностики,
- разработать программу по повышению эмоционального интеллекта у младших школьников.

Исследование проводилось на базе МАОУ «СОШ № 15 г. Челябинска». В эксперименте приняли участие дети в возрасте 8–9 лет в количестве 20 человек.

С точки зрения физического состояния, надо отметить, что все принимавшие участие в эксперименте обучающиеся здоровы. В классном коллективе наблюдается позитивная сфера общения, конфликты диагностируются достаточно редко, возможно благодаря тому, что психологические особенности младших школьников были учтены при формировании классов. Обучающиеся дружелюбны и всегда готовы помочь одноклассникам, оказывают необходимое содействие педагогам. С точки зрения дисциплины, испытуемые проявляют ответственность, тщательно выполняют задания и поручения учителя. Что касается их увлечений, то значительная часть принимавших участие в эксперименте, занимаются в кружковой деятельности, записаны в различные секции как спортивной, так и развивающей направленности, охотно посещают учреждения дополнительного образования. Можно отметить инициативность и

творческий подход обучающихся при организации и проведении внеклассных мероприятий.

Для выявления уровня эмоционального интеллекта вовлеченности в кибер-среду у младших школьников использованы следующие методики:

- тест-опросник степени увлеченности младших подростков компьютерными играми (А. В. Гришина) [19] (Приложение А),
- диагностическая методика «Эмоциональные лица» (Н. Я. Семаго) [36] (Приложение Б).

1. Тест-опросник степени увлеченности младших подростков компьютерными играми (А. В. Гришина).

Цель: количественная оценка степени компьютерной зависимости младших школьников.

Тест-опросник предоставляет возможность математической обработки; является относительно оперативным способом оценки большого количества респондентов; способствует объективности оценок, не зависящих от субъективных установок лица, проводящего исследование; обеспечивает сопоставимость информации, полученной разными исследователями на разных испытуемых.

Тест-опросник содержит 22 вопроса, определяющих 5 основных шкал: эмоциональное отношение к компьютерным играм; самоконтроль в компьютерных играх; целевая направленность на компьютерные игры; родительское отношение к компьютерным играм; предпочтение виртуального общения реальному, каждая из которых содержит вопросы, предполагающие 6 градаций ответов: никогда, редко, иногда, часто, очень часто, постоянно. При обработке результатов каждому ответу испытуемого присваивается балл от 1 до 6. По каждой шкале опросника набранные баллы суммируются.

Полученные результаты определяют количественные показатели, значения которых подставляются в формулу для подсчета степени увлеченности компьютерными играми.

Показатели опросника организованы в соответствии с принципами системы регуляции деятельности, представленными М. В. Чумаковым [44].

1. Шкала эмоционального отношения к компьютерным играм (I_3). Высокий показатель свидетельствует о высоком уровне эмоциональной привлекательности компьютерных игр для ребенка. Игра выступает средством разрядки психоэмоционального напряжения, средством компенсации неудовлетворенных потребностей личности (в общении, родительской заботе и т.д.). В ходе компьютерных игр подросток испытывает ощущение эмоционального подъема. Низкий показатель указывает на незначительный уровень эмоциональной привлекательности компьютерных игр для ребенка. Игра является одним из досуговых занятий.

2. Шкала самоконтроля в компьютерных играх (I_c). Высокий показатель свидетельствует о низком уровне самоконтроля подростка в компьютерных играх. Как правило, ребенок не хочет прерывать эти игры, раздражается при вынужденном отвлечении от игры и не способен спланировать окончание игры. Низкий показатель свидетельствует о наличии самоконтроля над процессом компьютерных игр, ребенок может отвлечься от игры, если это необходимо; способен спланировать окончание игры.

3. Шкала целевой направленности на компьютерные игры ($I_{ц}$). Высокий показатель – свидетельство азартной вовлеченности в компьютерные игры, постоянного стремления к достижению всё более высоких результатов. Низкий показатель говорит об умеренном стремлении к достижению все более высоких результатов в компьютерной игре, которая выступает как средство досуга и не является самоцелью.

4. Шкала родительского отношения к КИ (I_p). Высокий показатель указывает на негативное отношение родителей к компьютерным играм. Родители запрещают компьютерные игры или серьезно лимитируют время игры. Низкий показатель свидетельствует о положительном отношении родителей к компьютерным играм. Родители сами инициируют активность

детей, связанную с компьютерными играми: покупают новинки, удовлетворены занятостью ими ребенком дома.

5. Шкала предпочтения виртуального общения в компьютерных играх реальному общению (I_0). Высокий показатель по шкале указывает на то, что компьютерные игры выступают средством общения и самоутверждения ребенка, подменяя собой процесс реального взаимодействия. Низкий показатель – на то, что компьютерные игры не заменяют реального общения ребенка и являются дополнительным средством коммуникации.

Интерпретация результатов: на основании полученных результатов по индексам степени интереса к компьютерным играм выделяем следующие 3 уровня вовлеченности в кибер-среду:

1 – естественный уровень (от 6 до 11 баллов): компьютерные игры носят характер развлечения, не имеющего негативных последствий. Дети контролируют свою игровую активность, редко играют и думают об игре;

2 – средний (от 12 до 21 баллов): компьютерные игры являются важной частью жизни младшего школьника; его внимание сфокусировано на определенных видах компьютерных игр, но при этом он не теряет контроля над частотой игровых сеансов и временными затратами на игру; компьютерные игры выполняет компенсаторные функции.

3 – зависимость (от 22 до 30 баллов): компьютерные игры занимают всё свободное время; подросток думает о компьютерных играх, о достигнутых результатах, стремится повысить уровень этих результатов.

2. Диагностическая методика «Эмоциональные лица» (Н. Я. Семаго).

Цель методики: 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.

Методика используется для работы с детьми от 3 до 11–12 лет.

Детям демонстрируются две серии карточек с изображениями эмоциональной лицевой экспрессии. Обучающимся предлагается распознать и описать эмоции, испытываемые героями.

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

- 1) злость (гнев);
- 2) печаль (грусть);
- 3) радость.

Эмоциональная экспрессия на контурных изображениях обозначена наиболее этологически 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:

- 1) радость;
- 2) страх;
- 3) сердитость;
- 4) приветливость;
- 5) стыд, вина;
- 6) обида.
- 7) 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.

Интерпретация результатов:

1) высокий уровень – ребенок описывает 14–17 карточек, при этом даётся развёрнутый и подробный ответ, демонстрируется способность адекватно обозначать эмоциональные состояния и оценивать лицевую экспрессию; показана высокая способность к оречевлению собственных переживаний;

2) средний уровень – ребенок описывает 8–13 карточек, при этом ответы на вопросы даются с помощью педагога; фиксируются трудности в опознании и назывании абстрактных изображений, оценивает настроение и называет эмоции с помощью педагога;

3) низкий уровень – ребенок описывает 0–7 карточек, при этом задание не выполняет даже с помощью вопросов, не называет настроение, не может показать его на себе.

Делая вывод по параграфу, нужно отметить, что цель исследования – выявить уровень эмоционального интеллекта вовлеченности в кибер-среду у младших школьников и разработать программу по повышению эмоционального интеллекта у данных обучающихся.

Задачи исследования:

– организовать и провести эмпирическое исследование; описать используемые методики,

– проанализировать результаты диагностики,

– разработать программу по повышению эмоционального интеллекта у младших школьников.

Исследование проводилось на базе МАОУ «СОШ № 15 г. Челябинска». В эксперименте приняли участие дети в возрасте 8–9 лет в количестве 20 человек.

Для выявления уровня эмоционального интеллекта вовлеченности в кибер-среду у младших школьников использованы следующие методики:

- тест-опросник степени увлеченности младших подростков компьютерными играми (А. В. Гришина),
- диагностическая методика «Эмоциональные лица» (Н. Я. Семаго).

2.2 Анализ результатов диагностики

Проведём анализ результатов диагностики уровня вовлеченности в кибер-среду и особенностей эмоционального интеллекта у младших школьников.

1. Тест-опросник степени увлеченности младших подростков компьютерными играми (А. В. Гришина).

Результаты ответов младших школьников (в виде набранных баллов по каждой шкале) показаны в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты тест-опросника степени увлеченности младших подростков компьютерными играми (А. В. Гришина)

Порядковый номер ученика	Иэ	Ис	Иц	Ир	Ио	Сумма баллов
1	2	1	3	1	1	8
2	3	3	4	1	1	12
3	4	2	2	3	3	14
4	5	4	3	4	4	20
5	3	2	1	3	2	11
6	1	1	3	2	2	9
7	3	2	2	1	2	10
8	4	3	5	4	4	19
9	5	5	5	5	3	23
10	5	3	3	4	4	18
11	3	6	3	3	2	17

Продолжение таблицы 2

Порядковый номер ученика	Иэ	Ис	Иц	Ир	Ио	Сумма баллов
12	2	2	2	2	2	10
13	2	4	4	2	2	14
14	6	6	5	6	6	29
15	5	1	2	3	4	15
16	2	2	5	3	2	13
17	4	2	5	3	2	16
18	3	3	3	4	3	16
19	5	2	3	5	3	18
20	2	3	2	2	2	11

В результате диагностики по методике «Тест-опросник степени увлеченности компьютерными играми» А. В. Гришиной получились следующие данные: среди общего числа обучающихся в классе 30% детей имеют естественный уровень вовлеченности в компьютерные игры (6 человек), при котором компьютерные игры носят характер развлечения, не имеющие негативных последствий. Дети контролируют свою игровую активность, редко играют и думают об игре. Эти обучающиеся стремятся развиваться, как в учёбе, так и в личностном плане, поэтому основное время тратят на другие вещи, а вовсе не на компьютерные игры.

