

Министерство просвещения РФ  
ФГАОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»  
Институт психологии  
Кафедра психологии образования

**РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА МЛАДШИХ  
ШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

Выпускная квалификационная работа

Направление подготовки 44.04.02 – Психолого-педагогическое образование  
Направленность «Психолого-педагогическое сопровождение  
субъектов образования»

ВКР допущена к защите  
зав. кафедрой

\_\_\_\_\_  
(подпись) Н.Н. Васягина

«22» ноября 2024 г.

Исполнитель:  
Медведева Анна Владимировна,  
студент ССО – 2241z группы

\_\_\_\_\_  
(подпись)

Научный руководитель:  
Григорян Елена Николаевна,  
кандидат психологических наук,  
доцент

\_\_\_\_\_  
(подпись)

Екатеринбург 2024

## **СОДЕРЖАНИЕ**

|                                                                                                                 |           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Введение.....</b>                                                                                            | <b>3</b>  |
| <b>Глава 1 Теоретические основы исследования эмоционального интеллекта младших школьников.....</b>              | <b>7</b>  |
| 1.1 Феномен эмоционального интеллекта в отечественной и зарубежной психологии.....                              | 7         |
| 1.2 Особенности эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте.....                                      | 13        |
| 1.3 Подходы к развитию эмоционального интеллекта младших школьников в условиях образовательных организаций..... | 23        |
| <b>Глава 2 Психолого-педагогическая программа развития эмоционального интеллекта у младших школьников</b>       | <b>38</b> |
| 2.1 Организация эмпирического исследования.....                                                                 | 38        |
| 2.2 Программа развития эмоционального интеллекта.....                                                           | 46        |
| 2.3 Апробация программы развития эмоционального интеллекта у младших школьников.....                            | 54        |
| <b>Заключение.....</b>                                                                                          | <b>73</b> |
| <b>Список литературы.....</b>                                                                                   | <b>74</b> |
| <b>Приложения.....</b>                                                                                          | <b>78</b> |

## ВВЕДЕНИЕ

В современном обществе высоки требования к успешности индивидуума. Отсутствие успеха в трудовой деятельности, семейной жизни и социальных контактах заставляет людей ощущать себя глубоко несчастными, а иногда ввергает в тяжёлую депрессию. Долгое время общественное восприятие и психологическая наука полагали, что успешность человека зависит от его когнитивных способностей. На важность развития умственных способностей и интеллекта для достижения успеха в жизни указывали такие учёные, как Жан Пиаже, Уильям Джеймс, Дэвид Макклелланд и др. Тем не менее, дальнейшие исследования показали, что успешность зависит не только от умственных способностей, но и от умения строить отношения с другими людьми и адаптироваться к социальным нормам. Карл Юнг выделял два типа интеллекта - эмоциональный и рациональный, и считал, что успех связан с развитием обоих типов интеллекта.

Хотя самому понятию «эмоциональный интеллект» уже более ста лет, активная проработка этого феномена началась в психологической науке сравнительно недавно, что требует более глубокого изучения этого аспекта психологии и использования приобретенных знаний в воспитании и обучении детей.

В педагогике наблюдения за детьми младшего школьного возраста показывают, что уровень развития эмоционального интеллекта может быть очень различен, при этом, отставание может быть откорректировано при помощи целенаправленных усилий.

**Проблема** состоит в том, что существующие программы для развития эмоционального интеллекта либо не являются универсальными и практичными, либо не подходят для широкого внедрения в образовательных организациях. Это создает препятствия для эффективного развития эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста. Требуется разработка, более универсальных и практичных программ, удобных для применения в реальной практике

общеобразовательной школы. Попытка разработки такой программы и будет предпринята в данной работе

**Актуальность** данной проблемы заключается в том, что задача развития эмоционального интеллекта детей является одной из сложнейших, при этом роль ЭИ в формировании мотивов, регуляторов поведения и деятельности ребенка весьма высока. Однако современный учебный процесс не фокусируется на развитии и/или коррекции эмоционального интеллекта учащихся.

При этом развитие ЭИ именно в начальной школе является важнейшей задачей, так как это способствует формированию у детей навыков, необходимых для успешной социализации и адаптации в обществе и достижения лучших успехов в учёбе. Развитие ЭИ помогает детям справляться со стрессом, контролировать свои эмоции и поведение, а также строить качественные отношения со сверстниками и взрослыми, лучше усваивать школьную программу и достигать больших успехов жизни. При этом, наиболее интенсивно эти навыки формируются именно в начальной школе, становясь фундаментом для дальнейшего развития.

В настоящее время эмоциональный интеллект признан крупнейшими работодателями России, как один из десяти важнейший soft skills (так называемые гибкие или мягкие навыки, важные для карьеры, но не относящиеся к профессиональным навыкам). Высокий уровень эмоционального интеллекта является значимым для успеха в профессиональной реализации. На развитие высокого уровня эмоционального интеллекта направлены многие проекты АНО «Россия – страна возможностей», созданного по инициативе президента РФ в 2018 году. Таким образом, раннее и качественное развитие ЭИ повышает возможности ребёнка в дальнейшей социализации и успешной интеграции в общество.

При всей важности указанной выше задачи, основные усилия в образовательных учреждениях фокусируются на когнитивной сфере. Целенаправленное развитие эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста почти никогда не является ключевой задачей педагогов. Тем

важнее выработка эффективных и действенных программ для формирования и развития эмоционального интеллекта, имеющих возможность широкого внедрения. Данный вопрос подробно рассматривался автором в статье «О проблемах развития эмоционального интеллекта младших школьников в условиях образовательной организации» [35].

**Объект исследования:** эмоциональный интеллект младших школьников

**Предмет исследования:** программа развития эмоционального интеллекта младших школьников в условиях образовательной организации.

**Цель:** разработка и апробация программы развития эмоционального интеллекта младших школьников в образовательной организации.

**Задачи исследования:**

1. Проанализировать феномен эмоционального интеллекта с точки зрения современной отечественной и зарубежной психологической науки и его особенности в младшем школьном возрасте.
2. Проанализировать подходы к развитию эмоционального интеллекта младших школьников.
3. Разработать психолого-педагогическую программу развития эмоционального интеллекта младших школьников в образовательной организации.
4. Провести апробацию программы и оценить её результативность этой программы.

**Гипотеза** исследования состоит в том, что при реализации психолого-педагогической программы развития эмоционального интеллекта, проводящийся в условиях общеобразовательной организации, при повышении общего уровня эмоционального интеллекта происходит также повышение уровня субъективного благополучия младших школьников.

**Методологической основой** выпускной квалификационной работы являются исследования зарубежных и отечественных ученых в области эмоционального интеллекта (Гоулман Д., Люсин Д.В., Майер Дж., Сэловей П. и др.). Для обоснования взаимосвязи развития эмоционального интеллекта и

субъективного благополучия применялись результаты исследований специалистов НИУ ВШЭ, при разработке программы развития применялись методические рекомендации, утверждённые Министерством образования РФ, и практический опыт автора.

В работе применяются следующие теоретические и эмпирические методы:

**Теоретические методы:** анализ, сравнение и систематизация литературы и исследований по изучаемому вопросу.

**Эмпирические методы:** методика «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» (Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина) - гностический компонент (способности к пониманию эмоций других); методика «Какой я?» (О.С. Богданова) - экспрессивный компонент (способности быть понятым другими, способность к самовыражению); методика «Что – почему - как» (М.А. Нгуен) - интеракционный компонент (способности адекватно влиять на эмоции других), а также адаптированный Опросник субъективного благополучия для младших школьников (Т.Н. Канонир, И.Л. Угланова и др.)[1].

**Теоретическая значимость работы** состоит в углублении знаний об особенностях развития эмоционального интеллекта младших школьников и его влияние на другие сферы жизнедеятельности обучающихся начальной школы.

**Практическая значимость** состоит в возможности применения и тиражирования программы развития эмоционального интеллекта младших школьников в образовательных учреждениях Свердловской области в целях повышения качества учебного процесса и всестороннего развития обучающихся.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложений. Объём работы составляет 95 страниц, в работе результаты исследования отражены в 17 диаграммах и 5 таблицах.

# **Глава 1 Теоретические основы исследования эмоционального интеллекта младших школьников**

## **1.1 Феномен эмоционального интеллекта в отечественной и зарубежной психологии**

Феномен эмоционального интеллекта (ЭИ) является одним из наиболее актуальных и дискуссионных вопросов в современной психологии. В отечественной психологии проблема ЭИ исследуется с конца 1990-х годов, в то время как в зарубежной психологии эта тема стала предметом исследования еще в середине 20 века.

Понятие эмоционального интеллекта введено в научный оборот публикацией статьи американских психологов П. Сэловея и Дж. Майера (1990г.), хотя родственные идеи, такие как «социальный интеллект», были предложены более ранними авторами — первоначально Э. Л. Торндайком [37]. Тем не менее, понятие ЭИ было встречено научным сообществом с высоким интересом, способствовавшим его интенсивному развитию. Сами авторы, первоначально определявшие эмоциональный интеллект как «способность отслеживать собственные и чужие чувства и эмоции, различать их и использовать эту информацию для направления мышления и действий», в дальнейшем пересмотрели его. В их новой трактовке эмоциональный интеллект определялся как «способность перерабатывать информацию, содержащуюся в эмоциях: определять значение эмоций, их связи друг с другом, использовать эмоциональную информацию в качестве основы для мышления и принятия решений»[12].

Высокий интерес общественности к теории эмоционального интеллекта стимулировала книга американского журналиста и психолога, Д. Гоулмана «Эмоциональный интеллект: почему он может иметь значение больше, чем IQ» (1995г.). В течение последующих лет тему разрабатывало большое количество учёных-психологов и популяризаторов психологического знания.

В отечественной психологии это понятие получило популярность и признание несколько позднее. Хотя вопросы взаимосвязи эмоций и когнитивной деятельности разрабатывались отечественными психологами достаточно давно. Видный вклад внесли Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев и ряд других исследователей. Поэтому, современные разработки западных учёных во многом сопрягались с представлениями отечественной психологической школы. Работу в области эмоционального интеллекта ведут: Д.В. Люсин, Д.В. Ушаков (2004, 2009), Е.В. Сидоренко (2002), Е.П. Ильин (2007), Г.Г. Гарскова (1999), И.Н.Андреева (2004, 2006, 2009, 2017), М.А. Манойлова (2004, 2008), Е.А. Сергиенко (2009, 2017), И.И. Ветрова, (2009, 2010, 2017), Ерохина Е.В. (2011) и ряд других исследователей.

Развитие концепции ЭИ как в отечественной, так и в зарубежной науке сопровождалось активной и содержательной дискуссией.

Критика концепции эмоционального интеллекта (ЭИ) со стороны ученых и специалистов в области психологии и социологии продолжается уже несколько десятилетий. Она заключается в том, что концепция ЭИ не учитывает сложность эмоциональной сферы человека и не позволяет полностью описать все аспекты ЭИ [65]. Критики указывают на то, что эмоции не могут быть полностью поняты и управляемы с помощью когнитивных процессов. Также указывается, что различия в поведении и эмоциях могут быть обусловлены не только конструкцией эмоционального интеллекта индивида, но и другими факторами, такими как, например, культурные и социальные нормы и ценности. Кроме того, критики указывают на то, что модель ЭИ не учитывает индивидуальные различия в эмоциональной сфере человека и не позволяет полностью описать все аспекты ЭИ, а, следовательно, обладает малой предсказательной и практической значимостью [60].

Последователи концепции ЭИ обычно указывают на то, что критика не опровергает саму концепцию, а лишь подчёркивает необходимость ее дальнейшего развития и уточнения [64]. Они также отмечают, что ЭИ является комплексным феноменом, который включает в себя не только когнитивные, но и



эмоциональные и социальные компоненты, и что его изучение и обучение навыкам, характерным для индивидов с высоким ЭИ возможно и реализуемо. Последователи концепции ЭИ указывают на то, что данная концепция имеет большое практическое значение и может быть использована для решения различных задач, связанных с управлением эмоциями и социальным взаимодействием, а также разработкой и внедрением корректирующих мероприятий [59].

В настоящее время уже можно говорить о сложившемся консенсусе научного сообщества относительно концепции ЭИ, состоящем в принятии её в научной и педагогической практике [2]. Возможно выделить различия в подходах к концепции ЭИ и её развитию и изучению в отечественной и зарубежной психологической науке.

