



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

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

**Формирование эмоционального интеллекта младших школьников
во внеурочной деятельности**

Выпускная квалификационная работа по направлению
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Направленность программы бакалавриата
«Начальное образование. Дошкольное образование»
Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:

84,79 % авторского текста

Выполнил (а):

Студент(ка) группы ЗФ-609-072-6-1У

Верина Евгения Александровна *Верина*

Работа рекомендована/ не рекомендована
к защите

«10» марта 2023 г.

Директор института

[Подпись] Гнатышина Е.А.

Научный руководитель: д.п.н., доцент

Савченков Алексей Викторович *А.С.*

Челябинск

2023

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ....	8
1.1. Понятие «эмоциональный интеллект» в психолого -педагогической литературе.....	8
1.2. Особенности формирования эмоционального интеллекта младших школьников.....	13
1.3. Педагогическое проектирование формирования эмоционального интеллекта младших школьников во внеурочной деятельности.....	20
Выводы по первой главе	30
ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ПОИСКОВАЯ РАБОТА ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ВО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....	32
2.1 Диагностика формирования эмоционального интеллекта младших школьников на начальном этапе опытно-поисковой работы.....	32
2.2 Педагогические условия формирования эмоционального интеллекта младших школьников во внеурочной деятельности.....	42
2.3 Диагностика уровней сформированности эмоционального интеллекта у младших школьников во внеурочной деятельности на контрольном этапе опытно-поисковой работы.....	50
Выводы по второй главе.....	56
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	59
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	62
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	68

ВВЕДЕНИЕ

Вопрос формирования эмоционального интеллекта имеет большое значение в становлении личности ребенка и не теряет своей актуальности на сегодняшний день, т.к. непосредственно в период младшего школьного возраста происходит интенсивное формирование эмоционально-волевой сферы ребенка и совершенствование его самосознания.

Способность различать эмоции окружающих, а также выражать собственные эмоции и чувства в различных ситуациях считается основным аспектом коммуникации. Формирование эмоционального интеллекта младших школьников необходимо, поскольку он дает возможность ребенку в перспективе более корректно регулировать свои эмоции и чувства, также адекватно воспринимать разнообразные ситуации в бытовой и школьной деятельности. Кроме того, эта способность позволяет детям правильнее выстраивать взаимоотношения друг с другом, что повлечет за собой умение разумно решать образующиеся конфликты, успешно общаться с ровесниками.

Актуальность данной проблемы отражается в действующем Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования. Среди требований к обязательному формированию личностных результатов заявлены достижения прогресса обучающимися в приобретении этических чувств, эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Также большое влияние на формирование эмоционального интеллекта младших школьников оказывает внеурочная деятельность – она помогает вызывать у ребенка эмоциональную отзывчивость. Учебная и внеурочная деятельности становятся для детей гораздо интереснее, если процесс познания проходит через призму художественного творчества и объекта искусства.

Большую разработанность проблема эмоционального интеллекта получила в рамках зарубежной психологии. Теория эмоционально - интеллектуальных способностей Дж. Майера, П. Саловея, Д. Карузо, теория

эмоциональной компетентности Д. Гоулмена, некогнитивная теория эмоционального интеллекта Р. Бар-Она представляют интересные решения многих теоретических и практических проблем эмоционального интеллекта.

Среди отечественных ученых, разрабатывающих тему формирования эмоционального интеллекта можно выделить исследования Г. Г. Гарсковой, И.Н. Андреевой, Д.В. Люсина, Э.Л. Носенко, Н.В. Коврига, О.И. Власовой, Г.В. Юсуповой, М.А. Манойловой, Т.П. Березовской, А.П. Лобанова, А.С. Петровской и др.

Особое место в формировании эмоционального интеллекта ребенка занимает искусство. В работах Л.С. Выготского, В.Г. Ражникова, А.Н. Леонтьева выделяется особая роль эмоций при восприятии произведений искусства. Именно в процессе взаимодействия с искусством возникают эмоции иного порядка, высшие эмоции, выступающие регулятором познавательного процесса, происходящего в момент восприятия.

По мнению А.Н. Леонтьева, благодаря возникающим при восприятии произведений искусства эмоциям, познание происходит на основе переживания. Поэтому эмоции искусства автор называет «суть умные эмоции». В процессе восприятия искусства происходит акт осознания эмоций на основе переживания и сопереживания. Музыка, как наиболее эмоциональный вид искусства, позволяет испытывать всю гамму человеческих эмоций, мобилизуя эмоционально-чувственный мир личности (Е.В. Назайкинский, Б.М. Теплов и др.).

Труды этих исследователей свидетельствуют о том, что в процессе восприятия искусства, в частности музыки, развивается способность определять эмоции, сопереживать и осознавать их. Таким образом, взаимодействие с искусством оказывает незаменимое воздействие на развитие особого типа мышления, связанного с эмоциональным переживанием.

Актуальность проблемы развития эмоционального интеллекта младших школьников влечет за собой выявление **противоречия** между необходимостью формированием эмоционального интеллекта младших

школьников в образовательной сфере и направленностью современного образования, слабо ориентированного на создание благоприятной среды в формировании эмоционального интеллекта обучающихся, а также нехваткой методических разработок по осуществлению данного процесса средствами внеурочной деятельности.

Выдвинутое противоречие определило **проблему**, которая заключается в теоретическом обосновании и осмыслении эффективных путей формирования у младших школьников эмоционального интеллекта во внеурочной деятельности.

Актуальность, теоретическая значимость, недостаточная разработанность данной проблемы в педагогике обусловили выбор темы исследования: **«Формирование эмоционального интеллекта младших школьников во внеурочной деятельности»**.

Объект исследования выступает процесс формирования эмоционального интеллекта младших школьников.

Предмет исследования: внеурочная деятельность как средство формирования эмоционального интеллекта младших школьников.

Цель исследования – определить, теоретически обосновать, и проверить в опытно-поисковой работе педагогические условия формирования эмоционального интеллекта детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что педагогический процесс по формированию эмоционального интеллекта посредством внеурочной деятельности способствует формированию эмоционального интеллекта у младших школьников.

В соответствии с целью, объектом и предметом исследования определяются его основные **задачи**:

1. Рассмотреть сущность понятия «эмоциональный интеллект» и раскрыть особенности его развития у младших школьников.
2. Раскрыть потенциал внеурочной деятельности в формировании

эмоционального интеллекта у младших школьников.

3. Разработать и теоретически обосновать этапы формирования у младших школьников эмоционального интеллекта.

4. Разработать, теоретически обосновать и экспериментально апробировать педагогические условия формирования у младших школьников эмоционального интеллекта во внеурочной деятельности.

5. Провести опытно-поисковую работу по определению результативности разработанных этапов и выделенных педагогических условий формирования у младших школьников эмоционального интеллекта во внеурочной деятельности.

Теоретико-методологической основой исследования являются исследования интеллектуальных способностей Дж. Майера, П. Саловея, Д. Карузо; теория эмоциональной компетентности Д. Гоулмена; некогнитивная теория эмоционального интеллекта Р. Бар-Она; представления о практическом и социальном интеллекте (Р.Дж. Стернберг, Дж.Б. Форсайт, Дж. Хедланд, Дж. Гилфорд); подходы отечественных учёных к категории эмоциональный интеллект (Г.Г. Гарскова, И.Н. Андреева, двухкомпонентная теория эмоционального интеллекта Д.В. Люсина и М.И. Манойловой); основные положения возрастной психологии (Л.С. Выготский, Л.И. Божович, Ж. Пиаже, Ю.А. Клейберг, А.И. Захаров, С.А. Кулаков).

Для проверки гипотезы и решения поставленных задач был использован комплекс **методов исследования**:

- теоретические – изучение и анализ психолого-педагогической, художественной, культурологической литературы;

- экспериментальные – опытно-поисковая работа;

- эмпирические – включенное наблюдение, беседа, анализ художественно-практической и игровой деятельности, обобщение, систематизация и описание полученных данных, графическая обработка результатов исследования.

Практическая значимость исследования заключается в том, что

разработанный комплекс упражнений, реализующий этапы формирования эмоционального интеллекта во внеурочной деятельности, и выделенные педагогические условия, применим в общеобразовательных организациях, а также в учреждениях дополнительного образования. Полученные результаты обогащают опыт педагогов по применению разных видов внеурочной деятельности в формировании эмоционального интеллекта младших школьников во внеурочной деятельности.

База исследования: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 4 города Урай.

В исследовании приняли участие 20 детей младшего школьного возраста 8-9 лет (из которых 12 девочек и 8 мальчиков).

Структура исследования: выпускная квалификационная работа включает введение, две главы, выводы по главам, заключение, список литературы и приложения. Общий объем работы – 77 страниц. Список литературы включает 56 источников.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

1.1 Понятие «эмоциональный интеллект» в психолого - педагогической литературе

Появлению термина «эмоциональный интеллект» предшествовало «постепенное изменение взглядов на соотношение эмоциональных и интеллектуальных процессов. Исследование проблемы эмоционально-когнитивного взаимодействия мы можем встретить в ранних работах античных философов. Они выделяли эмоции и разум в отдельные сферы. Также подчеркивалось доминирование разума над эмоциями. Затем, по мере развития психологических знаний в рамках философии, наблюдается активизация эмпирических исследований в области мышления и эмоций. Здесь авторы связывали взаимовлияние эмоций и интеллекта с функционированием человека в обыденной жизни. Далее последовал этап дифференцированного изучения эмоций и интеллекта, где особенности взаимодействия эмоций и интеллекта рассматривались в русле психологии интеллекта и отдельно в рамках психологии эмоций. В психологии эмоций признавалась важная, но все же вспомогательная роль когнитивных процессов, а в психологии интеллекта второстепенная роль отводилась эмоциональным переживаниям. Далее отмечается рост интереса к изучению особенностей взаимовлияний эмоций и интеллекта» [5].

Сначала философы полагали, что сознание преобладало над эмоциями, но потом, проведя ряд исследований, они заметили, что эмоции и интеллект оказывают большое влияние друг на друга, а также воздействуют на жизнедеятельность человека. Затем исследование данного направления наблюдалось в рамках психологии интеллекта и отдельно в психологии эмоций. В рамках психологии эмоций прослеживалось включение умственной деятельности в процесс познания, но она выполняла в нем лишь дополняющие

функции, так же и эмоциональная составляющая в психологии интеллекта приобретает вторичное значение [2].

Идея современного понимания эмоционального интеллекта «в том виде, в котором этот термин существует сейчас, выросла из понятия «социальный интеллект», авторами-разработчиками которого являются Э. Торндайк, Дж. Хилфорд, Г. Айзенк.

В развитии психологической науки и ее составляющей – психологии интеллекта, в определенный период времени стало много внимания уделяться информационным моделям интеллекта, а аффективная составляющая мышления отошла на дальний план. Понятие «социальный интеллект» и явилось тем связующим звеном между когнитивной и аффективной сторонами процесса познания».

По мнению, Е. А. Алябьевой, «именно эмоциональный интеллект в современном его понимании был главным для выживания человека в доисторические времена, так как он проявляется в способности адаптироваться в окружающей среде, жить в мире и находить общий язык с соплеменниками и соседними племенами» [4].

П. Сэловей и Ю. Мейер выделили четыре компонента эмоционального интеллекта, а именно: идентификация эмоций, применение эмоций для повышения результативности мышления и деятельности, осознание эмоций и управление ими. Эти компоненты формируют иерархию, которая постепенно осваивается в процессе жизнедеятельности. Важно подметить, что каждый компонент относится как к собственным эмоциям человека, так и к эмоциям окружающих его людей.

Согласно улучшенной модели 1997г., эмоциональный интеллект включает в себя следующие ментальные способности:

1. Способность воспринимать, оценивать и выражать эмоции
Способность к пониманию эмоций, эмоциональному познанию.
2. Способность к осознанной регуляции эмоций, управлению эмоциями, повышению уровня эмоционального и интеллектуального развития.

Д. Гоулман проанализировал структуру эмоционального интеллекта и выдвинул из нее четыре элемента:

самосознание, самодисциплина, общественное представление и регулирование взаимоотношений, осознание и регулирование своих эмоций, самомотивация, эмпатия, социальные навыки [9].

Профессор факультета психологии и педагогических наук Университета Бухареста Е. Рафаила в своей статье опирается на модель Гоулмана, выдвинутую им в 2001 году. Согласно этой модели, эмоциональный интеллект разделяется на несколько составляющих:

- способность осознавать и понимать собственные эмоции, умение анализировать причины их появления;
- умение преодолевать свои негативные эмоции, сообразно нормам поведения передавать свои эмоции и реагировать на эмоции окружающих, находить пути решения по выходу из депрессии, тревожности, стресса;
- умение рационально пользоваться своими эмоциями, навык владения своей экспансивностью и возбудимостью;
- способность «считывать» чужие эмоции, поведение, настроение и другие внешние проявления состояния человека, проявлять эмпатические способности во взаимодействиях с другими людьми;
- способность анализировать межличностные взаимоотношения, улаживать разногласия и споры, развивать такие коммуникативные навыки, как настойчивость и непредвзятость, умение работать с другими людьми, быть социально полезным.

Отечественный психолог Д. В. Люсин рассматривает эмоциональный интеллект как структуру, состоящую из двух компонентов: умение понимать свои и чужие эмоции и находить пути управления ими. Автор утверждает, что эмоциональный интеллект зависит от умственных способностей и качеств

человека, в свою очередь, эти качества влияют на уровень эмоционального интеллекта и на индивидуальность человека.

Д.В. Ушаков показывает на специфику эмоционального интеллекта – рефлексию аспектов, вызывающих эмоциональные реакции, т.е. уяснение смысла тех явлений мира человека, которые имеют для него ценность. Говоря об эмоциональном интеллекте как рефлексивной способности, Д.В. Ушаков замечает, что рефлексия, выполняемая эмоциональным интеллектом, носит многоуровневый характер. Уровень первичной рефлексии позволяет просто понимать чувства. По мере увеличения уровня рефлексии роль интеллекта возрастает, а эмоциональности – понижается.

Кратко охарактеризуем структурные компоненты эмоционального интеллекта и их значение:

1. Идентификация собственных эмоций. Для эмоционального опыта важно, что определение и переживание эмоций являются различными феноменами.

2. Управление эмоциями связано с проблемой самоконтроля. Адекватное выражение эмоций способствует поддержанию здоровья человека. Сдерживание эмоций, в свою очередь, может привести к различного рода заболеваниям, но в то же время бесконтрольное проявление эмоций затрудняет межличностную коммуникацию.

3. Понимание эмоций. Понимание эмоций происходит через их осознание. Это подразумевает регистрацию эмоций в сознании.

Автор И.С. Степанов рассматривает эмоциональный интеллект «...как системно-функциональное свойство личности, обеспечивающего 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 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.

Автор Х. Гарднер, разделяет «интеллект на пространственный, межличностный и внутриличностный, логико-математический, лингвистический, моторный и музыкальный». Он характеризует выделенные виды эмоционального интеллекта следующим образом.

1. «Пространственный интеллект – способность воспринимать пространственные свойства и отношения, изменять имеющиеся образы и решать мыслительные задачи, используя зрительно – пространственными представлениями.

2. Внутриличностный интеллект – способность, позволяющая человеку вкрадываться в тайные глубины своих переживаний и мыслей.

3. Межличностный интеллект – способность к эмпатии, пониманию настроения людей, их намерений и чувств, ладить с людьми и добиваться своего с помощью окружающих».

4. Логико-математический интеллект – математические способности, способность к умозаключениям, лежащим в основе научной деятельности.

5. Вербальный интеллект – обуславливает способностью ставить и разрешать проблемы, используя языковые средства, а также персональной восприимчивостью к звучанию слова и фразы, к их грамматическому строю.

6. Моторный интеллект – способность к определенным практическим действиям с предметами, а также умение владеть своим телом.