Средний уровень вовлеченности в компьютерные игры имеют 60% опрошенных детей (12 человек): компьютерные игры являются важной частью их жизни, у них есть любимые онлайн-игры, но при этом виртуальный мир ни по времени нахождения в нём, ни по эмоциональной составляющей, не перевешивает отношения в реальном мире. Данные обучающиеся контролируют игровой процесс и хронологические рамки игры. В этом случае компьютерные игры выполняют компенсаторные функции.

У 10% младших школьников (2 человека) уже имеют сформированную зависимость. Эти дети постоянно сидят в Интернете, играя в онлайн-игры, стремясь улучшить свои достижения и перейти на новый уровень. Свои достижения в компьютерных играх они воспринимают излишне эмоционально, а неудачи очень болезненно, что отражается на общении с

окружающими, на которых данные испытуемые вываливают раздражение, гнев, злость, обиду.

Отразим полученные результаты в графическом виде на рисунке 1.

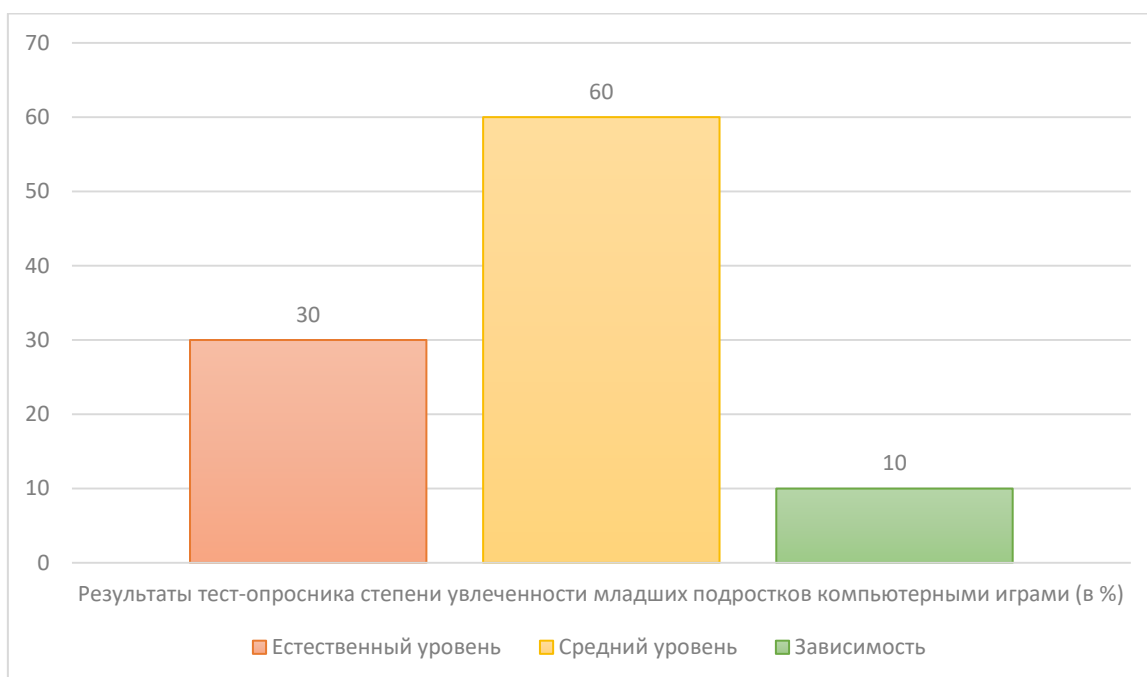


Рисунок 1 – Результаты тест-опросника степени увлеченности младших подростков компьютерными играми (А. В. Гришина), в %

Подробнее рассмотрим результаты по всем шкалам.

1. Шкала эмоционального отношения к компьютерным играм.

У 80% детей были высокие показатели по шкале эмоционального отношения к компьютерным играм, это может интерпретироваться как то, что игра является средством разрядки психоэмоционального напряжения и средством компенсации неудовлетворенных потребностей личности, например, в общении, родительской заботе и т.д. В ходе игры ребенок испытывает ощущение эмоционального подъема.

2. Шкала самоконтроля в компьютерных играх.

60% учащихся класса имеют высокий показатель по шкале самоконтроля в компьютерных играх. Такие дети, как правило, не хотят прерывать игру и раздражаются при вынужденном отвлечении от игры, они не способны спланировать окончание игры.

3. Шкала целевой направленности на компьютерные игры.

По шкале целевой направленности на компьютерные игры 56% опрошенных имеют высокий показатель, это говорит о том, что играющий ребенок стремится к достижению все более высоких результатов в игре.

4. Шкала родительского отношения к компьютерным играм.

Шкала родительского отношения к компьютерным играм среди испытуемых характеризуется средними значениями.

5. Шкала предпочтения виртуального общения в компьютерных играх реальному общению.

Шкала предпочтения виртуального общения в компьютерных играх реальному общению среди обучающихся класса в своем большинстве имеет средние показатели.

Таким образом, по результатам данной методики можно сделать вывод о том, что большинство детей в обоих классах имеют средний показатель уровня вовлеченности в компьютерные игры, лишь двое детей, по одному из каждой группы, по результатам методики показали сформированную игровую зависимость. Большинство опрошенных младших школьников играют в компьютерные игры для того, чтобы разрядить психоэмоциональное напряжение, либо в качестве компенсации неудовлетворенных потребностей личности, например, потребности в общении и взаимодействии. Больше половины детей не могут контролировать процесс игры и раздражаются, когда их отвлекают от процесса игры. Также почти половина опрошенных младших школьников стремятся к достижению более высоких результатов в игре.

2. Диагностическая методика «Эмоциональные лица» (Н. Я. Семаго).

В 1-й серии изображений младшим школьникам предлагалось в схематичном виде следующие эмоциональные выражения:

1. Злость (гнев).
2. Печаль (грусть).
3. Радость.

Это задание не вызвало у детей затруднений, все показали высокий результат (все испытуемые на 100% справились с заданием).

Обобщим полученные результаты в таблице 3 (за каждую правильно описанную карточку с изображением даётся 1 балл).

Таблица 3 – Результаты младших школьников по 1-й серии изображений диагностической методики «Эмоциональные лица» (Н. Я. Семаго)

Порядковый номер ученика	Злость (гнев)	Печаль (грусть)	Радость
1	1	1	1
2	1	1	1
3	1	1	1
5	1	1	1
6	1	1	1
7	1	1	1
8	1	1	1
9	1	1	1
10	1	1	1
11	1	1	1
12	1	1	1
13	1	1	1
14	1	1	1
15	1	1	1
16	1	1	1
17	1	1	1
18	1	1	1
19	1	1	1
20	1	1	1

Отразим полученные результаты в графическом виде на рисунке 2.



Рисунок 2 – Результаты младших школьников по 1-й серии изображений диагностической методики «Эмоциональные лица» (Н. Я. Семаго), в %
 Затруднения вызвала вторая серия изображений методики «Эмоциональные лица» Н. Я. Семаго из 14 изображений конкретных лиц детей (мальчиков и девочек: по 7 изображений соответственно).

С радостью справились все дети (100%), со страхом справились 75% испытуемых, с сердитостью 20%, с приветливостью 20%, удивление узнали 25%, обиду 40%, стыд 5%. Некоторые из младших школьников, сомневаясь в правильности собственного ответа, задумывались перед тем как ответить, пытались привлечь одноклассников, ожидая от них подсказки.

Результаты этой серии изображений занесены в таблицу 4.

Таблица 4 – Результаты младших школьников по 2-й серии изображений диагностической методики «Эмоциональные лица» (Н. Я. Семаго)

№	Радость		Страх		Сердитость		Приветлив ость		Стыд, вина		Обида		Удивление	
	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д
1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1
2	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0
3	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0
4	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0
5	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1
6	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0
7	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
8	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1
9	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
10	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0

11	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0
12	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1
13	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0
14	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0
15	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1
16	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1
17	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1
18	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0
19	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0
20	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0

На этом этапе мы выявили, что младшие школьники хорошо определяют ярко выраженные эмоции, а изображение пограничных эмоций, таких как приветливость, задумчивость, сердитость вызывает у них затруднение.

Отразим полученные результаты в графическом виде на рисунке 3.

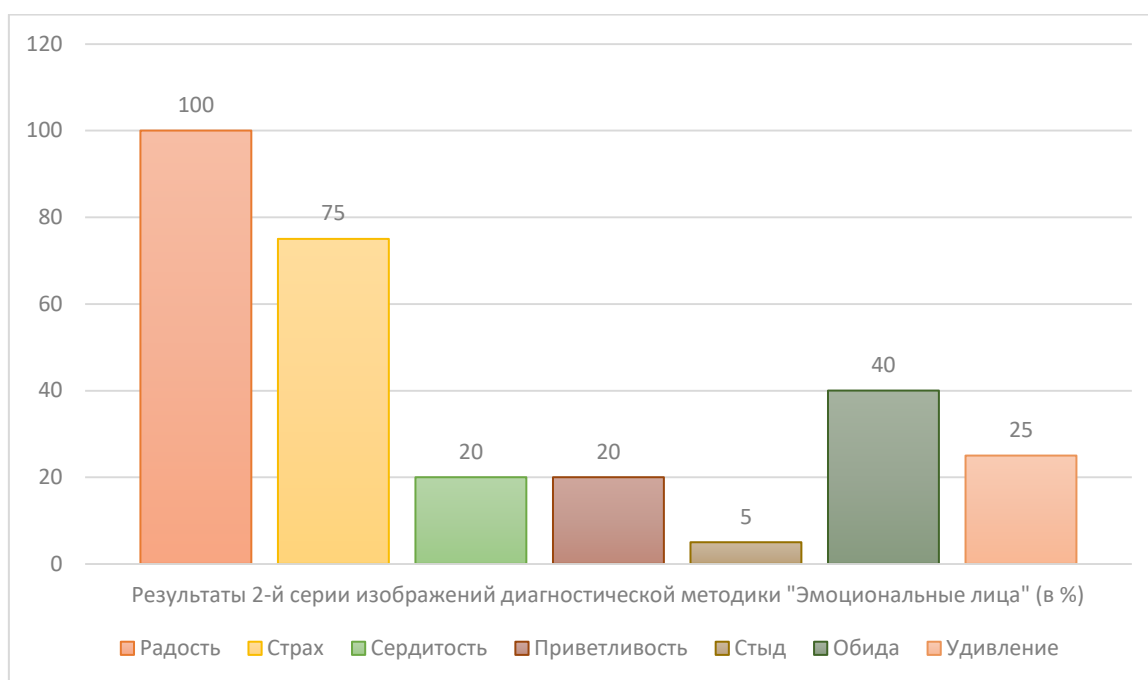


Рисунок 3 – Результаты младших школьников по 2-й серии изображений диагностической методики «Эмоциональные лица» (Н. Я. Семаго), в %

При проведении эксперимента с младшими школьниками нам приходилось наблюдать следующее: подавляющее большинство не могли назвать такие эмоции, как удивление, задумчивость и приветливость. Чувство радости и страха назвали почти все, в разговоре с испытуемыми было видно явное оживление, когда дети рассказывали о том, что может им

доставить радость и то, чего они больше всего боятся. Многие младшие школьники отрицали злость и обиду, заявляя о том, что они данные эмоции не испытывают вовсе или очень редко. Объяснить это можно тем, что дети стараются получить одобрение в обществе, вытесняя отрицательные эмоции.