Поскольку для отечественной психологической школы концепция ЭИ не является родной и, во многом, её развитие стало следствием проникновения зарубежных идей и подходов, не имеет смысла выделять различия между базовыми понятиями и методами изучения феномена отечественной и зарубежной психологическими школами. Тем не менее, необходимо отметить, что имеющиеся различия в традициях и культуре не позволяют отечественной психологии и педагогике просто копировать методики оценки ЭИ, разработанные зарубежными коллегами. Требуется глубокая адаптация и самих методик и подходов к их интерпретации. Свои особенности и нюансы есть и в общих подходах к изучению феномена ЭИ у отечественных и зарубежных исследователей.

В общем случае принято представление, что ЭИ включает в себя несколько компонентов: распознавание эмоций, понимание и управление своими эмоциями, а также способность к социальному взаимодействию.

Современная психология, предлагает несколько подходов к пониманию ЭИ. К основным можно отнести следующие:

**Трехкомпонентная модель** – ЭИ включает в себя способность к распознаванию эмоций, понимание и управление своими эмоциями, а также способность к социальному взаимодействию (Майер С.Е., Бриггс М.Р.).

В отечественной практике в соответствии с трехкомпонентной моделью развивался когнитивный подход, когда ЭИ рассматривается как способность человека к пониманию своих собственных эмоций и эмоций других людей, а также к управлению своими эмоциями и эмоциональными состояниями. (Леонтьев А.Н., Стерн В.Ф). Критики данного подхода указывают на то, что эмоции не могут быть полностью поняты и управляемы с помощью когнитивных процессов, что созвучно и общей критике трёхкомпонентной модели, указывающей на то, что она не учитывает сложность эмоциональной сферы человека и не позволяет полностью описать все аспекты ЭИ, поэтому может исказить реальную картину.

**Социально-эмоциональный подход** – ЭИ рассматривается как способность человека к социальному взаимодействию и решению проблем, а также к пониманию и управлению своими эмоциями (Соломон Р.Ш., Майер С.Е.). В отечественной психологии трактуется как психодинамический подход – ЭИ рассматривается как способность человека к пониманию и управлению своими эмоциями, а также к социальному взаимодействию и решению проблем (Рубинштейн С.Л.). Критики данного подхода к пониманию ЭИ указывают на то, что он не учитывает индивидуальные различия в эмоциональной сфере человека и не позволяет полностью описать все аспекты ЭИ, а также на то, что эмоции не всегда являются результатом социального взаимодействия.

**Культурный подход** – ЭИ рассматривается как культурно-специфичный феномен, который зависит от культурных норм и ценностей (Маркус М.Х., Стриблинг С.).

В отечественной психологии его принято обозначать, как культурно-исторический подход – ЭИ рассматривается как результат социального взаимодействия и культурного опыта человека (Выготский Л.С., Лурия А.Р.).

Критики данного подхода к пониманию ЭИ указывают на то, что культурные различия в поведении и эмоциях могут быть обусловлены не только социальным взаимодействием и культурным опытом, но и индивидуальными особенностями.

Необходимо отметить, что и отечественная, и зарубежная психология рассматривает ЭИ как комплексный феномен, который включает в себя не только когнитивные, но и эмоциональные и социальные компоненты [51]. В этом контексте ЭИ рассматривается как способность человека к пониманию и управлению своими эмоциями, а также к социальному взаимодействию и решению проблем. Такой комплексный подход усложняет выделение конкретных аспектов, влияющих на уровень ЭИ и позволяющих уверенно выполнять корректирующие мероприятия с предсказуемым результатом [17].

Основной проблемой разности подходов для практического применения концепции является отсутствие единого определения феномена эмоционального интеллекта. Различные исследователи, как было показано выше, предлагают различные подходы к его определению, обращают внимание на различные аспекты, влияющие на ЭИ [58], что затрудняет проведение сравнительных исследований и делает результаты неоднозначными [44].

Следствием этого является отсутствие надежных методов измерения эмоционального интеллекта. Существующие методы не всегда дают точные результаты, так как они могут быть подвержены влиянию различных факторов, таких как фокус внимания исследователя на тех или иных аспектах ЭИ, настроение испытуемого или его социальный статус [56].

Исследования феномена ЭИ в мировой и отечественной психологии продолжаются. При этом важнейшим направлением фокуса исследований является не только сам феномен, но и его влияние на все аспекты жизни людей [62]. Так, можно выделить несколько основных направлений исследований:

- Связь ЭИ с успешностью в профессиональной деятельности. Исследования показывают, что люди с высоким уровнем ЭИ часто достигают больших успехов в работе и карьере. Они лучше понимают свои эмоции и эмоции других людей, что помогает им эффективно общаться и принимать решения.
- Связь ЭИ с межличностными отношениями. Исследования показывают, что люди с высоким уровнем ЭИ имеют более качественные

межличностные отношения. Они лучше понимают эмоции других людей, что помогает им лучше понимать их потребности и желания.

- Связь ЭИ с уровнем тревожности и агрессивности. Исследования показывают, что люди с высоким уровнем ЭИ имеют более низкий уровень тревожности и агрессивности. Они лучше контролируют свои эмоции и эмоции других людей, что помогает им избегать конфликтов и стресса.

- Связь ЭИ с самооценкой. Исследования показывают, что люди с высоким уровнем ЭИ имеют более высокую самооценку. Они лучше понимают свои эмоции и эмоции других людей, что помогает им лучше оценивать свои способности и достижения.

Исследования ЭИ показали, что этот феномен имеет большое значение для понимания межличностных отношений, успешности в профессиональной деятельности и других аспектов жизни человека. Опираясь на результаты исследований ЭИ, специалисты могут разрабатывать действенные программы, направленные на улучшение качества жизни людей, повышение эффективности работы организаций и повышение качества межличностных отношений.

Таким образом, можно отметить, что феномен ЭИ занимает значимое место в современном понимании вопросов развития и социализации человека. И отечественная и зарубежная психология имеют сходные подходы к пониманию ЭИ, хотя существуют и различия. В отечественной психологии больший упор делается на когнитивные компоненты ЭИ, в то время как зарубежная психология рассматривает ЭИ как комплексный феномен, включающий в себя не только когнитивные, но и эмоциональные и социальные компоненты.

И в отечественной, и в зарубежной педагогической психологии концепция ЭИ, несмотря на указанные противоречия и сложности внедрения, вызывает большой интерес, основанный на понимании значимости эмоциональной составляющей в становлении и развитии личности в социуме.

Эмоциональный интеллект одним из наиболее прорабатываемых феноменов последнего десятилетия. Значимость этого феномена подтверждается тем, что в

2020 ЭИ внесен экспертами Всемирного экономического форума в топ-10 наиболее важных навыков.

Вопросам раннего развития ЭИ уделяется большое значение, поскольку данный феномен устойчиво связывается с успешностью индивида в современном обществе [25].

## **1.2 Особенности эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте**

Развитие индивида и его интеграция в общество происходит постепенно и проходит через несколько этапов, которые определяются как особенностями биологического развития, так и социальной средой, в которой он находится [14].

Одним из самых сложных этапов этого процесса является период младшего школьного возраста, в котором, в силу ряда обстоятельств накладываются и взаимно усиливаются сразу несколько факторов, влияющих на дальнейшее развитие и жизненную траекторию личности [1].

Биологические факторы играют важную роль в развитии ребенка в младшем школьном возрасте. К ним относятся факторы физического и психологического развития [5].

В части физического развития следует упомянуть такие, характерные для младшего школьного возраста особенности как:

- Развитие мышечной и костной систем. В раннем школьном возрасте наблюдается активное укрепление мышц и костей, позволяющее ребенку осваивать новые физические навыки и улучшать физическую форму, а также увеличивать двигательную активность, усиливать сложность и интенсивность движений, играть в спортивные игры
- Развитие координации движений. Улучшение физической формы и выполнение сложных действий, требуемых в спортивных играх, и повседневной жизни, повышают координацию движений, при этом, развитие мозга и физических кондиций уже обеспечивают освоение новых навыков.

- Развитие мелкой моторики. В младшем школьном возрасте происходит активное развитие мелкой моторики, обусловленное созреванием соответствующих областей головного мозга, что позволяет ребенку освоить навыки письма, рисования, лепки и других видов деятельности [38].

На этот же период приходится интенсивное психическое развитие ребёнка, проявляющееся в развитии таких высших психических функций, как:

- Память. В младшем школьном возрасте происходит активное развитие памяти, что позволяет ребенку запоминать информацию, учиться и осваивать новые навыки.

- Внимание. Ребенок начинает активно управлять своим вниманием, более развитым становится произвольное внимание, что позволяет ему сосредоточиться на задаче и выполнить ее более эффективно.

- Мышление. В младшем школьном возрасте происходит активное развитие словесно – логического мышления, что позволяет ребенку анализировать информацию, делать выводы и принимать решения.

- Воображение. Ребенок начинает активно использовать свое воображение, что позволяет ему создавать новые идеи, фантазировать и творчески мыслить.

Психологические факторы играют важную роль в развитии ребенка в младшем школьном возрасте [7]. Эмоциональное состояние ребёнка подвергается серьёзному и новому воздействию в связи с тем, что младший школьник переходит в новую социальную ситуацию развития: у него появляется новая социальная роль учащегося и большая степень ответственности за посещение школы, выполнение домашних заданий, подготовку к урокам, и т.д. [46] Так же многие родители считают первоклассников уже большими, и перестают относиться к ним как к маленьким детям, увеличивая количество предъявляемых требований, что может негативно сказаться на психологическом состоянии младшего школьника [4].

Ребенок может испытывать тревогу из-за новых ситуаций, изменений в жизни, проблем в семье или школе. Тревога может повлиять на эмоциональное состояние ребенка и его поведение.

Затянувшееся и не скомпенсированное состояние тревоги может приводить к более серьезным последствиям, таким как стресс, при длительном воздействии – дистресс (состояние хронического стресса). Стресс может повлиять на эмоциональное состояние ребенка и его поведение в долгосрочной перспективе. Если психика ребёнка ослаблена, а сам ребёнок не имеет адекватной поддержки со стороны взрослых, возможно появление и нарастание психологических проблем, таких, как депрессии и тревожные расстройства [30].

Биологические факторы играют существенную роль, но не только они влияют на ребёнка в рассматриваемый период. Не меньшее значение имеют и социальные изменения, которые происходят в этот период. Начало школьного периода жизни характеризуется резким увеличением и усложнением социальных связей и различных форм общения с другими людьми.

Существенно увеличивается количество других детей, окружающих ребёнка. Он начинает активно общаться с этими детьми, учиться взаимодействовать, усваивать социальные нормы и правила. Такое общение помогает ребенку развивать навыки коммуникации, учиться работать в команде, решать конфликты [24]. Следует, так же, учитывать, что при этом резко расширяется диапазон возрастов детей, с которыми происходит общение. Если в дошкольный период общение происходило, в основном, со сверстниками, то теперь возрастает количество коммуникаций с подростками и учащимися старшего школьного возраста.

Ребенок начинает активно общаться с взрослыми, учиться слушать и выполнять их указания, усваивать социальные нормы и правила. Общение с взрослыми помогает ребенку развивать навыки общения, уважительно относиться к старшим, усваивать правила поведения в обществе. При этом количество контактов также существенно возрастает, а степень защищённости, которую имел ребёнок в дошкольный период, уменьшается.

Изменяются отношения в семье. Семья является первым и самым важным социальным институтом для ребенка. Родители и близкие люди являются первыми учителями и наставниками, которые помогают ребенку освоить социальные навыки и нормы поведения. Но в рассматриваемый период отношение к ученику начальной школы отличается от того, которое было в семье к дошкольнику. К ребёнку предъявляют больше требований, часто делают это агрессивно и безапелляционно, ограничивают его свободное время [6].

Окружение также оказывает значимое влияние на ребенка, например, через примеры поведения других детей или взрослых. Ребенок может наблюдать за поведением других людей и учиться на их примере. В силу расширения окружения, эти примеры также становятся более разнообразными – от социально одобряемых, до девиантных.

Школа является важным – и новым - социальным институтом, который помогает ребенку развиваться и учиться. В школе ребенок получает знания, навыки и умения, которые необходимы для успешной жизни в обществе. Школа, при этом, накладывает на ребёнка дополнительные требования, ограничивает его свободу, принуждает к определённому режиму и распорядку дня, отличному от того, к которому ребёнок был привычен в дошкольный период [50]. Школьное образование помогает ребенку развиваться и осваивать новые навыки и умения. Ребенок начинает активно осваивать новые навыки: читать, писать, считать, изучать новые предметы и дисциплины.

В отечественной педагогике и психологии заслуженно уделяется большое внимание периоду младшего школьного возраста. Целый ряд исследователей и практиков, таких как Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин, А.В. Петровский и многие другие, оформили современное понимание возрастных особенностей развития ребёнка в этот период [9].

