

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
Глава 1. Теоретические аспекты проблемы развития эмоционального интеллекта младших школьников во взаимодействии с семьёй	10
1.1. Сущность понятия эмоциональный интеллект, особенности развития эмоционального интеллекта у младших школьников.....	10
1.2. Роль семьи в развитии эмоционального интеллекта у младших школьников.....	15
Выводы по 1 главе.....	23
Глава 2. Организация и результаты предпроектного исследования проблемы развития эмоционального интеллекта младших школьников во взаимодействии с семьёй	25
2.1. Этапы, задачи и методы исследования эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста.....	25
2.2. Анализ результатов исследования эмоционального интеллекта у младших школьников.....	35
Выводы по 2 главе.....	41
Глава 3. Проект программы развития эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста во взаимодействии с семьёй	43
3.1. Программа семейно-ориентированного сопровождения по развитию эмоционального интеллекта младших школьников.....	43
3.2. Дорожная карта внедрения проекта программы семейно-ориентированного сопровождения по развитию эмоционального интеллекта младших школьников.....	75
Выводы по 3 главе.....	78
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	79

Список использованной литературы 82

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность проблемы. Развитие эмоционального интеллекта у младших школьников по сей день остаётся актуальной проблемой психолого-педагогических научных работ. Важной задачей социализации личности является формирование и развитие способности понимать себя и окружающих людей, уметь различать чувства, понимать переживания и намерения.

Формирование эмоционально-волевой сферы и совершенствование самосознания максимально благоприятно происходит у учащихся начальной школы. Взрослые обучают их распознавать переживания людей, адекватно проявлять собственные чувства в разных обстоятельствах – данный навык лежит в основе межличностного общения. Развитие эмоционального интеллекта (далее – ЭИ) у детей начальной школы создает фундамент для грамотного управления внутренним состоянием, помогает верно воспринимать различные ситуации в повседневной жизни и учебе. Данная компетенция позволяет ученикам налаживать контакты со сверстниками, находить компромиссы в спорных моментах, выстраивать конструктивный диалог. ЭИ представляет собой умение осознанно воспринимать эмоциональные проявления как свои, так и окружающих людей. Он подразумевает способность фиксировать, осмысливать душевные переживания и результативно на них реагировать.

Сегодня дети сталкиваются с возрастающими сложностями из-за стремительных перемен (культурной интеграции, пандемии ковида, дистанционного обучения и глобализации). В этих условиях развитие ЭИ у подрастающего поколения становится приоритетным направлением педагогики.

Высокие образовательные стандарты помогают формировать «благополучных» учеников – результативных, сознательных и коммуникабельных личностей, готовых к жизни в нашем мире. Педагоги

делают акцент на освоении «жизненных и карьерных» компетенций (адаптивности, инициативности, самоорганизации, межкультурного взаимодействия и лидерских качеств). Данные навыки позволяют детям приспособиться к экономическим реалиям и найти подходящую профессию.

Становление навыков XXI века начинается в раннем возрасте. Первые пять лет жизни характеризуются интенсивным развитием ребенка – полученный опыт и педагогическое воздействие влияют на формирование мозга, характера и дальнейшую успешность маленького человека.

Младенцы и дошкольники нуждаются не только в базовом уходе и питании – их эмоциональное развитие требует особого внимания. Социальные контакты и разнообразный опыт формируют основу ЭИ в ранние годы жизни. Результативность данного процесса зависит от своевременной поддержки взрослых. Малыши учатся идентифицировать чувства, осознавать переживания и регулировать настроение через взаимодействие с окружающими.

Педагоги отмечают значимость ЭИ для детей с особенностями познавательной деятельности. Некоторым воспитанникам сложно распознавать эмоции из-за специфики восприятия информации. Родителям важно создавать условия для становления этих навыков у ребенка – организовывать развивающую среду, моделировать ситуации общения, проявлять эмпатию. Систематическая работа над совершенствованием ЭИ помогает преодолевать барьеры на пути к намеченным целям.

Одна из ключевых ролей эмоционального интеллекта — формирование того, как мы реагируем на вызовы. Эмоциональный интеллект может быть чем-то вроде GPS, который может помочь ребенку преодолеть препятствия и добиться успеха. Это позволяет ему оценивать ситуации, рассматривать их в перспективе и придумывать способы выхода из них.

В современных нормативных документах системы образования отражены основные требования к гармоничному развитию младших школьников. ФЗ № 273 и ФГОС НОО регламентируют формирование личностных достижений учеников. Педагогический процесс направлен на становление этических чувств детей, развитие нравственных качеств и способности к эмпатии. Научное направление по изучению ЭИ сформировалось недавно и привлекает внимание многих исследователей.

В 1990 г. Дж. Майер и П. Саловой ввели термин «эмоциональный интеллект». По их мнению, данное понятие объединяет распознавание чувств и эмоций, а также способность правильно оценивать состояние по внешним реакциям, поступкам и размышлениям. Д. Гоулман трактует ЭИ через самоанализ: человеку важно прислушиваться к внутренним сигналам и понимать воздействие переживаний на психологическое состояние. Р. Бар-Он анализирует ЭИ с позиции личностного развития, коммуникации, приспособляемости к среде, контроля над стрессовыми ситуациями и эмоциональным фоном.

Данную тему изучали О. В. Хухлова, И. Н. Андреева, Д. В. Люсин, А. И. Савенков. Работы И. Н. Андреевой, Т. О. Бабаевой, М. И. Грязновой и Л. Н. Новиковой сконцентрированы на формировании ЭИ у детей начальной школы. В этот период восприятие мира происходит параллельно с познавательной активностью, стимулируя умственный рост ребенка. При значительном интересе научного сообщества к вопросам становления ЭИ и его роли, методическая база по совершенствованию данных навыков у младших школьников требует дополнительных исследований.

Нынешнее образование требует пристального внимания к формированию ЭИ учащихся младшего школьного возраста. Семейная среда напрямую влияет на становление личностных качеств детей, их способность распознавать чувства, управлять эмоциями, выстраивать гармоничные отношения с окружающими.

Анализ научных исследований выявил недостаточную проработку вопроса о роли семьи в развитии ЭИ младших школьников. Существует разрыв между потребностью совершенствования эмоциональной сферы учеников начальных классов и степенью изученности воздействия родителей на данный процесс.

Выявленное противоречие определило **проблему** исследования: изучение механизмов семейного влияния на формирование ЭИ детей младшего школьного возраста и разработка программы психолого-педагогической поддержки родителей по развитию эмоциональной компетентности учеников.

Актуальность обозначенной проблемы определила тему исследования.

Цель нашего исследования – теоретически обосновать и разработать программу семейно-ориентированного сопровождения развития эмоционального интеллекта у младших школьников.

Объектом исследования является развитие эмоционального интеллекта у младших школьников.

Предметом развитие эмоционального интеллекта у младших школьников во взаимодействии с семьёй.

Задачи нашего исследования:

- 1) выявить особенности эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте;
- 2) проанализировать влияние семьи на развитие эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста;
- 3) разработать программу семейно-ориентированного сопровождения семьи по развитию эмоционального интеллекта;
- 4) разработать дорожную карту ее внедрения.

Теоретическую основу нашей работы составили: исследования О. В. Хухловой, И. Н. Андреевой, Д. В. Люсина, А. И. Савенкова, Т. О. Бабаевой, М. И. Грязновой, Л. Н. Новиковой.

Методологическую основу нашего исследования составили:

- системный подход, способствующий целостному рассмотрению эмоционального интеллекта младшего школьника;
- личностно-ориентированный подход, акцентирующий внимание на личностных характеристиках младших школьников и их родителей/опекунов.

Практическая значимость исследования: разработанная нами программа психолого-педагогического сопровождения семьи по вопросам развития эмоционального интеллекта младших школьников может быть использована в практике учителя начальных классов или педагога-психолога.

База исследования: Наше исследование проходило на базе школы города Челябинска. В исследовании приняли обучающиеся 3 класса в количестве 59 обучающихся и 59 семей.

Этапы исследования.

1. На первом этапе исследования изучалась степень исследования проблемы в психолого-педагогической литературе, анализировались основные понятия, формулировались методологические положения исследования, разрабатывалась методика проведения экспериментальной работы, подбирались методический инструментарий.

2. На втором этапе проводился констатирующий эксперимент: диагностика уровня развития эмоционального интеллекта младших школьников.

3. На третьем этапе разрабатывалась программа психолого-педагогического сопровождения семьи эмоционального интеллекта младших школьников.

4. На четвёртом этапе разрабатывалась дорожная карта.

Методы исследования:

~ теоретические методы (анализ литературы; обобщение, систематизация, сравнение);

- ~ эмпирические методы (анкетирование, тестирование);
- ~ статистические методы обработки данных.

Апробация проходила посредством публикации статей:

1. Кочетова А. А. Роль семьи в развитии эмоционального интеллекта младших школьников в условиях цифровизации / А. А. Кочетова // Международная научно-практическая конференция «Трансформация образования в цифровом обществе». – 2023 г.

2. Калмыкова А. А. Развитие эмоционального интеллекта дошкольников и младших школьников во взаимодействии с семьёй / А. А. Калмыкова // XXII Международная научно-практическая конференция «Актуальные проблемы дошкольного образования». – 2024 г.

3. Калмыкова А. А. Влияние семьи на формирование социальной активности младших школьников через развитие эмоционального интеллекта / А. А. Калмыкова // I Всероссийской студенческой научно-практической конференции «Орлята России: траектории развития социальной активности младших школьников» – 2024 г.

Структура магистерской диссертации: введение, три главы, выводы по главам, заключение, библиографический список.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ВО ВЗАИМОДЕЙСТВИИ С СЕМЬЕЙ

1.1. Сущность понятия эмоциональный интеллект, особенности развития эмоционального интеллекта у младших школьников

Современная наука активно исследует взаимосвязь эмоциональной и рациональной сфер человека, их влияние друг на друга. Исследования подтверждают, что уровень развития ЭИ определяет 80% достижений в социальных отношениях и персональной жизни, а коэффициент умственных способностей IQ влияет лишь на 20% успеха [4]. ЭИ отображает душевное состояние индивида, формирует модели поведения и коммуникации с окружающими. Личности с развитым ЭИ демонстрируют глубокое понимание собственных чувств и переживаний других людей, умело регулируют эмоциональные проявления – такие навыки помогают легко приспосабливаться к различным ситуациям и выстраивать результативное общение. Особый интерес представляет содержание понятия «эмоциональный интеллект».

До 1990-х научное сообщество не применяло понятие ЭИ. Психологи П. Саловей и Д. Майер представили первую публикацию об ЭИ в своей работе. Они охарактеризовали ЭИ как умение распознавать личные переживания и чувства окружающих, проводить между ними различия и руководствоваться полученными данными при принятии решений [3, с. 62].

Массовую известность концепция приобрела благодаря книге Д. Гоулмана, выпущенной в 1995 году [10, с. 41].

Теоретическую базу для развития ЭИ заложили исследования социального интеллекта Э. Торндайка, Д. Гилфорда и Г. Айзенка. Сегодня наука активно применяет данную концепцию не только в психологии, но и в педагогике, менеджменте, других прикладных областях.

В начале прошлого столетия психолог Э. Торндайк разработал теорию «социального интеллекта». Данный термин определял умение выстраивать межличностные отношения. Десятилетие спустя Д. Векслер выдвинул гипотезу о влиянии аффективных составляющих мышления на жизненные достижения индивида. Тогда научное сообщество не разделяло понятия социальной и эмоциональной сфер интеллекта – специалисты рассматривали их как единое целое. Первоначальная терминология затрагивала лишь область социальных взаимодействий между людьми [10, с. 43].

Д. Векслер в 1939 году разработал тест для исследования интеллекта детей. Тест Векслера (или Шкала Векслера) является из самых популярных тестов для измерения интеллектуального уровня. Тест основан на иерархической модели интеллекта, диагностирует общий интеллект и его составляющие – вербальный и невербальный интеллекты.

В середине прошлого века гуманистическая психология, представленная идеями А. Маслоу, сфокусировала внимание на методах развития эмоциональной устойчивости личности [21, с. 11].

В настоящее время психологи определяют ЭИ как комплекс способностей распознавать, осознавать и регулировать собственные чувства, а также воспринимать и воздействовать на эмоциональные реакции окружающих. На практике данные навыки позволяют осмыслить влияние эмоционального состояния на поступки и межличностные отношения. Самоконтроль над переживаниями помогает выстраивать конструктивное взаимодействие с близкими при ежедневной коммуникации, дефиците времени, профессиональных вызовах, жизненных трансформациях.

ЭИ представляет собой комплексную характеристику личности, объединяющую навыки восприятия, интерпретации, выражения, регуляции и применения эмоций для результативного взаимодействия с окружающими.

ЭИ характеризуется десятью основными признаками. К ним относят восприятие эмоций и умение их описать, знание собственных достоинств и недостатков, внутреннее самопринятие. Также важны навыки преодоления жизненных неудач и адаптация к меняющимся условиям.

Высокий уровень ЭИ выражается через искренний интерес к окружающим, способность к эмпатии и заботе. Необходимо учитывать чувства других людей, брать на себя ответственность за промахи, контролировать эмоциональные проявления в стрессовых ситуациях.

Педагоги Н. В. Ключева и Г. Г. Кравцов отмечают, что развитие ЭИ у младших школьников длительное время оставалось за пределами образовательного процесса. Ребенок может научиться ориентироваться в современном обществе, понимать происходящее вокруг и распознавать душевное состояние близких через собственный опыт и переживания. По мнению Е. Л. Яковлевой, понимание личных эмоций ведет к осознанию индивидуальности [22, с. 20].

Целенаправленное формирование ЭИ у детей младших классов характеризуется пониманием закономерностей развития детского мышления, творческого потенциала и познавательных процессов. Успешное становление личности учащихся напрямую зависит от грамотного подхода к развитию их ЭИ. Педагогам следует добиваться трансформации полученных знаний и усвоенных правил в мотивационные установки и внутренние потребности воспитанников [12, с. 15].

Период начальной школы открывает широкие возможности для формирования ЭИ. В это время происходит активное эмоциональное созревание учеников, улучшается их способность к самоанализу, развивается умение сопереживать одноклассникам и учитывать интересы других людей. Эмоциональная сфера играет определяющую роль в психическом развитии и личностном росте школьника. Многообразие чувств делает внутренний мир ребенка насыщенным, помогает ему лучше воспринимать себя и интересно взаимодействовать с окружающими.

Богатство эмоциональных переживаний способствует глубокому осмыслению действительности.

Младший школьный возраст характеризуется динамичным развитием организма ребенка. При поступлении в школу меняется весь уклад жизни маленького человека – формируются иные задачи, расширяется круг общения, перестраивается эмоциональная сфера. Преображается восприятие окружающей реальности, зарождаются свежие впечатления и переживания.

Начальный период адаптации к школе требует от ученика значительных усилий в контроле своих эмоций. Ребенку непросто взаимодействовать с педагогами и одноклассниками, соблюдать дисциплину на занятиях из-за необходимости проявлять сдержанность в выражении чувств. Со временем дети осваивают навыки самоконтроля поведения, учатся следовать требованиям наставников и школьного коллектива при выполнении повседневных обязанностей.

Эмоциональная сфера учащихся начальных классов отличается повышением уровня осознанности и стабильности реакций. Основные переживания связаны с результатами обучения и стремлением получить позитивную оценку окружающих, а не с игровой деятельностью, как в дошкольном периоде.

Школьное обучение порождает множество стрессовых моментов (ответы перед классом, выполнение контрольных заданий, сдача экзаменов). В начальных классах большинство учеников проявляют беспокойство при демонстрации своих знаний из-за опасений огорчить близких или получить наказание. Дополнительным фактором дискомфорта становятся сложности в усвоении материала.

Волнение при учебе характерно для разных категорий школьников. Расхождение между реальными возможностями ребенка и завышенными ожиданиями родителей приводит к эмоциональным срывам. При

отсутствии педагогической поддержки эти реакции закрепляются в негативных чертах личности.