7. Музыкальный интеллект – способность восприятия музыкальных образов и выражение их в мелодии и ритме» [11].

В основе функционирования эмоционального интеллекта находятся три механизма:

- 1) фасилитация и ингибция потока эмоциональной информации (т.е. управление эмоциями);
- 2) эмоциональность;
- 3) специализированные центральные механизмы [16].

Таким образом, эмоциональный интеллект – это способность разбираться в эмоциональном мире человеческой жизни: понимать эмоции и эмоциональную подоплеку отношений, применять свои эмоции для решения задач, связанных с отношениями и мотивацией. Важными составляющими эмоционального интеллекта являются: самосознание, самоконтроль, социальная чуткость и управление отношениями.

1.2 Особенности формирования эмоционального интеллекта младших школьников

Младший школьный возраст считается одним из самых значимых и формирующих периодов в жизни каждого человека. Именно в этом возрасте ребенок приобретает важный социальный опыт: учится адаптироваться к новой среде, нести ответственность, выстраивать взаимоотношения со сверстниками, выполнять новые социальные роли, приучается к большей самостоятельности и многое другое. Помочь справиться с этими трудностями младшему школьнику может его правильное осознание своих и распознавание чужих эмоций и чувств, умение действовать относительно сложившейся ситуации, самодисциплина, эмпатия, социальные навыки.

Все вышеперечисленные умения и навыки очень важны и необходимы человеку на протяжении всей его жизни. Поэтому их следует формировать, начиная уже с младшего школьного возраста, когда ребенок наиболее восприимчив к принятию чего-то нового [27].

Прежде чем описывать особенности эмоциональной сферы младшего школьника, необходимо отметить новообразования кризиса семи лет,

которые впоследствии станут основой для формирования эмоционального интеллекта в начальных классах.

По наблюдению Л.С. Выготского, у ребёнка данного возраста возникает дифференциация внутреннего и внешнего, формируется способность осознавать свои переживания, благодаря которой появляются новые отношения к себе, которые не были возможны ранее. Возникает обобщение переживаний, или аффективное обобщение, «логика чувств» – понятие, в некоторой степени близкое к термину «эмоциональный интеллект».

Между возникающей эмоцией и совершаемым в связи с этим поступком вклинивается осознание того, к каким последствиям может привести данный поступок, какой смысл он имеет [11].

Эту же особенность описывает А.В. Запорожец, указывая на то, что эмоциональное предвосхищение, а также «эмоциональное воображение» побуждает старшего дошкольника, а также, впоследствии, и младшего школьника выполнять какую-либо деятельность, полезную не только для самого ребёнка, но и для других людей – окружающих сверстников и взрослых.

Данное новообразование особенно важно тем, что позволяет формировать внутреннюю ориентацию в том, принесёт ли выполняемая деятельность удовлетворение. Иными словами, возникает эмоционально-смысловая ориентировочная основа поступка.

Помимо этого, в старшем дошкольном – младшем школьном возрасте становится возможной «борьба чувств», противоречивость возникающих переживаний.

А.В. Запорожец считает, что возникающее вследствие внутреннего конфликта эмоциональное неблагополучие обусловлено столкновением различных (противоположных) по характеру эмоций, мотивов, что может мешать развитию адекватного действия [22].

Велика роль межличностного общения в формировании эмоциональной сферы старшего дошкольника. По мнению Выготского, «... ребёнок научается понимать других, и только потом научается понимать себя» [11].

Сюжетно-ролевая игра, а также выполнение поручений воспитателя, предполагающих совместную деятельность (например, дежурство в группе) позволяют развивать у старшего дошкольника навыки сотрудничества и, что особенно важно в контексте развития эмоционального интеллекта, умение понимать и учитывать точку зрения собеседника – понять, что он хочет, как видит ситуацию, попробовать временно принять его позицию [44].

Описанные умения могут трактоваться как элементы эмпатии – способности, которую старшие дошкольники демонстрируют на невысоком уровне, и которая получает своё развитие в младшем школьном возрасте. Однако основы, заложенные в дошкольном возрасте, способствуют осознанию ребёнком себя как части общества, принятию ответственности за отношения с другими людьми [36].

В связи с поступлением в школу эмоциональная сфера ребёнка претерпевает некоторые изменения. Расширение содержания деятельности, изменение и увеличение количества эмоциогенных объектов, связанные с поступлением в школу, не могут не повлиять на его эмоциональную сферу. Привыкая к новой роли – роли ученика, ребёнок также сталкивается с новыми ситуациями, которые способствуют возникновению различных чувств и эмоций [7].

Обращаясь к трудам В. С. Мухиной можно заметить, что она говорит о формировании различных эмоций ребенка уже с шестилетнего возраста. Она обосновывает свое мнение тем, что с этого возраста у детей начинает формироваться осознание себя в окружении других людей, при этом дети уже выбирают манеру поведения в связи со складывающейся ситуацией. В этих ситуациях ребенок может занимать свою позицию, в зависимости от воспитания, она может быть, как с добрыми намерениями, когда ребенок

прислушивается к своей совести, поступает соотносимо нормам морали, так и строиться на эгоистичных желаниях, своей выгоде и спекуляции.

Рассматривая данную точку зрения, можно утверждать, что для формирования добропорядочной, бескорыстной, высокоморальной личности необходимо уделять особое внимание эмоциональному формированию и воспитанию ребенка на стадии младшего школьного возраста [24].

Адаптационный период связан как с положительными проявлениями – появление чувства собственной значимости, удовлетворения от успешного выполнения школьных правил, заданий учителя, положительной оценки, так и с некоторыми негативными чувствами, расстройствами при адаптации к школьной жизни, робости и смущения в ситуациях неуспеха. Новая социальная ситуация является для ребёнка стрессогенной, что отражается на поведении, а также может сказываться и на физическом здоровье.

У неподготовленного к школе ребёнка в 67-69% случаев могут наблюдаться специфические страхи, связанные с занятием новой позиции – боязнь низких оценок, унижения, собственной несостоятельности, опоздания на урок. Это может проявляться в виде срывов, истерических реакций, повышенной слезливости, заторможенности.

На смену игровой деятельности постепенно приходит учебная. Таким образом, значительную часть эмоций и отношений начинает определять не игра и общение со сверстниками, а результаты учебной деятельности, оценка учителя и связанное с этим отношение окружающих [17].

Ученики начальных классов, согласно характеристике Т.Б. Пискаревой, успешнее справляются с различением положительных эмоций, чем отрицательных, а при попытках облечь эмоциональные переживания в слова часто испытывают затруднение [43].

Трудности возникают и в распознавании эмоций, выраженных с помощью мимики, жестов и интонации. Ребёнок может, как не определять имеющуюся эмоцию, так и изображать эмоцию, которую не испытывает.

В отличие от дошкольников, младший школьник со временем учится сдерживать проявление нежелательных эмоций. Как отмечает Н.В.Самоукина, первоклассник, в сущности, «впервые... становится членом общества со своими обязанностями и социально-общественным долгом» [33].

Выступая как участник образовательного процесса, ребёнок попадает в отношения зависимости и подчинения определённым правилам.

Это приводит к тому, что школьник постепенно начинает проявлять большую сдержанность, способность контролировать поведение, ситуативные импульсы. Способствуют этому поручения учителя, ежедневные школьные обязанности, новые требования к поведению и качеству выполняемой работы, предъявляемые учителем.

Общее состояние младшего школьника, его эмоциональный тонус чаще всего отличается жизнерадостностью, бодростью, радостным оживлением. Однако неудовольствие в связи с отсутствием удовлетворения актуальных потребностей, связанных с результатами учебной деятельности и с одобрением учителя, может привести к аффектам или стойким отрицательным эмоциям, что при отсутствии должного внимания может закрепляться как отрицательные характеристики личности [17].

Э. Эриксон отмечает, что к концу обучения в начальной школе у ребёнка формируется такое новообразование, как уверенность в своих силах, ориентация на успех, или же, напротив, осознание своей неполноценности, неумелости, неудачливости. Способствует этому также высокий уровень впечатлительности, характеризующий данный возраст [49].

Изучив особенности эмоциональной сферы младших школьников и сопоставив их с основными составляющими эмоционального интеллекта (модель способностей Майера-Саловея-Карузо: распознавание собственных эмоций, владение эмоциями, понимание эмоций других людей, самомотивация), можно сделать следующие выводы:

Младший школьник уже способен распознавать некоторые свои эмоции (особенно положительные), но испытывает затруднение в их назывании,

следовательно, их осознание происходит не в полной мере. Необходимо использовать такие упражнения, которые бы позволяли ребёнку научиться прислушиваться к собственным эмоциональным реакциям и облачать их в слова.

Младший школьник уже в большей степени, чем дошкольник, способен владеть эмоциями. Поначалу это даётся ему с трудом, но через выполнение ежедневных задач и требований он учится волевым усилием контролировать свои эмоции.

Понимание чужих эмоций у младшего школьника пока ещё ослаблено, внешние проявления переживаний он может истолковывать неверно. Необходимо через учебные или игровые ситуации учить ребёнка определять проявления тех или иных эмоций в мимике, тоне голоса.

Положительные эмоции от осознания собственных успехов, оценки учителя выступают для младших школьников в качестве основной мотивации, побуждающей их к учебной деятельности. Успешность ребёнка в школе и связанные с этим переживания подкрепляют его желание учиться, в то время как неудачи, плохая успеваемость могут, напротив, подавлять его.

По мнению доктора психологических наук Е. П. Ильина, сформированность эмоциональной сферы детей влияет на их мотивацию к обучению и социальной жизни. Проявляющиеся эмоции играют значительную роль при выборе деятельности, а также на пути осуществления поставленных задач. Дети воспринимают информацию об окружающем их мире и всем, что в нем происходит, исходя из осознания собственных ощущений и осмысления чужих эмоций и чувств.

При ознакомлении с возрастными особенностями младших школьников и их взаимосвязи с эмоциональным интеллектом мы изучали позицию доктора психологических наук Е. А. Сергиенко. В своей книге она рассматривает корреляцию позитивного отношения к обучению с эмоциями и чувствами, вызывающими у детей радость, уверенность, доверие и другие самоощущения.

Также она говорит о том, что большинству школьников свойственна

эмоциональная лабильность, со временем они начинают более осознанно воспринимать испытываемые эмоции и чувства, учатся контролировать их. Однако, детям иногда трудно понять свои и чужие чувства и переживания. Они намного лучше воспринимают и улавливают эмоции, проявляющиеся в привычных для них ситуациях, но вместе с тем, младшим школьникам сложно устно сформулировать некоторые испытываемые чувства и эмоции [35].

Им гораздо проще определить положительные эмоции, чем отрицательные, особенно трудно им идентифицировать такие эмоции как удивление, вина, отвращение, ревность, презрение и другие идентичные эмоции. Несмотря на это, младшие школьники способны к эмпатии и эмоциональному сопереживанию другим при психологически тяжелой ситуации. Ко всему сказанному можно добавить, что в этом возрасте уже можно различить в детях их индивидуальное проявление эмоций; эмоционально устойчивые дети, гиперэмоционально чувствительные дети, дети с повышенной эмоциональной тревожностью и возбудимостью и дети, слабо проявляющие свои эмоции [28].

Следующим фактором формирования эмоционального интеллекта становится школа, о чем и повествует А. А. Осипова в своих трудах. Начиная новую школьную жизнь, ребенок испытывает ряд трудностей, это сильно сказывается на его эмоциональном состоянии, успешности адаптации и, как следствие, обучения. Учителю, в данный период, необходимо разрешить детям говорить о своих испытываемых чувствах и эмоциях в специально подготовленной среде (классные часы, тематические внеурочные занятия, мероприятия) [29].

Еще одним фактором становления эмоционального интеллекта является физическое состояние ребенка. Здоровая физическая активность положительно влияет на эмоциональный фон ребенка, стабилизируются высшие психические функции, все это приводит к успешному формированию эмоционального интеллекта [25].

Таким образом, можно сделать вывод о том, что формирование эмоционального интеллекта наиболее продуктивно в младшем школьном возрасте. У детей в этом возрасте происходит становление организма на физиологическом и психическом уровне, а формирование эмоциональной сферы может благоприятно повлиять на эти процессы.

1.3 Педагогическое проектирование формирования эмоционального интеллекта младших школьников во внеурочной деятельности

Приоритетная задача современной школы – создание необходимых и полноценных условий для личностного развития каждого ребенка. В соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом начального образования (ФГОС НОО) основная образовательная программа начального общего образования реализуется образовательным учреждением, в том числе и через внеурочную деятельность.

Как отмечает М.Н. Филатова, внеурочная деятельность в современных условиях является важным средством становления компетентной личности, которая отвечает задачам построения гражданского общества на основе толерантности, диалога культур и уважения многонационального, поликультурного состава российского общества.

В связи с этим любого педагога должна стать целенаправленная деятельность по созданию условий для развития социально-значимых личностных качеств ребенка, по формированию благоприятного психологического климата в детском коллективе, по приобщению учащихся к нравственным и культурным ценностям общества [49].

Внеурочная деятельность имеет серьезный социализирующий потенциал, создает условия для социального, культурного самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, ее интеграции в системе мировой и отечественных культур, способствует раскрытию индивидуальных способностей ребенка, которые не всегда проявляются в рамках урока.

Под внеурочной деятельностью в рамках реализации ФГОС НОО, следует понимать образовательную деятельность, осуществляемую в формах, отличных от классно-урочной и направленную на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Под понятие внеурочной деятельности попадают все те виды деятельности школьников, кроме учебной, в которых возможно и целесообразно решение задач воспитания.

Внеурочная деятельность – проявляемая вне уроков активность детей, обусловленная их интересами и потребностями, направленная на познание и преобразование себя и окружающей действительности, играющая важную роль в развитии обучающихся и формировании ученического коллектива.

Специфику внеурочной деятельности определяет направленность личностных, метапредметных и предметных результатов образовательной программы начального общего образования. Внеурочная деятельность выступает в качестве одного из компонентов из основных компонентов социализации младшего школьника [51].

Основными целями внеурочной деятельности по ФГОС является создание условий для достижения обучающимися необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования принимаемой обществом ценностей, создание условий для многогранного развития социализации каждого обучающегося, создание воспитывающей среды, обеспечивающей активизацию социальных, интеллектуальных интересов обучающихся в свободное время, развитие здоровой, творчески растущей личности с сформированной гражданской ответственностью и правовым самосознанием, подготовленной к жизнедеятельности в новых условиях, способной на социально значимую практическую деятельность, реализацию добровольческих инициатив.

Из многих видов деятельности внеурочная деятельность имеет большой потенциал для формирования эмоционального интеллекта младших школьников.

Кроме того, внеурочная деятельность в начальной школе позволяет решить ещё целый ряд очень важных задач:

- обеспечить благоприятную адаптацию ребенка в школе;
- оптимизировать учебную нагрузку обучающихся;
- улучшить условия для развития ребенка;
- учесть возрастные и индивидуальные особенности обучающихся.

Очевидны и преимущества в использовании внеурочной деятельности для закрепления и практического использования отдельных аспектов содержания программ учебных предметов, курсов.

Формы организации внеурочной деятельности, как и в целом образовательного процесса, в рамках реализации основной образовательной программы начального общего образования определяет образовательное учреждение.

Эффективное развитие ребенка младшего школьного возраста, а также приобретение навыков взаимодействия со сверстниками, считает Г.Б. Моница, происходит в процессе педагогического тренинга - ребенка подготавливают к новому социальному опыту, или способствуют формированию нового видения ранее кризисных ситуаций [42].

Педагогический тренинг – это метод групповой учебной деятельности учащихся, при котором в результате многочисленных, особым образом организованных упражнений по воссозданию, проживанию и анализу проблемных учебных ситуаций у его участников не только формируются умения и навыки, но и создаются условия для личностного роста в целом [14].

Тренинг представляет собой планомерно осуществляемую программу разнообразных игровых упражнений с целью формирования и

совершенствования умений и навыков, повышения эффективности трудовой или иной деятельности [49].