Для более глубокого понимания детьми своих и эмоций других людей нами была создана программа по повышению эмоционального интеллекта у младших школьников.

Таким образом, обобщая вышеуказанные данные из таблиц 3 и 4, можем отметить, что с помощью диагностической методики «Эмоциональные лица» (Н. Я. Семаго) нами были получены следующие результаты уровня развития эмоционального интеллекта (таблица 5).

Таблица 5 – Уровень развития эмоционального интеллекта по диагностической методике «Эмоциональные лица» (Н. Я. Семаго), в %

Уровень развития эмоционального интеллекта	Количество	
	Чел.	%
Низкий	4	20
Средний	11	55
Высокий	5	25

Наглядно представим результаты в графическом виде на рисунке 4.

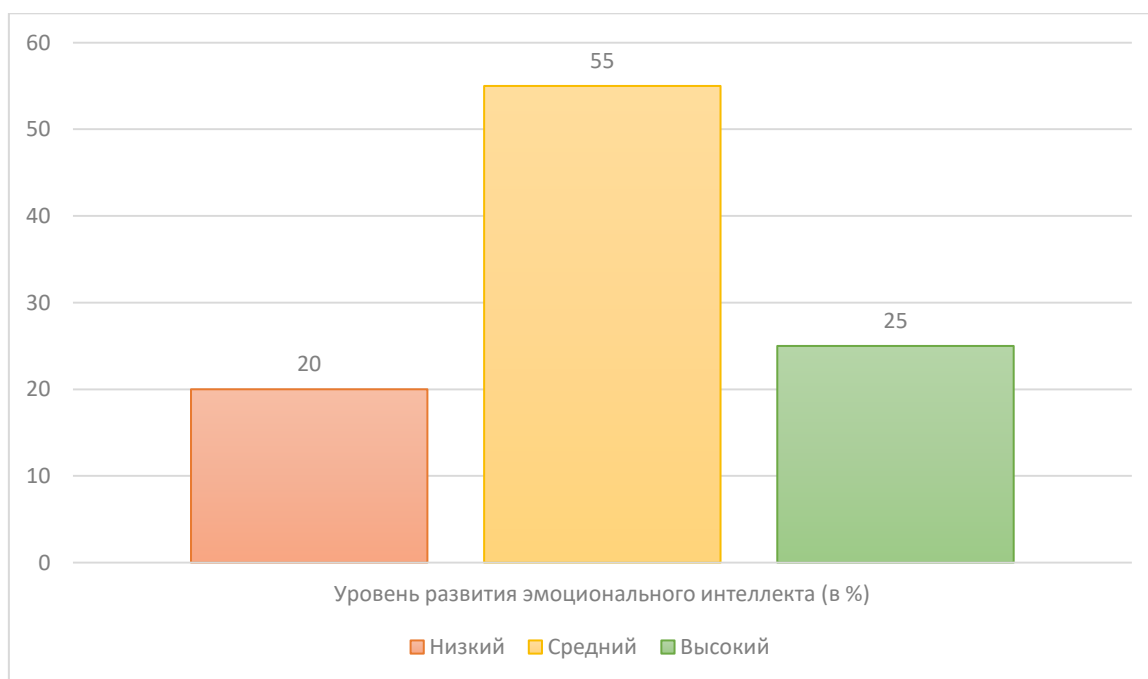


Рисунок 4 – Уровень развития эмоционального интеллекта по диагностической методике «Эмоциональные лица» (Н. Я. Семаго), в %

Проанализировав данные вышеназванной методики, мы пришли к выводу, что большая часть обучающихся (11 человек) имеет средний уровень развития эмоционального интеллекта, что составляет 55% от общего количества человек в классе, эти дети способны понимать часть своих скрытых мотивов, они учатся управлять своим состоянием, временем, мотивировать себя, достаточно хорошо понимают основные, базовые эмоции других людей.

Низкий уровень развития эмоционального интеллекта имеют 4 человека, что составляет 20 % учеников класса, эти дети имеют трудности в распознавании чужих эмоций, они имеют низкую способность управлять своим поведением с помощью управления эмоциями.

Высокий уровень эмоционального интеллекта выявлен у 5 обучающихся, что составляет 10% от общего числа испытуемых в классе, эти ученики хорошо распознают как свои эмоциональные реакции, так и эмоции окружающих людей, благодаря чему, им с легче адаптироваться к любой жизненной ситуации.

Таким образом, из полученных нами данных, мы можем выявить взаимосвязь уровня развития эмоционального интеллекта с вовлеченностью в кибер-среду, сопоставив результаты из двух методики между собой. Нами были получены следующие результаты (таблица 6).

Таблица 6 – Взаимосвязь уровня развития эмоционального интеллекта с вовлеченностью в кибер-среду

Уровень развития эмоционального интеллекта	Уровень вовлеченности в кибер-среду		
	естественный	средний	зависимость
низкий	0	2	2
средний	2	8	0
высокий	4	1	0

Наглядно представим результаты в графическом виде на рисунке 5.

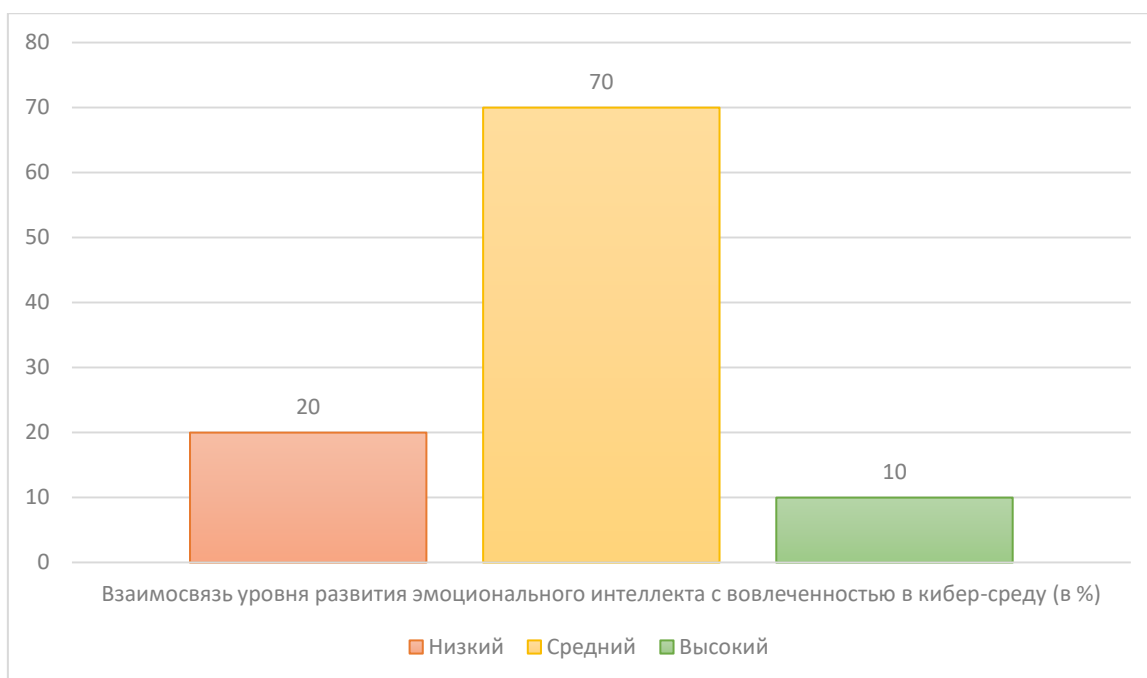


Рисунок 5 – Взаимосвязь уровня развития эмоционального интеллекта с вовлеченностью в кибер-среду

Анализ полученных результатов показал, что у детей, имеющих естественный уровень вовлеченности в кибер-среду в основном средний и высокий уровень развития эмоционального интеллекта, реже – низкий. У детей, имеющих средний показатель вовлеченности в кибер-среду встречаются все три уровня развития эмоционального интеллекта, в основном это средний уровень, реже низкий, и наиболее редко высокий уровень развития эмоционального интеллекта. Ученики, имеющие средний уровень (либо зависимость) вовлеченности в кибер-среду, имеют низкий уровень развития эмоционального интеллекта.