Подобное состояние сопровождается нервным возбуждением, страхами, агрессивным поведением или протестными реакциями. Дети прикладывают максимум усилий для достижения высоких результатов, однако при усложнении программы риск эмоционального истощения возрастает. У таких учеников наблюдаются вегетативные нарушения и психосоматические расстройства.

В ходе исследования П. М. Якобсона установлено, что у учеников начальной школы пока не выработаны умения распознавать собственные эмоции и переживания окружающих. Дети данной возрастной группы затрудняются в верном толковании мимических проявлений различных состояний, испытывают сложности при оценке душевных порывов близких людей, из-за этого реагируют неподобающим образом.

Дети копируют манеру взаимодействия наставников и близких родственников. Недостаточное понимание чувственной сферы вызывает внешнее дублирование поведенческих реакций старших [1].

Младшие школьники остро откликаются на происходящее вокруг, однако пытаются контролировать нежелательные всплески настроения, подавляют излишнее беспокойство, стараются не плакать, умеряют свои порывы, выполняя указания педагога. В результате ребенок либо не осознает испытываемые ощущения, либо демонстрирует не пережитые эмоции – возникает разрыв между внутренним состоянием и его внешним выражением [2].

Подверженность эмоциональному воздействию – характерная черта детей 7-10 лет. Ученики начальной школы мгновенно реагируют на настроение окружающих. Один улыбающийся ребенок способен заразить весельем весь класс, даже без понимания причин радости. Девочки зачастую копируют эмоции подруг (видят слезы и начинают рыдать, не вникая в суть переживаний). Младшие школьники отличаются особой чувствительностью

к внешним раздражителям. Негативные сцены из спектаклей, фильмов или семейных ситуаций вызывают тревогу и беспокойство. Подобные переживания надолго сохраняются в детской памяти, мешая сосредоточиться на образовательном процессе.

Исследования Т. Б. Пискаревой демонстрируют, что ученики начальной школы распознают эмоциональные реакции преимущественно в привычных ситуациях, однако испытывают сложности при вербализации собственных чувств. Дети лучше идентифицируют позитивные эмоциональные проявления в сравнении с негативными, а различие страха и удивления вызывает у них затруднения. В отличие от дошкольного возраста, когда малыши воспринимают исключительно радостные образы, младшие школьники обретают навык эмпатии при столкновении с драматическими ситуациями.

Развитый ЭИ помогает человеку успешно адаптироваться в социуме благодаря способности понимать эмоциональное состояние окружающих и корректировать собственные действия. Младший школьный возраст характеризуется специфическими проявлениями ЭИ (дети живо реагируют на происходящее, искренне выражают переживания, демонстрируют эмоциональную лабильность, затрудняются в осознании собственных и чужих душевных состояний). Педагогам необходимо принимать во внимание данные особенности при организации учебного процесса.

1.2. Роль семьи в развитии эмоционального интеллекта у младших школьников

Семья – это первая модель социального поведения. В семейной среде ребенок устанавливает свои первые социальные и эмоциональные контакты, а также приобретает первый жизненный опыт [22, с. 34]. В семье ребенок сам проявляет свои эмоции, говорит о них и проявляет их открыто.

Родители показывают, какова ценность и интенсивность переживания и как можно смоделировать данные их эмоционального опыта. Дети лучше понимают эмоции, когда родители ясно выражают их сами, учат раскрывать и регулировать их. Однако развитие эмоционального самовыражения зависит и от индивидуального опыта ребенка [13].

Выбор правильных эмоций, передаваемых родителями, оказывают огромное влияние на точное выражение и прочтение эмоциональных посланий. Родители должны проявлять интерес и соответствующим образом реагировать на признаки как положительных, так и отрицательных эмоций своего ребенка. Также родители должны уметь: определять эмоции, испытываемые детьми; различать эмоции, говорить об эмоциях и описывать их, отвечать на вопросы детей об эмоциях, выражать эмоции и контролировать их. Важную роль играют механизмы регуляции эмоций, позволяющие распознавать и направлять их таким образом, чтобы иметь возможность удовлетворять потребности и реализовывать потенциал развития ребёнка в соответствии с социальными нормами и поддерживать позитивные отношения с другими [14;17;15]. Что важно, так это правильное отношение родителя к эмоциональным переживаниям ребенка, особенно к его интересам или увлечениям.

По результатам исследований, дети, получившие эмоциональное воспитание в семье, демонстрируют высокую мотивацию к обучению, легче осваивают учебный материал, обладают хорошим здоровьем и отличной физической подготовкой. Такие ребята быстро находят общий язык со сверстниками. Среди них редко встречаются проблемные подростки. Близкие взрослые выступают для ребенка своеобразным «эмоциональным компасом», помогая распознавать и интерпретировать различные чувства. В процессе общения с родными малыш познает многообразие эмоциональных реакций, постигает их значение (к примеру, учится различать материнскую печаль или гнев). Полученные навыки ребенок успешно применяет при взаимодействии с окружающими людьми.

При игнорировании или негативном реагировании близких родственников у детей формируется искаженное восприятие чувств окружающих. Юные личности с подобным опытом воспринимают любые эмоции других людей враждебно, принимая их за угрозу или проявление недоброжелательности. Недоверие к миру и перенос собственных переживаний на других вызывают не только повышенную тревожность, но и снижают интерес к окружающим. Каждая личность стремится найти в социуме отражение своих эмоций. Малыши, затрудняющиеся в проявлении чувств, не распознают эмоциональное состояние сверстников и замыкаются в себе.

Для воспитания ребенка с высоким ЭИ родителям необходимо демонстрировать неподдельный интерес и принимать любые проявления его чувств. Старшему поколению детские переживания представляются незначительными и необоснованными. Важно увидеть происходящее через призму восприятия малыша – он проживает свои эмоции в настоящем моменте, не имея багажа знаний взрослого человека. Следовательно, все чувства ребенка оправданы и естественны.

Признание и уважение эмоций ребенка взрослыми не гарантирует полноценное развитие ЭИ. Необходимо обучить малыша определять собственные переживания. Зачастую дети испытывают дефицит словарного запаса для точного описания своих ощущений. При освоении названий различных эмоциональных состояний и их проявлений школьник сможет лучше ориентироваться как в личных чувствах, так и в настроении окружающих.

Родители обязаны помочь ребенку научиться выявлять душевное состояние собеседника через наблюдение за его поведением, интонацией и выражением лица. Способность своевременно улавливать настроение других людей и применять эти знания при взаимодействии поможет наладить контакт со сверстниками в образовательных учреждениях и дальнейшей жизни.

Семейная среда выступает главным источником формирования ЭИ у младших школьников. Количество времени, потраченное близкими на эмоциональное воспитание, напрямую влияет на качество взаимоотношений внутри семьи. Подобный подход создает надежный фундамент для успешного прохождения возрастных кризисов взросления.

Можно сказать, о том, что эмоциональное развитие ребенка связано с удовлетворением следующих требований: безусловная любовь, чтобы любовь родителя не зависела от поведения ребенка; уважение к личности ребенка; проведение времени с родителями; стабильность и осуществление контроля со стороны родителей; помощь в достижении зрелости. Кроме того, на каждом этапе развития ребенок нуждается в родительском руководстве, чтобы приобрести социальные навыки, такие как дарение и принятие, взаимодействие с другими [18]. Если эти потребности не удовлетворяются, могут возникнуть эмоциональные расстройства, особенно неврозы, тревога и гиперактивность.

Чаще всего это коренится в возникающих длительных психологических конфликтах и зависимом образовательном окружении ребенка. Она развивается под влиянием переживаний ребенка и ненормальных эмоциональных отношений с родителями. Ребенок, у которого с самого начала возникают неудовлетворенные потребности, такие как любовь, принадлежность, безопасность, принятие, близость, жизнь в постоянном чувстве угрозы и напряжения приводит к невротическому поведению. Влияние на формирование неврозов у детей также оказывает воспитание, основанное на: чрезмерная строгость и наказания, ограничения свободы развития ребенка, чрезмерные (неадекватные возможностям развития ребенка) ожидания или непоследовательность (выдача ребенку противоречивых команд, наказание за незначительные поступки и в то же время упущение важных проступков ребенка), или чрезмерная потакание своим желаниям (гиперопека) [7].

В каждой семье формируется уникальный морально-этический багаж (мировоззрение, нравственные установки, суждения о происходящем и духовные приоритеты). Родители через выбранные ценностные ориентиры и эталоны поведения транслируют ребенку определенное восприятие мира, задают направление его нравственного и социального развития.

ЭИ малыша сужается при воспитании одним родителем или в отсутствии братьев-сестер. Ограниченное взаимодействие со сверстниками, старшим поколением накладывает отпечаток на становление личности. Недостаток коммуникации с разными возрастными группами затрудняет освоение навыков сопереживания и эмпатии.

Воспитание в семье порой оказывается ограниченным и однобоким. Подобная узость взглядов проявляется в ситуациях, когда близкие чрезмерно сфокусированы на формировании у ребенка определенных навыков, например, математических способностей. При этом родственники упускают из виду иные важные качества, необходимые для становления гармоничной личности.

Дети получают противоречивый эмоциональный багаж в семьях, где у взрослых диаметрально противоположные ценности и установки. Яркий пример – мама развивает у малыша сострадание и умение сопереживать, а папа считает данные характеристики неактуальными, делая акцент только на физической силе как главном достоинстве. Такое расхождение во взглядах значительно усложняет развитие ЭИ ребенка и формирование целостного мировоззрения.

Современные научно-технические достижения заставляют некоторых родителей пересматривать нравственные устои воспитания детей. Они считают моральные нормы поведения устаревшими и неактуальными. Часть семей намеренно развивает у подрастающего поколения агрессивные черты характера – умение физически отстаивать свои интересы, наносить ответный удар обидчику. Подобная модель родительского поведения формирует у ребенка склонность к силовому решению конфликтов,

неуважение к окружающим. Такой подход противоречит развитию ЭИ, сострадания и эмпатии – важнейших качеств гармоничной личности.

В формировании эмоциональной отзывчивости детей семья играет первостепенную роль.

Атмосфера домашнего очага зависит от гармоничных взаимоотношений матери и отца. Ссоры и конфликты старших пагубно влияют на психологическое состояние ребенка, снижают его работоспособность, мешают нормальному общению с ровесниками.

Большинство взрослых мечтают развить у своих наследников интеллектуальные способности (усердие, концентрацию внимания, автономность действий, стремление к познанию). Родители редко задумываются о воспитании милосердия и чуткости к окружающим людям.

Мама и папа по-разному реагируют на проявление различных качеств у детей. Одни черты характера вызывают радость и гордость, другие – тревогу и озабоченность. Взрослые осознают необходимость комплексного подхода к воспитанию подрастающего поколения. Важно развивать умственные, физические и нравственные качества в тесной взаимосвязи между собой. Такой подход способствует гармоничному развитию ЭИ маленького человека.

Развитие ЭИ детей в семейной среде опирается на внимательное отношение старших к особенностям поведения малыша. Родителям следует наблюдать за предпочтениями ребенка в разных занятиях. Важны длительность его увлечения делом, бережное отношение к результатам своего труда.

Приобщение к домашним обязанностям формирует ответственность и причастность к семейному быту. Похвала даже за маленькую помощь вызывает радость у малыша, укрепляет уверенность в себе, пробуждает социально значимые качества характера.

Совместная деятельность родителей с детьми играет существенную роль в воспитании. Равноправное партнерство при выполнении заданий

развивает внимательность к окружающим, способность слышать других, откликаться на просьбы близких, сопереживать их эмоциональному состоянию. Распределение и чередование действий между взрослыми и ребенком создает благоприятную среду для становления личности.

Маленького человека необходимо поддерживать в развитии не только профессиональных способностей. Мамы и папы обязаны уделять особое внимание становлению характера ребенка, его дружбе с другими детьми, этике общения и душевным порывам.

Различные педагогические приемы содействуют формированию ЭИ у детей дошкольного возраста. Эффективно применяют театрализованные постановки с куклами и актерские этюды, где малыш примеряет поведенческие образы персонажей, распознает их чувства, стремления и желания.

Книги и сказки помогают юным читателям разграничить позитивные и негативные действия героев. Авторская позиция направляет ребенка к сочувствию положительным персонажам и неприятию злодеев.

Занятия изобразительным искусством и лепкой развивают эстетическое восприятие окружающего мира. Дошкольник переносит свои представления о прекрасном и безобразном на взаимоотношения с людьми.

Коллективная работа над творческими проектами, уход за животными или забота о младших братьях и сестрах учат малыша взаимодействовать с окружающими. Совместное преодоление препятствий и достижение намеченных задач укрепляют эмоциональные связи между участниками процесса.

Подбор методики обучения требует учета индивидуальных особенностей ребенка. Родители должны выбрать оптимальную сложность занятий. Излишне трудоемкие задания способны утомить юного ученика, а чрезмерно легкие снизить его интерес к процессу.

Индивидуальность каждого малыша определяет скорость и динамику его развития. Методические приемы, эффективные для одних детей, могут оказаться неподходящими для других.

Формирование ЭИ в домашних условиях станет результативным при создании атмосферы доверия и защищенности. В такой обстановке ребенок сможет свободно проявлять свои чувства и ощущать родительскую заботу.

Выводы по 1 главе

Эмоциональный интеллект включает в себя три основные компетенции, такие как распознавание, выражение, понимание управления и регулирование эмоций. Эти компетенции укрепляют эмпатию ребенка и его социальные отношения с окружающими.

Младшие школьники наиболее восприимчивы к формированию ЭИ. Педагоги способны развивать данные навыки через практику и образовательную среду. Совершенствование ЭИ благоприятно воздействует на психофизическое состояние, межличностные контакты и успеваемость ребенка в настоящем и будущем. Преподаватели применяют методики, учитывающие возрастные особенности учеников, для укрепления их эмоциональной компетентности. Последовательная и регулярная работа над ЭИ приносит положительные результаты. Принятие индивидуальности детей, внимательное выслушивание, обсуждение чувств и эмоциональный коучинг помогают ученикам управлять своими переживаниями. Развитие ЭИ минимизирует эмоционально-поведенческие сложности и делает образовательный процесс увлекательным.

Учащиеся начальных классов распознают базовые эмоциональные состояния, однако испытывают сложности в их вербализации. Педагогам стоит применять методики, направленные на развитие навыков самонаблюдения и точного описания собственных эмоций.

По сравнению с детьми дошкольного возраста, ученики младших классов демонстрируют более высокий уровень саморегуляции. Выполнение повседневных учебных заданий формирует у них волевые качества и способность управлять эмоциями.

Распознавание переживаний окружающих пока вызывает затруднения – дети могут ошибочно трактовать внешние проявления чувств других людей. Для развития эмпатии требуются специальные упражнения по определению эмоций через наблюдение за мимикой и интонациями.

Мотивационную основу обучения составляют радостные переживания от достижений и одобрения педагога. Позитивный настрой и успешность в учебе усиливают познавательный интерес ребенка. При этом систематические неудачи способны снизить его образовательную активность.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И РЕЗУЛЬТАТЫ ПРЕДПРОЕКТНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ВО ВЗАИМОДЕЙСТВИИ С СЕМЬЁЙ

2.1. Этапы, задачи и методы исследования эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста

В первой теоретической главе исследования мы рассматриваем теоретические аспекты развития эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста. Мы изучили различные точки зрения на понятие эмоционального интеллекта и проанализировали особенности его развития у младших школьников. Однако, анализируя психолого-педагогическую литературу, мы заметили, что проблема недостаточно изучена в теории образования и практике работы образовательных организаций, что показало необходимость проведения экспериментальной работы.

Для решения практических задач, связанных с развитием эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста, мы провели экспериментальную работу в рамках МБОУ СОШ г. Челябинска.

Цель эксперимента: выявить уровень развития эмоционального интеллекта у младших школьников, разработать программу семейно-ориентированного сопровождения по развитию эмоционального интеллекта.