Формирование ценностных ориентаций наиболее эффективно происходит при нестандартной форме организации занятий, такой как педагогический тренинг, основными условиями реализации которого являются открытость (одно из важнейших условий того, что учащийся в процессе тренинговых занятий будет готов к изменению, развитию, движению в отношении самого себя), свобода самовыражения (отсутствие психологических барьеров, страха перед учащимися, учителем, проявление необходимых волевых усилий для выхода внутренней активности за пределы заданной ситуации), активность (привлечение ярких образных характеристик, эмоциональная окраска учебной информации, ориентация на поиск и самостоятельность, актуализация игровых, творческих ситуаций), удовлетворенность деятельностью (получение личного эмоционального удовлетворения и поддержки со стороны учителей, друзей) [14].

Большинство умений формируется в деятельности, соответственно межличностные отношения формируются и развиваются в процессе коммуникации.

По мнению И.В. Дубровиной игра не исчезает в младшем школьном возрасте совсем, она приобретает новые формы и содержание. Игра занимает важное место в жизни обучающегося наряду с учебной деятельностью. На протяжении первого, второго и третьего класса, прежде всего это ролевые игры, игры-драматизации. Многие обучающиеся берут в школу свои любимые игрушки, чтобы на перемене поиграть в них с друзьями, забывая о том, что они находятся в стенах школы. И, хотя, игра уже не занимает того важного места в жизни ребенка, которое было характерно для нее в дошкольном возрасте, она все еще имеет большое значение в психическом развитии младшего школьника [24].

Обращаясь к эмоциональному интеллекту обучающихся через игровые ситуации тренинга, учитель подводит обучающихся к осознанию своих

эмоций, эмоций других людей и тому, как эффективно коммуницировать и проявлять чувствительность к эмоциям собеседника. Благодаря этому, педагогический тренинг, организованный во внеурочной деятельности, оказывает сильное воздействие на формирование эмоционального интеллекта младших школьников. У них формируются навыки идентификации и регуляции эмоций, и способность применять данные навыки в коммуникации с другими людьми.

Таким образом, нами были выделены три этапа формирования эмоционального интеллекта младших школьников:

эмоционально-когнитивный: на данном этапе проявляется способность ребенка идентифицировать собственные эмоции и эмоции других людей;

эмоционально-регуляторный: на данном этапе осуществляется регуляция эмоций на основе рефлексии, сдерживание негативных чувств и стимулирование положительных, способствующих достижению успеха;

- эмоционально-поведенческий: на данном этапе происходит развитие способности к гибкому выстраиванию взаимоотношений и продуктивному взаимодействию с другими людьми на основе вчувствования и содействия к преобразованию эмоций.

Восприятие произведений искусства является одним из видов деятельности воздействующий на чувства ребенка, стимулирующий осознание собственных эмоций и эмоций героев произведения, именно поэтому развитие самосознания мы определяем, как первоначальный этап формирования эмоционального интеллекта во внеурочной деятельности у младших школьников (эмоционально-когнитивный этап).

Самосознание выражается в том, что обучающийся может идентифицировать собственную эмоцию и сказать о ней, например, в конфликтном разговоре со сверстником сообщить, что он зол или огорчен, либо ребенок младшего школьного возраста способен определить эмоцию другого человека и понять причину ее возникновения: «почему он смеется?».

Следующим этапом по формированию эмоционального интеллекта будет являться эмоционально-регуляторный этап, направленный на развитие самоконтроля. Самоконтроль выражается в регулировании собственного поведения, которое будет меняться с негативного на позитивное, что в последствии поспособствует вхождению в состояние, приводящее к успеху.

Данное умение поможет ребенку младшего школьного возраста сформировать позитивное мировоззрение, а также поможет понять внутренние психологические механизмы, которые помогают решать сложные задачи, не входя в стрессовое состояние.

Последним этапом будет являться – эмоционально-поведенческий – этап по формированию показателя «управление взаимоотношениями». Данный показатель выражается в установлении удовлетворяющих, позитивные межличностные отношения, проявлении чувствительности к эмоциям других людей, оказании содействия в преобразование эмоций других людей.

Данное умение поможет обучающемуся уверенно коммуницировать с другими людьми, вступать и поддерживать прочные отношения, а также проявлять сочувствие при разговоре со сверстниками или взрослыми и помогать в изменении эмоций другого человека, например, друга, когда ему нужна поддержка.

Модель эмоционального состояния представляет собой описание характеристик произведения искусства и внешних двигательных-экспрессивных проявлений определенной эмоции, которые может испытывать ребенок при восприятии выбранных педагогом произведений, несущих какой-либо эмоциональный код.

Способствовать этому может, с одной стороны, специально организованное эмоционально насыщенное общение взрослого с детьми, а с другой – осуществление в педагогическом процессе системы работы по формированию эмоционального интеллекта.

Одним из наиболее эффективных инструментов, помогающих формированию эмоционального интеллекта, является дневник эмоций.

Большое значение имеет создание педагогом особого режимного момента, позволяющего детям в течение дня определять собственное эмоциональное состояние и изображать его графически. Когда обучающиеся привыкнут использовать дневник эмоций и большинство из них с легкостью будет определять свою эмоцию, то следующим уровнем для них будет рассказывать о зафиксированных эмоциях, что в свою очередь будет способствовать развитию самосознания.

Использование методов и приемов, влияющих на формирование эмоционального интеллекта младших школьников, является одним из ведущих педагогических условий успешного формирования эмоционального интеллекта во внеурочной деятельности у младших школьников.

Так, нами выделен ряд методов, способствующих формированию самосознания во внеурочной деятельности.

Музыка эмоциональна по своей сущности, писал Б.М. Теплов, и поэтому ее восприятие является эмоциональным познанием, дает прекрасную возможность развития эмоциональной сферы человека, ведь музыкальные переживания по существу своему есть эмоциональное переживание [8].

Именно поэтому восприятие музыки позволяет не только прожить эмоции, но также ощутить все ее оттенки, и, по сути, развивает способность ребенка к идентификации эмоций, их осознанию.

Исходя из особенностей эмоционального интеллекта, можно сказать, что для его формирования необходимо активно использовать произведения разных видов искусства, предоставляющие большой спектр разнообразных эмоций, переживаемым самим индивидом и другими людьми, возможности осознания и интерпретации своих эмоций и эмоций других людей [19].

Для формирования эмоционального интеллекта используется метод сравнения, который предполагает анализ и сравнение противоположных по настроению героев произведений. Сравнивая характеристики героев, учащиеся ощущают их различие, осознают особенности эмоционального состояния героя. Выполнение различных заданий позволяет им ощутить

особенность используемых автором выразительных средств, способствует формированию эмоциональных впечатлений, представлений о характерах, эмоциях и настроениях, выраженных в произведении, а постепенное сравнение менее контрастных образов – развитию более тонкого восприятия.

Метод пластического интонирования (Т.Е. Вендрова) направлен на передачу эмоциональных переживаний, содержащихся в произведении искусства в пластике движений. Разновидностью данного метода выступает прием «свободное дирижирование». Данный метод, возможно, использовать для развития способности определять и выражать эмоции.

Разработанный О.П. Радыновой метод «уподобления характеру музыки», способствует осознанному восприятию эмоций, выраженных в произведении, осмыслению интонации, ее выразительного значения в передаче различных эмоциональных оттенков. Д данным методом отмечается, что действия (мимические, тактильные, двигательные) должны соответствовать звучащей музыке, быть созвучными меняющемуся характеру произведения [44].

Характерным и адекватным эстетической сущности искусства является метод побуждения к сопереживанию (А.А. Мелик-Пашаев), который способствует развитию эмпатии (в чувствования в образ), переживанию выраженной в произведении эмоции. Его содержание побуждает детей сочувствовать не только тем, кого они видит, но и тем, кого представляют в воображении. Эти особенности проявления сочувствия, сострадания, эмпатии обеспечивают содержательную основу данного метода.

А.А. Мелик- Пашаев, определяя значимость данного метода, отмечал, что если сознательной деятельности по правилам, работе с терминами, понятиями, знаками предшествует эмоционально-чувственный опыт ребенка, то у ребенка формируется индивидуальное эмоциональное отношение к произведениям искусства, а в дальнейшем и к другому человеку. Учителю необходимо актуализировать чувственный опыт обучающихся, обращаясь к их личным переживаниям «что ты почувствовал?», «как ты себя

чувствуешь?», «если бы это были эмоции другого человека, как бы ты описал их?», «как можно помочь поддержать или помочь другому человеку?», «а как бы ты поступил?» и т.д.

Только сопереживая, младший школьник постигает явления социальной жизни.

Применение словесного метода и его разновидностей (рассказ, беседа, объяснение) помогает систематизировать и организовать процесс познания детьми младшего школьного возраста эмоций, их роли в общении с другими людьми. С помощью данных методов учитель может вызвать в сознании детей яркие образы. Рассказ активизирует воображение, память, чувства обучающихся. «Слово учителя, - писал В.А. Сухомлинский, - ничем не заменимый инструмент воздействия на душу воспитанника...Слово никогда не может до конца объяснить всю глубину искусства, но без него нельзя приблизиться к этой тончайшей сфере познания чувств».

Метод осознания личностного смысла произведения (А.А. Пиличяускас) направлен на вербализацию детских переживаний, которые возникли в процессе восприятия произведений искусства. Реализация данного метода требует от ребенка определенного уровня развития художественного мышления, наличия умения соотносить свой художественный и жизненный опыт с воспроизводимым (демонстрируемым) произведением искусства. На основе данного метода ребенок может выстроить аналогии между эмоциями и жизненной ситуацией, ставшей основой для возникновения эмоции.

Используя различные методы, педагог способствует большому количеству эмоциональных открытий у обучающихся.

Таким образом, нами был выделен ряд методов, способствующих формированию эмоционального интеллекта у младших школьников во внеурочной деятельности:

- метод сравнения;
- метод пластического интонирования (Т.Е. Вендрова);

- метод «уподобления» характеру музыки (О.П. Радынова);
- метод побуждения к сопереживанию (А.А. Мелик-Пашаев);
- словесный метод и его разновидности (рассказ, беседа, объяснение);
- метод осознания личностного смысла произведения (А.А. Пиличяускас).

Таким образом, исходя из выше сказанного и на основе сформулированного нами определения формирования эмоционального интеллекта младших школьников во внеурочной деятельности, мы разработали педагогическую модель эмоционального интеллекта, в которой представлен ход развития данного процесса, т.е. его этапы и методы, соответствующие каждому этапу:

эмоционально-когнитивный: на данном этапе проявляется способность ребенка идентифицировать собственные эмоции и эмоции других людей (словесный метод, метод осознания личностного смысла, метод контрастного сопоставления, метод пластического интонирования, метод размышления);

эмоционально-регуляторный: на данном этапе осуществляется регуляция эмоций на основе рефлексии, сдерживание негативных чувств и стимулирование положительных, способствующих достижению успеха (словесный метод, метод сравнения, метод «уподобления» характеру другого человека, художественному образу);

- эмоционально-поведенческий: на данном этапе происходит развитие способности к гибкому выстраиванию взаимоотношений и продуктивному взаимодействию с другими людьми на основе вчувствования и содействия к преобразованию эмоций (метод побуждения к сопереживанию, метод размышления, метод осознания личностного смысла).

Построенная нами педагогическая модель наглядно демонстрирует тот факт, что развитие у детей младшего школьного возраста эмоционального интеллекта происходит в процессе прохождения всех вышеизложенных этапов.

Выводы по первой главе

Изучение и анализ работ различных авторов относительно проблемы формирования у младших школьников эмоционального интеллекта позволяет сделать следующие выводы:

Большинство авторов указывают на то, что взаимосвязь между аффективной и когнитивной сферами является первоосновой развития эмоционального интеллекта.

Обобщение научных работ по проблеме исследования позволило уточнить понятие эмоционального интеллекта применительно к младшему школьному возрасту - процесс идентификации, рефлексии и регуляции собственных эмоций и эмоций окружающих, влияющих на успешность межличностных взаимодействий и личностное развитие.

Структурными компонентами эмоционального интеллекта являются: самосознание (идентификации и вербальное определение собственных эмоциональных состояний и причины их возникновения, понимание (осознание) отличий между собственными эмоциями, мышлением и действием, и эмоциями и действием других людей; самоконтроль (управление эмоциональными состояниями: контроль эмоций и замена нежелательных эмоциональных состояний адекватными, а также способность продуцировать эмоциональные состояния, способствующие достижению успеха); управление взаимоотношениями (способность вступать в удовлетворяющие, позитивные межличностные отношения с другими людьми; психологическая гибкость в выстраивании отношений, продуктивное взаимодействие с другими людьми).

Основными показателями формирования у младших школьников эмоционального интеллекта являются когнитивный (способность идентифицировать и вербально определять собственное эмоциональное состояние и причину его возникновения, эмоции других людей, причину их возникновения); эмоционально-рефлексивный (способность адекватно оценить эмоциональное состояние, регулировать эмоциональные состояния на

основе рефлексии, менять нежелательное эмоциональное состояние на оптимистичное, способствующее достижению успеха); поведенческий (способность выстраивать удовлетворяющие, позитивные межличностные отношения, быть чувствительным к эмоциям других людей, оказывать содействие в преобразование эмоций других людей).

Большой потенциал для формирования эмоционального интеллекта в совокупности его компонентов (самосознание, самоконтроль, управление взаимоотношениями) содержит внеурочная деятельность. Школа после уроков – это мир, в котором развивается личность ребенка, выстраиваются его отношения с социумом. Во внеурочной деятельности создается своеобразная эмоционально наполненная среда, которая способствует проявлению увлечений, достижению успеха, и все это возможно эффективно развивать во взаимодействии, в процессе продуктивного общения, что обеспечивается благодаря развитию эмоционального интеллекта.

Выводы, сделанные в ходе теоретического исследования, требуют проверки, результаты которой освещаются во II главе.

ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ПОИСКОВАЯ РАБОТА ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ВО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

2.1 Диагностика формирования эмоционального интеллекта младших школьников на начальном этапе опытно-поисковой работы

Опытно-поисковая работа по формированию у младших школьников эмоционального интеллекта во внеурочной деятельности проводилось в три этапа: констатирующий, формирующий, итоговый.

Констатирующий этап был направлен на определение начального уровня формирования у младших школьников эмоционального интеллекта до проведения комплекса занятий, в рамках разработанной модели формирования у младших школьников эмоционального интеллекта во внеурочной деятельности.

Задачи констатирующего этапа опытно-поисковой работы:

1. Определить показатели и критерии формирования у младших школьников эмоционального интеллекта во внеурочной деятельности;
2. Подобрать и разработать диагностические задания по выявлению уровня формирования у младших школьников эмоционального интеллекта во внеурочной деятельности.
3. Провести количественный и качественный анализ полученных в ходе диагностики данных.
4. На основе анализа полученных результатов уточнить гипотезу исследования и конкретизировать модель формирования у младших школьников эмоционального интеллекта во внеурочной деятельности.

Опытно-поисковая работа проводилась на базе Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средняя общеобразовательная школа № 4 города Урай. В исследовании приняли участие 20 детей младшего школьного возраста 8-9 лет (из которых 12 девочек

и 8 мальчиков).

На основе определения понятия «эмоциональный интеллект» и выявленных структурных компонентов были определены показатели и критерии эмоционального интеллекта, а также разработана характеристика уровней его формирования у детей младшего школьного возраста. Таким образом, к показателям формирования эмоционального интеллекта были отнесены:

Когнитивный. Данный показатель характеризуется такими критериями, как:

способность идентифицировать и вербально определять собственное эмоциональное состояние и причину его возникновения;

способность определять эмоции других людей, причину их возникновения.

Регуляторный. Данный показатель характеризуется такими критериями, как:

способность регулировать эмоциональные состояния на основе рефлексии;

менять нежелательное эмоциональное состояние на оптимистичное.