Таким образом, подводя итог, можно сделать вывод, что обучающиеся с низким уровнем развития эмоционального интеллекта наиболее подвержены влиянию киберпространства, у них налицо зависимость от онлайн-игр, целыми днями и ночами они, что называется, «зависают» в Интернете. Ученики, имеющие средний уровень развития эмоционального интеллекта в меньшей степени увлечены компьютерными играми, играют в них не так часто. А младшие школьники, имеющие высокий уровень развития эмоционального интеллекта вообще относятся к компьютерным играм равнодушно, у них по жизни другие увлечения, не связанные с

виртуальным миром, их влечёт реальный мир, а не сфера Интернета.

В результате исследования нами выявлены достоверные связи, благодаря которым можно утверждать, что дети с высоким уровнем развития эмоционального интеллекта, развитой эмпатией и пониманием собственных эмоций – в меньшей степени склонны к увлечению кибер-средой, а у детей с менее развитым уровнем эмоционального интеллекта часто наблюдается зависимость от компьютерных игр.

Результаты нашей работы показали необходимость разработки программы по повышению эмоционального интеллекта у младших школьников.

2.3 Разработка программы по повышению эмоционального интеллекта у младших школьников

Пояснительная записка

Способность понимать других людей и действовать или поступать мудро в отношении других – особый «социальный дар», обеспечивающий гладкость в отношениях с людьми.

Эмоциональный интеллект – это навык понимания своих чувств и эмоций, способность человека осознавать эмоции и, соответственно управлять ими таким образом, чтобы способствовать своему эмоциональному и интеллектуальному росту. Цель развития эмоционального интеллекта состоит в том, чтобы правильно принять и контролировать свои эмоции. Эмоциональный интеллект – это непрерывный процесс чувствования, оценивания выбора действий, причем здесь выбор обоснован не столько принципами и правилами поведения, сколько умением поставить себя на место другого и почувствовать его переживания в данный момент.

В воспитании и обучении ребенка необходимо соблюдать гармоничное равновесие в развитии его эмоций и интеллекта. Развитие интеллекта должно

не подавлять эмоциональную сферу, а наоборот, обогащать ее, расширять диапазон причин, которые способны радовать или огорчать человека, расцвечивать его чувственный мир новыми выразительными красками. Полноценное развитие интеллекта невозможно, если есть недостатки в эмоциональном развитии. Эмоции не могут быть подменены, подавлены интеллектом, ибо отсутствие эмоций, бедность эмоциональной сферы ведет к пассивности мыслительных процессов.

Поэтому важно объединить усилия семьи и школы для воспитания личности, которая будет соответствовать современным требованиям общества. В сложившейся ситуации не вызывает сомнений необходимость составления программы повышения уровня эмоционального интеллекта младших школьников «В мире эмоций».

Наша программа позволит обучающимся изучить свои возможности и потребности и соотнести их с требованиями, которые предъявляет им образовательная программа и современное общество, развить имеющиеся навыки и приобрести новые, подготовиться к общению с самыми разнообразными людьми. В программе главное внимание уделяется эмоциональному интеллекту детей.

Цель программы: развитие эмоционального интеллекта обучающихся младших классов, создание условий психологического комфорта, способствующих раскрытию способностей каждой отдельной личности.

Задачи:

1) воспитательные:

– познакомить детей с эмоциональным миром человека и способами управления им;

2) развивающие:

– формировать умения осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков; умения принимать себя и других людей;

– формировать и совершенствовать умения качественно анализировать и оценивать свои действия;

– развивать самоконтроль в отношении проявления своих эмоций в ходе нахождения в кибер-среде;

3) образовательные:

– формировать практические навыки по управлению эмоциями, умственной и психологической деятельности.

Документы-основания для создания программы:

1) Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [1];

2) Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» [2];

3) Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р) [3];

4) Концепция развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р) [4];

5) Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» [5];

6) Паспорт приоритетного проекта «Доступное дополнительное образование для детей» (утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам, протокол от 30.11.2016 № 11) [6];

7) Приказ Минпросвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» [7].

Принципы реализации программы:

1) учет индивидуальных особенностей и возможностей детей младшего школьного возраста;

2) психологический благоприятный климат;

3) положительная оценка любого достижения.

Планируемые результаты программы:

- 1) выработка у младших школьников положительных черт характера;
- 2) повышение интереса детей к сотрудничеству.
- 3) улучшение психологического климата в классе.
- 4) развитие у детей качеств, которые входят в структуру эмоционального интеллекта.
- 5) появление у детей легкости общения и понимания чувств и переживаний друг друга.

При разработке программы учитывались возрастные и личностные особенности обучающихся младшего школьного возраста.

Направленность (профиль) программы – общекультурная.

Уровень реализации программы – базовый.

Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

Программа данного курса представляет систему интеллектуально-развивающих занятий для обучающихся.

Программа реализуется в рамках «Внеурочной деятельности» в соответствии с образовательным планом.

При составлении программы использованы теоретические и практические материалы, в том числе авторские.

Актуальность программы соответствует основным направлениям социально-экономического развития страны, современным достижениям в сфере науки, техники, искусства и культуры; соответствует государственному социальному заказу/запросам родителей и детей.

Программа предназначена для развития потенциала школьников, которые хотят стать более успешными за счет повышения эмоциональной компетентности.

На занятиях наглядно показывается связь между эмоциями и мотивацией/самотивацией, влияние эмоций на принятие решений и их

эффективность, а также влияние эмоционального интеллекта на личную вовлеченность в работу и на отношение к поставленным задачам.

Отрабатываются навыки сензитивности (прогнозирования поведения людей) на основе понимания эмоций, оценивается способность влиять на отношения.

В программе разбираются техники и методы работы с собой, с собственными внутренними ресурсами. Преподаются инструменты развития эмпатии. Демонстрируются возможности альтернативных подходов к построению отношений на основе внутренних особенностей людей.

Участники программы получают новые инструменты самомотивации и побуждения других к деятельности.

Новизна представленной программы заключается в том, что обучающиеся имеют возможность в полной мере получить знания об эмоциях и приобрести новые навыки работы с ними, развить мыслительные способности, а также повысить эффективность своих действий. За счет выполнения разнообразных упражнений концентрируется внимание, активизируются эмпатические способности, синхронизируются оба полушария. Более того, возможность регулировать собственные эмоции подскажет, как по-настоящему эффективно использовать свою энергию и стать успешнее в современном мире.

Вопрос развития эмоционального интеллекта детей младшего школьного возраста является приоритетным при организации и реализации образовательного процесса.

Отличительные особенности программы – программа имеет большое социально-педагогическое значение, способствует развитию коммуникативных навыков с максимальным качеством построения собственной модели поведения с минимальными затратами времени и усилий. Программа содержит психолого-педагогические разработки по управлению временем, показавшие высокую эффективность в ходе апробации. Занятия предполагают знакомство с теоретическим материалом и

выполнение несложных и увлекательных практических упражнений, развивающих такие познавательные навыки как: память, внимание, мышление, воображение, способность легко, быстро и продуктивно распознавать свои и чужие эмоции, чтобы осуществить все задуманные планы.

Адресат программы – рассчитана на обучающихся 7–10 лет (1–4 класс).

Объём программы – 34 учебных часа (1 год обучения), 5 тематических модулей.

Форма обучения – очная.

Формы организации образовательного процесса – индивидуальные и групповые занятия. Виды занятий: лекции, практические и семинарские занятия, круглые столы, деловые и ролевые игры, тренинги, выездные тематические занятия, выполнение самостоятельной работы, творческие отчеты, подготовка итоговых проектов и другие виды учебных занятий и учебных работ.

Срок освоения программы – 34 недели, 9 месяцев, 1 год.

Режим занятий – занятия проводятся 1 раз в неделю на протяжении 1 учебного года.

Содержание учебного плана.

Модуль 1: Анатомия эмоций (9 ч.)

Что означает понятие «эмоциональный интеллект»? 7 видов интеллекта. Знакомство с 8 базовыми эмоциями. Структура, функции, свойства эмоций. Классификация эмоций. Характеристики эмоционального реагирования. Интенсивность эмоций. Эмоциональные состояния личности и их характеристика. Связь эмоций и познавательных процессов. Условия развития эмоций и чувств. Методы обогащения и активизации словаря эмоциональной лексики. Что такое настроение, чувства, мысли и как они связаны с эмоциями? Способы измерения настроения. Оценка события – основной фактор, определяющий последствия. Метод естественного

наблюдения эмоциональной экспрессии. Практическое занятие: Заполнение таблицы «Экспрессивное выражение эмоций».

Модуль 2. Составляющие эмоционального интеллекта (5 ч.)

Восприятие эмоций. Вербальные и невербальные сигналы. Признаки сокрытия эмоций, искажения. Понимание эмоций. Способы изменения собственных стратегий путем регуляции эмоционального состояния. Управление эмоциями. Способы входа/выхода в необходимое эмоциональное состояние. Влияние на собеседника. Избавление от «ненужных» эмоций. Использование эмоций. Способы формирования у человека представления о реальном мире. Понятие карта реальности. Эмоции, снижающие эффективность и эмоции, повышающие эффективность деятельности. Способы саморегуляции. Влияние эмоций на принимаемые решения.

Модуль 3: Применение эмоционального интеллекта в жизни (5 ч.)

Прояснение ценностной карты собеседника. Прояснение собственных убеждений и способы выявления убеждений другого человека. Эмоциональная привязка к убеждениям. Поддерживающие и ограничивающие убеждения. Способы работы с ограничивающими убеждениями. Как мозг принимает решения, делает выбор. Влияние эмоционального фона на принимаемые решения. Способы создания адекватного эмоционального фона у себя и партнера по переговорам. Ценностная гибкость, экологичный способ взаимодействия с человеком, обладающим другим набором ценностей. Постановка навыка слушания. Способы перемещения фокуса внимания с себя и своих мыслей на собеседника и его поведение. Понятие эмпатии. Нейрофизиологическая основа эмпатии.

Модуль 4: Эмоциональный интеллект как способ решения конфликтов (5 ч.)