В соответствии с целью поставлены следующие задачи эксперимента:

- ~ подобрать методики по выявлению уровней сформированности эмоционально интеллекта у младших школьников;
- ~ провести констатирующий эксперимент по выявлению исходного уровня сформированности эмоционального интеллекта у младших школьников;

~ разработать программу семейно-ориентированного сопровождения развития эмоционального интеллекта у младших школьников.

В исследовании участвовали учащиеся 3-х классов:

- 1) возраст учащихся: 9-10 лет;
- 2) половой состав: 31 мальчик, 28 девочек;
- 3) позиции в семье: большинство детей воспитываются в полных семьях, в доброжелательной атмосфере.

Этапы исследования:

1. Первый этап (декабрь 2022 года – май 2023 года) была разработана методика проведения эмпирического исследования и выбраны методические инструменты. Было проведено диагностическое исследование.

2. Второй этап (сентября по декабрь 2023 года) были обработаны и интерпретированы полученные данные, проанализированы и систематизированы основные результаты исследования, а также разработаны методические материалы. Была разработана программа семейно-ориентированного сопровождения развития эмоционального интеллекта младших школьников.

3. Третий этап (январь по июнь 2024 года) была подготовлена дорожная карта внедрения проекта, проведены научные конференции и подготовлен текст диссертации.

Цель констатирующего эксперимента – определение уровня развития эмоционального интеллекта у младших школьников. В рамках предпроектного исследования для определения актуального уровня эмоционального интеллекта, мы опирались на критерии и показатели, разработанные в модели Гоулмана, представленные в таблице 1.

Таблица 1 – Критерии и показатели сформированности эмоционального интеллекта

Критерии	Показатели
Самоосознание	<ul style="list-style-type: none"> – Осознание своих чувств и эмоций. – Самоанализ и самооценка. – Самоуверенность и реальное понимание собственной эмоциональной тональности
Самоуправление	<ul style="list-style-type: none"> – Управление своими эмоциями и реакциями. – Способность противостоять стрессу и негативным эмоциям. – Способность контролировать свои импульсы и желания. – Способность переносить неудачи и продолжать работать в сложных ситуациях.
Сочувствие	<ul style="list-style-type: none"> – Способность понимать и воспринимать эмоции других людей. – Способность поддерживать и уважать других людей. – Способность испытывать сочувствие и сопереживание
Социальные навыки	<ul style="list-style-type: none"> – Способность общаться эффективно и убедительно. – Способность налаживать и поддерживать отношения с другими людьми. – Способность вести переговоры и решать конфликты. – Способность влиять на других и быть лидером

На основании предложенной выше таблицы мы разработали свои критерии и показатели.

Таблица 2 – Критерии и показатели сформированности эмоционального интеллекта младших школьников

Критерии	Показатели
когнитивный	<ul style="list-style-type: none"> – способность узнать и описать свои чувства и причину их появления; – способность понять чувства других людей и то, что вызвало их.
регуляторный	<ul style="list-style-type: none"> – способность контролировать свои эмоции путем анализа и размышления; – способность преобразовать негативные эмоциональные состояния в позитивные и оптимистичные.
поведенческий	<ul style="list-style-type: none"> – способность вступать в удовлетворяющие, позитивные

	межличностные отношения с другими людьми; – быть чувствительным к эмоциям других людей, оказывать содействие в преобразование эмоций других людей.
--	---

Совокупность выбранных критериев позволяет нам оценить уровень развития эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста. Чтобы уточнить и обобщить результаты исследования, а также провести количественный анализ данных, испытуемые были разделены на три группы в соответствии с их уровнями развития: низкий, средний и высокий. Важно отметить, что эти уровни взаимосвязаны, поскольку дети на более высоком уровне уже обладают определенными навыками, которые дополняются новыми навыками. В таблице 3 представлена характеристика каждого уровня.

Таблица 3 – Критериально-уровневая шкала сформированности эмоционального интеллекта

Критерии	Уровни	Характеристика уровня
Когнитивный	Высокий	<ul style="list-style-type: none"> – Эмпатия и социальное взаимодействие: Дети на этом уровне обладают хорошим пониманием чувств других людей и могут успешно взаимодействовать с окружающими. – Управление конфликтами: Дети могут успешно решать конфликты и проблемы, используя свои навыки эмоционального интеллекта. – Развитие эмоциональной компетенции: Дети на этом уровне обладают высокой степенью саморегуляции, способностью адаптироваться к различным ситуациям и выражать свои эмоции здоровым способом.
	Средний	<ul style="list-style-type: none"> – Развитие эмоциональной осведомленности: Дети начинают лучше понимать свои собственные эмоции и эмоции других людей. – Улучшение способностей к саморегуляции: Дети на этом уровне могут начинать развивать навыки по контролю и управлению своими эмоциями. – Развитие способностей к эмпатии: Дети могут становиться более внимательными к эмоциям других и проявлять большее сочувствие.
	Низкий	<ul style="list-style-type: none"> – Распознавание эмоций: На этом уровне дети могут иметь трудности в распознавании своих собственных эмоций и эмоций окружающих.

		<ul style="list-style-type: none"> – Понимание причин эмоций: Дети могут испытывать эмоции, но не всегда понимают, что вызвало эти эмоции. – Управление эмоциями: На этом уровне дети могут иметь сложности в контроле своих эмоций и реакций на них.
Регуляторный	Высокий	<ul style="list-style-type: none"> – Эффективное управление эмоциями: Дети на этом уровне обладают способностью эффективно контролировать свои эмоции и реагировать на них здоровым способом. – Адаптивные стратегии регуляции: Дети могут развивать адаптивные стратегии для регуляции своих эмоций, такие как практика медитации или использование позитивных мыслей. – Эмоциональная устойчивость: Дети на этом уровне обладают способностью быстро восстанавливаться после негативных эмоциональных переживаний и приспосабливаться к новым ситуациям.
	Средний	<ul style="list-style-type: none"> – Развитие осведомленности о своих эмоциях: Дети начинают лучше понимать свои собственные эмоции и их происхождение. – Развитие навыков саморегуляции: На этом уровне дети могут начинать развивать навыки по контролю и управлению своими эмоциями. Они могут учиться тому, как успокаивать себя в стрессовых ситуациях. – Управление стрессом: Дети могут начинать осознавать свои стрессовые реакции и учиться справляться со стрессом.
	Низкий	<ul style="list-style-type: none"> – Распознавание эмоций: На этом уровне дети могут иметь трудности в распознавании своих собственных эмоций и эмоций окружающих. – Саморегуляция: Дети могут испытывать трудности в контроле своих эмоций и реакций на них. Они могут быть склонны к чрезмерным проявлениям эмоций или, наоборот, подавлению их.
Поведенческий	Высокий	<ul style="list-style-type: none"> – Эффективное управление поведением: Дети на этом уровне обладают способностью эффективно управлять своим поведением в соответствии с эмоциональными состояниями, демонстрируя терпимость, эмпатию и адекватные реакции на окружающих. – Способность к решению конфликтов: Дети могут развивать навыки по решению конфликтов, используя конструктивные методы общения и реагирования на эмоциональные вызовы. – Адаптивное социальное поведение: Дети на этом уровне могут демонстрировать адаптивное социальное поведение, способность к саморегуляции в сложных ситуациях и готовность

		к сотрудничеству с другими.
	Средний	<ul style="list-style-type: none"> – Управление поведением в эмоциональных ситуациях: Дети начинают развивать навыки по управлению своим поведением в эмоционально насыщенных ситуациях, таких как конфликты или разочарования. – Способность к сотрудничеству: На этом уровне дети могут начинать развивать умение сотрудничать с другими детьми, демонстрируя более адекватные поведенческие реакции в групповых ситуациях. – Поведение в стрессовых ситуациях: Дети начинают осознавать свои стрессовые реакции и могут развивать способы более конструктивного поведения в таких ситуациях.
	Низкий	<ul style="list-style-type: none"> – Эмоциональные реакции: На этом уровне дети могут проявлять эмоциональные реакции без контроля, например, бурное проявление гнева или плач из-за мелких проблем. – Социальное поведение: Дети могут иметь трудности в установлении и поддержании здоровых социальных отношений из-за неадекватных эмоциональных реакций. – Реакция на стресс: На этом уровне дети могут испытывать трудности в справлении со стрессом, что может приводить к негативным поведенческим проявлениям.

Для изучения уровня сформированности эмоционального интеллекта у младших школьников нами были использованы следующие методики:

1. *Диагностическая методика «Эмоциональная пиктограмма» для детей младшего школьного возраста в модификации М.А. Кузьмищевой.*

Цель использования: Выявление особенностей эмоционального развития (когнитивно-аффективных компонентов эмоционального интеллекта), определение объема и структуры эмоциональных представлений у детей младшего школьного возраста.

Детям предлагается 12 слов-понятий, обозначающих различные эмоциональные состояния человека.

Инструкция: Сейчас я буду тебе говорить разные слова, а ты про каждое слово что-нибудь нарисуешь. Слов будет много, их надо разместить

на одной стороне листа, на другой стороне рисовать нельзя. Постарайся запомнить те слова, которые я буду говорить».

Адекватное декодирование и словесное выражение эмоций у учащихся школьного периода распределяется по трем основным уровням. При максимальных показателях дети точно распознают и корректно описывают от десяти до двенадцати разных эмоциональных состояний. Школьники со средними результатами успешно определяют и называют восемь-десять эмоций, однако испытывают некоторые сложности при идентификации отдельных чувств, например, презрения. Минимальные значения характеризуются способностью правильно интерпретировать и обозначать лишь четыре-шесть базовых эмоциональных проявлений.

2. *Методика «Что-почему-как» М.А. Нгуен.*

Цель. Выявить степень готовности ребёнка учитывать эмоциональное состояние другого человека, сопереживать, заботиться о нём.

Инструкция. Учитель говорит детям: «Сейчас я прочитаю вам рассказ. Ваша задача: слушать внимательно, а потом ответить на мои вопросы».

Текст для девочек:

«Меня зовут Аня. Я учусь в первом классе. У меня есть старшая сестра Таня. Однажды мы ехали на машине и попали в аварию. Мы были легко ранены. У Тани была сломана правая рука, но она скоро зажила. А у меня на лице была глубокая царапина, и через месяц остался шрам. Шрам небольшой, но все ребята в школе его замечают, особенно мальчик по имени Вова. Вова – заводила среди ребят. И вы знаете, он и его друзья стали надоедливо смеяться. Мне было очень обидно. Я даже не хотела больше ходить в школу. Таня узнала об этом. На днях я всё-таки как обычно пошла в школу с Таней. Около входа стоял Вова с друзьями. Увидев меня, они начали о чём-то шептаться и смеяться. Моя сестра сразу подошла к ним и что-то сказала Вова. Я стояла далеко от них, поэтому ничего не слышала. Я только знаю, что именно после разговора с Таней Вова и его друзья перестали надоедливо смеяться. Я горжусь тем, что я – младшая сестра Тани и тем, что у меня

есть старшая сестра, которая всегда мне поможет. Но я до сих пор не знаю, что же Таня сказала Вове и ребятам. Как вы думаете, что она им сказала?»

Текст для мальчиков:

«Меня зовут Антон. У меня есть старший брат Юра. Недавно я начал учиться кататься на велосипеде. Первое время я часто падал, и соседские мальчики надо мной смеялись. Мне было очень обидно. Я даже хотел забросить велосипед. Но Юра решил мне помочь. В один прекрасный день мы с Юрой вышли во двор с велосипедом. Там нас увидели ребята. Они начали о чём-то шептаться и смеяться. Мой старший брат сразу подошёл к ним и что-то сказал. Я стоял далеко от них, поэтому ничего не слышал. Я только знаю, что именно после разговора с Юрой мальчики перестали надо мной смеяться. Я горжусь тем, что я – младший брат Юры и тем, что у меня есть старший брат, который всегда мне поможет. Но я до сих пор не знаю, что же Юра сказал ребятам. Как вы думаете, что он им сказал?»

Психолог предлагает ребенку обдумать и разрешить заданные ситуации взаимодействия с другими детьми. Обучающийся демонстрирует умение понимать эмоциональные состояния окружающих и давать оценку различным ситуациям. В процессе диагностики отслеживается степень сформированности ЭИ. Специалист анализирует каждый полученный ответ по трем уровням: высокий – 3 балла, средний – 2 балла, низкий – 1 балл.

Диагностика поведенческих реакций на конфликтную ситуацию.

При отсутствии ответа на вопрос о словах старшей сестры/брата к обидчикам или формальных фразах («Перестаньте», «Прекратите») - 0 баллов. За угрожающие высказывания – 1 балл. Максимальный балл присваивается при конструктивных вариантах: обращение к педагогам/родителям, разъяснение недопустимости травли, аргументированная защита младших.

На вопрос о мотивации поступка: отсутствие понимания – 0 баллов, простая констатация цели («Для прекращения насмешек») – 1 балл, осознание эмоционального вреда от издевательств – 2 балла.

При оценке личной позиции: отсутствие ответа – 0 баллов, перекладывание ответственности на взрослых – 1 балл, самостоятельное эмпатийное решение – 2 балла.

Градации уровней ЭИ:

Низкие показатели: 0-2 балла

Средние значения: 3-4 балла

Высокие результаты: 5-6 баллов

3. Методика «Определение эмоциональности» В.В. Суворова.

Цель: выявление интегрального показателя эмоциональности личности. Материал: тест, состоящий из 19 вопросов.

Инструкция: исследование проводится индивидуально. Каждому ученику необходимо ответить на 19 вопросов, используя ответы «да» или «нет». Вопросы:

1. Можете ли вы сильно покраснеть от смущения или стыда так, что сами чувствуете, что щеки пылают и слезы наворачиваются на глаза?
2. Бледнели ли вы от страха или огорчения?
3. Часто ли вы смущаетесь, застенчивы ли вы?
4. Вас легко рассмешить?
5. Могут ли у вас появиться слезы от эстетического удовольствия, когда слушаете красивую музыку, читаете любимые стихи?
6. Испытывали ли потливость в неприятной или трудной обстановке?
7. Была ли у вас сухость во рту при сильном волнении? Садится 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. Замечали ли вы дрожание пальцев рук при сильном волнении или смущении?

11. Ощущаете ли вы тепло внутри себя, когда вас хвалят за доброе дело?
12. Испытываете ли вы волнение перед каждым выступлением, вам кажется, что вы все забыли?
13. Меняется ли у вас настроение в течении дня?
14. Можете ли вы во время публичного выступления потерять мысль, растеряться и замолчать?
15. Часто ли вы раздражаетесь и возмущаетесь? Можете ли вы сгоряча ударить своего товарища, рассердившись на него?
16. Ссоритесь ли вы с близкими людьми, если вы видите несправедливость их поступков?
17. Вы действительно, не можете не думать о неприятностях, которые с вами произошли?
18. В моменты волнения или смущения вы очень суетливы?
19. При волнении у вас возникает боль 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. Чем больше баллов набирает ребенок, тем выше его эмоциональность, соответственно ниже способность регулировать собственные эмоции.

- от 0 до 6 баллов – высокий уровень регуляторного показателя;
- от 7 до 13 баллов – средний уровень регуляторного показателя;
- от 14 баллов и выше – низкий уровень регуляторного показателя.

Для выявления статистических данных нами использовались два метода математической статистики: коэффициент ранговой корреляции Спирмена (выявление взаимосвязи между результатами детей по каждой методике и возрастом матери) и U-критерий Манна-Уитни (сравнение

результатов детей, по каждой методике воспитывающихся в полной или неполной семье).

2.2. Анализ результатов исследования эмоционального интеллекта у младших школьников

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

1. Методика «Эмоциональная пиктограмма» М. А. Кузьмищевой.
2. Методика «Определение эмоциональности» В. В. Суворовой;
3. Методика «Что почему и как» Нгуен.

Итак, исследование начали с диагностической методики «Эмоциональная пиктограмма» для детей младшего школьного возраста в модификации М. А. Кузьмищевой.

Анализ результатов показал, 8 детей (13 %) имеют высокий уровень сформированности кодирования эмоциональных модальностей, 34 детей (58 %) имеют средний уровень, 17 детей (29 %) имеют низкий уровень. С результатами можно ознакомиться на диаграмме ниже.