Поведенческий. Данный показатель характеризуется такими критериями, как:

способность вступать в удовлетворяющие, позитивные межличностные отношения с другими людьми;

быть чувствительным к эмоциям других людей, оказывать содействие в преобразование эмоций других людей.

Оценка сформированности каждого показателя определялась с помощью критериев, соотнесенных с тремя уровнями сформированности эмоциональной сферы: высоким, средним и низким.

Для выявления уровня формирования эмоционального интеллекта младших школьников были выбраны следующие диагностические методики и адаптированы для нашего исследования:

Методика диагностики эмоционального интеллекта М.А. Манойловой (адаптированная для нашего исследования).

Методика «Определение эмоциональности» В.В. Суворова.

Методика «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин (адаптированная для нашего исследования).

1. Методика диагностики эмоционального интеллекта М.А. Манойловой (Приложение 1).

Цель: выявить уровень сформированности когнитивного показателя.

Анализ результатов по адаптированной методике «МЭИ» М.А. Манойловой показал, 11 детей (45%) имеют средний уровень показателя, это говорит о том, что они не способны в полной мере идентифицировать и называть свое собственное эмоциональное состояние, а также, только на интуитивном уровне могут определять эмоции других людей. Высокий уровень продемонстрировали 5 детей (30%), у них сформирована способность идентифицировать и вербально определять свое собственное эмоциональное состояние, и эмоциональное состояние других, а также понимать причину их возникновения. Низкий уровень имеют 5 детей (25%), что свидетельствует о том, что они не могут читать и идентифицировать свое эмоциональное состояние, а также определять эмоции других людей.

Качественный анализ результатов показал, что наибольшее количество положительных ответов было дано детьми на вопросы, отражающие ситуации: понимания собственных эмоций. Наименьшее количество было дано в ситуациях, которые направлены на понимание эмоций других людей.

Дети, которые активно принимали участие в методике, давали полные ответы и проявляли заинтересованность – показали высокий уровень формирования самосознания. Они способны идентифицировать собственные эмоции, вербализовывать их, а также считывать эмоции других и понимать причину их возникновения.

Матвей Ц. и Рома Х., отвечая на второй вопрос, добавили, что всегда ищут причину ссоры, чтобы в следующий раз избежать ее. В вопросах о

распознавании эмоций других людей Наташа Д. добавила, что без особого труда распознает эмоции своих подруг и родителей, даже если они ничего не говорят.

А Настя Х. убеждена в том, что при разговоре нужно подстраивать мимику и жесты, чтобы собеседнику был понятен смысл разговора.

Света Э. сказала, что всегда может понять, почему произошла ссора с подругой, всегда изо всех сил старается ее предотвратить. Маша Ч. Всегда знает, почему она смеется или почему плачет и почему данные чувства проявляют другие.

Например, Нина С., Влад П., Данил К. чаще всего понимают эмоции, которые они испытывают, однако не всегда могут, почему их сверстники проявляют те или иные эмоции, есть ситуации, которые они не могут распознать, например, когда человек старается скрыть эмоции или начинает плакать.

Однако другие обучающиеся, Арина М., Даша Т., Женя Л., Лена Х., Катя Ц. Вова И., в некоторых ситуациях могут определить причину возникновения эмоций у других, при условии, что сами осознают данную эмоцию.

Миша Г., Слава С., Сюзанна П., Толик С., Луиза Р. имеют низкий уровень формирования когнитивного показателя, они часто давали не ответ «не знаю», затруднялись в ответах.

Результаты проведения данного диагностического задания на рис. 1.

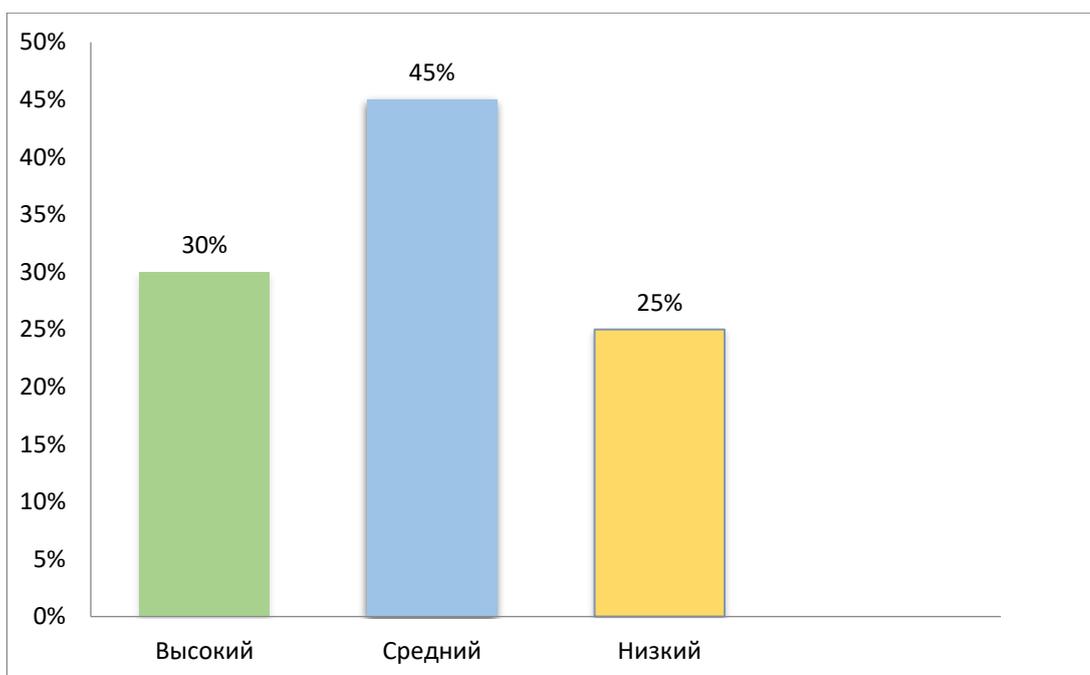


Рис. 1. Уровень сформированности показателя «когнитивный»

2. *Методика «Определение эмоциональности» (В.В. Суворова)*
(Приложение 2).

Цель: выявить уровень сформированности показателя «регуляторный».

Анализ результатов для определения уровня сформированности самоконтроля по методике «Определение эмоциональности» В.В. Суворова, показал, что 11 детей (55%) имеют средний уровень, что свидетельствует о недостаточной сформированности умения, способствующего достижению успеха, а также они имеют сложности в изменении своего эмоционального состояния на позитивное.

5 детей (25%) имеют высокий уровень – они способны менять негативное эмоциональное состояние на позитивное и входить в эмоциональное состояние, способствующее достижению успеха.

Низкий уровень имеют 4 ребенка (20%), что говорит о их неспособности входить в эмоциональное состояние, способствующее достижению успеха и менять свое эмоциональное состояние с негативного на позитивное.

Качественный анализ по данной методике показал, что большинство ребят имеют средний уровень показателя. Это обучающиеся, испытывающие

затруднения в управлении собственными эмоциями, переключении эмоций с позитивных на негативные, и вхождении в эмоциональное состояние, способствующее достижению успеха.

Настя Х., Арина М., Женя Л., Сюзанна П. ответили, что цвет их лица не меняется при смущении, но могут легко заплакать от обиды. Нина С., Лена Х., Марина Д, Света Э., говорит о том, что в волнительные моменты их бросает в жар,но не чувствуют себя растеряно. Мальчики – Максим В. и Степа О. становятся очень раздражительными, когда сердятся, но чувствуют себя уверенно в волнительных ситуациях. У всех обучающихся со средним уровнем развития показателя наблюдаются сложности в переключении эмоций с негативных на позитивные, а также с вхождением в состояние, способствующее достижению успеха.

Высокий уровень имеют Влад П., Максим В., Таня, М, Маша Ч., Рома Х. Это очень эмоциональные дети способные к гибкому переключению и саморегуляции эмоциональных проявлений, у них преобладают позитивные эмоциональные проявления, так же они способны входить в эмоциональное состояние, способствующее достижению успеха.

Влад П., Наташа Д., Ульяна К., имеют такие особенности, при которых у них краснеет лицо, садится голос, но у них часто преобладает хорошее устойчивое настроение. Данил П, Рома Х., часто раздражаются, но быстро справляются со своими эмоциональными проявлениями, у них обычно преобладает хорошее настроение, они достаточно быстро абстрагируются от неприятных ситуаций. Меньше всех обучающихся, находящихся на низком уровне. Это ребята, у которых преобладает негативные эмоциональные проявления, которые с трудом переключают эмоциональное состояние. Слава С., Толик С., Вова И., Луиза Р. являются раздражительными и неадекватно реагируют на волнительные ситуации, проявляют свою закрытость и эмоциональную скупость.

Результаты проведения диагностического задания «Формирование эмоциональности» представлены на рис. 2.

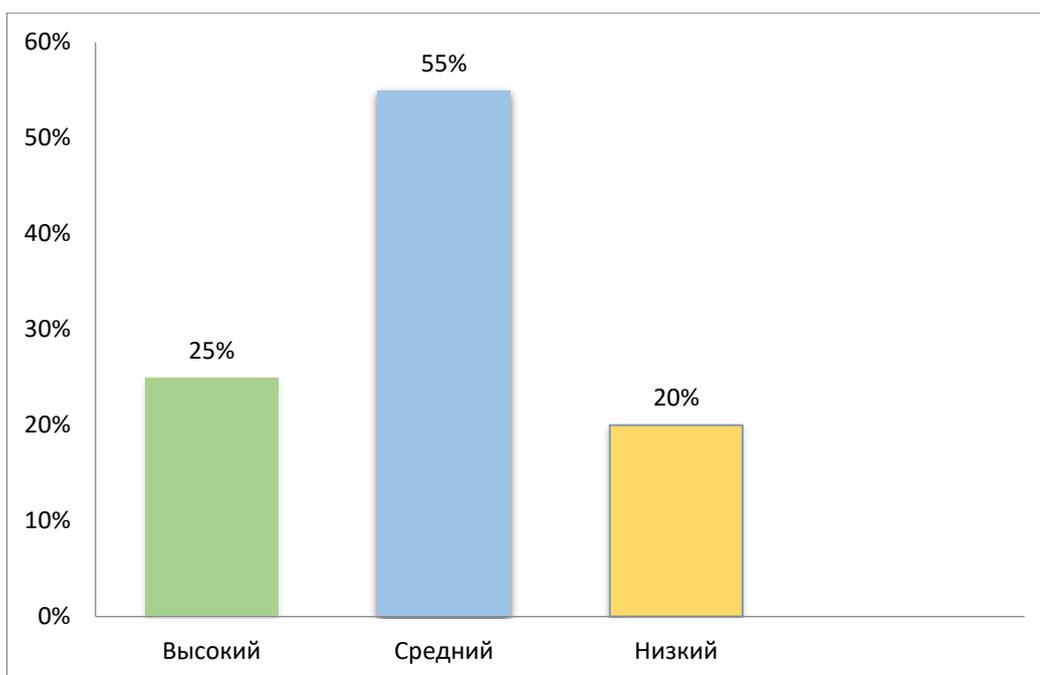


Рис. 2. Уровень сформированности показателя «регуляторный»

3. *Адаптация методики «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин (Приложение 3).*

Цель: выявить уровень развитости показателя «поведенческий».

Анализ результатов по модификации методики «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявского и В.А. Федорошина показал, что 8 детей (40%) имеют средний уровень, они способны вступать в межличностные отношения, а также проявлять чувствительность к эмоциям других людей, но не всегда готовы оказывать содействие в их преобразовании. Столько же процентов детей (40%) имеют высокий уровень, это говорит о том, что дети способны вступать, и способны быть чувствительным к эмоциям других людей, а также содействовать в их преобразовании. Низкий уровень имеют 4 младших школьника (20%), что свидетельствует о неспособности вступать удовлетворяющие и позитивные межличностные отношения с другими людьми, а также быть чувствительным к эмоциям других людей и оказывать содействие в их преобразовании.

Качественный анализ результатов по данной методике говорит о том, обучающиеся, находящиеся на высоком уровне с легкостью вступают в

межличностные отношения с другими людьми, проявляя чувствительность к их эмоциям, а также способны содействовать в преобразовании их эмоций.

Нина С., Арина М., Степа О., Женя Л., Данил П, Максим В., Света Э. не задумываясь ответили на большинство вопросов верно. Они имеют много друзей, с которыми знакомы давно, ситуации новых знакомств не вызывают у них смущение, и они с удовольствием поддерживают дружеские отношения и что важно умеют и знают, как поддержать близкого человека – содействовать в преобразовании эмоций.

Обучающиеся, находящиеся на среднем уровне такие как: Настя Х., Влад П., Ульяна К., Рома Х. дольше отвечали на вопросы чем предыдущая группа обучающихся, однако они так же имеют много друзей – они с легкостью вступают в межличностные отношения, но они не всегда готовы оказать содействие в преобразовании эмоций, несмотря на то, что способны проявлять чувствительность к их эмоциям.

Лена Х., Катя Ц., Толик С., Ульяна К., Луиза Р. тоже имеют много друзей, но они появились у них не так давно, однако обучающиеся всегда готовы проявлять чувствительность, но не способны адекватно оказывать содействие в преобразовании их эмоций. Миша Г., Слава С., Сюзанна П., Вова И. – находятся на низком уровне. Данные обучающиеся отвечали долго и часто ошибались в ответах, у каждого из них есть трудности в том, чтобы познакомиться с новым человеком и проявить чувствительность к его эмоциям.

У Олега М., Олеси Р., Максима Х., не смогли ответить на все вопросы, при уточняющих вопросах удалось выяснить, что у каждого обучающегося есть друг, и с новыми людьми они знакомиться не хотят.

Результаты проведения диагностического задания в баллах представлены на рис. 3.

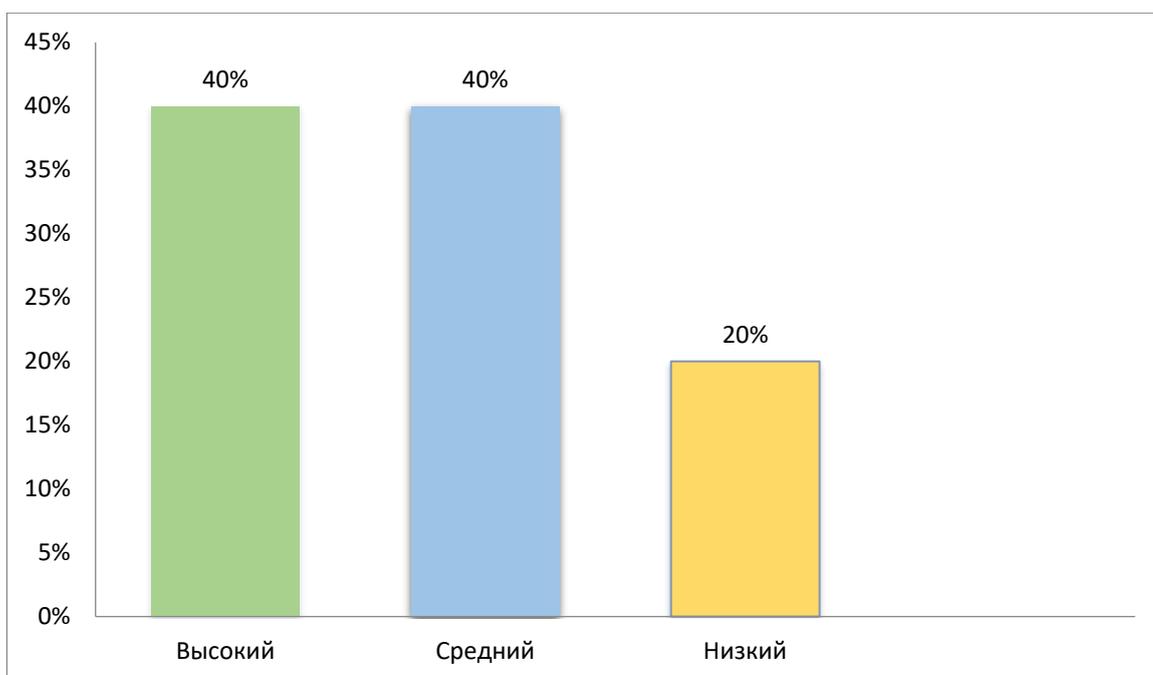


Рис. 3. Результат сформированности показателя «поведенческий»

Количественный и качественный анализ результатов исследования позволяет сделать следующие выводы:

На констатирующем этапе опытно-поисковой работы был выявлен преимущественно средний уровень сформированности эмоционального интеллекта детей младшего школьного возраста.