Типологии личностей. Определение типа по косвенным признакам. Разрешение конфликтов с использованием эмоционального интеллекта. Профилактика конфликтов. Запуск «необходимого» конфликта. Регуляция

собственного эмоционального состояния во время переговоров, как личных, так и по телефону. Техники решения сложных коммуникативных задач. Выявление неэффективных стратегий поведения. Поиск причины формирования неэффективных стратегий. Замена неэффективных стратегий на более эффективные. Диагностика манипуляций. Классический манипулятивный треугольник. Точки приложения силы манипулятора. Противостояние манипуляциям.

Модуль 5: практические методы работы с эмоциями (8 ч.)

Упражнения для осознанного отношения к своему телу и своим ощущениям. Различные техники для работы с собственными эмоциями и для эффективного общения с окружающими. Практическое занятие: применение новых техник. Эмоциональный театр: конструируем различные жизненные ситуации и выход из них. Способы саморегуляции с использованием медитативных техник. Создание нужного эмоционального фона, настроения. Работа с негативным эмоциональным фоном. Использование образов бессознательного. Дыхательные практики. Технологии влияния. Внушение и самовнушение. Развитие интуиции. Фиксация достижений и зоны роста. Заполнение дневника успеха.

Итоговое занятие (1 ч.)

Создание индивидуальной программы развития собственного эмоционального интеллекта.

Принципы построения занятий:

- 1) от простого к сложному;
- 2) каждое занятие рассчитано на 40 мин.;
- 3) наращивание темпа выполнения заданий;
- 4) смена разных видов деятельности;
- 5) различные практические задания.

Структура занятия: занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятий 40 минут. Каждое занятие включает в себя упражнения профильной направленности.

Формы и виды деятельности:

- занятия-практикумы, позволяющие применять полученные знания и умения в практических ситуациях;
- занятия, направленные на раскрытие и реализацию творческих способностей обучающихся, развитие их воображения, мышления, формирование коммуникативной компетенции;
- вступительное и заключительное слово педагога, беседа.

Тематический план программы «В мире эмоций» по повышению эмоционального интеллекта у младших школьников представлен в Приложении В.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2

Цель исследования – выявить уровень эмоционального интеллекта вовлеченности в кибер-среду у младших школьников и разработать программу по повышению эмоционального интеллекта у данных обучающихся.

Задачи исследования:

- организовать и провести эмпирическое исследование; описать используемые методики,
- проанализировать результаты диагностики,
- разработать программу по повышению эмоционального интеллекта у младших школьников.

Исследование проводилось на базе МАОУ «СОШ № 15 г. Челябинска». В эксперименте приняли участие дети в возрасте 8–9 лет в количестве 20 человек.

Для выявления уровня эмоционального интеллекта вовлеченности в кибер-среду у младших школьников использованы следующие методики:

- тест-опросник степени увлеченности младших подростков кибер-играми (А. В. Гришина),
- диагностическая методика «Эмоциональные лица» (Н. Я. Семаго).

В результате диагностики по методике «Тест-опросник степени увлеченности компьютерными играми» А. В. Гришиной получились следующие данные: среди общего числа обучающихся в классе 30% детей имеют естественный уровень вовлеченности в компьютерные игры (6 человек), при котором компьютерные игры носят характер развлечения, не имеющие негативных последствий. Дети контролируют свою игровую активность, редко играют и думают об игре. Эти обучающиеся стремятся развиваться, как в учёбе, так и в личностном плане, поэтому основное время тратят на другие вещи, а вовсе не на компьютерные игры.

Средний уровень вовлеченности в компьютерные игры имеют 60% опрошенных детей (12 человек): компьютерные игры являются важной частью их жизни, у них есть любимые онлайн-игры, но при этом виртуальный мир ни по времени нахождения в нём, ни по эмоциональной составляющей, не перевешивает отношения в реальном мире. Данные обучающиеся контролируют игровой процесс и хронологические рамки игры. В этом случае компьютерные игры выполняют компенсаторные функции.

У 10% младших школьников (2 человека) уже имеют сформированную зависимость. Эти дети постоянно сидят в Интернете, играя в онлайн-игры, стремясь улучшить свои достижения и перейти на новый уровень. Свои достижения в компьютерных играх они воспринимают излишне эмоционально, а неудачи очень болезненно, что отражается на общении с окружающими, на которых данные испытуемые вываливают раздражение, гнев, злость, обиду.

Проанализировав результаты диагностической методике «Эмоциональные лица» (Н. Я. Семаго), мы пришли к выводу, что большая часть обучающихся (11 человек) имеет средний уровень развития эмоционального интеллекта, что составляет 55% от общего количества человек в классе, эти дети способны понимать часть своих скрытых мотивов,

они учатся управлять своим состоянием, временем, мотивировать себя, достаточно хорошо понимают основные, базовые эмоции других людей.

Низкий уровень развития эмоционального интеллекта имеют 4 человека, что составляет 20 % учеников класса, эти дети имеют трудности в распознавании чужих эмоций, они имеют низкую способность управлять своим поведением с помощью управления эмоциями.

Высокий уровень эмоционального интеллекта выявлен у 5 обучающихся, что составляет 10% от общего числа испытуемых в классе, эти ученики хорошо распознают как свои эмоциональные реакции, так и эмоции окружающих людей, благодаря чему, им с легче адаптироваться к любой жизненной ситуации.

На основании полученных нами данных, мы смогли выявить взаимосвязь уровня развития эмоционального интеллекта с вовлеченностью в кибер-среду, сопоставив результаты из двух методики между собой.

В результате исследования нами выявлены достоверные связи, благодаря которым можно утверждать, что дети с высоким уровнем развития эмоционального интеллекта, развитой эмпатией и пониманием собственных эмоций – в меньшей степени склонны к увлечению кибер-средой, а у детей с менее развитым уровнем эмоционального интеллекта часто наблюдается зависимость от компьютерных игр.

Результаты нашей работы показали необходимость разработки программы по повышению эмоционального интеллекта у младших школьников.

Цель программы: развитие эмоционального интеллекта обучающихся младших классов, создание условий психологического комфорта, способствующих раскрытию способностей каждой отдельной личности.

Задачи:

1) воспитательные:

– познакомить детей с эмоциональным миром человека и способами управления им;

2) развивающие:

– формировать умения осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков; умения принимать себя и других людей;

– формировать и совершенствовать умения качественно анализировать и оценивать свои действия;

– развивать самоконтроль в отношении проявления своих эмоций в ходе нахождения в кибер-среде;

3) образовательные:

– формировать практические навыки по управлению эмоциями, умственной и психологической деятельности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Итак, после изучения темы выпускной квалификационной работы можно сделать следующие выводы.

В психолого-педагогической науке проблема эмоционального интеллекта человека в целом и младшего школьника в частности рассматривается в многообразных аспектах: сущность и составляющие эмоционального интеллекта (Д. Карузо, Дж. Майер, П. Сэловей, Д. Гоулман, Ю. Беатрис, Р. Бар-Он и др.), эмоциональное воображение (А. В. Запорожец), взаимосвязь эмоций и интеллекта (С. Л. Рубинштейн, Л. С. Выготский, У. Джеймс, В. В. Давыдов, А. Н. Леонтьев и др.), роль нравственных переживаний в общей системе развития личности, становлении ее внутренней позиции (Л. И. Божович, В. С. Мухина), разумность чувств (В. С. Мухина).

На сегодняшний день эмоциональный интеллект рассматривается как способность эффективно разбираться в эмоциональной сфере человеческой жизни: понимать эмоции и эмоциональную подоплеку отношений, использовать свои эмоции для решения задач, связанных с отношениями и мотивацией.

Формирование и развитие эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте – это актуальная проблема современной психолого-педагогической науки. Развитие данного конструкта происходит в процессе специально организованной деятельности, в которой ребенок обретает непосредственный индивидуальный опыт переживаний эмоций и чувств.

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 настоящее время существуют большие возможности для развития эмоционального интеллекта младшего школьника, которые, в свою очередь,

помогут оптимизировать эмоциональные процессы и состояния, возникающие у детей в процессе межличностного взаимодействия. Более того, развитие эмоционального интеллекта может рассматриваться как значимый фактор повышения психологической культуры в детском обществе в целом.

Таким образом, 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.

Мы выявили, что вовлеченность личности в кибер-среду зависит от ее эмоциональной направленности. Мы подробно исследовали каждый тип направленности личности, выделили факт позитивного или негативного влияния Интернета, а также сферы взаимодействия с данной информационно-телекоммуникационной сетью, и другие важные для исследования вопросы.

Во второй главе выпускной квалификационной работы мы организовали и провели эмпирическое исследование, цель которого – выявить уровень эмоционального интеллекта вовлеченности в кибер-среду у младших школьников и разработать программу по повышению эмоционального интеллекта у данных обучающихся.

Задачи исследования:

- организовать и провести эмпирическое исследование; описать используемые методики,
- проанализировать результаты диагностики,

– разработать программу по повышению эмоционального интеллекта у младших школьников.

Исследование проводилось на базе МАОУ «СОШ № 15 г. Челябинска». В эксперименте приняли участие дети в возрасте 8–9 лет в количестве 20 человек.

Для выявления уровня эмоционального интеллекта вовлеченности в кибер-среду у младших школьников использованы следующие методики:

– тест-опросник степени увлеченности младших подростков кибер-играми (А. В. Гришина),

– диагностическая методика «Эмоциональные лица» (Н. Я. Семаго).

В результате диагностики по методике «Тест-опросник степени увлеченности компьютерными играми» А. В. Гришиной получились следующие данные: среди общего числа обучающихся в классе 30% детей имеют естественный уровень вовлеченности в компьютерные игры (6 человек), при котором компьютерные игры носят характер развлечения, не имеющие негативных последствий. Дети контролируют свою игровую активность, редко играют и думают об игре. Эти обучающиеся стремятся развиваться, как в учёбе, так и в личностном плане, поэтому основное время тратят на другие вещи, а вовсе не на компьютерные игры.