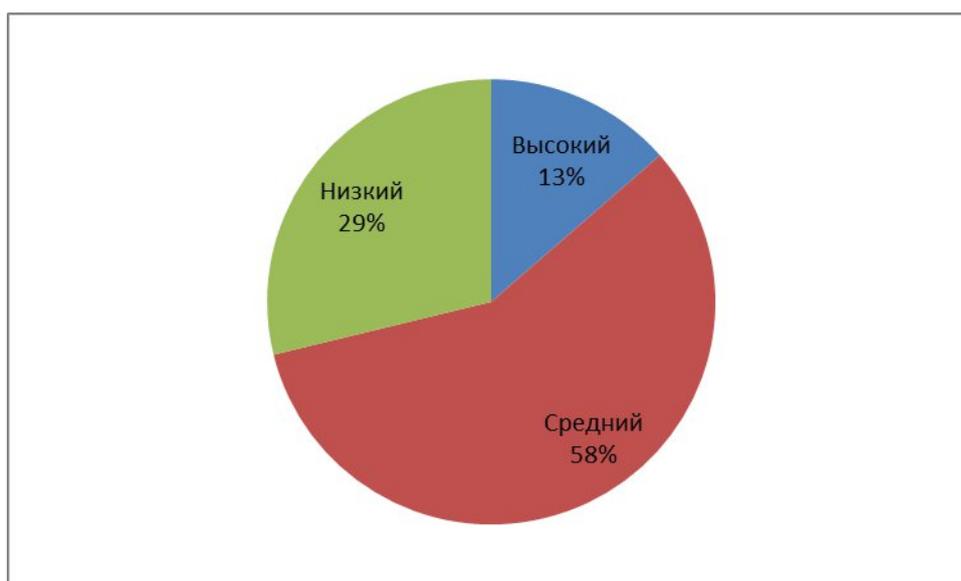


Рисунок 1 – Уровень сформированности кодирования эмоциональных модальностей

С помощью методов математической статистики (метода ранговой корреляции Спирмена, U-критерия Манна-Уитни) мы выявили, отсутствие взаимосвязи между уровнем сформированности кодирования эмоциональных модальностей у младших школьников и возрастом матери, количеством детей в семье. А вот сравнение уровня сформированности кодирования эмоциональных модальностей у младших школьников, которые воспитываются в полной и неполной семье, показало достоверные различия: в неполных семьях у детей данный уровень ниже, чем в полных семьях ($U_{Эмп} = 125$; $p \leq 0.01$).

Также была выявлена достоверная связь показателей сформированности кодирования эмоциональных модальностей у младших школьников с работающими и неработающими мамами. У работающих мам (49 человек, 83%) дети чаще адекватно кодировали и вербализовали эмоциональные модальности ($U_{Эмп} = 176$; $p \leq 0.05$).

Выявление взаимосвязи результатов детей по методике «Эмоциональная пиктограмма» и уровнем образования матери показало, что в семьях, где матери имеют высшее образование (69 %), дети лучше справляются с заданием ($U_{Эмп} = 177,5$; $p \leq 0.01$).

Методика В. В. Суворова «Определение эмоциональности»

Результаты диагностики самоконтроля по методике В. В. Суворова «Определение эмоциональности» демонстрируют следующие показатели: большинство учащихся – 33 школьника находятся на среднем уровне ЭИ. У 20 детей зафиксирован высокий показатель – они умело управляют своим настроением, трансформируя отрицательные эмоции в положительные для достижения успешных результатов. У 6 учеников выявлен недостаточный уровень ЭИ – им сложно регулировать собственное психологическое состояние и настраиваться на позитивный лад во время выполнения заданий.

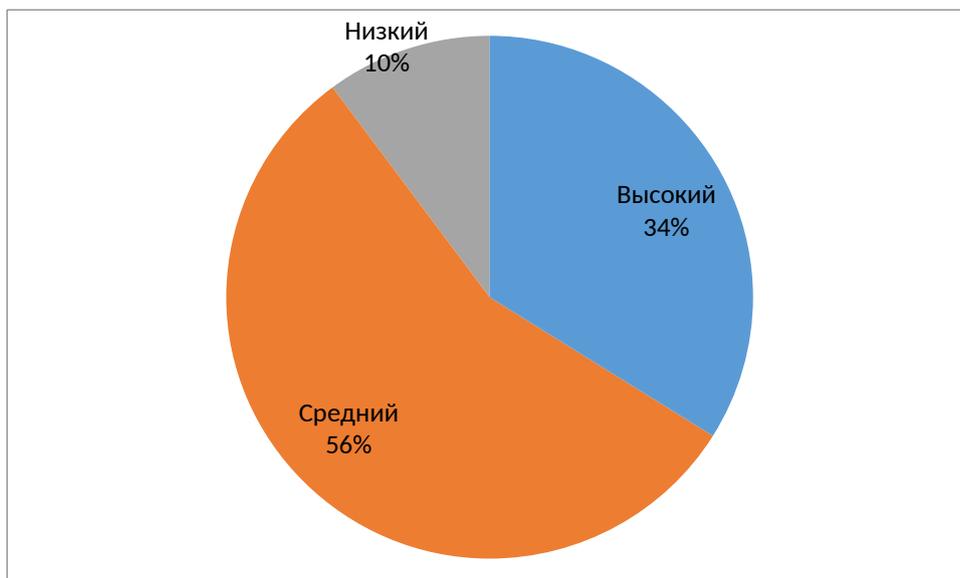


Рисунок 2 – Уровень сформированности эмоциональности

Диагностика степени эмоциональных проявлений среди учеников начальных классов из разных типов семей выявила существенную разницу. Дети, растущие с одним родителем, демонстрируют пониженную эмоциональную отзывчивость относительно сверстников из полных семей ($U_{Эмп} = 144$; $p \leq 0.05$). Другие параметры исследования не подтвердили значимых взаимосвязей между изучаемыми факторами.

Методика «Что – почему – как» Нгуен.

Анализ результатов показал, 12 детей (20 %) имеют высокий уровень готовности ребёнка учитывать эмоциональное состояние другого человека, сопереживать, заботиться о нём. 38 детей (65 %) имеют средний уровень, а 9 детей (15 %) – низкий уровень. С результатами можно ознакомиться на диаграмме ниже.

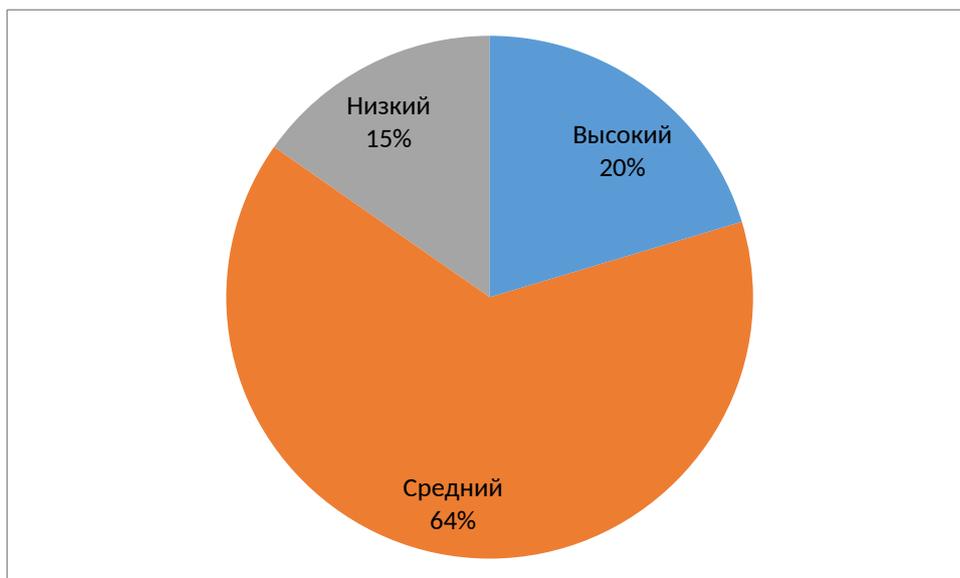


Рисунок 3 – Уровень сформированности способности учитывать эмоциональное состояние окружающих

Сравнение уровня готовности учитывать эмоциональное состояние другого человека, сопереживать, заботиться о нём у младших школьников, которые воспитываются в полной и неполной семье, показало достоверные различия: в неполных семьях у детей данный уровень ниже, чем в полных семьях ($U_{Эмп} = 48$; $p \leq 0.01$). Также было выявлено, что уровень образования матери достоверно связан с готовностью ребёнка учитывать эмоциональное состояние другого человека, сопереживать, заботиться о нём ($U_{Эмп} = 266,5$; $p \leq 0.05$).

Общий показатель сформированности эмоционального интеллекта по результатам всех методик показывает его связь с полной/неполной семьей, в которой воспитывается ребенок. С получившимися результатами можно ознакомиться в диаграмме.

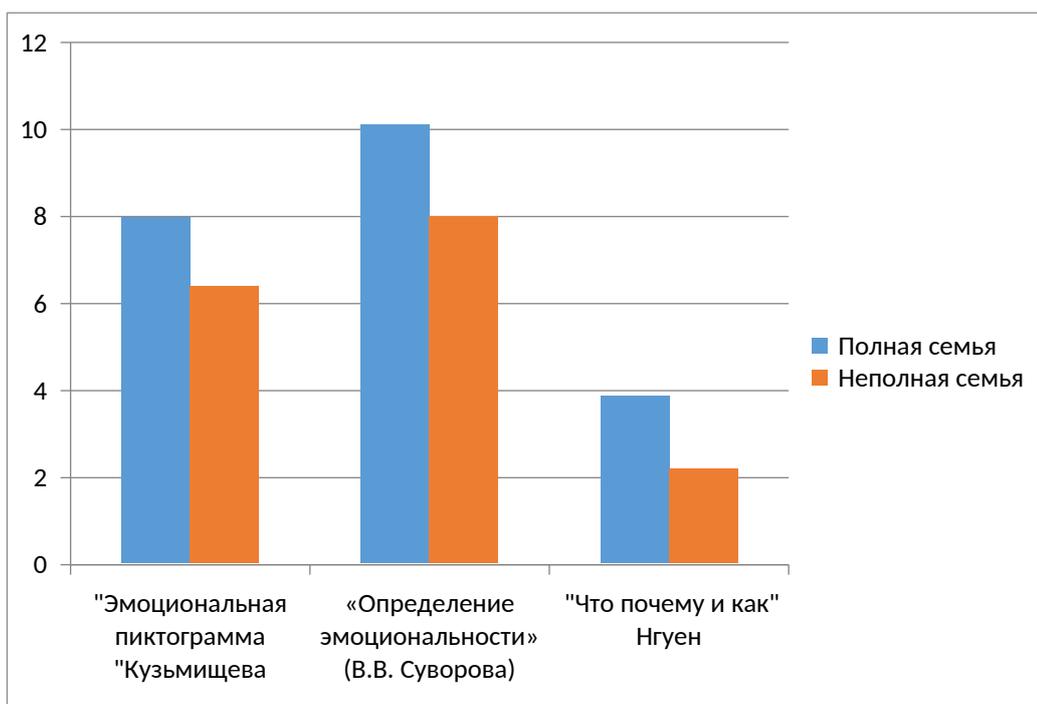


Рисунок 4 – Показатели результатов детей воспитывающихся в полной и неполной семье

Возможно, что и работа матери также может повлиять на эмоциональный интеллект ребенка. Например, если матери удастся совмещать работу и семейные обязанности, это может стать примером для ребенка в развитии навыков управления временем, стрессоустойчивости и адаптации. Однако, если матери испытывает постоянное напряжение из-за работы или сталкивается с проблемами на работе, это также может отразиться на эмоциональном состоянии ребенка. Однако в нашей группе испытуемых, где 83% матерей работали и только 17% мам являлись домохозяйками, такой взаимосвязи выявлено не было.

Если мы говорим об образовании матерей, то можно сказать что образование матери тоже может оказать влияние на уровень ЭИ ребенка. Родители с более высоким уровнем образования часто обращают больше внимания на образование своих детей, что может способствовать их развитию эмоционального интеллекта. Матери с хорошим образованием могут быть более информированными о методах воспитания и обучения детей, что может помочь им лучше понимать и поддерживать эмоциональное благополучие своих детей. Однако в нашей группе

испытуемых, где 69% матерей имело высшее образование, а 31% среднее профессиональное образование, такой взаимосвязи выявлено не было.

Также не было выявлено корреляции между количеством детей в семье и уровнем развития эмоционального интеллекта ребенка. Важно понимать, что влияние количества детей в семье на развитие эмоционального интеллекта может быть индивидуальным и зависит от множества факторов, включая структуру семьи, динамику взаимоотношений и подходы родителей к воспитанию. Каждый ребенок уникален, и его эмоциональное развитие зависит от многих различных факторов. В нашем исследовании в семьях испытуемых было 31 семьи (53%), которая имеет 1 ребёнка, 20 семей (34%) воспитывали двоих детей, 7 семей (12%) считаются многодетными и воспитывали 3-их детей в семье и только 1 семья многодетная воспитывала 4-х детей.

Выводы по 2 главе

Изучение ЭИ у младших школьников осуществлялось в-третьих классах. Контингент исследования представлен 59 младшими школьниками от 9 до 10 лет.

Эмпирическое исследование опиралось на три методики: «Эмоциональная пиктограмма» М. А. Кузьмищевой, «Определение эмоциональности» В. В. Суворовой, «Что почему и как» Нгуена.

Диагностика эмоционального развития младших школьников по методике «Эмоциональная пиктограмма» М. А. Кузьмищевой выявила следующие показатели: восемь учащихся (13%) продемонстрировали высокий уровень кодирования эмоций, тридцать четыре ребенка (58%) – среднюю степень, семнадцать обучающихся (29%) – низкие результаты.

По методике «Определение эмоциональности» В. В. Суворовой тридцать три школьника (56%) показали средние значения, двадцать учеников (34%) достигли высоких показателей и успешно трансформируют отрицательные переживания в положительные. Шесть детей (10%) продемонстрировали затруднения в регуляции негативных состояний.

Исследование по методике «Что почему и как» Нгуена определило: двенадцать учащихся (20%) проявили высокую эмпатию и готовность заботиться об окружающих, тридцать восемь школьников (65%) зафиксировали средний уровень, девять обучающихся (15%) – минимальные значения.

Используя методы математической статистики, мы обнаружили, что уровень сформированности кодирования эмоций у младших школьников не связан с возрастом матери и количеством детей в семье. Однако дети из неполных семей показывают более низкий уровень по сравнению с детьми из полных семей. Также установлена связь между уровнем формирования кодирования эмоций и занятостью матерей: у детей работающих мам (83 %, 49 человек) уровень кодирования эмоций выше. Стоит отметить, что у детей

матерей с высшим образованием (69 %) результаты по методике «Эмоциональная пиктограмма» также лучше.

Таким образом, можно сделать вывод, что уровень эмоционального интеллекта связан с типом семьи, в которой растет ребенок.

ГЛАВА 3. ПРОЕКТ ПРОГРАММЫ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ВО ВЗАИМОДЕЙСТВИИ С СЕМЬЕЙ

3.1. Программа семейно-ориентированного сопровождения по развитию эмоционального интеллекта младших школьников

В данном параграфе представлена программа семейно – ориентированного сопровождения по развитию эмоционального интеллекта обучающийся младшего школьного возраста (3 класса).