Данные констатирующего этапа опытно-поисковой работы показывают, что на высоком уровне сформированности эмоционального интеллекта находятся 5 (25%) обучающихся, на среднем уровне находится 9 (45%) обучающихся, на низком уровне сформированности эмоционального интеллекта находится 6 (30%) человек.

Обучающиеся способны не в полной мере идентифицировать собственное эмоциональное состояние и причину его появления, на интуитивном уровне идентифицировать эмоциональное состояние другого человека, не осознавая причину их появления, испытывают трудности при регулировании эмоционального состояния на позитивное с помощью рефлексии, но способны вступать в позитивные межличностные отношения с другими людьми, проявляя чувствительность к их эмоциям.

Опытно-поисковая работа на констатирующем этапе позволила нам выявить необходимость разработки педагогических условий по формированию эмоционального интеллекта младших школьников.

Уровни сформированности эмоционального интеллекта младших школьников и уровень показателей эмоциональной сферы детей представлены в табл. 1 и на рисунке 4.

Таблица 1 Результаты диагностики сформированности эмоциональной сферы младших школьников на начальном этапе

Ф.И.	Когнитивный	Рефлексивный	Действенный	Общий уровень развития
Настя Х.	3	2	2	С
Нина С.	2	2	3	С
Миша Г.	1	2	1	Н
Влад П.	2	3	2	С
Арина М.	2	2	3	С
Слава С.	1	1	1	Н
Степа О.	2	2	3	С
Женя Л.	2	2	3	С
Сюзанна П.	1	2	1	Н
Лена Х.	2	2	2	С
Матвей Ц.	3	3	3	В
Наташа Д.	3	3	3	В
Катя Ц.	2	2	2	С
Толик С.	1	1	2	Н
Максим В.	2	2	3	С
Света Э.	3	2	3	В
Ульяна К.	3	3	2	В
Рома Х.	3	3	2	В
Вова И.	2	1	1	Н
Луиза Р.	1	1	2	Н

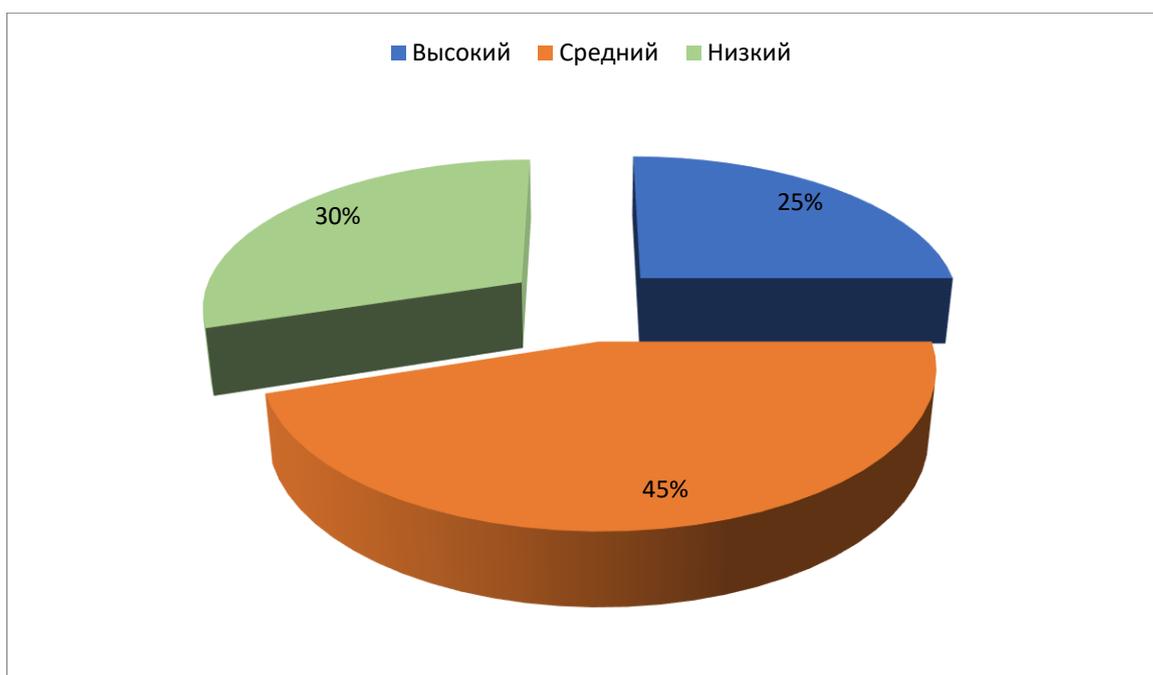


Рис. 4. Результаты сформированности эмоционального интеллекта у младших школьников на констатирующем этапе опытно-поисковой работы

Таким образом, анализ результатов констатирующей диагностики позволил сделать вывод о необходимости реализации выделенных педагогических условий, разработанных этапов формирования у младших школьников эмоционального интеллекта во внеурочной деятельности.

2.2 Педагогические условия формирования эмоционального интеллекта младших школьников во внеурочной деятельности

В теоретической части работы на основе анализа психолого-педагогической литературы нами были выделены базовые основы содержания педагогической работы по формированию у младших школьников эмоционального интеллекта. В основе формирования эмоционального интеллекта находится эмоционально-интеллектуальное вовлечение обучающихся в разные виды внеурочной деятельности (художественное творчество, игровая) с целью формирования эмоционального самосознания, рефлексии и продуктивного взаимодействия с другими людьми.

Целью проведения формирующего этапа опытно-поисковой работы являлась проверка гипотезы о положительном влиянии комплекса педагогических условий на формирование эмоционального интеллекта младших школьников во внеурочной деятельности

Согласно гипотезе нашего исследования, педагогический процесс формирования у младших школьников эмоционального интеллекта будет эффективным, если:

- учитывать, что эмоциональный интеллект младшего школьника характеризуется структурированностью, наличием взаимосвязанных характеристик, содержательно наполняющих его структурные компоненты (самосознание, самоконтроль, управление взаимоотношениями);

- в качестве основы данного педагогического процесса будет рассматриваться эмоционально-интеллектуальное вовлечение обучающихся в разные виды внеурочной деятельности (художественно-творческая, игровая) с целью развития эмоционального самосознания, самоконтроля и продуктивного взаимодействия с другими людьми;

- будет разработана рабочая программа по формированию у младших школьников эмоционального интеллекта во внеурочной деятельности, содержание и последовательность этапов, которой будут определены следующей логикой: от восприятия, идентификации, выражения эмоций – через адекватную самооценку и рефлекссию эмоциональных состояний – к гибкому выстраиванию взаимоотношений с другими людьми.

Первое педагогическое условие гипотезы – эмоциональный интеллект младшего школьника характеризуется структурированностью, наличием взаимосвязанных характеристик, содержательно наполняющих его структурные компоненты (самосознание, самоконтроль, управление взаимоотношениями).

Реализация данного условия гипотезы проходила на всех занятиях разработанной нами рабочей программы внеурочной деятельности. Это

прослеживается в организации структуры занятий, используемых на занятиях методах и приемах, игр и упражнений, которые способствуют развитию, как самосознания, так и самоконтроля, и управления взаимоотношениями.

Такая организация единства совокупности разных методов, приемов, упражнений по развитию каждого структурного компонента способствует эффективному формированию эмоционального интеллекта.

Второе педагогическое условие гипотезы - эмоционально-интеллектуальное вовлечение обучающихся в разные виды внеурочной деятельности (художественное творчество, игровая). Реализация выделенного условия гипотезы проходила на занятиях внеурочной деятельности. Обращение к внеурочной деятельности обосновано содержанием в ней большого потенциала социально-личностного развития ребенка, эмоциональной осознанности, развивающейся в процессе игровой, художественной видов деятельности. Под внеурочной деятельностью мы понимаем образовательную деятельность, осуществляемую в формах, отличных от классно-урочной, и направленную на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования. Обращение к разным видам деятельности усиливает воздействие на внутренний мир ребенка и способствует развитию самосознания, самоконтроля, создает условия формирования и управления взаимоотношениями. Для формирования эмоционального интеллекта во внеурочной деятельности нами была разработана рабочая программа «Эмоциональный интеллект. Начальное образование».

Так, на занятиях по теме модуля «Космос эмоций» дети знакомились с произведениями разных видов искусства и учились выделять, идентифицировать и выражать эмоции, воспринятые в произведении, а также в реальной жизни. Внимание детей обращалось на описание в произведениях искусства характеров персонажей, переживаемых ими эмоций, а также собственных эмоций, рожденных в результате восприятия художественных образов. Совершенствование осознания детьми эмоций осуществлялась

посредством вопросов, стимулирующих актуализацию известных детям эмоций, а также методов, обогащающих эмоциональный опыт детей («Какие эмоции вы знаете?», «Как выражаются эмоции?», «Какие ситуации рожают эмоции?» «Может ли эмоция изменить ситуацию» и др.). Также на занятиях применялись различные задания, упражнения: для формирования эмоционального интеллекта с целью формирования эмоционального самосознания, рефлексии и продуктивного взаимодействия с другими людьми.

Какие эмоции выражены в этом художественном произведении (репродукция картины, музыкальное произведение, стихотворение)?

Какие эмоции вызывает у тебя это произведение (репродукция картины, музыкальная пьеса, стихотворение)?

Какая ситуация в жизни автора произведения, по-твоему привела к появлению данной эмоции?

Какие эмоции хотел вызвать автор у нас своим произведением?

Третье педагогическое условие гипотезы – последовательность этапов, содержание которых определено следующей логикой: от восприятия, идентификации, выражения эмоций – через рефлексию эмоциональных состояний – к гибкому выстраиванию взаимоотношений и продуктивному взаимодействию с другими людьми.

В рамках реализации рабочей программы «Эмоциональный интеллект. Начальное образование» (Приложение 5).

Для формирования выделенных показателей эмоционального интеллекта и реализации этапов программы использовались методы соответственно каждому этапу:

– *эмоционально-когнитивный*: на данном этапе проявляется способность ребенка идентифицировать собственные эмоции и эмоции других людей и понимать причину их возникновения (словесный метод, метод осознания личностного смысла, метод «уподобления» характеру другого человека метод контрастного сопоставления, метод пластического интонирования, метод размышления);

– *эмоционально-регуляторный*: на данном этапе осуществляется регуляция эмоций на основе рефлексии, нивелировании негативных чувств и стимулирование положительных, способствующих достижению успеха (метод пластического интонирования, словесный метод, метод сравнения, метод «уподобления» характеру другого человека, художественному образу);

– *эмоционально-поведенческий*: на данном этапе происходит развитие способности к гибкому выстраиванию взаимоотношений и продуктивному взаимодействию с другими людьми на основе вчувствования и содействия к преобразованию эмоций (метод побуждения к сопереживанию, метод размышления, метод осознания личностного смысла).

Для формирования эмоционального интеллекта нами была разработана программа, реализуемая в рамках внеурочной деятельности «Эмоциональный интеллект. Начальное образование» (табл. 2), включающая три модуля:

Таблица 2 Тематический план рабочей программы «Эмоциональный интеллект. Начальное образование»

Тема модуля	Цель	Темы занятий	Ведущие методы
«Космос эмоций»	Развивать способности идентифицировать собственные эмоции и эмоции других людей	Мои эмоции Эмоции других людей Слова эмоций Причина эмоций	метод уподобления (О.П. Радынова)
«Планетаэмоций»	Развивать способности регулировать собственные эмоции с помощью рефлексии и входить в позитивное Эмоциональное состояние	Управление эмоциями Позитивные эмоции Эмоции успеха Управлять успехом	Метод пластического интонирования (Т.Е. Вендрова)
«Другие планеты»	Развивать способности проявлять чувствительность к эмоциям собеседника и способствовать изменению егоэмоций	Успешные переговоры Слово дружбы Почувствуй эмоцию Преобразование эмоций	метод осознания личностного смысла произведения (А.А. Пиличяускас)

Организация внеурочной деятельности для формирования эмоционального интеллекта у младших школьников, также требует поэтапных действий со стороны педагога. И чем четче будут определены действия педагога, тем более эффективным будет результат.

Важнейшим фактором, определяющим качество и уровень формирования эмоционального интеллекта, является дидактический материал, на основе которого планируется осуществлять формирование эмоционального интеллекта младших школьников. Выбор психолого-педагогических методик осуществлялся в соответствии с критериями:

- валидность методики;
- соответствие возрастным особенностям;
- соответствие методики формируемому новообразованию личности;
- эффективность методики.

К выбору художественного материала (музыкальный репертуар, литературные произведения, живопись) предъявлялись следующие требования:

- выразительность, художественность произведений (яркие образы);
- разнообразная тематика произведений, разнообразие жанров;
- соответствие эмоционального содержания произведения искусства эмоциональному опыту ребенка;
- высоко художественность произведений.

Реализация содержания занятий происходила на основе выделенных нами педагогических условий формирования эмоционального интеллекта.

Содержание разработанных занятий включало развитие выделенных нами компонентов сформированности эмоционального интеллекта во внеурочной деятельности.

На каждом занятии обучающиеся с помощью разных видов деятельности определяли собственные переживания, вербализовывали их, а также регулировали их, чтобы ощутить уверенность, приводящую к успехам.

Далее дети учились вступать в позитивные и удовлетворяющие взаимоотношения, в которых развивали способность быть чувствительным к эмоциям собеседника, а также формировали способность содействовать в изменении эмоций другого.

Рассмотрим подробнее каждый модуль комплекса:

Тема первого модуля – «Космос эмоций». Его цель – развитие способности идентифицировать собственные эмоции и эмоции других людей и понимать причину их возникновения. Данный модуль решает следующие задачи:

Создать условия для осознания собственных эмоций в процессе восприятия музыкальных произведений.

Развивать способность выражать эмоциональное состояние в цвете, в движении, в слове, в мимике.

Развивать способность определять собственные эмоции других людей в процессе игровой деятельности.

Развивать способность выстраивать взаимосвязь между эмоцией и причиной ее возникновения.

В данном модуле использовался прием «календарь эмоций».

Тема второго модуля: «Моя планета эмоций». Его цель – развитие способности регулировать собственные эмоции с помощью рефлексии и входить в позитивное эмоциональное состояние. Данный модуль решает следующие задачи развития детей:

Развивать способность регулировать свои эмоции через проживание эмоций в собственной творческой деятельности (на основе метода «пластическое интонирование») выражения эмоционального состояния в процессе восприятия музыкального произведения.

Развивать способность изменять негативное эмоциональное состояние на позитивное в игровой деятельности.

Развивать способность оптимизировать эмоциональное состояние, способствующее достижению успеха.

Тема третьего модуля: «Другие планеты». Его цель - развитие способности к гибкому выстраиванию взаимоотношений и продуктивному взаимодействию с другими людьми на основе вчувствования и содействия к преобразованию эмоций. Данный модуль решает следующие задачи развития детей:

Выстраивать позитивное общение с другим человеком на основе интерпретации музыки в движении.

Развивать чувствительность к эмоциям других людей через декодирование рисунков.

Развивать способность оказывать содействие в преобразовании эмоций другого человека в процессе игровой деятельности.