Средний уровень вовлеченности в компьютерные игры имеют 60% опрошенных детей (12 человек): компьютерные игры являются важной частью их жизни, у них есть любимые онлайн-игры, но при этом виртуальный мир ни по времени нахождения в нём, ни по эмоциональной составляющей, не перевешивает отношения в реальном мире. Данные обучающиеся контролируют игровой процесс и хронологические рамки игры. В этом случае компьютерные игры выполняют компенсаторные функции.

У 10% младших школьников (2 человека) уже имеют сформированную зависимость. Эти дети постоянно сидят в Интернете, играя в онлайн-игры, стремясь улучшить свои достижения и перейти на новый уровень. Свои достижения в компьютерных играх они воспринимают излишне эмоционально, а неудачи очень болезненно, что отражается на общении с окружающими, на которых данные испытуемые вываливают раздражение, гнев, злость, обиду.

Проанализировав результаты диагностической методике «Эмоциональные лица» (Н. Я. Семаго), мы пришли к выводу, что большая часть обучающихся (11 человек) имеет средний уровень развития эмоционального интеллекта, что составляет 55% от общего количества человек в классе, эти дети способны понимать часть своих скрытых мотивов, они учатся управлять своим состоянием, временем, мотивировать себя, достаточно хорошо понимают основные, базовые эмоции других людей.

Низкий уровень развития эмоционального интеллекта имеют 4 человека, что составляет 20 % учеников класса, эти дети имеют трудности в распознавании чужих эмоций, они имеют низкую способность управлять своим поведением с помощью управления эмоциями.

Высокий уровень эмоционального интеллекта выявлен у 5 обучающихся, что составляет 10% от общего числа испытуемых в классе, эти ученики хорошо распознают как свои эмоциональные реакции, так и эмоции окружающих людей, благодаря чему, им с легче адаптироваться к любой жизненной ситуации.

На основании полученных нами данных, мы смогли выявить взаимосвязь уровня развития эмоционального интеллекта с вовлеченностью в кибер-среду, сопоставив результаты из двух методики между собой.

Анализ полученных результатов показал, что у детей, имеющих естественный уровень вовлеченности в кибер-среду в основном средний и высокий уровень развития эмоционального интеллекта, реже – низкий. У детей, имеющих средний показатель вовлеченности в кибер-среду

встречаются все три уровня развития эмоционального интеллекта, в основном это средний уровень, реже низкий, и наиболее редко высокий уровень развития эмоционального интеллекта. Ученики, имеющие средний уровень (либо зависимость) вовлеченности в кибер-среду, имеют низкий уровень развития эмоционального интеллекта.

Таким образом, подводя итог, можно сделать вывод, что обучающиеся с низким уровнем развития эмоционального интеллекта наиболее подвержены влиянию киберпространства, у них налицо зависимость от онлайн-игр, целыми днями и ночами они, что называется, «зависают» в Интернете. Ученики, имеющие средний уровень развития эмоционального интеллекта в меньшей степени увлечены компьютерными играми, играют в них не так часто. А младшие школьники, имеющие высокий уровень развития эмоционального интеллекта вообще относятся к компьютерным играм равнодушно, у них по жизни другие увлечения, не связанные с виртуальным миром, их влечёт реальный мир, а не сфера Интернета.

В результате исследования нами выявлены достоверные связи, благодаря которым можно утверждать, что дети с высоким уровнем развития эмоционального интеллекта, развитой эмпатией и пониманием собственных эмоций в меньшей степени склонны к увлечению кибер-средой, а у детей с менее развитым уровнем эмоционального интеллекта часто наблюдается зависимость от компьютерных игр.

В результате исследования нами выявлены достоверные связи, благодаря которым можно утверждать, что дети с высоким уровнем развития эмоционального интеллекта, развитой эмпатией и пониманием собственных эмоций – в меньшей степени склонны к увлечению кибер-средой, а у детей с менее развитым уровнем эмоционального интеллекта часто наблюдается зависимость от компьютерных игр.

Результаты нашей работы показали необходимость разработки программы по повышению эмоционального интеллекта у младших школьников.

Цель программы: развитие эмоционального интеллекта обучающихся младших классов, создание условий психологического комфорта, способствующих раскрытию способностей каждой отдельной личности.

Задачи:

1) воспитательные:

– познакомить детей с эмоциональным миром человека и способами управления им;

2) развивающие:

– формировать умения осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков; умения принимать себя и других людей;

– формировать и совершенствовать умения качественно анализировать и оценивать свои действия;

– развивать самоконтроль в отношении проявления своих эмоций в ходе нахождения в кибер-среде;

3) образовательные:

– формировать практические навыки по управлению эмоциями, умственной и психологической деятельности.

По ходу выпускной квалификационной работы была решена проблема исследования: выявлено – какова взаимосвязь между эмоциональным интеллектом и вовлеченностью в кибер-среду у младших школьников.

Таким образом, цель исследования, а именно – теоретически обосновать и выявить взаимосвязи между эмоциональным интеллектом и вовлеченностью в кибер-среду у младших школьников; разработать программу по повышению эмоционального интеллекта у младших школьников, в данной выпускной квалификационной работе достигнута, задачи выполнены. Гипотеза исследования нашла своё подтверждение.

Перспективы дальнейшего решения проблемы исследования в соответствии с полученными результатами, заключаются в необходимости дальнейшей разработки методического обеспечения повышения эмоционального интеллекта у младших школьников.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Об образовании в Российской Федерации [Текст] : федеральный закон [принят Гос. Думой 21 декабря 2012 г.; одобрен Советом Федерации 26 декабря 2012 г.] // Собрание законодательства РФ. – 31.12.2012. – № 53 (ч. 1). – Ст. 7598.
2. Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации [Текст] : федеральный закон [принят Гос. Думой 3 июля 1998 г.; одобрен Советом Федерации 9 июля 1998 г.] // Собрание законодательства РФ. – 03.08.1998. – № 31. – Ст. 3802.
3. Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года [Текст] : распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р // Собрание законодательства РФ. – 08.06.2015. – № 23. – Ст. 3357.
4. Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04 сентября 2014 г. № 1726-р [Текст] : распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р // Собрание законодательства РФ. – 11.04.2022. – № 15. – Ст. 2534.
5. Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования [Текст] : приказ Минобрнауки РФ от 06 октября 2009 г. № 373 // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. – 22.03.2010. – № 12.
6. Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам [Текст] : приказ Минпросвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 // Официальный интернет-портал правовой информации <http://pravo.gov.ru>, 27.09.2022.
7. Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования [Текст] : приказ Минпросвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 286 // Официальный интернет-портал правовой

информации <http://pravo.gov.ru>, 05.07.2021.

8. Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи [Текст] : постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 // Официальный интернет-портал правовой информации <http://pravo.gov.ru>, 21.12.2020.

9. Паспорт приоритетного проекта «Доступное дополнительное образование для детей» [Текст] (утв. президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам, протокол от 30 ноября 2016 г. № 11) // Сборник официальных документов и материалов. – 01.02.2017. – № 2.

10. Примерная основная образовательная программа начального общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 08.04.2015 № 1/15) [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://fgosreestr.ru>.

11. Алешина, А.В. Эмоциональный интеллект для достижения успеха [Текст] / А.В. Алешина, С.Т. Шабанов. – Санкт-Петербург : Речь, 2012. – 336 с.

12. Андреева, И.Н. Предпосылки развития эмоционального интеллекта [Текст] / И.Н. Андреева // Вопросы психологии. – 2012. – № 5. – С. 57–65.

13. Андреева, И.Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии [Текст] / И.Н. Андреева. – Новополюцк : ПГУ, 2014. – 388 с.

14. Белопольская, А.А. Особенности формирования эмоционального интеллекта младших школьников во внеучебной деятельности (теоретический аспект) [Текст] / А. А. Белопольская // Молодой ученый. – 2021. – № 21 (363). – С. 381–383.

15. Выготский, Л.С. Психология развития человека [Текст] / Л.С. Выготский. – Москва : Эксмо, 2003. – 1136 с.

16. Готсдинер А.Л. К проблеме многосторонних способностей [Текст] /

А.Л. Готсдинер // Вопросы психологии. – 1991. – № 4. – С. 82–88.

17. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект [Текст] / Д. Гоулман. – Москва : АСТ МОСКВА, 2013. – 478 с.

18. Грановская, Р.М. Элементы практической психологии [Текст] / Р.М. Грановская. – 2-е изд. – Ленинград : издательство Ленинградского университета, 1988. – 560 с.

19. Гришина, А.В. Тест-опросник степени увлеченности младших подростков компьютерными играми [Текст] / А.В. Гришина // Вестник Московского университета. – Серия 14. Психология. – 2014. – № 4. – С. 131–141.

20. Додонов, Б.И. Классификация эмоций при исследовании эмоциональной направленности личности [Текст] / Б.И. Додонов // Вопросы психологии. – 1975. – № 6. – С. 21–33.

21. Дружинин, В.Н. Когнитивные способности: структура, диагностика, развитие [Текст] / В.Н. Дружинин. – Москва : Наука, 2001. – 252 с.

22. Дружинин, В.Н. Психология и психодиагностика общих способностей [Текст] / В.Н. Дружинин. – Москва : Наука, 1994. – 230 с.

23. Загвоздкин, В.К. Вальдорфский детский сад. В созвучии с природой ребёнка [Текст] / В.К. Загвоздкин. – Москва, 2005. – 160 с.

24. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства [Текст] / Е.П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2013. – 783 с.

25. Козлова, Н.С. Влияние эмоциональной направленности личности на ее вовлеченность в интернет-пространство [Текст] / Н.С. Козлова // Горизонты гуманитарного знания. – 2014. – № 5. – С. 11–14.