Паспорт программы

Наименование программы	Семейное сопровождение по развитию эмоционального интеллекта учащихся младшего школьного возраста.
Правовая основа программы	Конвенция ООН о правах ребёнка, 1989 г. Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». Приказ Минобрнауки от 28 декабря 2010 г. № 2106 Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования, Утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. № 1897. Приказ Минобрнауки России об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования от 31 мая 2021 г.
Основная цель и задачи программы	Цель: Способствовать активному вовлечению семьи в развитие эмоционального интеллекта. Задачи: - формирование представлений родителей об особенностях развития младших школьников; - содействие развитию эмоционального интеллекта детей; - оказание помощи семье в развитии поведенческой и эмоционально-волевой сферы ребёнка, рассмотрение вопросов внутрисемейных отношений и их влияние на жизненный путь детей младшего школьного возраста. - развитие воспитательных умений и навыков родителей, укрепление их уверенности в родительских возможностях.
Ожидаемые результаты	- Повышение уровня самостоятельности ребенка в

	<p>процессе решения жизненных задач и личной ответственности за свои поступки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование уважительного отношения и детей, и взрослых к мнению друг друга и окружающих; - формирование доброжелательности, эмпатии, отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками и родителями; - учить слушать и слышать собеседника; - учить уметь договариваться о совместной деятельности; - идентифицировать различные эмоции по мимическим признакам; - выражать эмоции через пантомиму и искусство; - понимать значение эмоций и использовать их в своем поведении - гармонизация семейных отношений; - развитие родителями навыков саморегулирования эмоций.
Принципы построения и реализации программы	<ul style="list-style-type: none"> • принцип гуманизма; • принцип единства диагностики и коррекции; • принцип развития; • принцип включение родителей как активных участников программы; • принцип практико-ориентированности.
Средства мониторинга эффективности реализации программы	<p>Наблюдение за поведением детей Консультации родителей</p>

Пояснительная записка

Развитие современного общества предполагает увеличение конкуренции, количество стрессовых ситуаций, эмоциональных нагрузок, умению эффективно общаться. Одним из главных составляющих взаимодействия людей друг с другом является эмоциональный интеллект.

Родители хотят, чтобы их дети стали успешными: активными, гибкими к трудностям, умели добиваться своих целей, познавать новое и идти в ногу со временем. Однако сами родители не всегда обладают высоким эмоциональным интеллектом, а значит не могут способствовать развитию его у своих детей.

У детей младшего школьного возраста слабая способность саморегуляции, а эмоциональные проблемы ярко выражены. Неумение справляться со своими чувствами может привести к проблеме в коммуникации со сверстниками и взрослыми, а порой даже стать причиной

низкой успеваемости в школе. Вместе с тем именно младший школьный возраст является сензитивным периодом в развитии эмоционального интеллекта: дети более впечатлительны, восприимчивы, отзывчивы и чаще поддаются внушению.

Проблемой развития эмоционального интеллекта занимались многие отечественные и зарубежные учёные (Дж. Майер, П. Саловей, Д. Гоулман, Р. Бар-Он, О. В. Хухлова, И. Н. Андреева, Т. В. Люсин, А. И. Савенков и др.). Но, несмотря на актуальность проблемы, данный вопрос раскрывается лишь в теории.

Специалисты разрабатывают методики совершенствования эмоциональной составляющей учеников начальной школы. Основной акцент делают на преодоление психологических трудностей (избавление от фобий, уменьшение враждебности, налаживание контактов со сверстниками). Многие педагоги считают, что ЭИ будет совершенствоваться самостоятельно при взрослении детей и расширении социальных связей. Ребята самостоятельно освоят навыки распознавания и управления эмоциями.

Однако формирование ЭИ требует грамотного педагогического руководства. Теорию такого сопровождения как метода поддержки школьников обосновали в своих трудах О. С. Газман, Н. Н. Михайлова, С. М. Юсфин.

Педагогическая наука накопила обширный опыт различных методик сопровождения детей. Е. А. Александрова исследовала варианты взаимодействия взрослых и детей, И. А. Липский разработал подходы к определению социальных ролей, М. И. Рожков создал теорию пространства саморазвития, М. Р. Битянова предложила индивидуальные траектории развития, а В. П. Бондарев сосредоточился на когнитивных аспектах.

Педагогическое сообщество пока не адаптировало данные разработки к задачам формирования ЭИ. Современная система образования нуждается в целостной программе семейно-ориентированного развития ЭИ младших

школьников. Специалисты-практики испытывают дефицит конкретных методических указаний и пошаговых инструкций для работы.

Такая ситуация определяет потребность в создании специализированной программы поддержки семей с детьми младшего школьного возраста, направленной на развитие ЭИ.

Цель программы:

Способствовать активному вовлечению семьи в развитие эмоционального интеллекта.

Задачи:

- формирование представлений родителей об особенностях развития младших школьников;
- содействие развитию эмоционального интеллекта детей;
- оказание помощи семье в развитии поведенческой и эмоционально-волевой сферы ребёнка, рассмотрение вопросов внутрисемейных отношений и их влияние на жизненный путь детей младшего школьного возраста;
- развитие воспитательных умений и навыков родителей, укрепление их уверенности в родительских возможностях.

Принципы построения и реализации программы:

- принцип гуманизма – уважение и любовь к ребёнку, к каждому члену семьи, формирование позитивной «Я-концепции»;
- принцип единства диагностики и коррекции – сопровождение необходимо рассматривать в комплексе мероприятий;
- принцип развития – программа направлена на овладение знаниями и навыками, полученными при развитии ребенка;
- принцип включение родителей как активных участников программы – совместная работа помогает организовать содержательное общение родителей с ребёнком;
- принцип практико-ориентированности – программа направлена на овладение знаниями и навыками, полезными для решения актуальных

социальных и возрастных задач ребенка при развитии эмоционального интеллекта.

Содержание программы

Основные формы реализации программы:

- Групповые беседы с родителями.
- Изучение степени развития эмоционального интеллекта с помощью диагностических методик.
- Индивидуальные консультации родителей.
- Совместные практические занятия родителей с детьми.

Целевая группа: учащиеся 3 класса и их родители.

Организационные условия:

- продолжительность занятий – 45 минут;
- количество занятий – 36;
- режим проведения занятий – 1 раз в неделю.

Этапы осуществления сопровождение семей по развитию эмоционального интеллекта.

Для реализации программы следует выбрать комплексный подход, который будет реализовываться в несколько этапов.

Диагностический этап – изучение степени развития эмоционального интеллекта учащихся класса, влияние личностных параметров родителей, психологический климат в семье посредством различных исследовательских методов.

Информационный этап. В ходе групповых бесед педагог и психолог знакомят родителей с особенностями развития младшего школьного возраста, разбирают наиболее острые вопросы.

Индивидуальное консультирование – оказание помощи родителям в вопросах развития эмоционального интеллекта: особенности поведенческой и эмоционально-волевой сферы; вопросы конфликтологии, жизненной перспективы.

На практическом этапе психолог, используя упражнения, игры с элементами терапии, дыхательную гимнастику помогают родителям приобрести навыки эффективной работы по развитию эмоционального интеллекта своих детей.

Таким образом, в результате реализации комплексного подхода сопровождения семьи создаются благоприятные условия для развития эмоционального интеллекта третьеклассников.

Ожидаемые результаты

- Повышение уровня самостоятельности ребенка в процессе решения жизненных задач и личной ответственности за свои поступки;
- Формирование уважительного отношения и детей, и взрослых к мнению друг друга и окружающих;
- Формирование доброжелательности, отзывчивости, эмпатии, навыков сотрудничества со сверстниками и родителями;
- Учиться слушать и слышать собеседника;
- Учиться уметь договариваться о совместной деятельности;
- Идентифицировать различные эмоции по мимическим признакам;
- Выражать эмоции через пантомиму и искусство;
- Понимать значение эмоций и использовать их в своем поведении;
- Гармонизация семейных отношений;
- Развитие родителями навыков саморегулирования эмоций.

Календарно-тематическое планирование

Этап	Тема	Количество часов
Диагностический этап	1. Диагностическая методика «Эмоциональная пиктограмма» для детей младшего школьного возраста в модификации М. А. Кузьмищевой.	3 ч
	2. Методика «Что-почему-как» Нгуен.	3 ч
	3. Методика «Определение эмоциональности» В. В. Суворова	3 ч

Информационный этап (темы родительских собраний)	1. Внутренний мир третьеклассника.	1 ч
	2. Развитие эмоционального интеллекта у родителей как основа успешности детей.	1 ч
	3. Роль семьи в формировании эмоционального интеллекта.	1 ч
	4. Значение эмоций для формирования положительного взаимодействия ребёнка с миром.	1 ч
	5. Как развивать эмоциональный интеллект младшего школьника.	1 ч
Индивидуальное консультирование	Проводится после каждого родительского собрания и практического занятия	16 ч
Практический этап	1. Калейдоскоп эмоций	1 ч
	2. Положительные эмоции	1 ч
	3. Отрицательные эмоции	1 ч
	4. Почему мы испытываем отрицательные эмоции?	1 ч
	5. Эмоции и поведение	1 ч
	6. Работа в команде	1 ч
Итого:		36 ч

Ход реализации программы

Диагностический этап

Для определения уровня сформированности эмоционального интеллекта учащихся целесообразно использовать следующие методики диагностические методики

Диагностическая методика «Эмоциональная пиктограмма» для детей младшего школьного возраста в модификации М. А. Кузьмищевой.

Цель методики: выявление особенностей эмоционального развития (когнитивно-аффективных компонентов эмоционального интеллекта) у детей младшего школьного возраста.

Детям предлагается 12 слов-понятий, обозначающих различные эмоциональные состояния человека.

Инструкция: Сейчас я буду тебе говорить разные слова, а ты про каждое слово что-нибудь нарисуешь. Слов будет много, их надо разместить

на одной стороне листа, на другой стороне рисовать нельзя. Постарайся запомнить те слова, которые я буду говорить».

Методика «Что-почему-как» Нгуен.

Цель методики: выявление степени готовности ребёнка учитывать эмоциональное состояние другого человека, сопереживать, заботиться о нём, уровень эмоционального интеллекта.

Детям предлагается прослушать рассказ.

Инструкция: «Сейчас я прочитаю вам рассказ. Ваша задача слушать внимательно, а потом ответить на мои вопросы».

Ребёнок, отвечая на вопросы, решает определенную проблему, связанную с отношениями между детьми, их оценкой ситуации и пониманием эмоциональных состояний других людей. Ответы оцениваются по 3-х бальной шкале.

Методика «Определение эмоциональности» В. В. Суворова.

Цель методики: для выявления интегрального показателя эмоциональности личности. Данная методика направлена на выявление уровня эмоциональной восприимчивости и эмоционального интеллекта у младших школьников. Она позволяет выявить, как дети воспринимают и реагируют на эмоциональные состояния других людей, а также измерить их собственные эмоциональные реакции. Методика включает в себя специальные тестовые задания, которые помогают педагогам и родителям получить представление о способностях ребенка к эмпатии, саморегуляции эмоций и их выражению, что является важным аспектом эмоционального развития и социализации.

Тестовый материал состоит 19 вопросов, на которые необходимо ответить «да» или «нет».

После получения данных диагностики выстраивается работа с родителями (индивидуальные консультации).

Информационный этап.

Групповые консультации проводятся в форме родительских собраний. Всего по программе запланировано 5 консультаций по 60 минут, на которых даётся не только лекционный материал, но и разбираются ситуации, родители делятся опытом, выполняют упражнения, совместно составляются рекомендации по развитию эмоционального интеллекта.

По программе запланированы следующие темы собраний:

- Внутренний мир третьеклассника.
- Развитие эмоционального интеллекта у родителей как основа успешности детей.
- Роль семьи в формировании эмоционального интеллекта.
- Значение эмоций для формирования положительного взаимодействия ребёнка с миром.
- Как развивать эмоциональный интеллект младшего школьника.

Родительское собрание № 1.

Тема: Внутренний мир третьеклассника.

Цель родительского собрания: познакомить родителей с возрастными и психологическими особенностями младших школьников, обсудить приёмы и техники развития личностных свойств и качеств детей; научить способам эффективного взаимодействия с детьми.

Тезисы лекции (педагог):

~ Дети с третьего года обучения начинают осознанно относиться к учению, проявляется интерес к познанию.

~ Третьеклассники обесценивают авторитет взрослых и становятся критиками всего, что их окружает.

~ Самооценка третьеклассника по - прежнему определяется отношением к нему, его успехам/неудачам родителей.

~ Законы души младшего школьника.

~ Развитие интеллекта: логические схемы, защитные механизмы.

Что нужно третьекласснику? (родители обмениваются опытом).

Чаще всего родители называют такие способы эффективного взаимодействия как:

- ~ разговор с ребёнком по душам;
- ~ выполнение режима дня;
- ~ чтение хорошей литературы;
- ~ дистанция и личное пространство ребёнка;
- ~ искренность со стороны взрослых;
- ~ поддержка взрослых.

Дискуссия на тему: «Приёмы и техники развития личностных свойств и качеств детей». (психолог)

Психолог предлагает родителям, используя полученную информацию, заполнить таблицу.

Методы	Приёмы
Беседа	Обобщение и правильные выводы. Составление вопросов в логической последовательности. Нахождение ошибок и неточностей.
Приучение	Объяснение порядка выполнения действий с последующей проверкой.
Упражнение	Участие в коллективных делах
Самоконтроль	Оценка себя и других
Стимулирование и мотивация	Поощрение/наказание. Создание ситуации успеха. Создание эмоционального фона
Поиск решения проблемы	Создание проблемных ситуаций и поиск выхода из них.
Убеждение	Аргументация взрослых и сверстников.
Игра	Использование игр для развития и в решении жизненных ситуаций

Примерные рекомендации родителям (можно попросить родителей самим составить, а можно дать готовые).

- ~ обсуждайте с ребёнком различные ситуации, как позитивные, так и негативные;
- ~ позвольте ребёнку фантазировать;
- ~ читайте ребёнку на ночь, а утром просите вспомнить самые запомнившиеся события и обсудите поступки героев;
- ~ наблюдайте за эмоциями ребёнка, помогайте их выплёскивать;

~ ведите «Дневник ребёнка», где записывайте всё, что вас заинтересовало в поступках и поведении своего ребёнка.

Подведение итогов собрания. Рефлексия.

Родительское собрание № 2

Тема: Развитие эмоционального интеллекта у родителей как основа успешности детей.

Цель родительского собрания: познакомить с понятием эмоциональный интеллект, его показателями и необходимостью развития; дать информационную справку об исследованиях в области развития EQ, провести диагностику степени развития эмоционального интеллекта родителей и обсудить результаты.

Тезисы лекции (педагог)

~ Эмоциональный интеллект (EQ) – способность понимать свои эмоции и чувства, управлять ими для взаимодействия с окружающими и достижения своих целей.

~ Показатели EQ: самосознательность, мотивация, социальные навыки общения, эмпатия, управление своими эмоциями.

~ Эмоциональный интеллект помогает эффективно работать в команде, влияет на выбор будущей профессии, развивает мотивацию и восприятие окружающего мира.

Диагностика EQ родителей (психолог).

Родителям предлагается оценить свой эмоциональный интеллект с помощью «Опросника Эм Ин», предложенного Д.В. Люсиным.

Информация об исследованиях в области развития эмоционального интеллекта.

Исследования EQ выявили, что у мужчин более высокий эмоциональный интеллект, чем у женщин.

Среднегрупповое значение родителей мужского и женского пола (опросник Эм Ин)

Шкала	Матери младших	Отцы младших
-------	----------------	--------------

	школьников	школьников
Понимание эмоций	30	34
Управление эмоциями	34	39
Понимание чужих эмоций	16	18
Управление чужими эмоциями	9	10
Управление своими эмоциями	9	10
Контроль за эмоциями	11	11,5
Межличностный EQ	30	37
Внутриличностный EQ	34	38
Общий EQ	64	73

Испытуемые мужского пола демонстрируют большую уверенность в своей компетентности и более высокую самоэффективность.

Кроме этого ученые выявили ряд факторов, влияющих на формирование эмоционального интеллекта:

Уровень образования. Люди с более высоким образованием могут отдавать больше времени самопознанию и саморазвитию, а, следовательно, их дети развиваются в более эмоционально и интеллектуально «обогащённой среде».

Эмоциональные благополучные отношения между родителями. Родители с высоким уровнем понимания и управления своими и чужими эмоциями способны строить более гармоничные семейные взаимоотношения, тем самым, показывая модель построения взаимоотношений у детей.

Обсуждение результатов тестирования.

Родителям целесообразно задать следующие вопросы:

~ Что вы можете сказать о результатах своего тестирования?