Основные идеи, которые можно выделить:

- Развитие личности происходит в контексте социальной среды и культуры.



- Развитие ребенка - это не просто рост, это изменение, преобразование, переход от одного состояния к другому.
- Ребенок не просто учится, он развивается, он строит свою личность.
- Развитие ребенка - это процесс, который происходит в контексте социальной среды и культуры.
- Развитие личности - это не только когнитивный процесс, но и эмоциональный и личностный.
- Ребенок не только получает знания, он также формирует свои ценности, убеждения и интересы.

Перечисленные идеи имеют существенное значение для современного понимания особенностей развития в младшем школьном возрасте. Они подчеркивают важность социальной среды и культуры в развитии ребенка, а также указывают на то, что развитие личности - это не только процесс получения набора знаний, но и формирование ценностей, убеждений и интересов.

Данный подход является комплексным и требует учёта большого количества факторов для успешного преодоления трудностей развития, которыми так богат период начальной школы.

Трудности развития в младшем школьном возрасте связаны с несколькими факторами, такими как:

- Переход от дошкольного к школьному возрасту. Этот переход является одним из самых сложных этапов в жизни ребенка. Ребенок сталкивается с новыми требованиями, обязанностями и ответственностью. Он должен адаптироваться к новой социальной среде, научиться работать в коллективе, выполнять задания и следовать правилам.
- Изменение социальной роли. Ребенок становится учеником, что означает изменение его социальной роли. Он должен научиться быть ответственным, дисциплинированным и самостоятельным.
- Развитие когнитивных способностей. В младшем школьном возрасте происходит активное развитие когнитивных способностей ребенка. Он учится читать, писать, считать, анализировать информацию и решать задачи.

- Развитие эмоциональной сферы. В младшем школьном возрасте ребенок начинает осознавать свои эмоции и чувства, учится контролировать их и выражать.

- Развитие личности. В младшем школьном возрасте происходит активное развитие личности ребенка. Он начинает формировать свои ценности, убеждения и интересы.

- Развитие коммуникативных навыков. В младшем школьном возрасте ребенок учится общаться с другими людьми, устанавливать контакты, решать конфликты и находить общий язык.

Важно отметить, что каждый ребенок уникален и развивается по-разному. Некоторые дети могут испытывать трудности в одном или нескольких из этих аспектов, в то время как другие могут справляться с ними без особых проблем [18]. Важнейшим фактором, влияющим на дальнейшие успехи в жизни, является то, насколько родители и педагоги были внимательны к индивидуальным потребностям каждого ребенка и оказывали ему необходимую поддержку и помощь в этот период.

В младшем школьном возрасте, когда дети начинают активно взаимодействовать с окружающим миром, ЭИ играет особую роль в их развитии [8]. Рассмотрим несколько сфер, где это особенно выражено.

*Развитие самосознания.* В младшем школьном возрасте дети начинают осознавать свои эмоции и понимать, как они влияют на их поведение и отношения с окружающими. Они учатся распознавать и называть свои эмоции, а также управлять ими. Это помогает им лучше понимать себя и свои потребности, а также выражать свои чувства и желания.

Самосознание является ключевым аспектом развития личности, и его формирование в младшем школьном возрасте представляет собой сложный и многогранный процесс. Одной из главных сложностей является переход от дошкольного периода к школьному. В дошкольном возрасте дети обычно имеют более свободный и спонтанный образ жизни, где они могут свободно выражать свои эмоции и желания. Однако когда они начинают посещать школу, они

сталкиваются с новыми правилами, требованиями и обязанностями. Это может вызвать у них чувство неуверенности и страха, что может негативно сказаться на развитии самосознания.

Еще одной сложностью является изменение социальной среды. В школе дети сталкиваются с новыми людьми, с которыми им приходится взаимодействовать. Такое расширение взаимодействий может оказаться избыточным для детской психики и усилить ощущение тревожности и стремление сократить количество взаимодействий, что также приводит к проблемам в установлении социальных связей [61]. Такая ситуация, может негативно сказаться на развитии самосознания, так как социальное взаимодействие играет важную роль в формировании самооценки и самоидентификации.

Также необходимо отметить, что в младшем школьном возрасте дети начинают осознавать свои способности и ограничения. Они начинают понимать, что они могут делать, а что нет. При этом, осознание своих ограничений может приводить к нежеланию или страху реализовать свои возможности. Такая ситуация – без соответствующей корректировки - также ведёт к проблемам в установлении целей и самооценке.

Как отмечалось выше, в младшем школьном возрасте дети начинают осознавать свои эмоции и чувства. Они начинают понимать, что они могут испытывать радость, грусть, страх и другие эмоции. Однако они могут испытывать трудности в управлении своими эмоциями и чувствами, что может привести к проблемам в установлении эмоциональной стабильности и самоконтроля [13].

Родителям и педагогам важно понимать, что эти сложности являются естественной частью процесса развития, и поддержка и помощь с их стороны, а также от других взрослых могут помочь детям успешно преодолеть эти трудности и развить свое самосознание [63].

*Развитие эмпатии.* Эмпатия - это способность понимать и разделять чувства других людей. В младшем школьном возрасте дети начинают развивать эмпатию, учась сопереживать и поддерживать своих сверстников. Они учатся

слушать и понимать других, а также выражать сочувствие и поддержку. Развитие эмпатии помогает детям устанавливать и поддерживать позитивные отношения с окружающими, а также быть более толерантными и уважительными. Однако у детей младшего школьного возраста могут возникать проблемы с эмпатией [49].

Одной из причин проблем с эмпатией у детей младшего школьного возраста может быть недостаток опыта общения с другими людьми и эгоцентризм, свойственный этому возрасту. Если ребенок мало общается со сверстниками или взрослыми, он может не иметь возможности научиться эмпатии.

Также, проблемы с эмпатией у детей младшего школьного возраста могут быть связаны с трудностями в общении. Некоторые дети могут испытывать страх или неуверенность при общении с другими людьми, что может привести к тому, что они не будут проявлять эмпатию. Для решения указанных проблем у детей младшего школьного возраста необходимо систематически и целенаправленно использовать различные методы. Например, следует проводить упражнения, которые помогут развивать ЭИ и навыки общения. Также полезно использовать ролевые игры, чтобы помочь детям понять, как чувствуют себя другие люди в различных ситуациях [47].

В целом, проблемы с эмпатией у детей младшего школьного возраста — это нормальное явление, которое можно решить с помощью различных методов и подходов, широко применяемых в педагогической и психологической практике. Проявление эмпатии — это важный навык, который помогает детям строить отношения и быть социально более адаптированными.

*Развитие саморегуляции.* Саморегуляция - это способность контролировать свои эмоции и поведение. В младшем школьном возрасте дети начинают развивать навыки саморегуляции, учась управлять своими эмоциями и поведением в различных ситуациях. Они учатся контролировать свои импульсы, принимать решения и справляться с трудностями. Развитие саморегуляции помогает детям быть более адаптивными и успешными в школе и в обществе.

Одной из особенностей развития саморегуляции в младшем школьном возрасте является формирование навыков планирования и организации. Ребенок

начинает понимать, что для достижения цели необходимо составить план действий и следовать ему. Он учится распределять время между различными задачами, планировать свою деятельность и контролировать выполнение поставленных задач. Там не менее, пока он не может осуществлять долгосрочное планирование, горизонт планирования ограничен неделями.

Еще одной особенностью развития саморегуляции в младшем школьном возрасте является формирование навыков самоконтроля. Ребенок начинает понимать, что его поведение и действия имеют последствия, и учится контролировать свои эмоции и поведение [34]. Он учится сдерживать свои импульсы, контролировать свои желания и следовать правилам.

Также в младшем школьном возрасте происходит формирование навыков самооценки. Ребенок начинает оценивать свои достижения и неудачи, анализировать свои действия и их последствия. Он учится принимать ответственность за свои поступки и извлекать уроки из своих ошибок.

Важным аспектом развития саморегуляции в младшем школьном возрасте является формирование навыков коммуникации. Ребенок учится выражать свои мысли и чувства, слушать других и учитывать их мнение. Он учится работать в команде, сотрудничать и находить компромиссы.

*Развитие социальных навыков.* В младшем школьном возрасте дети активно взаимодействуют с окружающими, учатся общаться, сотрудничать и решать конфликты. Эмоциональный интеллект играет важную роль в развитии социальных навыков, так как помогает детям понимать и учитывать чувства и потребности других людей. Развитие социальных навыков помогает детям устанавливать и поддерживать позитивные отношения с окружающими, а также быть более успешными в социальной адаптации [28].

Социальные навыки являются важной составляющей успешной адаптации и развития ребенка в младшем школьном возрасте. Однако существует ряд проблем, которые могут препятствовать развитию этих навыков.

Одной из основных проблем является отсутствие у детей опыта общения со сверстниками. В младшем школьном возрасте дети часто испытывают трудности

в установлении контактов с другими детьми, что может привести к социальной изоляции и низкой самооценке. В последние годы, в связи с ранним приобщением детей к электронным устройствам и интернету, такая проблема возникает всё чаще, что обуславливает растущий запрос от родителей и педагогов на проведение специальных занятий по развитию социальных навыков [33], где дети будут учиться общаться друг с другом, решать конфликты и находить общий язык.

Еще одной проблемой является недостаток внимания со стороны родителей. Многие родители заняты работой или другими делами, и не уделяют достаточно времени своим детям. Это может привести к тому, что дети не получают необходимой поддержки и помощи в развитии социальных навыков. К сожалению, указанная проблема имеет комплексный характер и обусловлена, в том числе, сложившимися в обществе социальными стереотипами и паттернами поведения, что усугубляет проблему и увеличивает число учащихся начальной школы, в той или иной мере подверженных её воздействию.

Также стоит отметить проблему отсутствия положительных примеров для подражания. Дети часто копируют поведение своих родителей и других взрослых, поэтому важно, чтобы родители были образцом для подражания в области социальных навыков. Проблема положительных примеров для подражания характерна не только для младших школьников, но и для всего общества в целом. В отсутствие позитивных и непротиворечивых примеров, их роль играют герои деструктивные, что приводит к проникновению уже и в среду учащихся начальной школы культуры АУЕ, сексуальных отклонений и др.

Таким образом, можно отметить, что период начальной школы сопряжён для учащихся с комплексом разнообразных и разнонаправленных вызовов. Успешное их преодоление не только позволит ученику справиться со школьной программой, но и закладывает комплекс знаний, навыков и умений, необходимый для полноценного и гармоничного развития в будущем, успешного освоения школьной программы и здоровой интеграции в современное общество [31]. При этом если современная школа имеет богатый и проверенный временем

инструментарий для развития когнитивной и физической сферы учащихся, то развитие эмоциональной и психической составляющей, до сих пор, оставляет желать лучшего. Успешное преодоление проблем развития младших школьников в сегодняшних условиях требует исправления этого перекоса и направления усилий педагогического сообщества на развитие эмоционального интеллекта учащихся [55].

Далее будут рассмотрены основные подходы решению этой задачи в условиях общеобразовательных организаций.

### **1.3 Подходы к развитию эмоционального интеллекта младших школьников в условиях образовательных организаций**

Концепция ЭИ помогает педагогам лучше понимать, как эмоциональные и психологические различия влияют на обучение и развитие учеников. Учителя, которые понимают эти принципы, могут использовать различные методы и техники, чтобы помочь ученикам лучше понимать и управлять своими эмоциями в образовательном процессе.

Одним из основных принципов концепции ЭИ является идея о том, что эмоции играют важную роль в процессе обучения [11]. Учителя должны использовать различные методы и техники, чтобы помочь ученикам лучше понимать и управлять своими эмоциями [15]. Например, они могут использовать игры и ролевые игры, чтобы помочь ученикам развивать навыки социального взаимодействия, влиять на улучшение эмоционального микроклимата среди учащихся, создавать более благоприятную образовательную среду для учеников [3]. Учителя, которые понимают, что эмоции влияют на обучение, могут создавать классы, которые способствуют развитию эмоционального интеллекта. Например, они могут использовать позитивное подкрепление, чтобы помочь ученикам развивать навыки самоконтроля и саморегуляции [26].

Существует несколько современных подходов к развитию эмоционального интеллекта у младших школьников:

- Когнитивный подход. Этот подход предполагает использование когнитивных стратегий для понимания эмоций и управления ими. Например, дети могут учиться распознавать эмоции через игры и задания, такие как идентификация эмоций на лицах людей.
- Поведенческий подход. Он фокусируется на обучении детей различным способам выражения своих эмоций и управлению поведением. Дети учатся справляться со стрессом и управлять своими реакциями на различные ситуации.
- Социальный подход. В рамках этого подхода дети учатся понимать социальные нормы и правила взаимодействия с другими людьми. Они также учатся осознавать и учитывать чувства других людей при взаимодействии.
- Эмоциональный подход. Это метод обучения детей пониманию и управлению своими собственными эмоциями. Дети учатся идентифицировать свои эмоции и управлять ими, используя различные техники релаксации и саморегуляции.