26. Коссов, Б.Б. Актуальные проблемы и перспективы развития психодиагностики [Текст] / Б.Б. Коссов // Психологический журнал. – 1985. – № 4. – С. 12–24.

27. Кроль, Л.М. Эмоциональный интеллект лидера [Текст] / Л.М. Кроль. – Москва : Альпина Пабlishер, 2019. – 220 с.

28. Люсин, Д.В. Современные представления об эмоциональном

интеллекте [Текст] / Д.В. Люсин // Социальный интеллект : Теория, измерение, исследования / под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. – Москва : Институт психологии РАН, 2014. – 329 с.

29. Мухина, В.С. Возрастная психология. Феменология развития [Текст] / В.С. Мухина. – Москва : Академия, 2008. – 608 с.

30. Овчарова, Р.В. Изучение влияния позитивных родительских чувств на самооценку дошкольника [Текст] / Р.В. Овчарова, Е.А. Падурина // Вестник Курганского государственного университета. – 2008. – № 2 (12). – С. 14–20.

31. Осипова, А.А. Общая психокоррекция [Текст] / А. А. Осипова. – Москва : Сфера, 2012. – 510 с.

32. Полани, Л. Личностные знания [Текст] / Л. Полани. – Москва : Наука, 1986. – 330 с.

33. Робертс, Р.Д. Эмоциональный интеллект : проблемы теории, измерения и применения на практике [Текст] / Р.Д. Робертс, Дж. Мэттьюс, М. Зайднер, Д.В. Люсин // Психология. Журнал высшей школы экономики. – 2014. – № 4. – С. 3–26.

34. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии [Текст] / С.Л. Рубинштейн. – Санкт-Петербург : Питер, 2002. – 720 с.

35. Рубинштейн, С.Л. О мышлении и путях его наследования [Текст] / С.Л. Рубинштейн. – Москва : издательство АН СССР, 1969. – 147 с.

36. Семаго, Н.Я. Диагностический Комплект психолога. Методика Эмоциональные лица [Текст] / Н.Я. Семаго. – Москва : АПКиППРО, 2007. – 17 с.

37. Спиваковская, А.С. Как быть родителями [Текст] / А.С. Спиваковская. – Москва : Просвещение, 1986. – 141 с.

38. Сушков, И.Р. Чувства и эмоции личности как предмет социально-психологических исследований [Текст] / И.Р. Сушков // Актуальные проблемы психологии творчества и психологии общения : материалы Международной научно-практической конференции. – Иваново : Ивановский государственный университет, 2012. – 168 с.

39. Теплов, Б.М. Проблемы индивидуальных различий [Текст] / Б.М. Теплов. – Москва : Наука, 1961. – 277 с.
40. Хлевная, Е.А. Эмоциональный интеллект руководителя в бизнес-процессах организации [Текст] : монография / Е.А. Хлевная, Т.С. Киселева. – Москва : ИНФРА-М, 2021. – 259 с.
41. Холмогорова, А.Б. Эмоциональные расстройства и современная культура [Текст] / А.Б. Холмогорова, Н.Г. Гаранян // Консультативная психология и психотерапия. – 1999. – Том 7. – № 2. – С. 61–90.
42. Холодная, М.А. Психология интеллекта : парадоксы исследования [Текст] / М.А. Холодная. – Москва : АСТ МОСКВА, 1996. – 250 с.
43. Цукерман, Г.В. Психологическое обследование младших школьников [Текст] / Г.В. Цукерман, М.И. Венгер. – Москва : Владос-Пресс, 2013. – 160 с.
44. Чумаков, М.В. Эмоционально-волевая регуляция деятельности в социальном взаимодействии [Текст] : дисс. ... докт. психол. наук / М.В. Чумаков. – Ярославль, 2007. – 212 с.
45. Шадриков, В.Д. Способности, одаренность, талант [Текст] / В.Д. Шадриков // Развитие и диагностика способностей / отв. ред. В.Н. Дружинин, В.Д. Шадриков. – Москва : Наука, 1991. – 312 с.
46. Шмидт, Р. Физиология человека [Текст] / Р. Шмидт, Г. Тевс. – Москва : Мир, 1996. – 834 с.
47. Эмоциональный интеллект [Текст] : учебное пособие. – Москва : Альпина Паблишер, 2016. – 188 с.
48. Bar-On, R. The Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i) : Technical Manual / R. Bar-On. – Toronto : Multi-Health Systems, 1997. – 313 p.
49. Bless, H. Mood and persuasion: a cognitive response analysis [Electronic resource] / H. Bless, G. Bohner, N. Schwarz, F. Strack // Pers. Soc. Psychol. – 1990. – Bull. 16. – P. 331–345.
50. Cattell, R.B. Abilities : their structure, growth and action [Text] / R.B. Cattell. – Boston : Houghton Mifflin company, 1971. – 388 p.
51. Galton, F. Inquiries into Human Faculty and its Development [Text] /

F. Galton. – L., 1883. – 226 p.

52. Goleman, D. Emotional Intelligence [Text] / D. Goleman. – New York : Bantam, 1995. – 605 p.

53. Lerner, J.S. Emotion and decision making [Text] / J.S. Lerner, Y. Li, P. Valdesolo, K. S. Kassam // *Annu. Rev. Psychol.* – 2015. – № 66. – P. 799–823.

54. Mayer, J.D. Models of emotional intelligence [Text] / J.D. Mayer, P. Salovey, D.R. Caruso // *Handbook of human intelligence* / edited by R.J. Sternberg. – 2nd ed. – New York : Cambridge University Press, 2000. – P. 396–422.

55. Mayer, J.D. The Ability Model of Emotional Intelligence : Principles and Updates [Text] / J.D. Mayer, P. Salovey, D.R. Caruso // *Emotion Review.* – 2016. – Vol. 8. – № 4. – P. 55–72.

56. Mayer, J.D. Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence [Text] / J.D. Mayer, D.R. Caruso, P. Salovey // *Intelligence.* – 1999. – № 27. – P. 267–298.

57. Phelps, E.A. Emotion and decision making : multiple modulatory neural circuits [Text] / E.A. Phelps, K.M. Lempert, P. Sokol-Hessner // *Annu. Rev. Neurosci.* – 2014. – № 37. – P. 263–287.

58. Sternberg, P.Y. Inside intelligence [Text] / P.Y. Sternberg // *American scientist.* – 1986. – Vol. 74. – № 2. – P. 137–143.

59. Tompson, J. Intelligence [Text] / J. Tompson // *The scientific principles of psychology* / edited by P. McQuiffin, M.F. Shanks, R.Q. Holdson. – New York : Gune & Stratton, 1984. – 413 p.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Тест-опросник степени увлеченности младших подростков компьютерными играми (А. В. Гришина)

Содержание методики.

Каждый испытуемый получает текст опросника и бланк для ответов.

Инструкция: предлагаемый вам тест содержит 22 вопроса с 6 вариантами ответов: «никогда», «редко», «иногда», «часто», «очень часто», «постоянно». В бланке для ответов перед соответствующим номером вопроса поставьте знак «+» в соответствующей колонке ответов. Свое мнение выражайте искренне.

Содержание опросника:

1. Играете ли вы в компьютерные игры?
2. Запрещают ли родители играть вам в компьютерные игры из-за того, что вы тратите на них слишком много времени?
3. Откладываете ли вы выполнение школьных домашних заданий, чтобы поиграть за компьютером?
4. Чувствуете ли вы себя раздраженным, если по каким-то причинам вам необходимо прекратить компьютерную игру?
5. Расстраиваетесь ли вы, если в течение дня вам не удастся поиграть за компьютером?
6. Думаете ли вы о результатах, достигнутых в компьютерной игре?
7. Планируете ли вы повысить уровень своих результатов в игре?
8. Приходилось ли вам засиживаться за компьютерной игрой допоздна?
9. Чувствуете ли вы тягу к компьютерным играм?
10. Отказываетесь ли вы от общения с друзьями, чтобы поиграть за компьютером?
11. Случалось ли вам тратить на компьютерные игры деньги, которые были предназначены для других целей?

12. Приходилось ли вам играть за компьютером более 5 часов в день?
13. Предпочитаете ли вы компьютерную игру чтению интересной книги или просмотру фильма?
14. Играете ли вы с друзьями в компьютерные игры?
15. Замечаете ли вы, как летит время, пока вы играете в компьютерную игру?
16. Как часто вы играли бы в компьютерные игры, если бы у вас была такая возможность?
17. Случалось ли вам скрывать от родителей, что вы играли за компьютером?
18. Используете ли вы компьютерную игру для того, чтобы уйти от проблем или от плохого настроения?
19. Обсуждаете ли вы результаты компьютерных игр с друзьями?
20. Злитесь ли вы, когда вас кто-то отвлекает от компьютерной игры?
21. Случалось ли вам уставать из-за того, что вы слишком долго играли за компьютером?
22. Стремитесь ли вы все свое свободное время играть за компьютером?

Обработка результатов.

При обработке результатов исследования необходимо использовать ключ, который сравнивается с ответами испытуемого. Каждому ответу испытуемого присваивается балл от 1 до 6 в соответствии с предложенными градациями ответов: «никогда» – 1 балл; «редко» – 2; «иногда» – 3; «часто» – 4; «очень часто» – 5; «постоянно» – 6 баллов.

Шкала уровня эмоционального отношения к КИ, суммарный показатель (ИЭ) – 5 пунктов (номера вопросов: 4, 5, 13, 18, 20).

Шкала уровня самоконтроля в КИ, суммарный показатель (ИС) – 9 пунктов (номера вопросов: 3, 8, 9, 11, 12, 15, 16, 21, 22).

Шкала уровня целевой направленности на КИ, суммарный показатель (Иц) – 3 пункта (номера вопросов: 1, 6, 7).

Шкала уровня родительского отношения к тому, что дети играют в КИ, суммарный показатель (Ир) – 2 пункта (номера вопросов: 2, 17).