~ Вспомните, когда вы были детьми, как взрослые выражали свои чувства, решали конфликты?

~ Спроектировали ли вы модели их поведения?

~ Как ваши дети поддерживают друг друга, спорят, дружат? Видите ли, вы в их действиях и поступках себя?

~ Хотели ли вы развивать свой эмоциональный интеллект?

Почему?

~ Как вы думаете, что вам для этого нужно?

Подведение итогов собрания. Рефлексия.

Родительское собрание № 3.

Тема: Роль семьи в формировании эмоционального интеллекта.

Цель родительского собрания: раскрыть взаимосвязь детско-родительских отношений, этапы формирования, проблемы, необходимость развития; дать информацию о типах семейного воспитания.

Тезисы лекции (педагог).

~ Роль эмоциональной осведомлённости в формировании навыков развития эмоций у ребёнка.

~ Обучение ребенка осознавать эмоции, определять, называть и указывать на причины их возникновения.

~ Последствия запрета переживания отрицательных эмоций.

~ Эмоциональное самоощущение ребенка как интерпретация отношения к нему членов семьи.

Диагностика детско-родительских отношений (психолог).

Родителям предлагается диагностировать свои взаимоотношения с детьми посредством методики Э.Г. Эйдемиллера, В.В. Юстицкиса «Анализ семейных взаимоотношений». Эта методика позволит родителям найти ошибки в воспитании, проследить нежелательное влияние членов семьи друг на друга, замену ролей.

Информация о типах семейного воспитания.

Самыми распространёнными типами семейного воспитания являются:

~ гиперпротекция – родители стремятся максимально удовлетворить все потребности ребёнка, объясняя это тем, что дают ребёнку то, что не получили сами в детстве.

~ повышенная моральная ответственность – родители предъявляют слишком высокие требования к ребёнку, не заботясь об их потребностях, тем самым ограничивают его самостоятельность.

~ эмоциональное отвержение – родитель связывает ребёнка с каким-нибудь отрицательным моментом из своей жизни и не уделяет ему внимания.

~ гармоничный тип семейного воспитания – родители любят своего ребёнка, разумно сочетают методы поощрения и наказания, создают условия для развития эмпатии.

Обсуждение результатов тестирования.

Обсуждение лучше провести в форме дискуссии, задавая родителям вопросы:

~ Насколько диагностика была точна в определении ваших с ребёнком отношений?

~ Что нового вы открыли для себя, анализируя результаты теста?

~ Нужно ли вам менять что-нибудь в общении с ребёнком?

~ Как вы думаете, ваши взаимоотношения с ребёнком способствуют развитию эмоционального интеллекта? Приведите примеры.

Подведение итогов собрания. Рефлексия.

Родительское собрание № 4.

Тема: Значение эмоций для формирования положительного взаимодействия ребёнка с миром.

Цель родительского собрания: совместно с родителями обсудить проблему значения в жизни человека положительных эмоций; в ходе выполнения практических упражнений проанализировать собственное эмоциональное состояние и его влияние на жизнь ребёнка.

Тезисы лекции (педагог)

~ Взаимосвязь эмоционального состояния и физического комфорта.

~ Формирование эмоций через изменение установок личности и отношение к миру.

~ Принятие ребёнка и его значимость в семье, классе, социуме.

~
Выражение любви к ребёнку: физический контакт, доступность, пристальное внимание при общении, авторитет родителя.

Практическая часть (психолог, педагог).

Родители уже достаточно информированы о понятии «эмоциональный интеллект», поэтому после лекционной части целесообразно дать ряд практических заданий.

Анализ эмоционального состояния.

Разделите лист бумаги на 2 части. Слева запишите эмоции, которые вы чаще всего испытываете. Справа – эмоции, которые чаще всего испытывает ваш ребёнок.

Используя информацию в таблице, закончите фразы.

Я ... человек.

Мой ребёнок ... человек.

Анализ родителями ситуаций из жизни класса.

Педагог предлагает родителям несколько ситуаций, которые он наблюдал в классе. Их задача объяснить поведение и фразы детей, предложить варианты решения спорных вопросов, чтобы ребёнок почувствовал себя комфортно. (Можно использовать другие ситуации).

Ситуация 1.

Артём не остаётся в группе продленного дня. Но на уроке русского языка мальчик не смог написать изложение. Учитель оставила его после уроков, чтобы помочь справиться с задачей. Ребёнок устроил истерику, кричал, что никогда не остаётся после уроков, ненавидит и учителя, и класс и школу!

Ситуация 2.

Василиса сидит на лавочке во дворе школы и плачет. К ней подходит учитель и спрашивает, что случилось. «Я плачу, потому что я плохая девочка. Со мной никто не хочет дружить в классе. Мальчишки дразнятся, а девчонки молча уходят. А еще мама не купила мне новое платье. Значит я плохая».

Ситуация 3.

Разговор двух подруг на перемене.

~ Пошли после школы гулять?

~ Я не могу, мне нужно бабушке помочь.

~ А что она сама не справится?

~ Вдвоём и веселее, и быстрее.

~ Над тобой что, дома родители издеваются и заставляют помогать бабушке?

~ Нет, я сама так хочу.

~ А я ничего не делаю, даже в своей комнате не убираю. У нас бабушка и готовит, и убирает, и стирает, и гладит. Она же на пенсии, ей делать нечего.

~ Но она же уже старенькая. Взрослым нужно помогать.

~ Если такая правильная, то не буду с тобой дружить.

Дискуссия (психолог)

Родителям предлагается обсудить и поделиться опытом о развитии положительных эмоций, ответив на ряд вопросов.

~ вспомните, что вызывает у вас положительные эмоции. Что вы при этом чувствуете?

~ А теперь вспомните, что радует, вдохновляет вашего ребёнка. Что вы чувствуете, когда видите его таким?

~ У вашего ребенка чаще проявляются положительные или отрицательные эмоции? С кем или с чем это связано?

~ Что необходимо делать, чтобы ваш ребёнок был счастливым?

~ Как вы развиваете положительные эмоции у себя? У ребёнка?

(психолог записывает ответы на флипчарт)

~ Выберите приёмы развития положительных эмоций и составьте памятку.

Подведение итогов собрания. Рефлексия.

Родительское собрание № 5.

Тема: Как развивать эмоциональный интеллект младшего школьника.

Цель родительского собрания: познакомить с теорией и концепцией эмоционального интеллекта, привлечь внимание родителей к проблеме развития интеллекта у детей.

Тезисы лекции (педагог)

~ Теория множественного интеллекта (труды Г. Гарднер).
Интеллект – способность к решению задач, обусловленной социальной средой.

~ Личная ответственность родителей по развитию необходимого типа интеллекта.

~ Виды интеллекта: внутриличностный и межличностный, их компоненты.

~ Зачем человеку нужен высокий уровень EQ?

~ Факторы, мешающие развитию эмоционального интеллекта.

Анализ диагностики учащихся (психолог).

Родителей необходимо познакомить с результатами диагностики степени развития эмоционального интеллекта детей.

Как правило, родители делают выводы о том, что воспроизводить эмоциональные реакции детям намного проще, чем их осознавать. Кроме этого не все дети могут показать пути решения проблемы.

Также необходимо попросить родителей оценить уровень развития восприятия, понимания и идентификации ребёнком собственных эмоций и эмоций окружающих, а также в их верной передаче.

Практическая часть (психолог).

Психолог предлагает родителям выполнить несколько упражнений, которые способствуют развитию эмоционального интеллекта.

Упражнение «Найди и запомни».

Цель: научиться радовать окружающих и получать удовольствие от вызванных эмоций.

Упражнение «Зеркало».

Цель: научиться распознавать эмоцию.

Упражнение «Доскажи фразу».

Цель: развивать умение выражать собственные эмоции.

После каждого упражнения, психолог просит родителей поделиться своими ощущениями (не действиями или мыслями).

Далее родителем следует предложить объединиться в группы и придумать по 1 игре на развитие EQ, в которые можно играть с детьми.

Проигрывание придуманных игр, корректировка условий и хода игры.

Подведение итогов собрания. Рефлексия.

Индивидуальное консультирование

Индивидуальные консультации проводятся после курса родительских собраний и в ходе практического этапа реализации программы, когда родители получили достаточный объем теоретического материала по теме и им необходимо развивать эмоциональный интеллект в домашних условиях, используя предложенные специалистами игры и упражнения.

Индивидуальные консультации с родителями строятся по группам проблем учащихся, выявленных в ходе проведения диагностики развития эмоционального интеллекта и затрагиваемые родителями на родительских собраниях.

Можно выделить следующие группы:

- ребёнок не умеет сочувствовать и сопереживать другим людям, его не трогает чужое горе или печаль;
- ребёнок не способен контролировать собственные эмоции;
- ребёнок не принимает во внимание интересы других людей;
- ребёнку не свойственно говорить о своих чувствах, он всё держит в себе.

В ходе консультаций педагог и психолог разбирают каждый случай, помогают родителям анализировать поведение ребёнка, разбираться в причинах его возникновения и корректировать научения ребенка развитию эмоционального интеллекта.

Специалистам необходимо давать каждому родителю конкретные, а не общие рекомендации.

Предложить работать с ребёнком по следующему плану.

Признать эмоцию ребенка.

Помочь ребёнку назвать и осознать свою эмоцию.

Поддерживать ребёнка, быть рядом.

Дать ребёнку понять, что вы уважаете его и его чувства.

Вместе с ребёнком разработать план действий по управлению эмоцией и использование её во благо.

Практический этап.

Практический этап проводится психологом. Каждое занятие этапа имеет следующую структуру: вводная, основная и заключительная части.

Вводная часть включает в себя беседы, игры, упражнения, настраивающие детей и родителей на совместную плодотворную работу, создающую эмоциональный фон и позитивное межличностное взаимодействие.

Основная часть включает в себя развивающие игры, двигательные практики, эмоциональную и дыхательную гимнастику, творческие задания.

После каждого задания идёт обсуждение. Целесообразно включать в диалог и детей и взрослых.

Заключительная часть предполагает улучшение самочувствия, релаксацию, подведение итогов. В конце каждого занятия психолог даёт домашнее задание.

Занятие 1.

Тема: Калейдоскоп эмоций.

Цель: показать детям многообразие эмоций, содействовать пониманию и выражению детьми собственных эмоций.

Оборудование: конверты, геометрические фигуры разных цветов, листы формата А5, ватман (2шт.), клей.

Ход занятия.

Вводная часть.

~ Здравствуйте ребята и уважаемые взрослые. Мы начинаем цикл совместных занятий, где будем изучать эмоции, научимся их распознавать и контролировать. Мы будем работать в парах – ребёнок-родители и в группах – дети и взрослые.

Сегодняшнее занятие мы назвали «Калейдоскоп эмоций». Кто знает, что такое калейдоскоп? Что можно в нём увидеть? А что можно увидеть в калейдоскопе эмоций?

Основная часть.

Упражнение «Цвет эмоций»

~ Какие эмоции вы знаете? Чтобы представить всю палитру эмоций, я предлагаю вам удобно сесть, закрыть глаза и представить цвет эмоций, которые я буду называть. (Психолог называет следующие эмоции: радость, грусть, любовь, гнев, восхищение, испуг, отчаяние, восторг, обида, неуверенность, вдохновение, неприязнь, увлечение). Откройте глаза.

Вопросы:

~ Оттенки каких цветов вы увидели?

~ Как вы думаете, я больше назвала положительных или отрицательных эмоций?

~ Когда отрицательную эмоцию можно использовать во благо?

Приведите примеры.

Упражнение «Узоры эмоций».

Работа в парах: ребёнок-родитель. Каждая пара получает конверт с разноцветными геометрическими фигурами. Задача каждой пары на листе А5 создать в виде аппликации совместный узор эмоций, которые вы чаще всего испытываете находясь вместе.

Работа в группах: дети и родители. Каждой группе необходимо создать большой узор эмоций, которые вы испытываете, находясь в коллективе: дети-детском, взрослые-взрослом. Для этого каждому

участнику группы необходимо выбрать цвет эмоции и поместить его на ватман.

Затем создаётся коллаж из работ. В центр помещается две групповые работы, а вокруг индивидуальные.

Вопросы:

~ Что вы чувствовали, когда работали в парах, в группах.

~ Расскажите о своём узоре, что он обозначает?

~ Рассмотрите наш коллективный узор эмоций. Что вам нравится в нём? Что бы вы изменили? Что бы добавили?

~ Почему ваши индивидуальные узоры отличаются от коллективных?

~ Как вы думаете, почему одни и те же эмоции были разного цвета?

Заключительная часть.

~ Что вы узнали о себе сегодня?

~ Насколько комфортно вам было на занятии?

~ Изменились ли ваши эмоции в ходе нашего занятия?

Работа в парах продолжается дома. Психолог предлагает парам выполнить следующее задание. Лист бумаги делится на 8 квадратов. В любом квадрате ребёнок рисует эмоцию, а родитель её угадывает. Потом взрослый рисует, а ребёнок отгадывает.

Занятие 2.

Тема: Положительные эмоции.

Цель: научить понимать вербальные и невербальные признаки положительных эмоций.

Оборудование: ПК, экран, список эмоций.

Ход занятия

Вводная часть

Упражнение «Море эмоций».

Родители и дети стоят напротив друг друга. Психолог выводит на экран эмоцию, которую видят только дети. После слов «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три – фигура эмоции замри», дети изображают эмоцию с экрана. Задача родителей – угадать эмоцию.

Вопросы.

- ~ Что вам напомнило это упражнение?
- ~ Получилось ли дома угадывать эмоции?
- ~ Чему вы научились, выполняя эти упражнения?

Основная часть.

- ~ Как мы можем понять, какую эмоцию испытывает человек?
- ~ А можно определить эмоцию, не видя человека, например, по телефону или переписываясь с ним в сети?

Упражнение «Признака эмоций».

Работа в парах: ребёнок-взрослый.

Одним парам предлагается составить «фоторобот» человека, испытывающего положительные эмоции (эмоция определяется для каждой пары отдельно).

Другие пары вспоминают слова и фразы, выражающие положительные эмоции.

Пары демонстрируют результаты совместной деятельности. Участники угадывают, какую положительную эмоцию изображает «фоторобот» и выражают слова и фразы.

Вопросы детям.

- ~ Какие затруднения вы испытывали в ходе выполнения задания?
- ~ Что использовали, чтобы решить задания?
- ~ Легко ли вам было работать вместе?
- ~ Когда мы испытываем положительные эмоции?
- ~ Что они дают людям?

Игра «Добрые слова»

Дети играют, родители наблюдают.

Психолог просит детей разбиться на пары. По очереди говорить друг другу добрые слова, пока психолог не скажет «Стоп».

Вопросы детям:

- ~ Что вы чувствовали, когда вам говорили комплименты?
- ~ Трудно ли вам было говорить комплименты другому человеку?
- ~ Часто ли вы говорите добрые слова своим родным и близким?

Вопросы родителям

- ~ Умеют ли ваши дети говорить комплименты?
- ~ Зачем они нужны ребёнку?
- ~ Как часто вы сами говорите людям добрые слова?

Заключительная часть

- ~ Что интересного узнали на занятии?
- ~ Что будете применять в жизни?

Психолог предлагает дома продолжить играть в игру «Добрые слова» и составить словарь положительных эмоций.

Занятие 3

Тема: Отрицательные эмоции

Цель: расширить знания участников об отрицательных эмоциях, научить понимать их вербальные и невербальные признаки.

Оборудование: ПК, экран, список вопросов, листы бумаги с изображением контура человека по количеству участников.

Ход занятия

Вводная часть

Беседа о положительных эмоциях.

- ~ Понравилось ли вам дома играть в игру «Добрые слова»?
- ~ Стали ли вы чаще говорить людям комплименты?
- ~ Какие положительные эмоции вы записали в словарь?
- ~ Какие эмоции вы ещё знаете? Назовите их. (Психолог записывает ответы на доску или флипчарт).