Каждый из этих подходов имеет свои преимущества и может использоваться в зависимости от конкретных потребностей и ситуаций.

В большинстве публикаций и утверждённых методик признаются следующие методы развития эмоционального интеллекта: тренинг, арттерапия, психогимнастика, поведенческая терапия, дискуссионные методы, моделирование, проигрывание ролей, обратная связь, демонстрации, проектирование [48].

При этом следует отметить ряд соображений, препятствующих широкому внедрению в отечественную педагогическую практику мероприятий по развитию ЭИ учащихся.

В отечественной педагогической практике имеет место скептическое отношение, как к самому понятию, так и к методам развития эмоционального интеллекта. Это и не удивительно, поскольку традиционно педагогика



ориентирована на развитие когнитивных способностей обучающихся. Причём, ориентирована жёстко - действующими нормами, стандартами и регламентами. А эффективность деятельности педагога определяется, в первую очередь, по такому показателю как успеваемость. Многочисленные же зарубежные и отечественные исследования указывают на слабую корреляцию между эмоциональным интеллектом и успеваемостью [52]. В условиях высокой нагрузки, характерной для педагогов отечественной системы образования, выбор неизбежно делается в пользу отказа от усилий по развитию эмоционального интеллекта у учащихся и саботированию инициатив педагогов-психологов в этой сфере.

Кроме того, в отечественной педагогической среде имеет место и общее неприятие концепции развития эмоционального интеллекта, основанное на глубинных моральных установках и отторжении механистического подхода к эмоциональной сфере.

В современной зарубежной традиции эмоциональный интеллект рассматривается, скорее, как инструмент достижения индивидуумом успеха во внутривидовой конкурентной борьбе [12]. Исследования, отмечающие большую жизненную успешность людей с развитым эмоциональным интеллектом, не дают моральную оценку этой успешности, считая её вполне самодостаточной [54]. Ведь если мы говорим о развитии эмоционального интеллекта, как об инструменте, компетенции, то выносим за скобки моральный аспект, отказываясь обсуждать, во благо или во зло будет этот инструмент использован. Навыки распознавания эмоций и осознанного использования этих навыков очень близко подходят к понятию «манипулирование», имеющему в нашей культуре устойчивую отрицательную коннотацию. С другой стороны, если инструмент, как набор навыков появился, то лучше им владеть, чем игнорировать (не можешь запретить – возглавь).

При этом действующими отечественными стандартами образования регламентируется развитие не только познавательных и когнитивных сфер, но и социально-эмоциональное развитие личности. Так ФГОС НОО содержит требования к организации образовательного процесса, в частности к результатам.

Об этом говорится следующее: «...развитие личности обучающегося на основе усвоения универсальных учебных действий (УУД), познания и освоения мира составляет цель и основной результат образования». К УУД относятся познавательные, регулятивные и коммуникативные учебные действия, обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться, и межпредметными понятиями. Формирование и развитие эмоциональной компетентности отвечает за личностные результаты младшего школьника и соотносится с воспитанием регулятивных и коммуникативных УУД, а также с формированием и развитием качеств социальной компетенции, о которой говорится во ФГОС НОО. Таким образом, развитие эмоционального интеллекта является элементом системы образования и определяется действующими нормативными актами, как навык, требующий усилий по его развитию и улучшению.

Анализ практики образовательного процесса свидетельствует, что проблеме эмоционального интеллекта в образовательных учреждениях уделяется недостаточно внимания, необходимость изучения структурных компонентов эмоционального интеллекта и организации работы по его формированию и развитию практически не учитывается. Педагогические коллективы, обучая и воспитывая будущих граждан нашей страны, не всегда ставят задачи выявить их побуждения, анализировать отношение к учению, понять какой личностный смысл они вкладывают в процесс обучения, во имя каких целей учатся. Об отношении учащихся к учебной деятельности в большинстве случаев судят по оценкам, фиксирующим успеваемость, не учитывая ценность эмоциональной сферы, побуждающей к учебной деятельности [29].

Скепсиса добавляют и исследования, выявляющие, что при среднем уровне эмоционального интеллекта младших школьников, может иметь место очень низкий уровень положительного отношения к школе и обучению [16].

Такая оценка всё чаще наблюдается психологами-практиками в среде учеников начальной школы. Тренд к увеличению числа младших школьников, имеющих негативное или, в лучшем случае, равнодушное отношение к школе и

учебному процессу прослеживается в последние годы и имеет тенденцию к нарастанию. Рост процентного соотношения таких учеников к общему количеству учеников в классе неминуемо приводит к разрастанию подобных настроений на весь класс.

Начиная с 2012 года, в отечественной школе приняты новые стандарты инклюзивного образования, которые увеличили в начальной общеобразовательной школе количество учеников с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) [23]. Этот факт имеет как позитивные, так и негативные последствия для организации процесса обучения остальных детей. Тенденция роста числа учеников с ОВЗ в младшей школе отмечается уже несколько лет и динамика роста от года к году положительная. Дополнительным стресс-фактором стал приход в общеобразовательную школу младших школьников, чьё начало обучения пришлось на период пандемии COVID. Дети, пришедшие в начальную школу в период изоляции не получили своевременно навыков поведения в школе, оказались не адаптированы к учебному процессу физически и психически.

К негативным факторам эмоционально-психологического характера, влияющим на состояние учащихся младшей школы необходимо отнести и такие как:

- Увеличение интернет-зависимости и доступности контента, не соответствующего возрасту ребёнка;
- Рост в некоторых регионах числа мигрантов и приезжих, которые, зачастую приносят в школу новые, непривычные модели поведения и способы эмоционального взаимодействия;
- Увеличение эмоциональной напряженности в семье, обусловленной ростом количества неполных семей, связанным как с ростом количества разводов, так и с уходом из семьи отца для участия в боевых действиях или вследствие гибели.

Все эти факторы существенно осложняют эмоциональный климат в школе и затрудняют включение школьников в нормальный учебный процесс.

Усугубляется негативный эффект тем, что ему подвержены именно младшие школьники, обладающие, в силу возраста, неразвитой когнитивной и эмоциональной составляющей, не имеющие навыков и опыта правильной отработки негативных факторов и их нейтрализации.

При этом именно в младшей школе закладывается набор навыков и умений, обеспечивающих эффективный учебный процесс в средней и старшей школе.

Снижение влияния негативных факторов, указанных выше, может быть достигнуто целенаправленной и системной работой по развитию ЭИ учащихся и выработке у них механизмов эффективного взаимодействия с одноклассниками, преподавателями и родителями [36].

Но развитие ЭИ младших школьников не является самостоятельной дисциплиной и чаще всего лежит в области ответственности школьных психологов. Учителя-предметники не концентрируются на задаче развития эмоционального интеллекта, как на основной, т.к. это не входит в их прямые обязанности. Таким образом, мероприятия по целенаправленному развитию и контролю эффективности повышения эмоционального интеллекта учащихся вступают в конкуренцию с другими образовательными действиями. Возникает внутренняя конкуренция между основными обязанностями педагога, которые занимают много времени и влияют на оценку эффективности его деятельности руководством и «дополнительной нагрузкой» важность и нужность которой кажется педагогу сомнительной, при том, что позитивный результат от неё никак не отражается на оценке качества работы педагога.

Многие результаты исследований, рассматривающих связь между эмоциональным интеллектом и успеваемостью, указывают на то, что, несмотря на малую корреляцию между ними, слабо развитый эмоциональный интеллект может действовать как фактор, ухудшающий успеваемость [53]. То есть, развитый эмоциональный интеллект не обязательно приводит к повышению успеваемости, но вот низкое его развитие у обучающихся сказывается на ней негативно.

Эффективность и полезность развитого эмоционального интеллекта для успешности ребёнка в дальнейшей деятельности многократно доказана [57], но

мероприятия и методики, применяемые для достижения высокого уровня эмоционального интеллекта, слишком субъективны и зависят от большого количества различных факторов [10]. В результате, методологически сложно обосновать для педагогического состава полезность и целесообразность регулярного выполнения мероприятий по развитию ЭИ.

Перед школьными психологами стоит задача внедрение таких методик, которые, показывая свою эффективность и качественное достижение цели, включались бы в общий образовательный процесс без усиления противоречий.

Причём, если в фокусе внимания будет находиться ЭИ или какие-то его аспекты, то ожидать комплексного устойчивого эффекта, проявляющегося в росте успеваемости и дальнейшей жизненной успешности учащихся – т.е., параметров, понятных для педагогов и родителей - кажется сомнительным и трудно проверяемым.

Разумным подходом является отказ от деятельности по развитию эмоционального интеллекта, как от самоценной задачи. Можно предположить, что при выполнении мероприятий, направленных на развитие тех или иных сторон эмоционального интеллекта, основной целью и областью контроля необходимо брать критерий субъективного благополучия учащихся.

Субъективное благополучие определяется как субъективная вера индивида в то, что его жизнь приятна и хороша и часто используется наравне с термином «счастье» [21]. Субъективное благополучие школьника складывается из большого числа характеристик, лежащих как в субъективной, так и в объективной сфере. И в первую очередь показывает, насколько комфортно воспринимает ребёнок школьную среду, процесс взаимодействия с другими детьми и педагогами [41]. Поскольку субъективное благополучие является интегративным показателем, то его высокий уровень может говорить о достаточной позитивности (или комфортности для конкретного ребёнка) всех или большинства факторов окружающей его действительности [40]. Учёба и взаимодействие с одноклассниками и учителями занимает значительное место в жизни школьника, а, следовательно, оказывает значимое влияние на уровень субъективного

благополучия. Кроме того, высокий уровень субъективного благополучия среди большинства учащихся обладает индуктивным эффектом, подтягивая таковой у отстающих. Этот эффект в советском образовании носил название «воспитательное воздействие коллектива», хорошо известен многим педагогам и не вызывает отторжения. Сам же высокий уровень субъективного благополучия учащихся оказывает позитивный эффект на педагога, позволяет ему получать больше удовольствия от выполняемой деятельности и формирует позитивную обратную связь между ним и учащимися.

Ряд исследований показывает, что эмоциональный интеллект помогает формировать субъективное благополучие личности за счёт межличностного и внутриличностного компонентов [19]. Очень важной составляющей субъективного благополучия является не только положительный опыт взаимодействия со сверстниками и учителями, но и частота, и сила отрицательного опыта. И здесь, как раз, проявляется взаимосвязь уровня развития эмоционального интеллекта и субъективного благополучия. Повышение уровня эмоционального интеллекта, развитие способностей различать свои и чужие эмоции, получение опыта в эффективных межличностных коммуникациях и наработка практических навыков разрешения конфликтных ситуаций снижает частоту и остроту негативных проявлений в межличностных коммуникациях учащихся, что напрямую влияет на уровень субъективного благополучия.

Исходя из всего вышесказанного, можно предположить, что компоненты эмоционального интеллекта можно и нужно развивать не только специализированными методами и приемами на психологических занятиях, но и школьными дисциплинами, и уроками дополнительного образования.

Таким образом, мы можем говорить о следующих методах, приемах и средствах работы при развитии эмоционального интеллекта:

1. Создание предметно-развивающей среды;
2. Игротерапия;
3. Арт-терапия;
4. Занятия – образы, игры – драматизации, сказкотерапия;

5. Оптимизация двигательной деятельности через организацию физкультурно-оздоровительных мероприятий;
6. Телесно – ориентированные методы, психомышечная тренировка;
7. Психогимнастика;
8. Использование наглядных пособий;
9. Задания, направленные на организацию совместной деятельности, составление рассказов, организацию театрализованных игр и т.п.

**Организация предметно-развивающей среды**, отвечающей принципам комплексирования и гибкого зонирования, комфортности и эмоционального благополучия детей и взрослых, удовлетворение потребности в общении, движении, развитии и т.д. Развивающая среда, обогащенная различными элементами, создает у детей положительную установку и позитивное впечатление об образовательном учреждении, что способствует укреплению их психологического и эмоционального здоровья, развитию эмоционально-чувственной сферы [45]. Также пространство в классах, имеющее гибкое зонирование, стимулирует самостоятельность детей, обуславливает возможность свободного выбора и т.д.

**Игровая терапия** — это психотерапевтический метод воздействия на детей и взрослых, основанный на использовании игры.

В качестве средства психотерапии в детской психологии данный термин появился в 1920-е годы специалистами психоаналитического направления.