Данный комплекс занятий реализовывался во внеурочной деятельности (на внеклассных мероприятиях). Все занятия имели определенную структуру: каждое занятие начиналось с организационного момента, включало в себя актуализацию имеющихся знаний в соответствии с темой занятия. Завершалось занятие подведением итогов, рефлексией.

Весь комплекс упражнений был организован в рамках внеурочной деятельности и проходил в тренинговой форме – эффективной для формирования или развития позитивных качеств личности с помощью игровых упражнений и методов художественной педагогики.

Эмоциональный интеллект обучающегося формировался в практической деятельности с привлечением произведений искусства, в основном с помощью музыки, потому что музыкальное переживание по своей сущности эмоциональному переживанию.

Реализация разработанной нами программы по формированию эмоционального интеллекта у младших школьников во внеурочной

деятельности «Эмоциональный интеллект. Начальное образование» и разработанного комплекса педагогических условий по реализации этапов формирования эмоционального интеллекта во внеурочной деятельности привела к положительным результатам, что отчетливо наблюдается в результатах контрольного этапа опытно-поисковой работы.

2.3 Диагностика уровней сформированности эмоционального интеллекта у младших школьников во внеурочной деятельности на контрольном этапе опытно-поисковой работы

После реализации педагогических условий, направленных на формирование эмоционального интеллекта младших школьников во внеурочной деятельности на итоговом этапе опытно-поисковой работы, была проведена контрольная диагностика, произведено сопоставление полученных результатов с результатами констатирующей диагностики, дана объективная оценка эффективности разработанных педагогических условий, подведены итоги и оформлены выводы исследования.

Для выявления уровня формирования эмоционального интеллекта младших школьников на контрольном этапе исследовательской работы были выбраны те же методики.

Анализ результатов по адаптированной методике «МЭИ» М.А. Манойловой показал, 8 детей (40%) имеют средний уровень, это говорит о том, что они способны не в полной мере идентифицировать и называть свое собственное эмоциональное состояние, а также только на интуитивном уровне определять эмоции других людей. Высокий уровень продемонстрировали 12 детей (60%), у них развита способность идентифицировать и вербально определять собственные эмоции состояние и эмоции других, а также понимать причину их возникновения. Низкий уровень не был выявлен ни у одного обучающегося.

Результаты проведения данного диагностического задания в баллах

представлены на рис. 5.

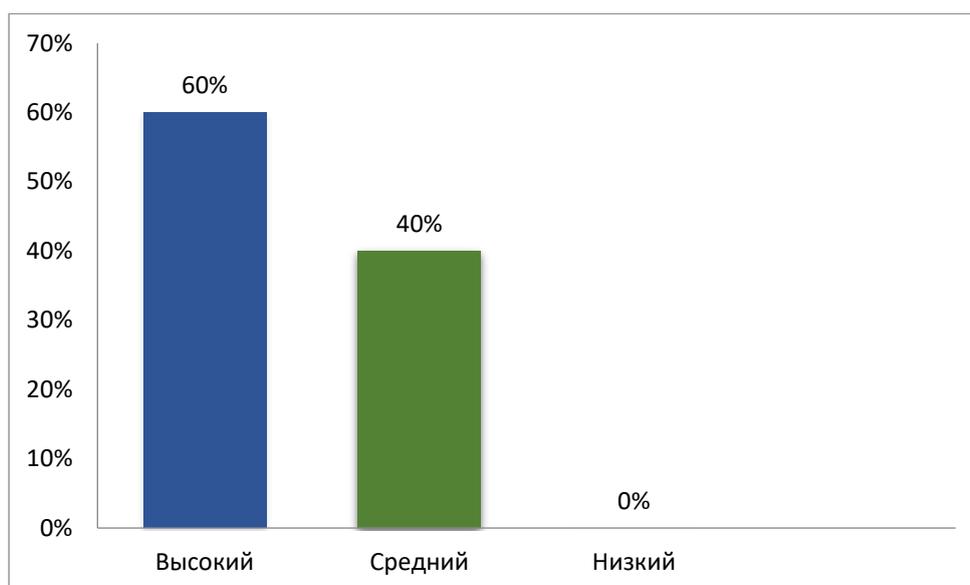


Рис. 5. Уровень сформированности показателя «когнитивный» на итоговом этапе опытно-поисковой работы

2. Методика «Определение эмоциональности» (В.В. Суворова).

Анализ результатов уровня сформированности показателя «регулятивный» показал, что 10 (50%) обучающихся имеют средний уровень, что свидетельствует о недостаточной сформированности способности изменять свое эмоциональное состояние на позитивное, а также входить в эмоциональное состояние, способствующее достижению успеха. 10 (50%) обучающихся имеют высокий уровень – они способны менять негативное эмоциональное состояние на позитивное и входить в эмоциональное состояние, способствующее достижению успеха. Обучающиеся с низким уровнем показателя «эмоционально-рефлексивный» отсутствуют.

Качественный анализ по данной методике показал, количество обучающихся с высоким и средним уровнем равны, каждому из этих уровней соответствует по 10 обучающихся.

Результаты проведения диагностического задания «Развитие эмоциональности» в баллах представлены на рис. 6.

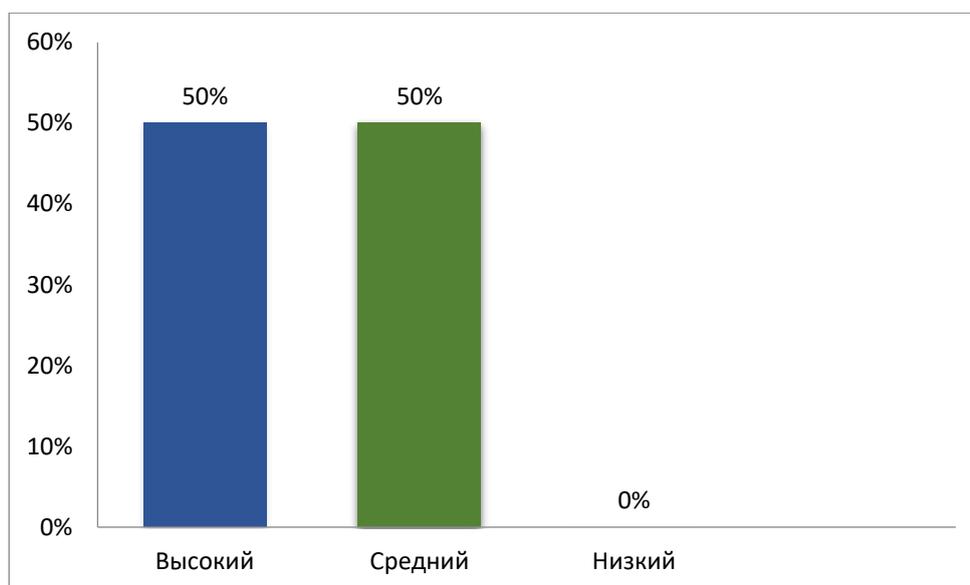


Рис. 6. Уровень сформированности показателя «регуляторный» на итоговом этапе опытно-поисковой работы

Модификация методики «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин.

Анализ результатов по модификации методики «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявского и В.А. Федорошина показал, что 6 обучающихся (30%) имеют средний уровень, они способны вступать в межличностные отношения, а также проявлять чувствительность к эмоциям других людей, но не всегда готовы оказывать содействие в их преобразовании. 10 обучающихся (50%) имеют высокий уровень, это говорит о том, что дети способны вступать, и способны быть чувствительным к эмоциям других людей, а также содействовать в их преобразовании. Низкий уровень имеют 4 младших школьника (20%), что свидетельствует о неспособности вступать удовлетворяющие и позитивные межличностные отношения с другими людьми, а также быть чувствительным к эмоциям других людей и оказывать содействие в их преобразовании.

Результаты проведения диагностического задания в баллах представлены на рис. 7.

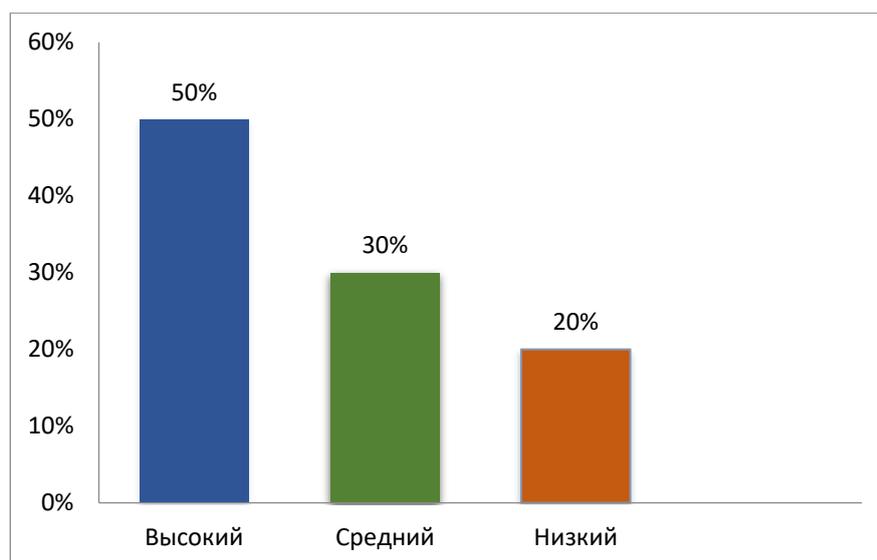


Рис. 7. Результат сформированности показателя «поведенческий» на контрольном этапе опытно-поисковой работы

Количественный и качественный анализ результатов исследования позволяет сделать следующие выводы:

На контрольном этапе опытно-поисковой работы был выявлен преимущественно высокий уровень сформированности эмоционального интеллекта младших школьников. На высоком уровне сформированности эмоциональной сферы находятся 12 обучающихся (60%). На среднем уровне развитости находится 8 обучающихся (40%). На низком уровне развитости эмоционального интеллекта обучающиеся отсутствуют.

Уровни сформированности эмоционального интеллекта детей младшего школьного возраста и уровень сформированности показателей эмоциональной сферы детей представлены в табл. 3 и на рис. 9

Таблица 3 Результаты сформированности эмоционального интеллекта у младших школьников на контрольном этапе опытно-поисковой работы

Ф.И.	Когнитивный	Рефлексивный	Поведенческий	Общий уровень развития
Настя Х.	3	3	2	В
Нина С.	3	2	3	В
Миша Г.	2	2	1	С

Влад П.	3	3	3	В
Арина М.	3	3	3	В
Слава С.	2	2	1	С
Степа О.	3	3	3	В
Женя Л.	3	3	3	В
Сюзанна П.	2	2	1	С
Лена Х.	2	2	2	С
Матвей Ц.	3	3	3	В
Наташа Д.	3	3	3	В
Катя Ц.	2	3	2	С
Толик С.	2	2	2	С
Максим В.	3	2	3	В
Света Э.	3	2	3	В
Ульяна К.	3	3	3	В
Рома Х.	3	3	3	В
Вова И.	2	2	1	С
Луиза Р.	2	2	2	С

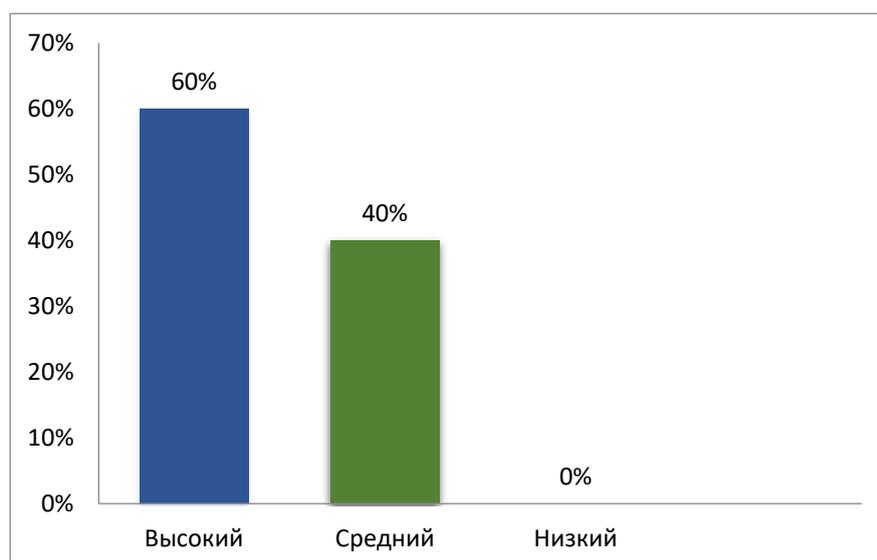


Рис. 9. Результаты формирования эмоционального интеллекта младших школьников на контрольном этапе опытно-поисковой работы

Сравнительный анализ результатов констатирующего и контрольного этапов опытно-поисковой работы позволяет выявить динамику формирования эмоционального интеллекта младших школьников во внеурочной деятельности. Так, низкий уровень сформированности эмоционального интеллекта не был выявлен ни у одного обучающегося, количество обучающихся, находящихся на среднем уровне уменьшилось на одного человека – с 8 до 9 (с 45% до 40%), однако количество обучающихся

находящихся на высоком уровне увеличилось с 5 до 12 человек (с 25% до 60%) (табл. 4, рис. 10).

Таблица 4 Сравнительная характеристика результатов сформированности эмоционального интеллекта у младших школьников на констатирующем и контрольном этапах опытно-поисковой работы

На констатирующем этапе		На контрольном этапе	
Уровень сформированности эмоционального интеллекта	Количество человек	Уровень сформированности эмоционального интеллекта	Количество человек
Низкий	6 (30%)	Низкий	0 (0%)
Средний	9 (45%)	Средний	8 (40%)
Высокий	5 (25%)	Высокий	12 (60%)

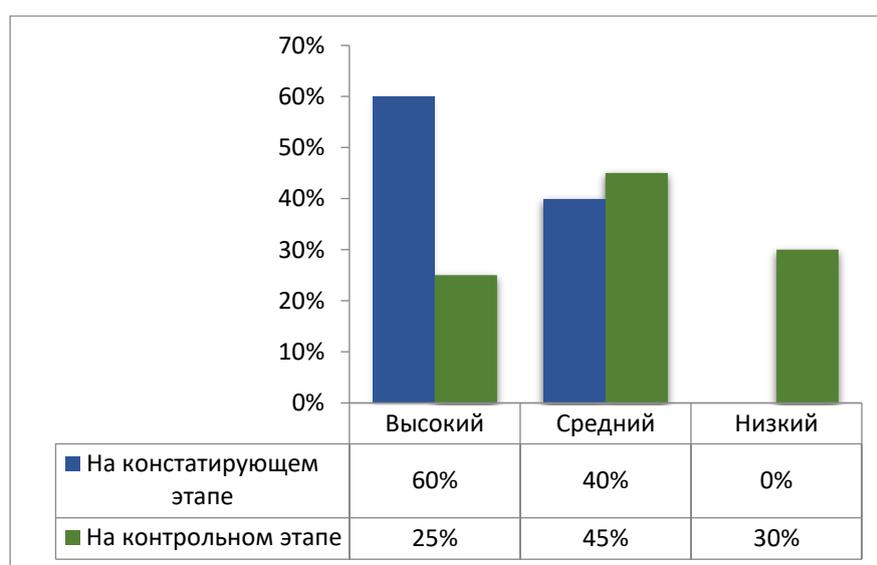


Рис. 10. Сравнительные результаты констатирующего и контрольного этапов опытно-поисковой работы

По окончании занятий у обучающихся увеличился уровень сформированности эмоционального интеллекта, они стали осознаннее относиться к собственным эмоциям, к эмоциям других людей, стали понимать причину их возникновения и то, как можно их регулировать с помощью рефлексии – входить в состояние, способствующее успеху, а также научились

вступать в доброжелательные взаимоотношения и способствовать изменению эмоций других людей.