Основная часть

Упражнение «Покажи отрицательную эмоцию»

Работа в парах: ребёнок-родитель

Дети садятся напротив своих родителей. Психолог называет эмоцию, а ребёнок должен её продемонстрировать. Родители отслеживают, какую эмоцию может показать ребёнок, а какую нет.

- ~ Покажи, как ты грустишь.
- ~ Покажи, как грустит мама.
- ~ Покажи, как ты злишься.
- ~ Покажи, как злится твой друг.
- ~ Покажи, как ты боишься.
- ~ Покажи, как боится твой папа.

Вопросы детям.

- ~ Легко ли вам было изображать отрицательные эмоции?
- ~ Что вам давалось труднее всего? Как вы думаете, почему?

Вопросы родителям.

- ~ Что интересного вы заметили?
- ~ Умеют ли ваши дети изображать отрицательные эмоции?
- ~ Им легче показать положительные или отрицательные эмоции?

Как вы думаете, почему?

Упражнение «Объясни причину»

~ Как вы думаете, почему люди грустят, злятся, обижаются, боятся?

Работа в парах: ребёнок-взрослый.

Психолог предлагает ответить на следующие вопросы (Вопросы выводятся на экран. На каждый вопрос отвечают и дети, и родители).

- ~ Когда тебе грустно?
- ~ Когда тебе страшно?
- ~ В каких случаях ты злишься?
- ~ Мне становится обидно, когда ...

Вопросы.

~ Легко или сложно было выполнить задание? Почему вы так решили?

Упражнение «Стихии в эмоциях».

Работа в парах: ребёнок-родитель

Психолог предлагает каждой паре выбрать одну отрицательную эмоцию, записанную в начале занятия на доске. Подумать о ней и описать, что она из себя представляет, связав с природой, что чувствует человек, когда её испытывает.

Вопросы детям

~ Было ли вам не по себе, когда вы переживали эмоцию?

~ Было ли вам страшно за человека, который испытывал эту эмоцию.

Заключительная часть

~ Что больше всего запомнилось на занятии?

~ Каковы ваши впечатления от работы на занятии?

Психолог каждому раздаёт лист бумаги, на котором нарисован контур человека и перечислены основные отрицательные эмоции. Необходимо определить, где в теле человека место каждой эмоции, какой она формы и цвета и нарисовать эти эмоции. Составить словарь отрицательных эмоций.

Занятие 4.

Тема: Почему мы испытываем отрицательные эмоции.

Цель: развивать умение распознавать отрицательные эмоции.

Оборудование: изображение контура человека, мяч, бумага, ручки.

Ход занятия

Вводная часть.

Перед занятием психолог собирает у участников листки с изображениями контура человека и помещает их на доску для демонстрации. Участники рассматривают рисунки.

~ Расскажите, в каком настроении вы сегодня пришли на занятие?
С чем связано у вас сегодняшнее настроение?

~ Поделитесь своими исследованиями относительно расположения отрицательных эмоций в вашем теле (проверка домашнего задания).

~ Почему ваши работы схожи?

~ Какие отрицательные эмоции вы записали в словарь?

Основная часть

~ Вы сказали, что у разных людей одинаковые причины для появления отрицательных эмоций. Подумайте, существуют ли ситуации, когда одна эмоция, например, страх наблюдается у большинства людей. Приведите примеры.

Упражнение «Покажи страх».

Работа в парах: ребёнок-родитель.

Психолог показывает участникам мяч и просит представить, что это ужасное чудовище. И когда вы его видите, то должны изобразить страх, сделать испуганное лицо, принять соответствующую позу. Психолог прячет мяч, а затем показывает его участникам, выполняя действие несколько раз.

Вопросы детям

~ Что происходило с вашей эмоцией каждый раз, как вы видели мяч?

~ Почему, чем чаще вы видели мяч-чудовище, вы меньше его боялись?

Вопросы родителям

~ Как вы думаете, что нужно делать, чтобы дети не боялись?

~ Какие слова помогут ему побороть страх?

Упражнение «Письмо страху».

Работа в парах: ребёнок-родитель.

Психолог предлагает каждой паре написать письмо чудовищу, выразить своё отношение к нему, может прогнать его, а может с ним подружиться. Дети составляют рассказ, родители записывают.

Вопросы детям

~ Трудно было писать письмо?

~ Изменилось ли ваше отношение к чудовищу?

~ Что вам хочется сделать с этим письмом?

Заключительная часть

~ Как мы можем использовать это упражнение, чтобы контролировать наши отрицательные эмоции?

Психолог предлагает дома продумать, что можно сделать для человека, который испытывает отрицательные эмоции.

Занятие 5.

Тема: Эмоции и поведение.

Цель: развивать умение управлять своими эмоциями.

Оборудование: бумага, ручки, карандаши простые и цветные, коробка.

Ход занятия

Вводная часть

~ Расскажите, какие приёмы вы придумали дома, чтобы помочь людям, испытывающим отрицательные эмоции.

~ Какие из приёмов вы уже успели применить?

~ Какие испытывали ощущения, когда видели, что другому человеку становится легче?

Основная часть

Упражнение «Выход из ситуации»

Работа в парах: ребёнок-родитель.

Психолог предлагает прослушать и найти выход из ситуации.

~ Представьте, что вы вдруг чего-то испугались, или разозлились, а рядом никого нет, чтобы помочь вам справиться с отрицательной эмоцией. Что вы будете делать? Запишите все возможные варианты на листках бумаги.

После выполнения упражнения участники зачитывают, а психолог записывает варианты на доску или флипчарт.

Вопросы

- ~ Какие приёмы вам уже известны?
- ~ Что нового вы увидели в списке?

Психолог предлагает участникам выполнить несколько упражнений, которые научат управлять своими эмоциями.

Упражнение «Дыхательная гимнастика»

Психолог показывает техники правильного дыхания для расслабления и спокойствия. Участники повторяют за ним в положении стоя и сидя.

Упражнение «Заколдуй эмоцию»

Психолог просит участников сесть удобно на стул, расслабиться и закрыть глаза.

~ Представьте отрицательную эмоцию, которая мешает вам спокойно жить. Образно её нарисуйте. Какого она цвета, какой формы. Теперь начинайте мысленно добавлять ей детали, чтобы она стала смешной. Теперь нарисуйте эту смешную отрицательную эмоцию.

~ Каждый раз, когда вы испытываете неприятные эмоции, представляйте, как они могут смешно выглядеть и улыбайтесь.

Упражнение «Выбрось отрицательную эмоцию»

Психолог предлагает вспомнить и записать на листке бумаги ситуацию, связанную с отрицательной эмоцией. Затем листы бумаги комкают и придают им форму шара. В центр комнаты ставится коробка. Участники встают в два круга: дети впереди, родители за ними. Необходимо забросить шары в коробку.

Заключительная часть

- ~ Как вы думаете, в чём польза таких упражнений?
- ~ Что будете использовать в дальнейшем?

Психолог предлагает участникам тренироваться управлять своими эмоциями.

Занятие 6

Тема: Работа в команде

Цель: способствовать осознанию умения работать в команде

Оборудование: мячи 14 шт., ватман 4 шт., гуашь, ватные палочки, бумага, ручки.

Ход занятия

Вводная часть

~ Поделитесь своими впечатлениями от выполнения упражнений по управлению эмоциями.

~ Кто нашёл другие упражнения? Поделитесь своими находками.

Основная часть

Игра «Кто быстрее».

Работа в группах: дети и родители.

Участники встают друг за другом с шеренгу. Получается шеренга детей и шеренга родителей. Каждая группа получает по коробке мячей. Необходимо передать все мячи по 1 от первого участника до последнего. Выигрывает та команда, которая быстрее передаст все шары.

Вопросы.

~ Как вы думаете, что помогло команде выиграть?

~ Насколько важно, работая в команде, обсуждать план действий?

Упражнение «Общее дело»

Работа в группах: дети и родители.

Психолог даёт участникам по два ватмана, баночке гуаши и ватной палочке. Каждая группа должна нарисовать позитивный рисунок.

Вопросы обеим группам.

~ Удалось ли создать креативный рисунок?

~ Что было самым сложным?

~ Все ли приняли участие в проекте?

Упражнение «Что нужно, чтобы работать в команде».

Работа в группах: дети и родители

Психолог предлагает проанализировать выполнение предыдущих упражнений и составить список тех умений, которые помогут успешно работать в команде.

После выполнения задания психолог просит детей зачитать свои варианты, а родители проверяют. Затем родители добавляют список детей.

Заключительная часть

Вопросы детям

~ Зачем нам работать в команде, когда одному проще?

~ Если все члены команды разные, то как нам научиться ладить друг с другом?

~ Как мы можем использовать наши знания об эмоциях, чтобы эффективно работать в команде?

~ Стало ли вам легче управлять своими эмоциями?

Вопросы родителям

~ Что больше всего запомнилось на занятии?

~ Как вы считаете, что было лишним?

~ Открыли ли вы для себя что-то новое?

Психолог подводит итоги цикла. Благодарит всех за работу и желает всего наилучшего.

Список литературы

1. Андреева, И. Н. Азбука эмоционального интеллекта / И. Н. Андреева. – Санкт-Петербург : БХВ-Петербург, 2012. – 288 с.

2. Баркан, А. И. Его Величество Ребёнок: Какой он есть: Тайны и загадки / А. И. Баркан. – Москва : Столетие, 1996 – 368 с.

3. Выготский, Л. С. Психология развития ребёнка / Л. С. Выготский. – Москва : Эксмо-Пресс, 2003 – 512 с.

4. Грин, Р. В партнёрстве с ребёнком. Как слышать друг друга и вместе находить решения / Р. Грин ; пер. с англ. Л. Головиной. – Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2018. – 288 с.

5. Деклер, Д. Эмоциональный интеллект ребёнка : практическое руководство для родителей / Д. Деклер, Д. Готтман ; пер. с англ. Г. Федотовой. – Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2015 – 226 с.

6. Кузнецова, К. С. Особенности педагогического сопровождения младших школьников в процессе формирования у них эмоционального интеллекта / К. С. Кузнецова // Гуманитарные науки и образование. – 2011. – № 2 (6). – С. 109.

7. Овчарова, Р. В. Психологическое сопровождение родительства : учебное пособие / Р. В. Овчарова. – Москва : Издательство Института Психотерапии, 2003. – 319 с.

8. Осипова, И. И. Профессиональное сопровождение семьи / И. И. Овчарова // Современная социальная психология: теоретические подходы и прикладные исследования. – 2011. – № 1. – С. 86-98.

9. Фопель, К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения : практическое пособие для педагогов и школьных психологов / К. Фопель ; пер. с нем.; в 4-х томах. Т. 3. – Москва : Генезис, 1998. – 160 с. : ил.

10. Чистякова, М. И. Психодиагностика / М. И. Чистякова ; под. ред. М. И. Буянова. – Изд. 2-е. Москва : Просвещение : ВЛАДОС, 1995. – 175 с.

11. Шнейдер, Л. Б. Семейная психология : учебное пособие для вузов / Л. Б. Шнейдер. – Изд. 2-е. – Москва : Академический Проект ; Екатеринбург : Деловая книга 2006. – 768 с.

3.2. Дорожная карта внедрения проекта программы семейно-ориентированного сопровождения по развитию эмоционального интеллекта младших школьников

Дорожная карта направлена на внедрение программы семейно-ориентированного сопровождения по формированию ЭИ у детей начальных классов.

Основные направления работы связаны с созданием информационной поддержки и проведением педагогического мониторинга развития ЭИ учеников младшей школы. Особое внимание уделяется совершенствованию образовательной среды для становления ЭИ детей с учетом их индивидуальных характеристик. Педагогический коллектив применяет современные методики взаимодействия с семьями обучающихся.

Планируемые итоги реализации: повышение уровня ЭИ младших школьников; установление партнерских отношений с родителями в сфере развития ЭИ; формирование материально-технической основы для результативной организации занятий по совершенствованию ЭИ учеников; разработка системы методического содействия специалистам-психологам при подготовке мероприятий по развитию ЭИ детей.

Структура дорожной карты охватывает целевой, подготовительный, организационный, контрольно-аналитический и коррекционный блоки.

Таблица 4 – Дорожная карта внедрения программы семейно-ориентированного сопровождения по развитию эмоционального интеллекта младших школьников

№	Наименование мероприятия	Срок реализации	Ответственные исполнители
Целевой компонент			
1	Определение целей сопровождения семьи в развитии эмоционального интеллекта детей младшего школьного возраста	Январь	Завуч, педагог-психолог, классный руководитель
Подготовительный			
1	Сбор данных об имеющихся потребностях сопровождения семьи по развитию эмоционального интеллекта обучающихся начальной школы.	Февраль	Классный руководитель
2	Анализ полученных результатов исследования потребностей сопровождения семьи по развитию эмоционального интеллекта детей.	Февраль	Классный руководитель
Организационный			
1.	Организовать и провести	март	Завуч, педагог-

	педагогические заседания, посвященные вопросам подготовки к внедрению программы.		психолог, классный руководитель
2	Анализ материально-технических условий для реализации программы	март	Завуч, педагог-психолог
3	Проведение и участие педагогов в конференциях, семинарах по вопросу развития эмоционального интеллекта детей начальной школы.	учебный год	Завуч
4	Проведение входной диагностики детей для выявления текущего уровня развития эмоционального интеллекта.	сентябрь	Педагог-психолог
5	Организация работы с родителями в развитии эмоционального интеллекта детей.	октябрь-май	Педагог-психолог
6	Организация работы с детьми по развитию их эмоционального интеллекта.	октябрь-май	Педагог-психолог
Контрольно-аналитический			
1	Диагностика и анализ результатов внедрения программы семейно-ориентированного сопровождения семьи по развитию эмоционального интеллекта младших школьников.	май	Педагог-психолог, классный руководитель
Коррекционный			
1.	Корректировка осуществляемой деятельности с целью усовершенствования программы	Июнь-август	Педагог-психолог, классный руководитель

Итак, предлагаются мероприятия по внедрению программы семейного сопровождения развития ЭИ учеников начальной школы. Оценка результативности данной программы требует проведения анкетного опроса среди родителей и опекунов детей младшего школьного возраста.

Анкета будет состоять из следующих вопросов:

1. Какова была цель и задачи программы семейно-ориентированного сопровождения по развитию эмоционального интеллекта младших школьников?

2. Отмечаете ли Вы какие-то изменения в ребенке после реализации данной программы?

3. Если изменения были, то какие? Опишите, пожалуйста, подробно.

4. Какое Ваше впечатление о программе? Считаете ли вы её эффективной?

5. Напишите, пожалуйста, Ваши пожелания.

Эффективность программы будет определяться её одобрением и принятием, что свидетельствует о соответствии установленным в ней целям и задачам.

Выводы по 3 главе

Для успешного развития эмоционального интеллекта у младших школьников нами была разработана программа семейно-ориентированного сопровождения по развитию эмоционального интеллекта, которая реализуется во внеурочное время. Программа рассчитана на 36 часов, продолжительность каждого мероприятия 45 минут и реализуется в течение учебного года. Основная цель программы – способствовать активному вовлечению семьи в развитие эмоционального интеллекта младшего школьника.

При реализации программы важно учитывать ряд принципов, таких как системный подход, соблюдение норм развития с учетом возрастных и индивидуальных психологических особенностей детей, персонализированный подход, комплексное использование методов психологического воздействия, а также вовлечение родителей.

К основным формам реализации программы относятся: групповые беседы с родителями, изучение степени развития эмоционального интеллекта с помощью диагностических методик, индивидуальные консультации родителей и совместные практические занятия родителей с детьми.

Выбранные методы способствуют предотвращению отрицательных тенденций в личностном и интеллектуальном развитии, а также развитию социальной компетенции ребенка и его способности справляться с реальными жизненными ситуациями. Они помогают создать оптимальные условия для эмоциональной стабильности в процессе роста ребенка и корректировать отношения между детьми и родителями. Также была разработана дорожная карта мероприятий для реализации проекта, которая поможет интегрировать нашу программу в школьную практику.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Цель исследования – теоретически обосновать и разработать программу семейно-ориентированного сопровождения развития эмоционального интеллекта у младших школьников.