Результаты применения игротерапии:

- установление контакта с ребёнком;
- возможность проиграть, отреагировать эмоции;
- проработка трудной для ребёнка ситуации;
- развитие психических функций (память, внимание, мышление, реакция);
- улучшение эмоционального состояния ребёнка;
- мотивация на дальнейшую работу;
- повышение заинтересованности ребёнка;
- эмоциональная разрядка как для ребёнка, так и для специалиста.

**Арт-терапия** (от англ. art — «искусство» + терапия) – направление в психотерапии и психологической коррекции, основанное на применении для терапии искусства и творчества. В узком смысле слова под арт-терапией обычно подразумевается терапия изобразительным творчеством, имеющая целью воздействие на психоэмоциональное состояние пациента [22].

Ключевая цель, которую преследует арт-терапия – стабилизация психоэмоционального состояния путем проработки страхов, фобий, тревожности и других проблем, которые мешают человеку достичь гармоничности личности [27].

Основные задачи арт-терапии выглядят следующим образом:

- помощь в фокусировке на собственных ощущениях, эмоциях, потребностях, желаниях;
- раскрытие потенциала, внутренних ресурсов;
- создание благоприятных и безопасных условий для самовыражения, проживания чувств и эмоций;
- усиление способности человека к рефлексии.

**Упражнение – образ** – это своего рода эксперимент по продвижению бессознательного из «слепой» зоны в зону воображения. Это визуализация наших страхов, обид, комплексов и переживаний.

**Игры драматизации.** Особые игры, в которых дети сами изображают героев литературных произведений, чаще это могут быть сказки, песни, стишки. В них ребенок создает свой маленький мир и чувствует себя творцом, хозяином происходящих событий [32], он сам управляет действиями героев и сам строит их отношения. Малыш разговаривает голосами своих героев, переживает за них. Он как бы перевоплощается в образ, живет его жизнью.

**Сказкотерапия** — это метод лечения сказкой, который используется психологами, врачами и педагогами разных направлений. Он воздействует на глубокий эмоциональный уровень и позволяет решать психологические проблемы на подсознательном уровне.

Сказкотерапия может применяться в трёх направлениях:



1. Диагностика — определение главных жизненных сценариев человека, особенностей поведения и восприятия мира, способностей и талантов.
2. Терапия — решение психологических проблем, закрепление новых моделей поведения и реакций.
3. Прогностика — помощь в осознании влияния поведения в настоящем на будущие события жизни.

Выбор жанровой направленности основывается на возрасте, интересах слушателя и характере имеющихся у него трудностей.

**Физкультурно-оздоровительные мероприятия в начальной школе направлены на:**

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в отдыхе, тренировке, повышении работоспособности и укреплении здоровья;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности.

К физкультурно-оздоровительным мероприятиям относятся:

- утренняя гимнастика до учебных занятий;
- физкультминутки во время уроков;
- физические упражнения, спортивные и подвижные игры средней и малой подвижности на переменах;
- ежедневные физкультурные занятия в группах продленного дня;
- спортивные мероприятия, проводимые в течение всего учебного года.

**Телесно-ориентированные методы** — группа методов, ориентированных на:

- изучение тела,

- осознание телесных ощущений,
- исследование того, как потребности, желания и чувства проявляются в различных телесных состояниях,
- обучение реалистическим способам разрешения проблем в этой области.

К техникам телесно-ориентированной психотерапии относятся:

- аутотренинг
- релаксация
- ребефинг
- холотропное дыхание
- хакоми
- метод Томатиса
- вегетативная терапия
- танатотерапия
- метод Фельденкрайза
- биосинтез Боаделлы

**Психомышечная тренировка** — это вариант психорегулирующей тренировки, позволяющий спортсмену в короткое время с помощью словесных формул и представлений достигнуть мышечного расслабления или мобилизации сил и энергии.

**Психогимнастика** — это вид групповой психотерапии, при котором основное средство коммуникации представляет собой двигательную экспрессию с помощью мимических средств и пантомимы.

Психогимнастика представляет собой комплекс особых упражнений, которые направлены на развитие эмоциональной и волевой сферы, навыков общения, а также на борьбу с соответствующими психологическими проблемами [39].

Основные цели психогимнастики включают:

- преодоление барьеров в коммуникации, понимании себя и окружающих людей;

- снятие психического напряжения с сохранением эмоционального благополучия детей;
- формирование возможностей для самовыражения;
- развитие словесного языка чувств.

Психогимнастика помогает детям приобрести навыки ауторелаксации и выразительных движений, а также тренирует психомоторные функции, воспитывает высшие эмоции и чувства, корректирует поведение с помощью ролевых игр.

**Наглядные пособия** — это одно из важнейших средств умственного развития. Их использование современным педагогом является обязательным для методически точного и грамотного построения процесса обучения.

Наглядные учебные пособия используются на различных этапах учебного процесса:

- при объяснении нового материала;
- при закреплении его учащимися;
- во время повторения изученного материала;
- при проверке знаний учащихся;
- во внеклассной работе.

Правильное использование наглядности на уроках способствует:

- формированию чётких пространственных и количественных представлений, содержательных понятий;
- развитию логического мышления и речи;
- помощи на основе рассмотрения и анализа конкретных явлений прийти к обобщению, которые затем применяются на практике.

**Совместная деятельность** — это комплекс специально организованных мероприятий, направленных на организацию совместной деятельности обучающихся для достижения каких-либо заявленных целей [43].

Вот несколько примеров заданий на совместную деятельность:

1. «Общий рисунок».
2. «Рисование и наблюдение».

3. «Разговор».
4. «Каракули».
5. «Интервью-презентация».
6. «Сюжетные линии».
7. «Портреты».
8. «Маски».
9. «Силуэты».
10. «Совместный проект».

Предварительно обсудив с партнёром проект, можно создать какое-нибудь совместное произведение, например рисунок, коллаж, скульптуру, предметную композицию.

Существует большое количество заданий, направленных на **составление рассказов**. Вот некоторые из них:

1. Составление рассказов по наблюдаемым действиям.
2. Составление рассказов по нескольким сюжетным картинам.
3. Составление рассказов по прослушанному тексту и картине.
4. Составление рассказов по одной сюжетной картине.
5. Составление рассказов по памяти.
6. Составление рассказов по символам.
7. Составление рассказов по натуральным предметам.
8. Составление рассказов по предметным картинкам.

**Театрализованные игры** направлены на формирование личностных качеств младших школьников. Этому способствует специфика данного вида деятельности, заключающаяся в воздействии на личность через художественный образ. Во время игры дети познают окружающий мир через музыку, образы и краски, решают личностные проблемы (например, преодолевают свои комплексы), самовыражаются и саморазвиваются, приобретают навыки общения и адаптации, учатся логически выстраивать ход мыслей и анализировать ситуации [42]. Театрализованные игры также способствуют развитию эмоционального интеллекта у младших школьников, поскольку игровые действия основаны на

литературных и фольклорных произведениях, содержащих в подтексте проблемы такого характера.

Таким образом, развитие ЭИ у младших школьников – это важная задача, выполнение которой, тем не менее, не является базовой для педагогических работников. Не ставя под сомнение необходимость и важность развития эмоциональной сферы учащихся, предлагается пересмотреть подход к организации деятельности по развитию ЭИ учащихся младшей школы. Используя опыт по развитию отдельных составляющих ЭИ, и мониторинг динамики такого развития, целевым показателем предлагается принять динамику увеличения субъективного благополучия учащихся.

## **Глава 2 Психолого-педагогическая программа развития эмоционального интеллекта младших школьников.**

### **2.1 Организация эмпирического исследования**

**Цель исследования:** разработка и апробация программы развития эмоционального интеллекта младших школьников в образовательной организации.

Для изучения особенностей эмоционального интеллекта младших школьников, была разработана программа эмпирического исследования, включающая в себя формирование выборки испытуемых, подбор психодиагностических методик, методов математической обработки полученных данных.

В процессе работы использованы следующие эмпирические методы: тестирование и опрос, эксперимент, методы статистики U-критерий Манна-Уитни, T-критерий Вилкоксона, количественный и качественный анализ эмпирических данных.

**Гипотеза:** при реализации психолого-педагогической программы развития эмоционального интеллекта, проводящийся в условиях общеобразовательной организации, происходит также повышение уровня субъективного благополучия младших школьников.

Развитие эмоционального интеллекта младших школьников будет иметь положительную динамику при соблюдении следующих психолого-педагогических условий:

- формирование доброжелательной и взаимоуважительной атмосферы;
- использование игровых технологий развития эмоционального интеллекта;
- направленность игр на развитие всех компонентов эмоционального интеллекта в рамках межличностного взаимодействия.

Экспериментальной базой исследования явилось Муниципальное автономное образовательное учреждение «Гимназия № 205 «Театр»» (далее -

МАОУ Гимназия № 205 «Театр»). Исследование проводилось при участии младших школьников четвертых классов, общее количество составило 56 человек.

Экспериментальное исследование подразумевает прохождение трех этапов:

I этап – констатирующий (январь 2024 г.). Осуществлялся подбор диагностических методик. Осуществлено первичное диагностическое исследование по выбранным методикам и выделение экспериментальной и контрольной групп.

II этап – формирующий (февраль-май 2024 г.). Реализовывалась Программа «Театрализованные игры» развития эмоционального интеллекта младших школьников во внеурочной деятельности в виде тренинга с элементами театрально-игровых практик.

III этап – контрольный (июнь 2024 г.). Осуществлялись качественная и количественная обработки данных, полученных в ходе тестирования респондентов; обобщение результатов и интерпретация данных.

На констатирующем этапе исследования определялся уровень развития эмоционального интеллекта младших школьников, а также оценивался уровень субъективного благополучия.

Были использованы диагностические методики, приведённые в таблице 2.1, предназначение и содержание которых кратко изложено ниже:

Таблица 2.1 Компоненты эмоционального интеллекта и методы диагностики применявшиеся в исследовании.

| №<br>п/п | Компонент<br>эмоционального<br>интеллекта                            | Методика диагностики                                                                                                  |
|----------|----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1        | Гностический компонент<br>(способность к пониманию эмоций<br>других) | Изучение понимания<br>эмоциональных состояний людей,<br>изображённых на картинке» (Г.А.<br>Урунтаева, Ю.А. Афонькина) |

|   |                                                                      |                                                                                           |
|---|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2 | Экспрессивный компонент<br>(способность к самовыражению)             | «Какой я?» (О.С. Богданова)                                                               |
| 3 | Интеракционный компонент<br>(способность влиять на эмоции<br>других) | «Что – почему - как» (методика М.А. Нгуен)                                                |
| 4 | Уровень субъективного<br>благополучия                                | Опросник субъективного<br>благополучия (Т. Н. Канонир, И. Л.<br>Угланова, А. А. Куликова) |

1. Методика «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» (Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина). Методика предназначена для оценки возможности адекватного опознавания эмоционального состояния, точности и качества этого опознавания. Также при работе с методикой возможна косвенная оценка межличностных взаимоотношений, в том числе выявление контрастных эмоциональных «зон» в общении с детьми или взрослыми. В качестве стимульного материала используются изображения эмоциональной лицевой экспрессии. Методика используется для работы с детьми до 11-12 лет.

В результате методики дети распределились по трем уровням:

- высокий уровень - 8-10 баллов. Дети умеют понимать и осознавать эмоциональные состояния, как взрослых, так и детей. Безошибочные ответы, не требующие помощи взрослого, или 1-2 допущенных ошибки за два этапа;
- средний уровень - 5-7 баллов. Недостаточно сформировано понимание и осознание эмоциональных состояний, больше 3 – 5 ошибок за два этапа;
- низкий уровень - 0-4 балла. Дети не понимают эмоциональных состояний. Более 5 ошибок за два этапа.

2. Методика «Какой я?» предназначена для определения самооценки. Экспериментатор, пользуясь представленным далее протоколом, спрашивает у ребёнка, как он сам себя воспринимает и оценивает по десяти различным положительным качествам личности. Оценки, предлагаемые ребёнком самому



себе, проставляются экспериментатором в соответствующих колонках протокола, а затем переводятся в баллы. Самооценка ребёнка определяется по общей сумме баллов, набранной им по всем качествам личности.

Выводы об уровне развития:

9,5-10 баллов - очень высокий.

7,5-9 баллов - высокий.

4-7 баллов - средний.

2-3,5 балла - низкий.

0-1,5 балл - очень низкий;

3. Методика «Что – почему – как» М.А. Нгуена предназначена для определения степени готовности ребёнка учитывать эмоциональное состояние другого человека, сопереживать ему и заботиться о нём. Задача обучающихся прослушать рассказы (текст зачитывается отдельно для девочек и для мальчиков), а потом ответить на несколько вопросов. Обучающиеся, отвечая на них, должны решить определённую проблему, связанную с взаимоотношениями между детьми, их оценкой произошедшей ситуаций и пониманием эмоциональных состояний героев рассказов. Обработка результатов по данной методике заключается в том, что сначала оцениваются по следующей шкале.