Можно сделать вывод, что разработанная нами программа оказалась эффективной т.к. способствовала эффективному формированию эмоционального интеллекта и дала положительный результат в личностном развитии детей младшего школьного возраста.

Таким образом, качественный и количественный анализ подтвердил, что разработанные нами педагогические условия формированию эмоционального интеллекта младших школьников во внеурочной деятельности являются эффективными.

Выводы по второй главе

Опираясь на психолого-педагогические подходы в определении структуры понятия «эмоциональный интеллект» были выделены следующие показатели и критерии формирования данного процесса у младших школьников:

– когнитивный связан со способностью идентифицировать и вербально определять собственное эмоциональное состояние и причину его возникновения, эмоции других людей, причину их возникновения;

– регуляторный предполагает развитие способность адекватно оценить эмоциональное состояние, регулировать эмоциональные состояния на основе рефлексии, менять нежелательное эмоциональное состояние на оптимистичное, способствующее достижению успеха;

– поведенческий связан со способностью выстраивать удовлетворяющие, позитивные межличностные отношения, быть чувствительным к эмоциям других людей, оказывать содействие в преобразование эмоций других людей.

Для выявления уровня сформированности эмоционального интеллекта младших школьников нами были взяты за основу и адаптированы к теме

нашего исследования методики: Методика диагностики эмоционального интеллекта М.А. Манойловой, «Определение эмоциональности» В.В. Суворова, «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Сиявский, В.А. Федорошин.

Данные констатирующего этапа опытно-поисковой работы показывают, что на высоком уровне сформированности эмоционального интеллекта находятся 5 (25%) обучающихся, на среднем уровне находится 9 (45%) обучающихся, на низком уровне сформированности эмоционального интеллекта находится 6 (30%) человек.

В ходе опытно-поисковой работы были апробированы разработанные нами педагогические условия для реализации выделенных этапов формирования эмоционального интеллекта у младших школьников:

- 1) вовлечение детей в широкий, осознаваемый диапазон эмоций, воплощенных в художественных образах и жизненных ситуациях;
- 2) развитие способности ребенка к содержательной трактовки различных эмоциональных состояний на основе метода осознания личностного смысла;
- 3) вовлечение младших школьников в различные виды игровой, художественной деятельности для воплощения переживаний, возникших вследствие эмоционального состояния;
- 4) выделены методы и приемы соответственно каждому этапу формирования эмоционального интеллекта.

Разработанные педагогические условия реализовывали этапы формирования эмоционального интеллекта, которые определены следующей логикой: от восприятия, идентификации, выражения эмоций – через адекватную самооценку и рефлекссию эмоциональных состояний – к гибкому выстраиванию взаимоотношений с другими людьми.

Результаты диагностики, проведенной на итоговом этапе опытно - поисковой работы показали положительную динамику формирования у младших школьников эмоционального интеллекта по всем выделенным

показателям.

Так, низкий уровень сформированности эмоционального интеллекта не был выявлен ни у одного обучающегося, количество обучающихся, находящихся на среднем уровне уменьшилось на одного человека – с 8 до 9 (с 45% до 40%), однако количество обучающихся находящихся на высоком уровне увеличилось с 5 до 12 человек (с 25% до 60%)

Итоговые результаты опытно-поисковой работы позволяют сделать вывод об эффективности разработанных нами педагогических условий по реализации выделенных этапов формирования у младших школьников эмоционального интеллекта во внеурочной деятельности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Основные результаты и выводы исследования.

Необходимость формирования содержательных характеристик эмоционального интеллекта младших школьников обусловлена тем, что они выступают факторами личностного роста, влияющими на успешность жизнедеятельности личности на различных возрастных этапах.

В психологии и в педагогике эмоциональный интеллект определяется как: «способность человека к осознанию, принятию и регуляции эмоциональных состояний и чувств других людей и себя самого» (М.А. Манойлова), как подструктура социального интеллекта, которая включает способность наблюдать собственные эмоции и эмоции других людей, различать их и использовать эту информацию для управления мышлением и действиями (Э. Торндайк, Дж. Хилфорд, Г. Айзенк), как способность перерабатывать информацию, содержащуюся в эмоциях (К. Изард).

1. На основе анализа психолого-педагогической литературы и сопоставления позиций разных авторов, в данной работе в определении понятия формирования эмоционального интеллекта мы разделяем позицию И.Н. Мещеряковой и рассматриваем его как процесс идентификации, рефлексии и регуляции собственных эмоций и эмоций окружающих, влияющих на успешность межличностных взаимодействий и личностное развитие.

2. Методологическую основу педагогического процесса формирования у младших школьников эмоционального интеллекта составляют личностный и деятельностный подходы, реализующиеся следующими принципами:

- принцип деятельности (развитие у детей способности к самостоятельной постановке проблемы, проявлению инициативности в поиске способов ее решения, и самостоятельного приобретения нового знания);

- принцип вариативности (использование вариативных способов подачи учебного материала, развитие способностей к поиску разных вариантов решений и выбору наиболее оптимального из предложенных);

- принцип психологического комфорта (создание психологически комфортной атмосферы: доверительная обстановка, минимизация стрессовых факторов, благоприятный эмоциональный фон).

3 Разработанные педагогические условия формирования у младших школьников эмоционального интеллекта во внеурочной деятельности реализуют содержание выделенных этапов на основе методов, выделенных соответственно каждому этапу.

На первом этапе (эмоционально - когнитивный) стимулируется способность идентифицировать и вербально определять собственное эмоциональное состояние, эмоции других людей, причину их возникновения (словесный метод, метод осознания личностного смысла, метод контрастного сопоставления, метод пластического интонирования, метод размышления).

На втором этапе (эмоционально - регуляторный) развивается способность адекватно оценить эмоциональное состояние, регулировать эмоциональные состояния на основе рефлексии, менять нежелательное эмоциональное состояние на оптимистичное (словесный метод, метод сравнения, метод «уподобления» характеру другого человека, художественному образу, метод создания контекста).

На третьем этапе (эмоционально-поведенческий) совершенствуется способность выстраивать удовлетворяющие, позитивные межличностные отношения, проявлять эмпатию (чувствительность) к эмоциям других людей, оказывать содействие в преобразование эмоций других людей (метод побуждения к сопереживанию, метод размышления, метод осознания личностного смысла).

4. Опираясь на психолого-педагогические подходы в определении структуры понятия «эмоциональный интеллект» были выделены следующие показатели и критерии формирования данного процесса у младших

ШКОЛЬНИКОВ:

– когнитивный: связан со способностью идентифицировать и вербально определять собственное эмоциональное состояние и эмоциональное состояние других людей, понять причину их возникновения;

– регуляторный: связан со способностью адекватно оценить эмоциональное состояние, регулировать эмоциональные состояния на основе рефлексии, менять нежелательное эмоциональное состояние на оптимистичное, способствующее достижению успеха;

– поведенческий: связан со способностью выстраивать удовлетворяющие, позитивные межличностные отношения, быть чувствительным к эмоциям других людей, оказывать содействие в преобразование эмоций других людей.

Для выявления уровня сформированности эмоционального интеллекта младших школьников нами были взяты за основу и адаптированы к теме нашего исследования методики: методика по диагностике эмоционального интеллекта М.А. Манойловой, «Определение эмоциональности» В.В. Суворова, «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин.

Итоговые результаты опытно-поисковой работы позволяют сделать вывод об эффективности разработанных нами педагогических условий по реализации выделенных этапов формирования у младших школьников эмоционального интеллекта во внеурочной деятельности.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Александровская, Э. М. Психологическое сопровождение школьников [Текст] / Э. М. Александровская, Н. И. Кокуркина, Н. В. Куренкова. – М.: Академия, 2013. – 208 с.
2. Алешина, А. В. Эмоциональный интеллект для достижения успеха [Текст] / А. В. Алешина, С.Т. Шабанов. – Санкт-Петербург: Речь, 2012. – 336 с.
3. Алешина, А. В. Эмоциональный интеллект. Российская практика [Текст] / А. В. Алешина, С.Т. Шабанов. – М.: «Манн, Иванов и Фербер». – 2014. – 429 с.
4. Алябьева, Е. А. Психогимнастика в начальной школе: методические материалы в помощь психологам и педагогам [Текст] / Е. А. Алябьева. – М.: Сфера, 2014. – 88 с.
5. Андреева, И. Н. Азбука эмоционального интеллекта [Текст] / И. Н. Андреева. – Санкт-Петербург: Речь, 2013. – 288 с.
6. Андреева, И. Н. Предпосылки развития эмоционального интеллекта [Текст] / И. Н. Андреева // Вопросы психологии. – 2015. – № 5. – С. 57-65.
7. Андреева, И. Н. Эмоциональный интеллект и эмоциональная креативность: специфика и взаимодействие [Текст] / И. Н. Андреева. – Новополюк: ПГУ, 2020. – 356 с.
8. Андреева, И. Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии [Текст] / И. Н. Андреева. – Новополюк: ПГУ, 2014. – 388 с.
9. Анохина, А.С. Психофизиологические основы эмоционального интеллекта [Текст] / А.С. Анохина, О.А. Токарева // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – № 58. – С. 311 – 314.

10. Баландина, Л.Л. Эмоциональный интеллект и его взаимосвязь с темпераментальными свойствами [Текст] / Л.Л. Баландина // Вестн. ПГГПУ. Сер. 1, Психол. и пед. науки. – 2017. – С. 5 – 14.
11. Баранов, А. А. Методы изучения личности школьника [Текст]: метод, рекомендации к пед. практике / А. А. Баранов, С. Г. Бутолин. – Ижевск: Изд-во УдГУ, 2008. – 95 с.
12. Белашева, И.В. Эмоциональная компетентность как критерий и ресурс психологического здоровья личности [Текст] / И.В. Белашева // Акмеология. – 2016. – № 3. – С. 143 – 152.
13. Берк, Л. Е. Развитие ребенка [Текст] / Л. Е. Берк. – Санкт-Петербург: Питер, 2016. – 1056 с.
14. Выготский, Л. С. Психология искусства [Текст] / Л. С. Выготский; сост. М. Г. Ярошевский. – Ростов н/Д: Феникс, 1998. – 480 с.
15. Голубина, Ю.Ю. Взаимосвязь между эмоциональной креативностью и эмоциональным интеллектом [Текст] / Ю.Ю. Голубина // Педагогика и психология образования. – 2013. – № 1. – С. 80 – 87.
16. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект [Текст] / Д. Гоулман. – М.: «АСТ МОСКВА», 2013. – 478 с.
17. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ [Текст] / Д. Гоулман. – М.: «Манн, Иванов и Фербер», 2013. – 560 с.
18. Густодымова, В.С. Особенности эмоционального интеллекта подростков, склонных к интернет-зависимости [Текст] / В.С. Густодымова, Э.С. Мусаэлян // Гуманитар. науки. – 2018. – № 4 (44). – С. 96 – 102.
19. Данилина, Т. А. В мире детских эмоций [Текст] / Т. А. Данилина, В. Я. Зедгенидзе, Н. М. Степина. – М.: Айрис-пресс, 2014. – 160 с.
20. Дегтярёв, А.В. Связь психологических границ личности с эмоциональным интеллектом и самоотношением в юношеском возрасте [Текст] / А.В. Дегтярёв, Д.И. Дегтярёва // Психология и право. – 2018. – Т. 8. – № 1. – С. 44 – 62.

21. Дружинин, В.Н. Психология общих способностей [Текст] / В.Н. Дружинин. – СПб.: Питер, 1999. – 356 с.
22. Изард, К. Э. Психология эмоций [Текст] / К. Э. Изард; пер. с англ. В. Мисник. – Санкт-Петербург: Питер, 2007. – 464 с.
23. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург: Питер, 2011. – 752 с.
24. Истратова, О. Н. Справочник психолога начальной школы [Текст] / О. Н. Истратова. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2014. – 448 с.
25. Кетс де Врис, М. Мистика лидерства: развитие эмоционального интеллекта [Текст] / М. Кетс де Врис.; пер. с англ. – М.: Альпина Бизнес Букс, 2004. – 311 с.
26. Коробицына, Е. В. Формирование позитивных взаимоотношений родителей и детей 5-7 лет. Диагностика, тренинг, занятия [Текст] / Е. В. Коробицына. – Волгоград: Издательство «Учитель», 2012. – 133 с.
27. Кряжева, Н. Л. Развитие эмоционального мира детей [Текст] / Н. Л. Кряжева. – Ярославль: «Академия развития», 2016. – 208 с.
28. Куницына, Н. В. Эмоциональный интеллект и межличностное общение [Текст] / Н. В. Куницына, Н. В. Казаринова, В. Н. Поголына. – Санкт-Петербург: Речь, 2013. – 544 с.
29. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность [Текст]: учеб. пособие / А. Н. Леонтьев. – М.: Смысл: Академия, 2005. – 352 с.
30. Лобанов, А.П. Интеллект и когнитивные стили [Текст] / А.П. Лобанов. – Орша: Диаль, 2006. – 304 с.
31. Люсин, Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте [Текст] / Люсин Д. В. // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования / под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. – М.: Издательство «Институт психологии РАН», 2014. – 329 с.
32. Люсин, Д.В. Структура эмоционального интеллекта и связь его компонентов с индивидуальными особенностями: эмпирический анализ [Текст] / Д.В. Люсин, О.О. Марютина, А.С. Степанова // Социальный

интеллект: теория, измерение, исследования; под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. – М.: Ин-т психологии РАН, 2004. – 267 с.

33. Манойлова, М.А. Исследование эмоционального интеллекта педагога [Текст] / М.А. Манойлова // Пед. диагностика: науч.-практ. журнал. – 2006. – № 6. – С. 45 – 58.

34. Мацумото, Д. Человек, культура, психология. Удивительные загадки, исследования и открытия [Текст] / Д. Мацумото. – Санкт-Петербург: Прайм - Еврознак, 2008. – 672 с.

35. Методические материалы и разъяснения по отдельным вопросам введения федерального государственного образовательного стандарта общего образования (приложение к письму Департамента общего образования Минобрнауки России от 19 апреля 2011 г. № 03–255).

36. Методические рекомендации Министерства образования и науки РФ «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального образовательного стандарта общего образования» (приложение к письму Департамента общего образования Минобрнауки России от 12 мая 2011 г. № 03–296).

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

38. Нгуен, М. А. Эмоциональный интеллект или новый взгляд на проблему толерантности [Текст] / М. А. Нгуен // Психология образования сегодня: теория и практика / под ред. С. И. Коптевой, А. П. Лобанова, Н. В. Дроздовой. Ростов-на-Дону: Феникс, 2014. – 273 с.

39. Никитина, Н. Б. Коррекционно-развивающая работа психолога с эмоциональной сферой ребенка дошкольного и младшего школьного возраста [Текст] / Н. Б. Никитина // Гуманитарный вектор. – 2015. – № 1. – С. 134 –140.

40. Новиков, А.М. Педагогика. Словарь системы основных понятий [Текст] / А.М. Новиков. – М.: Издательский центр ИЭТ, 2013. – 275 с.

41. Овчарова, Р. В. Практическая психология образования [Текст] / Р. В. Овчарова. – М.: Юрайт, 2016. – 448 с.