Значение эмоционального интеллекта в развитии детей трудно переоценить, и в последнее время многие исследователи в этой области признали это. Множество ученых пытаются создать универсальное определение эмоционального интеллекта, однако каждый из них имеет свои уникальные взгляды на эту концепцию. К проблеме эмоционального развития и формирования эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста обращались такие отечественные ученые, как И. Н. Андреева, Л. С. Выготский, Ю. Б. Гиппенрейтер, М. И. Грязнова, А. В. Запорожец, Е. И. Изотова, Е. Е. Кравцова, М. А. Нгуен, О. А. Прусакова, Е. А. Сергиенко и другие, а также зарубежные исследователи, такие как Дж. Готтман, Д. Гоулман, Дж. Деклер, Дж. Мейер, П. Сэловей, Д. Слайтер, Д. Майер, Ж. Пиаже и другие.

Чаще всего под эмоциональным интеллектом понимают способность чувствовать, распознавать и управлять своими эмоциями, а также понимать, воспринимать и принимать эмоции других людей. Современным родителям важно быть осведомленными о данном понятии, его компонентах и заниматься развитием эмоциональной компетенции у ребенка с раннего возраста, наряду с формированием когнитивных процессов. При анкетировании родители уделяют значительное внимание умственным способностям детей, не придавая важности развитию чувственно-эмоциональной сферы. В период обучения в начальной школе у ребят изменяется социальный статус – они становятся учениками. Данный временной отрезок считается базовым для становления ЭИ. От степени гармонизации душевного мира зависит результативность личностного роста маленького человека на дальнейших этапах взросления. Проигнорировав

аспект психолого-эмоционального благополучия младших школьников, педагоги и родители рискуют упустить сензитивный период развития детской психики.

Изучая психологическую литературу, мы обнаружили, что эмоциональный интеллект представляет собой конструкт, состоящий из ряда способностей. Первое и главное звено – это идентификация и выражение собственных эмоций; нужно отметить, что родитель сам должен освоить этот навык. Следующим компонентом является регуляция эмоций, что подразумевает способность адекватно эмоционально реагировать на различные события. И, наконец, использование эмоциональной информации в мышлении и деятельности. Все эти составляющие могут быть развиты у младших школьников через взаимодействие с родителями. Многие исследователи отмечают, что семья как социальная среда играет ключевую роль в формировании доминирующих эмоциональных состояний детей, и то, что они приобретут в рамках семьи, будет сохраняться на протяжении всей их жизни.

Для разработки действенной программы по развитию ЭИ у младших учеников мы организовали исследование – диагностические процедуры, позволяющие выявить исходные показатели сформированности их ЭИ.

Исследование проводилось на базе МБОУ «СОШ города Челябинска», в 3 классе. В эксперименте принимало участие 59 учеников, которые присутствовали на момент исследования, и у которых были даны согласия от родителей на работу педагога-психолога с детьми. Возраст детей от 9 -10 лет.

После анализа всех полученных результатов, мы смогли сделать общий вывод и доказать, что уровень сформированности эмоционального интеллекта находится на среднем уровне в целом по классу и во многом зависит от структуры семьи. В связи, с чем и была разработана программа семейно-ориентированного сопровождения по развитию эмоционального

интеллекта младших школьников по средствам внеурочной деятельности родителей и детей.

В результате проведенного исследования, работы с родителями и повышения осведомленности всех участников процесса воспитания и развития детей, уровень сформированности эмоционального интеллекта у младших школьников значительно возрастет. Мы также полагаем, что при таком подходе родители не только поддержат развитие эмоционального интеллекта у своих детей, но и сами научатся эмоциональной саморегуляции, а также укрепят взаимоотношения с детьми.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абдуллаева М. А. Семья как основа эстетического воспитания / М. А. Абдуллаева // Молодой ученый. — 2014. — № 21 (80). — С. 599-600.
2. Андреева И. Н. Возможности развития эмоционального интеллекта в процессе психологического тренинга / И. Н. Андреева // Психология и современное общество: взаимодействие как путь взаиморазвития: Материалы 4 международной научно-практической конференции / Редкол. В. Н. Дежкин и др. Ч. 1. — Санкт-Петербург : 2009. — С. 24–26.
3. Андреева И. Н. эмоциональный интеллект как феномен современной психологии / И. Н. Андреева. — Новополюцк : ПГУ, 2011. — 388 с. — ISBN 978-985-531-260-5.
4. Андреева И. Н. Предпосылки развития эмоционального интеллекта / И. Н. Андреева // Вопросы психологии. — 2007. — № 5. — С. 57 – 65.
5. Арушанова А. Г. Развитие коммуникативных способностей дошкольника: методическое пособие / А. Г. Арушанова. — Москва : Творческий центр Сфера, 2011. — 78 с. — ISBN 978-5-9949-0417-6.
6. Бардиер Г. Я хочу! : Психолог.сопровождение естественного развития маленьких детей / Г. Бардиер, И. Ромазан, Т. Чередникова. — Санкт-Петербург : Дорваль, 1993. — 92 с. — ISBN 5-85091-019-0.
7. Беляева Т. Б. Личностные особенности ребенка как фактор его психологической безопасности в образовательной среде / Т. Б. Беляева // Психологическая безопасность образовательной среды. — Москва, 2016. — С. 23-28.
8. Берк Л. Е. Развитие ребенка / Л. Е. Берк. — Санкт-Петербург : Питер, 2006. — 1056 с. — ISBN 5-314-00040-7.
9. Борулава М. Н. Нация в опасности / М. Н. Борулава // Педагогика. — 2009. — № 5. — С. 3–6.

10. Братчикова Ю. В. Роль родителей в игровой деятельности детей дошкольного возраста / Ю. В. Братчикова, Н. С. Волошина // Психологические проблемы современной семьи. — Екатеринбург : Уральский государственный педагогический университет, 2018. — С. 876-878.
11. Братчикова Ю. В. Формирование навыков эмоциональной саморегуляции у младших школьников / Ю. В. Братчикова, Е. О. Васильченко // Всероссийская весенняя психологическая сессия. — Екатеринбург: [б. и.], 2017. — С. 35–40.
12. Бредберри Т. Эмоциональный интеллект 2.0 / Т. Бредберри, Д. Гривз. — Москва : ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2021. — 208 с. — ISBN 978-5-00100-689-3.
13. Бретт Д. «Жила была девочка, похожая на тебя...»: Психотерапевтические истории для детей / Д. Бретт; перевод с англ. Г. А. Павлова. — Москва : Независимая фирма «Класс», 1996. — 212 с. — ISBN 5-86375-014-6.
14. Влияние семейного окружения на эмоциональный интеллект — URL: <http://www.ijstr.org/final-print/nov2019/Influence-Of-Family-Environment-On-Emotional-Intelligence-Among-Youth.pdf> (дата обращения 25.02.2024)
15. Ганзен В. А. Системные описания в психологии / В. А. Ганзен — Ленинград : ЛГУ, 1984. — 175 с.
16. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ / Д. Гоулман; пер. с англ. А.П. Исаевой. — Москва: Хранитель, 2022. — 544 с. — ISBN 978-5-00146-211-8.
17. Грецов А. Г. Тренинг уверенного поведения / А. Г. Грецов. — Москва : Питер, 2008. — 192 с. — ISBN 978-5-91180-717-7.
18. Гром Н. А. Особенности развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста / Н. А. Гром // Научно-методический электронный журнал «Концепт». — 2016. — Т. 10. — С. 86–90

19. Данилина Т. А. В мире детских эмоций / Т. А. Данилина, В. Я. Зедгенидзе, Н. М. Степина – Москва: Айрис-пресс, 2008. – 160 с. – ISBN 978-5-8112-3366-3.
20. Запорожец А. В. Психическое развитие ребенка / А. В. Запорожец. – Москва: Просвещение, 2010. – 320 с.
21. Запорожец А. В. Эмоциональное развитие дошкольника: пособие для воспитателей детского сада / А. В. Запорожец, Я. З. Неверович, А. Д. Кошелева. – Москва: Просвещение, 1985. – 175 с.
22. Захаров А. И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка / А. И. Захаров. – Москва: Просвещение, 1993. – 191 с. – ISBN 5-09-004635-2.
23. Зорина Н. Н. Возможности развития эмоционального интеллекта / Н. Н. Зорина – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vozmozhnosti-razvitiya-emotsionalnogo-intellekta> (дата обращения 05.10.2023).
24. Изард К. Э. Психология эмоций / К. Э. Изард. – Санкт-Петербург : Питер, 2021 – 464 с. – ISBN 978-5-4461-9457-5.
25. Ильин Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. — Санкт-Петербург : Питер, 2001. – 752с . – ISBN 5-318-00236-6
26. Изотова Е. И. Эмоциональная сфера ребенка / Е. И. Изотова. — Москва : Академия, 2004. — 288 с. – ISBN 5-7695-1540-6.
27. Казакова Е. В. Субъективное благополучие первоклассников в условиях современной образовательной среды / Е. В. Казакова // Международный студенческий научный вестник. – 2017. – № 5. – С. 692–696.
28. Каменская В. Г. Психология развития: общие и специальные вопросы: учебное пособие для вузов / В. Г. Каменская, И. Е. Мельникова. – Санкт-Петербург : Детство – Пресс, 2008. – 368 с. – ISBN 978-5-89814-420-3.

29. Коломийченко Л. В. Роль социальной ориентации в нравственном воспитании детей дошкольного возраста: психолого-педагогические аспекты: монография / Л. В. Коломийченко, Н. А. Зорина. – Пермь, 2019. – 96 с.
30. Кузнецова К. С. Модель педагогического сопровождения школьников в процессе развития эмоционального интеллекта / К. С. Кузнецова // Вестник ПАГС. – 2011. – № 4. – С. 125–130.
31. Леонтьев А. Н. Потребности, мотивы и эмоции / А. Н. Леонтьев. – Москва : МГУ, 2006. – 752 с. – ISBN 5-88711-228-X
32. Люсин Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования / Под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. Москва: Институт психологии РАН – 2018. – С. 29–36.
33. Маклаков А. Г. Общая психология / А. Г. Маклаков. – Санкт-Петербург: Питер. 2001. – 592 с. – ISBN 5-272-00062-5.
34. Манойлова М. А. Эмоциональный интеллект будущего педагога: акмеологическая диагностика и методы развития. (Учебнометодическое пособие) / М. А. Манойлова. – Москва: «POLEOGRAFF PRESS», 2008. – 128 с. – ISBN 5-89526-019-5.
35. Метёлкина А. А. Психологические особенности и развитие эмоциональной креативности младших школьников средствами кинотренинга / А. А. Метёлкина // Герценовские чтения. Художественное образование ребёнка. – 2015. – Т. 1. – № 1. – С. 91–100.
36. Мухина В. С. Возрастная психология. Феноменология развития: учеб. Для студ. высш. учеб. завед. / В. С. Мухина. – 10-е изд., перераб. И доп. – Москва: Издат. Центр «Академия», 2006. – 608 с.
37. Немов А. С. Психология / А. С. Немов. – Москва: центр Владос, 2003. – 688 с. – ISBN 5-691-00552-9.

38. Никитина Н. Б. Влияние эмоционального опыта на становление личности младшего школьника / Н. Б. Никитина // Гуманитарный вектор. Серия: Педагогика, психология. – 2009. – № 2. – С. 59 – 63.

39. Нгуен М. А. Психологические особенности формирования эмоционального интеллекта старших дошкольников: автореф. дис. канд.псих. наук. Тамбов, 2008. – 24 с.

40. Обучение эмоциональному интеллекту в раннем детстве – URL: <https://www.naeyc.org/resources/pubs/yc/mar2017/teaching-emotional-intelligence> (дата обращения 15.01.2023)

41. Пидкасистый П. И. Самостоятельная познавательная деятельность школьников в обучении / П. И. Пидкасистый. – Москва : Просвещение, 1980. – 240 с.

42. Подласый И. П. Педагогика / И. П. Подласый. – Москва: центр ВЛАДОС, 2007. – 463 с. – ISBN 978-5-691-01559-5.

43. Прохоров А. О. Саморегуляция психических состояний: феноменология, механизмы, закономерности / А. О. Прохоров. – Москва : PerSe, 2005. – 350 с. – ISBN 5-9292-0139-0.

44. Путилова О. А. Эмоциональный мир ребенка / О. А. Путилова. — Москва: Генезис, 2012. — 122 с.

45. Роль детского сада в формировании эмоционального интеллекта ребенка – URL: <https://mdou218.ru/razvitie-detej-v-detskom-sadu/rol-detskogo-sada-v-formirovanii-jemocionalnogo-intellekta-rebenka> (дата обращения 25.01.2023)

46. Романова О. М. Особенности эмоциональной культуры младших школьников / О. М. Романова // ИТС. – 2010. – № 3. – С. 89 – 93.

47. Рыжкова Т. В. Литературное развитие младших школьников: Учеб. Пособие / Т. В. Рыжкова. – Санкт-Петербург: РГПУ им. А. И. Герцена, 2004. – 159 с. – ISBN 5-8064-0730-6.

48. Рыжов Д. М. Исследование и анализ эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста / Д. М. Рыжков // Вестник

Сургутского государственного педагогического университета. – 2012. – № 3. – С. 166 – 171.

49. Самоукина Н. В. Игры в школе и дома: Психотехнические упражнения и коррекционные программы / Н. В. Самоукина. – Ярославль : Академия развития, 2002. – 206 с. – ISBN 5-9285-0253-230.

50. Степанова М.В. Эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста / М.В. Степанова // Педагогика. Вопросы теории и практики. – Тамбов : Грамота, 2016. – № 4. – С. 46 –49.

51. Шабанов С. Эмоциональный интеллект / С. Шабанов, А. Алешина. – Москва : ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2019. – 432 с. – ISBN 978-5-00117-817-0.

52. Трясорукова Т. П. Эмоциональный интеллект. Развитие базовых эмоций: рабочая тетрадь / Т. П. Трясорукова. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2021. – 32 с.

53. Федина Н. В. Требования к результатам освоения программ дошкольного образования / Н. В. Федина // Управление 72 дошкольным образовательным учреждением. — 2009. — № 3 (53). — С. 53 – 63.

54. Шамухаметова Е. С. Особенности межличностного эмпатического взаимодействия младших школьников / Е. С. Шамухаметова // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2015. – № 1. – С. 75 – 77.

55. Дегтярев А.В. Эмоциональный интеллект: становление понятия в психологии /А.В. Дегтярев // Психолого-педагогические исследования. – 2012. – № 2. – С. 1–13.

56. Яковлева Е. Л. Эмоциональные механизмы личностного и творческого развития /Е. Л. Яковлева // Вопросы психологии. – 2018. – № 4. – С. 20 – 27.

57. King, L. A. Ambivalence over expressing emotion: Physical and psychological correlates / L.A. King, R.A. Emmons // Journal of Personality and

Social Psychology. – Washington, D.C.: American Psychological Association, 1990. – № 58. –С. 864-877.

58. Mayer, J. D. The intelligence of emotional intelligence / J.D. Mayer, P. Salovey // Intelligence. – Washington, D.C.: American Psychological Association, 1993. – № 17. –С. 433-442.

59. Mayer, J. D. Emotional intelligence: Theory, Findings, and Implications / J.D. Mayer, P. Salovey, D. Caruso // Psychological Inquiry. – London: Taylor & Francis, 2004. – № 3. –С. 197-215.

60. Salovey, P. Emotional development and emotional intelligence: Educational implications / P. Salovey, J. D. Mayer. – New York: Harper Collins, 1997. – 288 с. 78. 54. Smith, M. K. Howard Gardner and multiple intelligences, the encyclopedia of informal education. – Режим доступа: <http://www.infed.org/mobi/howardgardner-multiple-intelligences-and-education>

61. Wang, N. Assessing students' emotional competence in higher education: Development and validation of the widener emotional learning scale / N. Wang, T. Young, S. C. Wilhite, G. Marczyk// Journal of Psychoeducational Assessment. – 2011. – № 29 (1). – С. 47-62.