За ответ на вопрос «Что Таня (Юра) сказала (сказал) ребятам?» выставляются следующие баллы:

- 0 баллов, если ребёнок не отвечает или даёт такие варианты ответа: «Не смейтесь», «Что вы делаете?», «Как вам не стыдно»;

- 1 балл, если ребенок ответил: «Старшая сестра (старший брат) угрожала (угрожал) ребятам»;

- 2 балла, если ребенок предложил конструктивное решение проблемы.

За ответ на вопрос «Почему Таня (Юра) так поступила (поступил)?» выставляются следующие баллы:

- 0 баллов, если ребёнок не понимает вопроса;

- 1 балл, если ребенок сказал: «Чтобы не смеялись»; «Чтобы не обижали»;

- 2 балла, если ребенок ответил: «Люди чувствуют себя плохо, если над ними смеются».

За ответ на вопрос «Как бы ты поступил(а) в такой ситуации?» выставляются следующие баллы:

- 0 баллов, если ответ отсутствует;
- 1 балл, если ребенок сказал, что нужно попросить взрослых поговорить с обидчиками;
- 2 балла, если ребёнок сам принимает решение, опираясь на свои чувства – чувства обиженного человека.

Далее баллы, которые были получены на первом этапе, складываются, и определяется уровень развития эмоционального интеллекта.

По данной методике выделяют следующие уровни развития готовности ребёнка учитывать эмоциональное состояние другого человека, сопереживать ему и заботиться о нём:

- низкий, если испытуемый получил 0 – 2 балла;
- средний, если испытуемый получил 3 – 4 балла;
- высокий, если испытуемый получил 5 – 6 баллов.

4. Методика определения уровня субъективного благополучия при помощи Опросника субъективного благополучия младших школьников, разработанного коллективом соавторов Т. Н. Канонир, И. Л. Углановой, А. А. Куликовой [20].

Методика основана на представлении о проявлении субъективного благополучия в школе через следующие составляющие:

- Удовлетворенность школьной жизнью,
- Аффект (переживания) по отношению к школе,
- Сотрудничество с одноклассниками,
- Враждебность к одноклассникам,
- Субъективное физическое благополучие.

Шкала Удовлетворенность школой состоит из восьми утверждений и оценивается по четырехбалльной шкале «полностью не согласен — полностью согласен».

Шкала «Аффект по отношению к школе» состоит из трех утверждений и оценивается по четырехбалльной шкале «никогда – всегда».

Отношения со сверстниками оценивались с помощью двух шкал:

Шкалой «Сотрудничество с одноклассниками» и Шкалой «Враждебность в отношениях с одноклассниками». Обе шкалы состоят из шести утверждений и оцениваются по четырехбалльной шкале «никогда – всегда».

Оценка результатов тестирования возможна как по каждой шкале, так и по общему баллу. При этом разработчиками рекомендуется выбирать для оценки только один из вариантов для исключения искажений. Для упрощения обработки результатов принято решение оценивать ненормализованный общий балл субъективного благополучия в школе. Результаты ранжировались по следующим критериям:

Очень высокий – 83-98

Высокий – 69-82

Средний – 54-68

Низкий – 39-53

Очень низкий – 24-38

По указанным методикам было осуществлено сплошное тестирование отобранной группы из 56 младших школьников (ученики 4-х классов).

Данные первичного тестирования приведены в Приложении 2.

Результаты тестирования показали, что у большинства школьников развитие компонентов эмоционального интеллекта находится на среднем или низком уровне, относительно небольшое количество учеников показало высокий и очень высокий уровень развития компонентов эмоционального интеллекта.

Протестированные школьники, в большинстве распознавали базовые эмоции, но хуже ориентировались в нюансах и распознавании сложных эмоций, определении их по особенностям мимики и поведения.

Большая часть протестированных младших школьников показывала среднюю или низкую эмпатию, осуществляла свою деятельность без учёта

настроения и эмоций окружающих. При этом хорошо отражали свои собственные эмоциональные состояния, но часто не могли их правильно обозначить, описать и предсказать, как их эмоциональное состояние влияет на окружающих.

Среднее и низкое развитие интеракционного аспекта эмоционального интеллекта проявлялось у протестированных школьников в низкой контактности, затруднениях при установлении общения и затруднениях при возникновении конфликтных ситуаций в общении со сверстниками.

При этом уровень субъективного благополучия находится, преимущественно, на низком и среднем уровне. Присутствует также очень низкий уровень при отсутствии очень высокого. Это проявлялось в общем невысоком желании посещать школу и находиться в ней, невысоком уровне настроения, капризах и нежелании выполнять учебные задания. Невысокий тонус большинства протестированных также влиял на их способность к сосредоточенности и получению позитивных эмоций от учебного процесса и взаимодействия с другими детьми и педагогами.

Сравнительные результаты тестирования приведены на диаграмме, рис. 2.1.

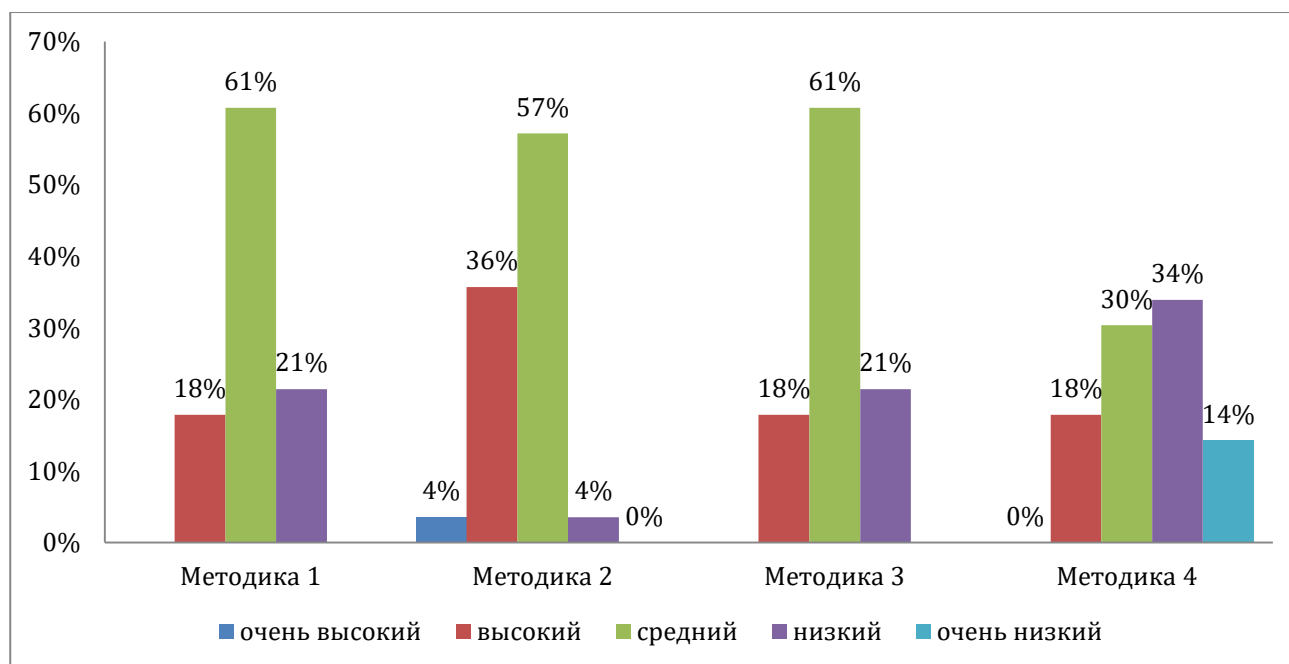


Рисунок 2.1. Распределение результатов тестирования компонентов эмоционального интеллекта и субъективного благополучия в первичной выборке.

Для формирования экспериментальной и контрольной групп, после первичного тестирования были исключены дети, имевшие два и более показателей уровня «Высокий» или «Очень высокий». Таких оказалось 10 человек. Оставшихся 46 человек поделили на две равные группы, придерживаясь тождественности выборок.

В результате деления сформированы:

- Экспериментальная группа – 23 человека;
- Контрольная группа – 23 человека.

С экспериментальной группой на II этапе реализовывался формирующий эксперимент развития эмоционального интеллекта, после завершения которого, на контрольном этапе III, было выполнено контрольное тестирование по тем же методикам, что и на констатирующем этапе, как в экспериментальной, так и в контрольной группах.

В конце, для подтверждения гипотезы исследования была произведена статистическая оценка результатов (в процессе статистического анализа результатов использовался U-критерий Манна-Уитни, T-критерий Вилкоксона), на основе обобщения результатов исследования сформулированы выводы.

## 2.2 Программа развития эмоционального интеллекта

В целях повышения уровня эмоционального интеллекта и субъективного благополучия детей, разработана специальная Программа развития эмоционального интеллекта младших школьников *экспериментальной группы* во внеурочной деятельности в виде тренинга с элементами театрально-игровых практик.

Название Программы - «Театрализованные игры».

Подробное описание Программы, включая конспекты занятий, приведено в **Приложении 1**. Программа проводилась в трёх небольших подгруппах 10, 10 и 8 человек. Программа представляет собой занятия, включающие игры с элементами театрально-игровых практик при использовании игровых технологий.

**Цель Программы** - повысить уровень эмоционального интеллекта в рамках межличностного взаимодействия у детей средствами игровых технологий.

### **Задачи Программы:**

- развить способности распознавать собственные эмоции;
- развить умения управлять собственными эмоциями;
- развить способности распознавать эмоции других людей;
- развить эмоциональную отзывчивость у детей;
- повысить уровень удовлетворённости от совместной работы в группе и субъективного благополучия.

При проведении формирующего этапа эксперимента учитывались следующие условия:

- использование игр в рамках игровых технологий развития эмоционального интеллекта;
- направленность игр на развитие трех видов проявлений эмоционального интеллекта в рамках межличностного взаимодействия: гностических способностей (способностей к пониманию эмоций других); экспрессивных способностей (способностей быть понятым другими, способность к

самовыражению); интеракционных способностей (способностей адекватно влиять на эмоции других);

- повышение комфортности нахождения в коллективе и уровня субъективного благополучия при взаимодействии со сверстниками.

Дополнительно учитывался еще ряд условий, касающийся организационных моментов:

- проведение игр как индивидуально, так и в подгруппах;
- доброжелательная обстановка проведения игр.
- использование наглядного материала;
- игры строятся от простого выполнения инструкций до проговаривания детьми, как надо действовать в той или иной ситуации;
- в играх дети заинтересованы решить поставленную перед ними задачу, в групповых играх присутствует соревновательный момент.

**Реализация** данной Программы проводилась поэтапно.

**Первый этап**, подготовительный, включал в себя работу по организации развивающей предметно - пространственной среды, которая будет способствовать повышению уровня сформированности коммуникативных навыков и активности детей, а также подбору и дополнению уже имеющихся театрализованных игр, направленных на формирование эмоционального интеллекта детей.

**Второй этап** реализации Программы мероприятий по формированию эмоционального интеллекта детей средствами театрализованной игры в рамках игровых технологий с элементами театрально-игровых практик включал непосредственно реализацию подобранных игровых технологий с детьми.

В таблице 2.2 приведено тематическое планирование Программы.

Таблица 2.2 - Тематический план занятий Программы «Театрализованные игры»

| №      | Внеурочные занятия, темы                                          | Форма проведения | Общий объем времени (в часах) |
|--------|-------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------------|
| 1      | Основы театральной игры. Формы и виды игр                         | Занятие          | 2 академ. час                 |
| 2      | Игровые технологии различных типов для развития внимания и памяти | Занятие          | 2 академ. час                 |
| 3      | Игровые технологии для снятия излишнего мышечного напряжения      | Занятие          | 2 академ. час                 |
| 4      | Игровые технологии для развития фантазии и воображения            | Занятие          | 2 академ. час                 |
| 5      | Игровые технологии для развития общения                           | Занятие          | 2 академ. час                 |
| 6      | Игровые технологии с использованием народных игр                  | Занятие          | 2 академ. час                 |
| 7      | Сюжетно-ролевые игровые технологии                                | Занятие          | 2 академ. час                 |
| 8      | Сюжетно-ролевые игровые технологии (в том числе музыкальные)      |                  | 2 академ. час                 |
| 9      | Итоговое занятие                                                  | Занятие          | 2 академ. часа                |
| Итого: |                                                                   |                  | 18 академ. часов              |

На каждом из занятий формируется тот или иной из компонентов эмоционального интеллекта средствами игровых технологий с элементами театрально-игровых практик.