Шкала уровня предпочтения общения с героями КИ реальному общению, суммарный показатель (Ио) – 3 пункта (номера вопросов: 10, 14, 19).

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Диагностическая методика «Эмоциональные лица» (Н. Я. Семаго)



Рисунок Б.1 – 1-я серия схематических изображений

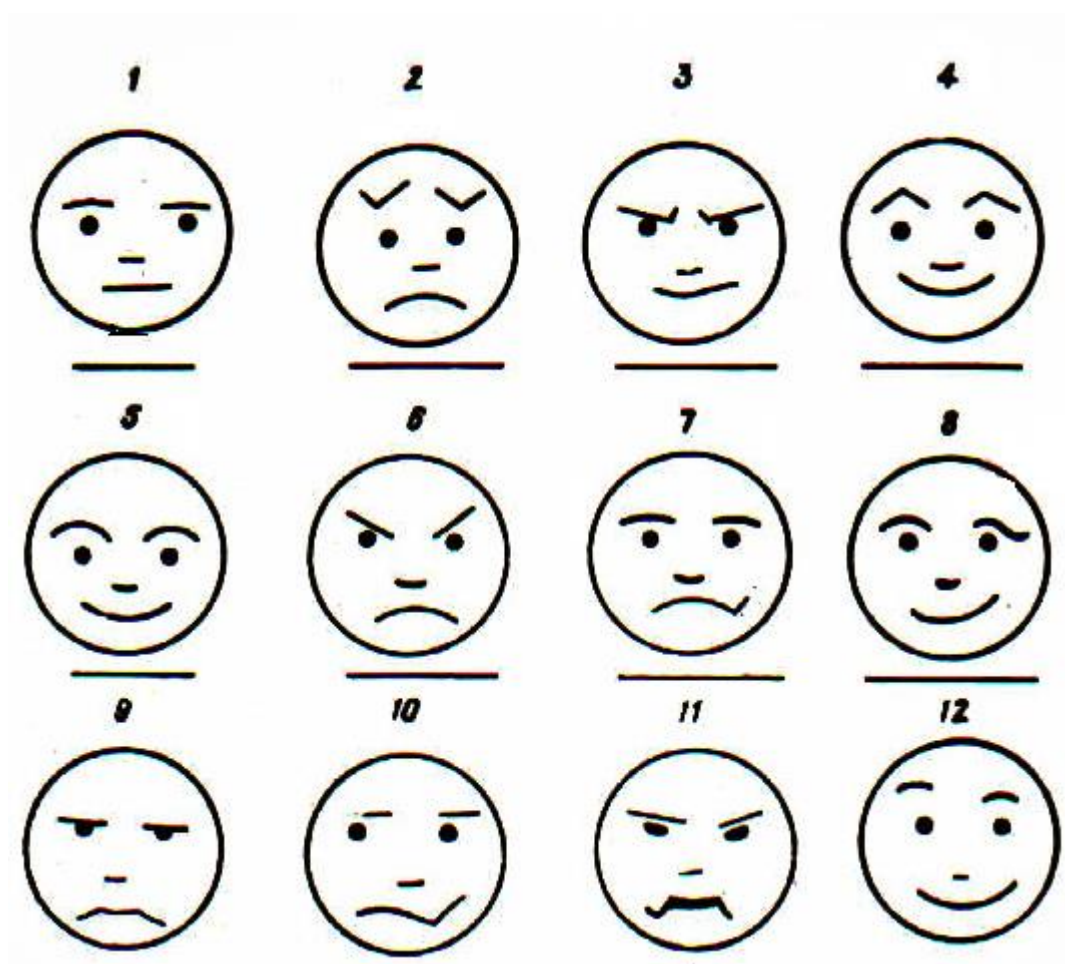


Рисунок Б.2 – 2-я серия схематических изображений

ПРИЛОЖЕНИЕ В

Тематический план программы «В мире эмоций» по повышению эмоционального интеллекта у младших школьников

Таблица В.1 – Содержание программы «В мире эмоций»

Модуль	Темы занятий	Воспитательные задачи	Основные мероприятия	Формы проведения
Анатомия эмоций (9 ч.)	Что означает понятие «эмоциональный интеллект»? 7 видов интеллекта. Знакомство с 8 базовыми эмоциями. Структура, функции, свойства эмоций. Классификация эмоций. Характеристики эмоционального реагирования. Интенсивность эмоций. Эмоциональные состояния личности и их характеристика. Связь эмоций и познавательных процессов. Условия развития эмоций и чувств. Методы обогащения и активизации словаря эмоциональной лексики. Что такое настроение, чувства, мысли и как они связаны с эмоциями? Способы измерения настроения. Оценка события – основной фактор, определяющий последствия. Метод естественного наблюдения эмоциональной экспрессии. Практическое занятие: Заполнение таблицы «Экспрессивное выражение эмоций».	–развивать представление детей о себе, –содействовать развитию положительного образа «Я», – способствовать повышению самопринятия, –развивать нравственную самооценку учащихся, приучать их к самоанализу.	– психологический автопортрет, – кто такой я? – моя уникальность, – рисуем себя.	– классный час, – КТД, – беседа, плакат, – выставка рисунков.
Составляющие эмоционального интеллекта (5 ч.)	Восприятие эмоций. Вербальные и невербальные сигналы. Признаки сокрытия эмоций, искажения. Понимание эмоций. Способы изменения собственных стратегий путем регуляции эмоционального состояния. Управление эмоциями. Способы входа/выхода в необходимое эмоциональное состояние. Влияние на собеседника. Избавление от «ненужных» эмоций. Использование эмоций. Способы формирования у человека представления о	–познакомить с многообразием эмоций, –развивать умение адекватно выражать свои эмоции, –воспитывать у детей интерес к самим себе, чувство принадлежности к	–распознавание эмоционального состояния людей на пиктограммах, –тренинг выразительной мимики, –мои эмоции, –нарисуем эмоции,	– классный час, – этюд на выражение чувств, – стендовая презентация, – конкурс рисунков, – КТД, – КТД.

	реальном мире. Понятие карта реальности. Эмоции, снижающие эффективность и эмоции, повышающие эффективность деятельности. Способы саморегуляции. Влияние эмоций на принимаемые решения.	группе, –формировать начальные рефлексивные умения.	–музыка и эмоции, –как повысить настроение.	
Применение эмоционального интеллекта в жизни (5 ч.)	Прояснение ценностной карты собеседника. Прояснение собственных убеждений и способы выявления убеждений другого человека. Эмоциональная привязка к убеждениям. Поддерживающие и ограничивающие убеждения. Способы работы с ограничивающими убеждениями. Как мозг принимает решения, делает выбор. Влияние эмоционального фона на принимаемые решения. Способы создания адекватного эмоционального фона у себя и партнера по переговорам. Ценностная гибкость, экологичный способ взаимодействия с человеком, обладающим другим набором ценностей. Постановка навыка слушания. Способы перемещения фокуса внимания с себя и своих мыслей на собеседника и его поведение. Понятие эмпатии. Нейрофизиологическая основа эмпатии.	–развивать представление об эмоциональном состоянии «гнев, злость», –развивать рефлексию своего агрессивного поведения у детей, –формировать доверие к окружающим.	–в каких ситуациях мы испытываем гнев, –как выразить гнев, –гнев и движения, –нарисуем собственный гнев, –осознание гнева через сенсорные каналы, –управление своим гневом.	– круглый стол, – КТД, – весёлые старты, – создание плаката, – КТД, – КТД.
Эмоциональный интеллект как способ решения конфликтов (5 ч.)	Типологии личностей. Определение типа по косвенным признакам. Разрешение конфликтов с использованием эмоционального интеллекта. Профилактика конфликтов. Запуск «необходимого» конфликта. Регуляция собственного эмоционального состояния во время переговоров, как личных, так и по телефону. Техники решения сложных коммуникативных задач. Выявление неэффективных стратегий поведения. Поиск причины формирования неэффективных стратегий. Замена	–развивать коммуникативные навыки, –содействовать улучшению общения со сверстниками, –формировать умение понимать эмоциональное состояние другого	–о человеке по фото, –я и моя семья, –конфликтные ситуации в семье, –я и мои одноклассники, –ролевая игра «Агрессор и жертва», –не похожи, –мои любимые	– классный час, – семейная спартакиада, – круглый стол, – творческий конкурс, – игра, – стендовая сессия, – конкурс рисунков.

	неэффективных стратегий на более эффективные. Диагностика манипуляций. Классический манипулятивный треугольник. Точки приложения силы манипулятора. Противостояние манипуляциям.	человека, –воспитывать у детей способность к сопереживанию.	друзья.	
Практические методы работы с эмоциями (8 ч.)	Упражнения для осознанного отношения к своему телу и своим ощущениям. Различные техники для работы с собственными эмоциями и для эффективного общения с окружающими. Практическое занятие: применение новых техник. Эмоциональный театр: конструируем различные жизненные ситуации и выход из них. Способы саморегуляции с использованием медитативных техник. Создание нужного эмоционального фона, настроения. Работа с негативным эмоциональным фоном. Использование образов бессознательного. Дыхательные практики. Технологии влияния. Внушение и самовнушение. Развитие интуиции. Фиксация достижений и зоны роста. Заполнение дневника успеха.	–развитие эмпатии и сострадания к нуждающемуся, –развитие безусловного принятия себя и другого человека.	–детям о дружбе, –помощь братьям меньшим, –«помоги другу», –птицам нужна помощь, –весёлые старты, –ветеран живёт рядом, –относись к другому так, как ты хотел бы, чтобы относились к тебе, –игра «Поссорились и помирились», –игра «Мне в тебе нравится».	– книжная выставка в библиотеке, – экскурсия в приют для животных, – акция добра, – изготовление кормушек, – весёлые старты, – изготовление поздравительной открытки, – круглый стол, – игра, – игра.