42. Одинцова С.А., Сапрыкина Е.Ю. Рефлексия как основа учебной деятельности младших школьников [Текст] / С.А. Одинцова, Е.Ю. Сапрыкина // Вестник Омского государственного педагогического университета. Гуманитарные исследования. – 2021. №3. – С. 45 – 52.
43. Парыгин, Б. Д. Проблема эмоционального интеллекта в социальной психологии [Текст] / Б. Д. Парыгин // Динамика социально-психологический явлений в изменяющемся обществе / под ред. А. Л. Журавлева. – М.: Сфера, 2013. – 532 с.
44. Пиаже, Ж. Психология интеллекта [Текст] / Ж. Пиаже. – Санкт-Петербург: Питер, 2004. – 192 с.
45. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии [Текст]: учеб. Для вузов / С. Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2016. – 705 с.
46. Рыжов, Д. В. Младший школьный возраст как сенситивный период развития эмоционального интеллекта [Текст] / Д. В. Рыжов // Среднее профессиональное образование. – 2013. – № 2. – 29 – 37 с.
47. Савенков, А.И. Развитие эмоционального интеллекта и социальной компетентности у детей [Текст] / А.И. Савенков. – М.: Нац. книж. центр, 2015. – 127 с.
48. Солдатова, Г.У. Особенности восприятия и воспроизведения эмоций у лиц с разным уровнем эмоционального интеллекта [Текст] / Г.У. Солдатова. А.Ф. Гасимов // Вестн. Моск. гос. област. ун-та. психол. науки. – 2018. – № 4. – С. 62 – 70.
49. Тавстуха, О. Г. Педагогическое сопровождение формирования эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста [Текст] / О. Г. Тавстуха, О. Г. Шавшаева // Вестник Марийского государственного университета, – 2018. – № 2. – 78 – 83 с.
50. Трухан, Е.А. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и увлеченности компьютерными играми у подростков [Текст] / Е.А. Трухан, Н.С. Рыжковский // Вестн. Ом. ун-та. Сер. Психология. – 2019. – № 1. – С. 4–11.

51. Федеральный Государственный образовательный начального общего образования [Текст]: утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.09.2011., № 2357 / Министерство образования и науки Российской Федерации. – Москва: 2011г.

52. Филатова, М. Н. Внеурочная деятельность учащихся как средство достижения личностных и метапредметных результатов в условиях реализации ФГОС [Текст] / М. Н. Филатова. // Молодойученый. – 2015. – № 16. – С. 430 – 434.

53. Холодная, М.А. Психология интеллекта. Парадоксы исследования [Текст]: учеб. пособие / М.А. Холодная. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Юрайт, 2019. – 334 с.

54. Шадриков, В.Д. Способности человека [Текст] / В.Д. Шадриков. – М.: Ин-т практ. психологии; Воронеж: Модэк, 1997. – 285 с.

55. Щетинина, А. М. Восприятие и понимание младшими школьниками эмоционального состояния человека [Текст] / А. М. Щетинина // Вопросы психологии – 2011. – № 3. – С. 60 – 66.

56. Юрьева, О.В. Эмоциональный интеллект и особенности самоактуализации личности [Текст] / О.В. Юрьева // Вестн. ПНИПУ. Соц. и экон. науки. – 2019. – № 1. – С. 55 – 65.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методика диагностики эмоционального интеллекта

М.А. Манойловой.

Цель: выявить уровень сформированности когнитивного показателя.

Инструкция: прочитайте внимательно следующие 20 утверждений и оцените их по пятибалльной шкале. Каждому утверждению присваивайте балл, который больше всего подходит лично Вам, по следующей шкале: 5 – всегда; 4 – чаще всего; 3 – иногда; 2 – редко; 1 – никогда.

Вопросы:

1. Я четко осознаю свои чувства и эмоции.
2. В моих публичных выступлениях отсутствуют эмоции.
3. Я внимательно выслушиваю друзей во время разговора.
4. Принимать решение во время ссоры необходимо сразу.
5. Я в равной степени осознаю свою ранимость и свою силу.
6. Когда я проявляю свои чувства, мне важно, что обо мне подумают окружающие.
7. Я внимателен к чувствам других.
8. Разногласия, я стараюсь, устранять сразу, как их обнаружил.
9. Мне удается скрывать неприязнь к плохому человеку.
10. В общении с друзьями я могу думать, о чем - то своем.
11. Я общаюсь с друзьями так, чтобы они гордились своими успехами.
12. Я не обращаю внимание на чувства и настроение одноклассников при выполнении общего дела.
13. Я легко выражаю симпатию к другому человеку.
14. Близкие люди часто говорят мне не быть хмурым.
15. Я понимаю чужие чувства, даже если спор проходит на повышенных тонах.
16. Мне безразличны чувства других возникающие в ходе совместной

работы.

17. Я доверяю своим чувствам при принятии серьезных решений.

18. Мне трудно смотреть прямо в глаза малознакомому человеку.

19. Мне важно, какие чувства и эмоции привели к ссоре.

20. Мне все равно, что чувствует неприятный мне человек.

Ключ:

Вопросы	Всегда	Чаще всего	Иногда	Редко	Никогда
«Прямые» 1,5,9,13,17	5	4	3	2	1
«Обратные» 2,6,10,14,18	5	4	3	2	1

Обработка результатов:

В соответствии с ключом рассчитывается сумма баллов по «прямым» и «обратным» вопросам. Затем рассчитывается индекс по формуле $A - B$, где A – сумма баллов по «прямым» вопросам, B – по обратным. То есть, из суммы баллов по «прямым» вопросам необходимо вычесть сумму баллов по «обратным» вопросам.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Методика «Определение эмоциональности» (В.В. Суворова)

Цель: выявить уровень сформированности показателя «регуляторный».

Материал: тест с 19 вопросами.

Методика проведения: исследование проводится индивидуально.

Каждому ребенку необходимо ответить на 19 вопросов, используя ответы «да» или «нет»

Вопросы:

1. Можете ли вы сильно покраснеть от смущения или стыда так, что самиощущаете, что щеки пылают и слезы наворачиваются на глаза?
2. Приходилось ли вам бледнеть от страха или огорчения?
3. Часто ли вы смущаетесь, свойственна ли вам застенчивость?
4. Легко ли вас рассмешить?
5. Могут ли у вас появиться слезы от эстетического удовольствия, когда слушаете музыку, читаете стихи?
6. Испытывали ли потливость в неприятной или трудной обстановке?
7. Наблюдается ли у вас сухость во рту при сильном волнении? Садитесь ли у вас при этом голос?
8. Может ли какая-нибудь незначительная ситуация испортить вам настроение?
9. В моменты сильного волнения или смущения вы ощущаете, что ваши ноги подкашиваются?
10. Не замечали ли вы дрожание пальцев рук при сильном волнении или смущении?
11. Ощущаете ли вы сгусток тепла внутри себя, когда вас хвалят за доброе дело?
12. Вы действительно перед каждым выступлением так волнуетесь, что вам кажется, что вы все забыли?
13. Свойственно ли вашему настроению часто меняться в течение дня?

14. Можете ли вы во время ответа на экзамене, публичного выступления потерять мысль, растеряться и замолчать?
15. Часто ли вы раздражаетесь и возмущаетесь? Можете ли, рассердившись на друга, сгоряча ударить его?
16. Свойственно ли вам ссориться с близкими людьми, если вы видите несправедливость их поступков?
17. Вы действительно не можете отключиться от неприятностей и огорчений, не думать о них?
18. В моменты волнения или смущения вы становитесь излишне суетливым?
19. При волнении у вас возникают боли в области солнечного сплетения?

За каждый утвердительный ответ («Да») начисляется 1 балл. Чем больше баллов набирает ребенок, тем выше его способность регулировать свои эмоции на основе рефлексии.

За каждый утвердительный ответ («Да») начисляется 1 балл. Чем больше баллов набирает ребенок, тем выше его эмоциональность, соответственно ниже способность регулировать собственные эмоции.

от 0 до 6 баллов – высокий уровень показателя;

от 7 до 13 баллов – средний уровень;

от 14 баллов и выше – низкий уровень регуляторного показателя.

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Адаптация методики «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин.

Цель: выявить уровень развитости показателя «поведенческий».

Методика проведения: на каждый вопрос следует ответить «да» или «нет». Если вы затрудняетесь в выборе ответа, необходимо все - таки склониться к соответствующей альтернативе (+) или (-).

Текст опросника

1. Много ли у Вас друзей, с которыми Вы постоянно общаетесь?
2. Часто ли ваши друзья соглашаются с вашим мнением?
3. Если заметите, что кто-то из ваших товарищей огорчен, сможете ли Вы его поддержать?
4. Есть ли у Вас желание знакомиться с новыми интересными людьми?
5. Верно ли, что Вам приятнее и проще проводить время с книгами или за каким-либо другим занятием, чем с людьми?
6. Легко ли Вы устанавливаете контакты с людьми, которые значительно старше Вас по возрасту?
7. Правда ли, что для поддержания дружбы не нужно прилагать усилия?
8. Легко ли Вам удается устанавливать контакты с незнакомыми людьми?
9. Правда, что от Вас сложно получить поддержку в трудных ситуациях?
10. Верно ли, что у Вас не бывает ссор с друзьями, когда они не держат свое слово?
11. Стремитесь ли Вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с новым человеком?
12. Раздражают ли Вас окружающие люди, и хочется ли Вам побыть одному?
13. Правда ли, что Вы неуверенно себя чувствуете, когда видите слезы

друга или подруги?

14. Нравится ли Вам постоянно находиться среди людей?

15. Испытываете ли Вы чувство затруднения, неудобства или стеснения, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?

16. Правда ли, что Вы утомляетесь от частого общения с товарищами?

17. Верно ли, что про Вас можно сказать, что вы много делаете для дружбы с человеком?

18. Правда ли, что Вы чувствуете себя неуверенно среди малознакомых Вам людей?

19. Верно ли, что Вы редко стремитесь к доказательству своей правоты?

20. Полагаете ли Вы, что Вам не доставляет особого труда внести оживление в малознакомую Вам компанию?

21. Стремитесь ли Вы ограничить круг своих знакомых небольшим количеством людей?

22. Верно ли, что Вы не стремитесь отстаивать свое мнение или решение, если оно не было сразу принято Вашими товарищами?

23. Правда ли, что Вы знаете, почему Ваши друзья испытываются те или иные эмоции?

24. Правда ли, что Вы не чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным, когда приходится говорить что-либо большой группе людей?

25. Верно ли, что у Вас много друзей, с которыми вы давно знакомы?

26. Часто ли Вы смущаетесь, чувствуете неловкость при общении с малознакомыми людьми?

27. Правда ли, что Вам не составит труда рассмешить человека?

Обработка результатов и интерпретация.

Полученные результаты сравниваются с ключом:

ответы «да» наследующие вопросы: 1, 2, 4, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 25

ответы «нет» на вопросы: 3, 5, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 15, 16, 18, 19, 21, 22, 24,

26, 27

от 0 до 13 – низкий уровень;
от 14 до 20 – средний уровень;
от 21 до 27 – высокий уровень.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Характеристика уровней сформированности эмоционального интеллекта младших школьников

Диагностические показатели	Уровни		
	Низкий	Средний	Высокий
Самосознание	<ul style="list-style-type: none"> - не способен идентифицировать свое эмоциональное состояние - не способен идентифицировать эмоции других людей 	<ul style="list-style-type: none"> - способен не в полной идентифицировать и называть свое собственное эмоциональное состояние. - на интуитивном уровне определяет эмоции других людей, однако не может понять причину их возникновения 	<ul style="list-style-type: none"> - способен идентифицировать и вербально определять свое собственное эмоциональное состояние назвать причину его возникновения; - способен определять эмоции других, а также понимать причину их возникновения
Самоконтроль	<ul style="list-style-type: none"> - не развита способность регулировать собственное эмоциональное состояние на основе рефлексии; - не способен менять нежелательное эмоциональное состояние на оптимистичное 	<ul style="list-style-type: none"> - возникают сложности с вхождением в эмоциональное состояние, способствующее достижению успеха. - не всегда способен менять нежелательное эмоциональное состояние на оптимистичное 	<ul style="list-style-type: none"> - способен входить в позитивное эмоциональное состояние, способствующее достижению успеха. - способен менять нежелательное эмоциональное состояние на оптимистичное
Управление взаимоотношениями	<ul style="list-style-type: none"> - не способен вступать удовлетворяющие и позитивные межличностные отношения с другими людьми - не способен быть чувствительным к эмоциям других людей и оказывать содействие в их преобразовании 	<ul style="list-style-type: none"> - способен вступать в удовлетворяющие и позитивные межличностные отношения с другими людьми - способен проявлять чувствительность к эмоциям других людей, но не всегда оказывать содействие в их преобразовании 	<ul style="list-style-type: none"> - способен вступать в удовлетворяющие и позитивные межличностные отношения с другими людьми - способен быть чувствительным к эмоциям других людей, а также содействовать в их преобразовании

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Тематическое планирование программы «Эмоциональный интеллект. Начальное образование»

Занятие	Цель	Содержание	Методы
Мои эмоции	Осознавать собственные эмоции	1. Снежный ком с модификацией на прилагательное. 2. Палитра (поменяйтесь местами те, кто...) 3. «Музыкальный портрета» 4. Дискуссия: «Влияет ли музыка на эмоциональное состояние?» 5. Рефлексия.	- словесный метод; - метод уподобления
Эмоции других людей	Идентифицировать эмоций других людей	1. «Снежный ком» с модификацией на настроение. 2. «Волна танца» 3. Дискуссия: «Влияет ли музыка на эмоциональное состояние?» 4. Рефлексия.	- словесный метод; - метод осознания личностного смысла произведения; - метод уподобления
Слова эмоций	Идентифицировать и вербализовать эмоций	1. Знакомство с дневником эмоций. 2. «Танец эмоций» 3. «Рисование эмоций» музыкальная модификация. 4. Рефлексия.	- словесный метод, - метод осознания личностного смысла произведения - метод уподобления
Причина эмоций	Понимать причину	1. «Дневник эмоций»	-словесный метод

	возникновения эмоций	2. Беседа - рассуждение «Из-за чего человек испытывает эмоцию». 3. Рисунок: модифицированное упражнение «Лицо». 4. Рефлексия	- метод уподобления
Рефлексия эмоций	Производить эмоциональную рефлексию	1. «Невербальное приветствие» под музыку. 2. «Ребятки – котятки - львятки» 3. Рисунок «Почему я смеюсь, почему я злюсь». 4. Рефлексия	- словесный метод, - метод сравнения - метод пластического интонирования
Управление эмоциями	Регулировать эмоции с помощью эмоциональной рефлексии	1. «Снежный ком эмоций» 2. «Танцевальная и художественная экспрессия» самовыражение под музыку. 3. Рефлексия	- «уподобления» характеру музыки - метод пластического интонирования
Позитивные эмоции	Управлять собственными эмоциями и входить в позитивное эмоциональное состояние	1. «Танец эмоций» 2. «Меня злит, когда» 3. «Зеркало эмоций» 4. «Звуки успеха» 5. Рефлексия	- метод сравнения - метод «уподобления» характеру музыки - метод пластического интонирования
Эмоции успеха	Входить в эмоциональное состояние, способствующее достижению	1. Мини выступление для создание тревожной ситуации. 2. Эмоции успеха? 3. «Болото» 4. «Перекинь мяч»	- словесный метод - метод сравнения - метод пластического интонирования

	успеха	5. Рефлексия.	
Успешные переговоры	Устанавливать позитивные межличностные отношения	1. «Ты похож на цветок». 2. «Поздоровайся». 3. «Рисуем дом» с музыкальным сопровождением 4. «Перекинь мяч» 5. Рефлексия.	- словесный метод, - метод побуждения к сопереживанию - метод размышления о музыке
Эмоции дружбы	Использовать эмоции для поддержания позитивных отношений	1. «Танец эмоций» 2. «Инопланетяни» 3. «Скала» 4. «Перекинь мяч» 5. Рефлексия.	- словесный метод - метод побуждения к сопереживанию - метод уподобления
Сочувствие	Проявлять сочувствие эмоциям другого человека	1. Фрагмент мультфильма «Котенок гав». 2. Беседа «Что такое сочувствие?» 3. «Струны души» 4. Рефлексия.	- словесный метод; - метод побуждения к сопереживанию - метод размышления о музыке
Преобразование эмоций	Способствовать преобразованию эмоций другого человека	1. «Комплемент». 2. «Парное последовательное рисование». 3. Обсуждение. 4. «Перекинь мяч». 5. Рефлексия.	- метод побуждения к сопереживанию