**Первое, вводное занятие «Основы театральной игры. Формы и виды игр»** служит для погружения участников в театральную атмосферу и игру. В рамках занятия проходит:

- знакомство,
- обсуждение игры в театрализованном формате.

Участники получают представления о том, какие игровые формы и их разновидности будут использоваться в рамках программы.

Психолог выстраивает занятие таким образом, чтобы стимулировать свободный разговор с детьми о том, какие они знают игры, какой имеют опыт участия в этих играх, с какими сталкивались интересными ситуациями.

Учитывая полученную информацию о детском игровом опыте, педагог-психолог проводит обобщение по обсуждённым играм определяет их направления:



- по видам: театрализованные, подвижные, музыкальные и др.;
- по формату реализации: уличные, домашние; групповые (малые, средние)
- по сюжетности: разыгрывание сюжетов из жизни (в «больницу», в «салон красоты», в «супермаркет», движение на дороге и т.д.;

В любой из обсуждаемых игр педагог-психолог формулирует задачу. Например, задачу формирования и становления у детей коммуникативных навыков, а именно: *экспрессивные способности* (дети понимают эмоции друг друга и могут выражать собственные чувства, идеи, эмоции, получая ответную реакцию).

В конце первого занятия участники обсуждают, для чего служат рассмотренные игры, что помогают развивать.

**В процессе второго занятия** применяются несколько игровых технологий, ориентированных на улучшение памяти, мышления и детского внимания.

Главная цель их практического применения: развитие *гностических функций*, а также *экспрессивных способностей* у детей.

Для проведения занятия педагог-психолог выбирает определенные игры, задания и упражнения учитывая специфику отдельных детей и особенности группы в целом. Игры и упражнения реализуются по принципу увеличения сложности от разминочных до усложнённых.

В рамках занятия используются игры на знакомство и на развитие навыков общения (например, игры «Телеграмма», «Знакомство», «Что изменилось?», «Волшебный сундучок» и др.).

**На третьем занятии** психолог использует игры в целях освобождения от чрезмерного мышечного напряжения.

Цель занятия: *развитие гностических функций и экспрессивных способностей*.

Устранение напряженности в процессе применения игровой технологии осуществляется по правилу: расслабление мышц, а затем целенаправленное напряжение определенных мышечных групп. В этих целях на протяжении игры

происходит изменение ритмов, последовательности действий, меняются движения. Например, перемежаются действия – сначала активные, затем ослабление активности, меняется темп игры и т.п.

В начале игры рекомендуется давать более простые упражнения и задания, потом идти на усложнение и добавлять упражнения для дыхания, словесную нагрузку. Игры для развития пластичности, гибкости, движения дают возможность ребенку раскрыться, стать более раскрепощенным, помогают развивать навыки общения и межличностного взаимодействия.

**Четвёртое занятие** использует игровые технологии, ориентированные на развитие детского воображения, импровизации и фантазии. В совокупности используются в рамках игровой деятельности: групповые игры, различные предметы и реквизит, пантомима, упражнения на пластику и движение.

Навыки, на развитие которых делается акцент на занятиях: *гностические, экспрессивные и интеракционные.*

**Пятое занятие.** Особое значение при реализации Программы имеет применение *игровых технологий для развития общения*, которые проводятся в рамках этого занятия.

В его рамках игры направлены на становление и укрепление *гностических и экспрессивных способностей.*

Основная задача – развитие навыков командной работы, формирование партнерских навыков, развитие процессов общения и взаимодействия в игровой практики. Используются упражнения и игры – в группе, в паре. Каждая из игр пятой встречи характеризуется практическим действием.

**Шестое занятие.** В процессе занятия применяются *игровые технологии с включением русских народных игр.*

Значимость этого занятия состоит в том, что развитие эмоционального интеллекта реализуется в формате становления соответствующих качеств, связанных с коммуникацией и погружением в сюжетность игры, формируя при этом, сопричастность к богатым народным традициям.

Направленность народных игр позволяет формировать гностические, экспрессивные и интеракционные способности.

**Седьмое занятие.** Занятие основано на использовании *сюжетно-ролевых игровых технологий*. В процессе игр используемых на этом занятии, расширяются навыки взаимодействия в группе (паре), оттачиваются навыки эффективного взаимодействия. Игры, применяемые в этом занятии направлены на становление и укрепление гностических, экспрессивных и интеракционных способностей.

**Восьмое занятие.** Применение сюжетно-ролевых игр, использовавшихся на предыдущем занятии, получает свое развитие. Добавляются музыкальные элементы и дополнения. Занятие направлено на приобщение детей к интеграционному варианту: отработке навыков развития сюжетной линии, навыков проявления активности в творческой работе, импровизации.

Указанные игровые технологии направлены на развитие гностических, экспрессивных и интеракционных способностей.

**Девятое занятие** – завершающееся и кульминационное.

Навыки, получающие свое развитие: гностические, экспрессивные и интеракционные способности.

Данное занятие организовывается с множеством игр: включая игры в группе, индивидуальные упражнения, задания и т.п. При этом акцент психологической работы сводится к тому, чтобы участники были взаимно вежливы, позитивны, уважительны друг к другу и окружающим, выстраивали полноценное общение – и все это выступает значимым условием эффективной коммуникации между ребятами.

Следует подчеркнуть, что игровые технологии реализуемой Программы содержат разные задания, упражнения, миниатюры, разграничить которые можно, исходя из определённых признаков: цель, задачи игрового взаимодействия; численность участников в играх; характеристика отражения реальности. Главное здесь – использовать самые разные варианты составляющих игровых технологий.

Важными условиями выступают – создание позитивной творческой атмосферы и интересного пространства для творений, с одновременным соблюдением дисциплины и норм поведения.

Поскольку дети обычно любят фантазировать и могут предложить игры, придуманные ими же, или выразить желание вести игры, которые они хорошо знают, психологу рекомендовано поддерживать активностей детей. При этом следует учитывать уместность предложенной ребенком игры,

Однако и в случае креативных порывов и инициативы детей психолог должен следить за соблюдением дисциплины.

Применение сюжетно-ролевых игр в формате более широком, интегративном, помогает детям развивать навыки придумывания своих собственных игр, что предполагает повышение уровня понимания эмоционального состояния участников игр.

Игры предлагаются по нарастающей сложности взаимодействия.

Дети позитивно реагируют на такие игры, т.к. в своем возрасте они сами очень активны и подвижны. При этом одновременно удовлетворяется потребность детей в общении с другими. В процессе игр ребята получают положительные эмоции, радость. Постепенно в детском поведении в игровых ситуациях формируется общность интересов участников.

В играх задействованы все ребята – и те, кто менее активны, и те, кто принимал более активное участие – все они, с их слов, получали позитивный отклик, заряжались хорошими эмоциями, включались в общение, что в целом приносило им чувство удовлетворения от участия в данной программе и посещения школы в дни проведения занятий

Труднее для ребят оказались подвижно-дидактические игры – в них нужно было соблюдать очередность в действиях, играть по правилам. В такой игровой ситуации ребята учатся быть терпимее по отношению к другим, взаимной вежливости, самостоятельности, проявлению дружелюбия.

В игры активно вовлекались менее инициативные дети, у которых наблюдались проблемы с самооценкой, неуверенность, застенчивость, в целях

коррекции эмоционально-волевой сферы. Такой подход помогает ребятам раскрываться, выражать себя и свои эмоции, сблизиться и улучшить отношения со сверстниками.

В процессе взаимодействия и игр с ребятами создавалось пространство позитивного общения, благоприятная эмоциональная атмосфера.

Таким образом, в рамках исследования разработана и реализована Программа, направленная на развитие эмоционального интеллекта, в том числе способствующая уровню субъективного благополучия детей при посещении школы.

### 2.3 Апробация программы развития эмоционального интеллекта у младших школьников

С целью подтверждения гипотезы, проанализированы результаты на констатирующем этапе по экспериментальной (ЭГ) и контрольной (КГ) группам.

Результаты тестирования и обработки данных, полученных на констатирующем этапе, приведены в Приложении 3.

На рис. 2.2 представлены результаты оценки понимания эмоциональных состояний (гностического компонента).

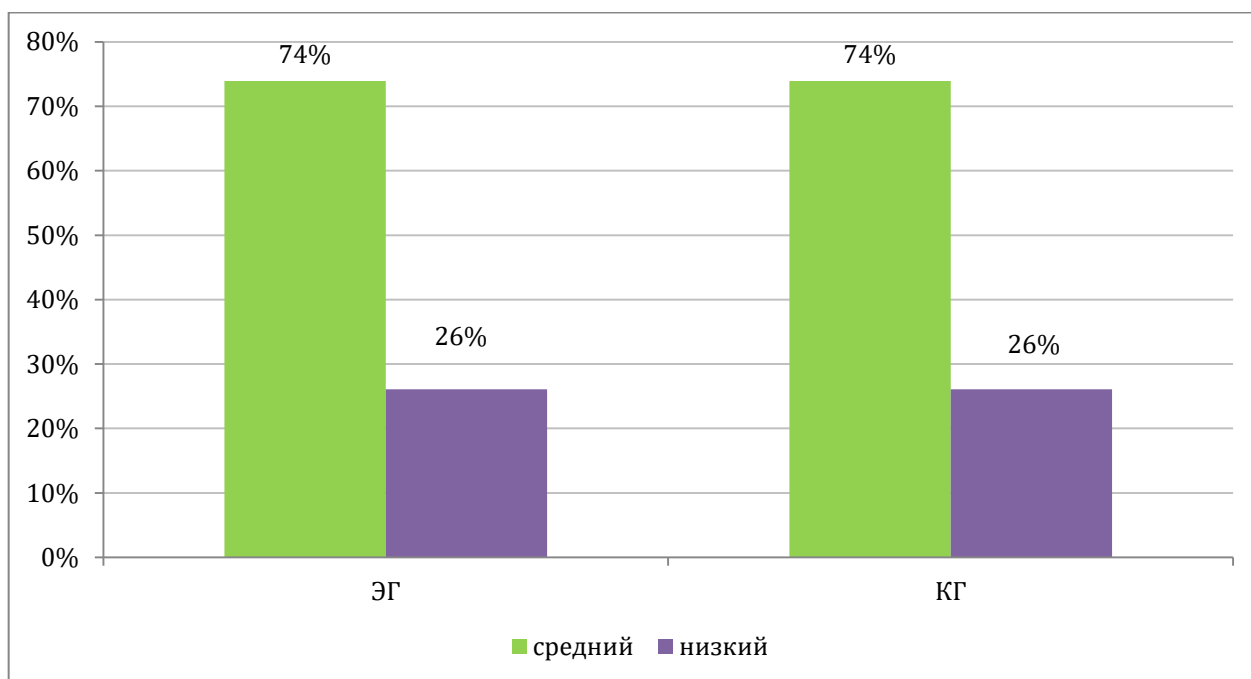


Рисунок 2.2 - Распределение младших школьников по уровням понимания эмоциональных состояний на констатирующем этапе, %

По обеим группам преобладает средний уровень - 74%, понимания эмоциональных состояний.

Результаты определения самооценки (экспрессивного компонента) по методике «Какой я?» (по О.С. Богдановой) в обеих группах на констатирующем этапе представлены на сравнительной диаграмме (рис. 2.3).

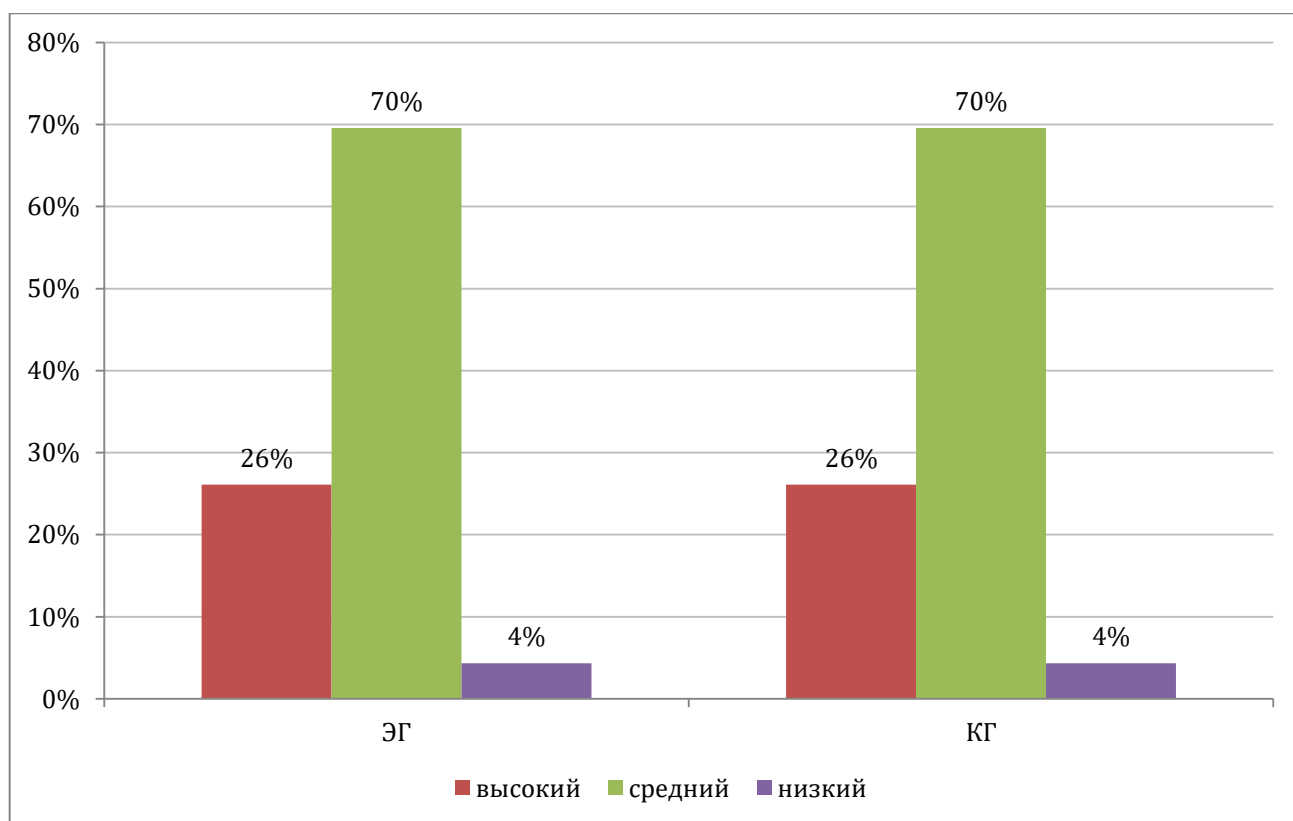


Рисунок 2.3 – Распределение младших школьников по уровню самооценки (методика О.С. Богдановой) на констатирующем этапе, %

Преобладающим уровнем самооценки в эмоциональной сфере как в контрольной, так и в экспериментальной группах является средний – по 70%. Высокий уровень определен у 26% младших школьников контрольной группы и экспериментальной группы. Лишь незначительное количество детей (по 4% в экспериментальной и в контрольной группах) имеют низкий уровень. Очень низкий уровень не представлен ни в одной из групп.

При оценке интеракционного компонента готовности ребёнка учитывать эмоциональное состояние другого человека в общении, сопереживать ему и заботиться о нём было установлено: большинство младших школьников как в контрольной, так и в экспериментальной группе, показали средний уровень развития данного качества (74% респондентов в экспериментальной группе и в контрольной группе), который характеризуется тем, что обучающийся частично ориентируется на эмоциональное состояние другого человека и показывают способность ему сочувствовать (рис. 2.4).

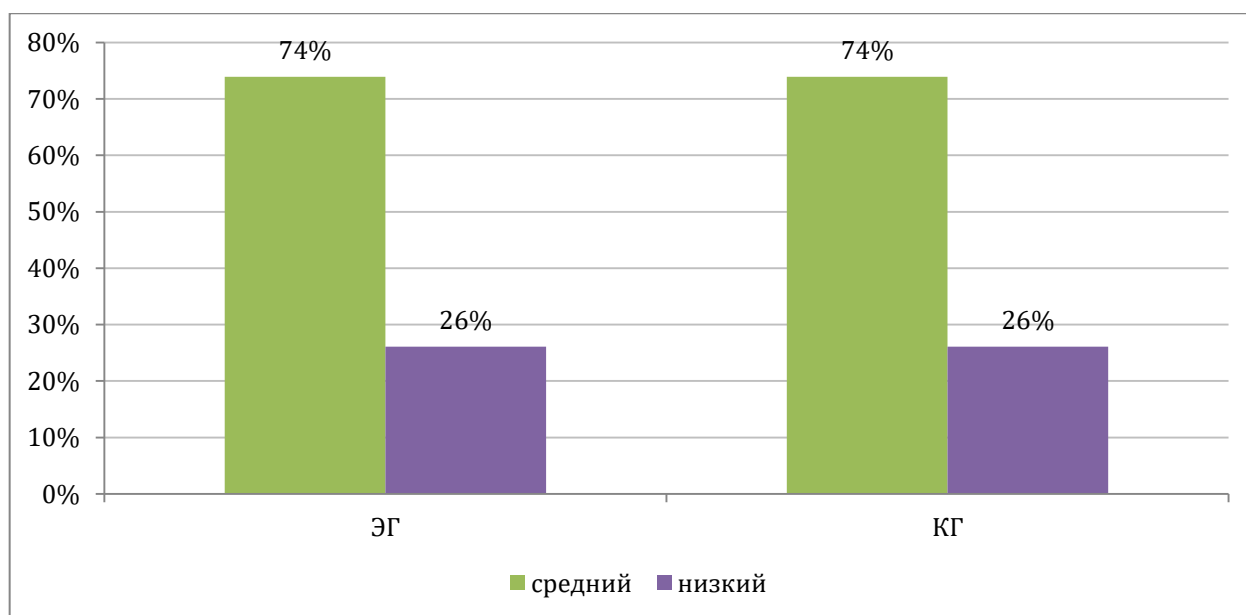


Рисунок 2.4 - Распределение по уровням степени готовности младших школьников учитывать эмоциональное состояние другого человека, сопереживать ему и заботиться о нём на констатирующем этапе, %

Низкий уровень, который определяется тем, что у испытуемых возникают затруднения в определении эмоциональных состояний людей, характерен для 26% респондентов в экспериментальной и контрольной группе.

Данные показатели характеризуют наличие затруднений большей или меньшей степени при определении эмоциональных состояний взрослых и сверстников.

Оценка степени субъективного благополучия выполненная в обеих группах по «Опроснику субъективного благополучия» в редакции Т. Н. Канонир, И. Л. Углановой, и А. А. Куликовой приведена на рис. 2.5.



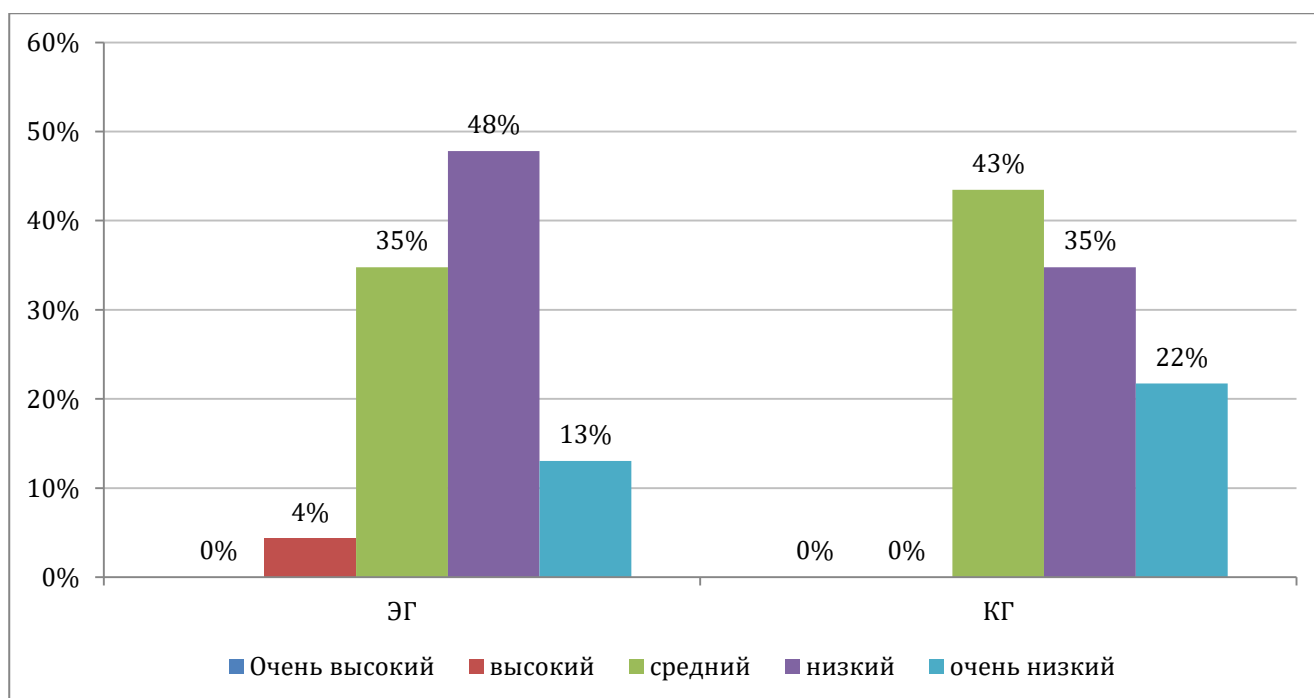


Рисунок 2.5 – Распределение по уровням субъективного благополучия младших школьников в группах на констатирующем этапе, %

В обеих группах преобладают среднее (35% для экспериментальной и 43% - для контрольной группы) и низкое (48% для экспериментальной и 35% - для контрольной группы) значения уровня субъективного благополучия. При этом, показали очень низкий уровень субъективного благополучия 13% респондентов экспериментальной группы и 22% - контрольной. А вот респонденты с очень высоким уровнем не выявлены ни в одной группе.

Также результаты исследования статистически значимых различий между группами респондентов подтверждены с помощью критерия Манна – Уитни (табл. 2.3).

Таблица 2.3 – Сравнительная характеристика значений методик с использованием критерия Манна – Уитни на констатирующем этапе

|                                                                                                                                                           | Сумма рангов |       | Значения критерия Манна – Уитни |                    |                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|---------------------------------|--------------------|-------------------------|
|                                                                                                                                                           | ЭГ           | КГ    | $U_{\text{эмп}}$                | Уровень значимости | Вывод о значимости      |
| Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке                                                                                | 543          | 548   | 257                             | 0,866              | Не значимы ( $p>0,05$ ) |
| «Какой я?» (эмоциональная самооценка)                                                                                                                     | 561,5        | 519,5 | 243,5                           | 0,643              | Не значимы ( $p>0,05$ ) |
| «Что – почему - как» (готовность ребёнка учитывать эмоциональное состояние другого человека в общении, сопереживать ему и заботиться о нём)               | 520,5        | 560,5 | 244,5                           | 0,642              | Не значимы ( $p>0,05$ ) |
| Оценка уровня субъективного благополучия                                                                                                                  | 532,5        | 548,5 | 256,5                           | 0,860              | Не значимы ( $p>0,05$ ) |
| Критические значения: $U_{\text{кр}} (p\leq 0.01) = 158$ ; $U_{\text{кр}} (p\leq 0.05) = 189$<br>КГ - контрольная группа<br>ЭГ - экспериментальная группа |              |       |                                 |                    |                         |

В соответствии с таблицей 2.3 статистически значимые различия между респондентами экспериментальной и контрольной групп младших школьников не были установлены ни по одной из методик ( $p>0,05$ ). Это свидетельствует о возможности проведения формирующего этапа эксперимента (т. е., группы находятся в «равных» условиях).

Таким образом, в рамках констатирующего этапа на уровне статистики:

- можно говорить о преобладании среднего уровня гностического, экспрессивного и интеракционного компонентов эмоционального интеллекта в обеих группах и невысоком уровне субъективного благополучия;

- различия между результатами среднего балла в КГ и ЭГ по всем методикам относятся к статистически незначимым.

Отсюда следует, что существует возможность проведения формирующего эксперимента по данным группам в виде Программы развития эмоционального интеллекта младших школьников, описанной в п.2.2.

После проведения формирующего эксперимента проводился третий этап – этап контрольного эксперимента, во время которого производилась повторная оценка уровня развития компонентов эмоционального интеллекта по экспериментальной и контрольной группам, и определялся уровень субъективного благополучия в обеих группах. После чего осуществлялось сравнение показателей данных двух групп между собой и с данными этих же групп на этапе констатирующего эксперимента. Ниже приведены результаты по экспериментальной и контрольной группам на контрольном этапе.

Результаты тестирования и обработки данных третьего этапа приведены в Приложении 4.

На рис. 2.6 представлены данные оценки гностического компонента эмоционального интеллекта на контрольном этапе в экспериментальной и контрольной группах.

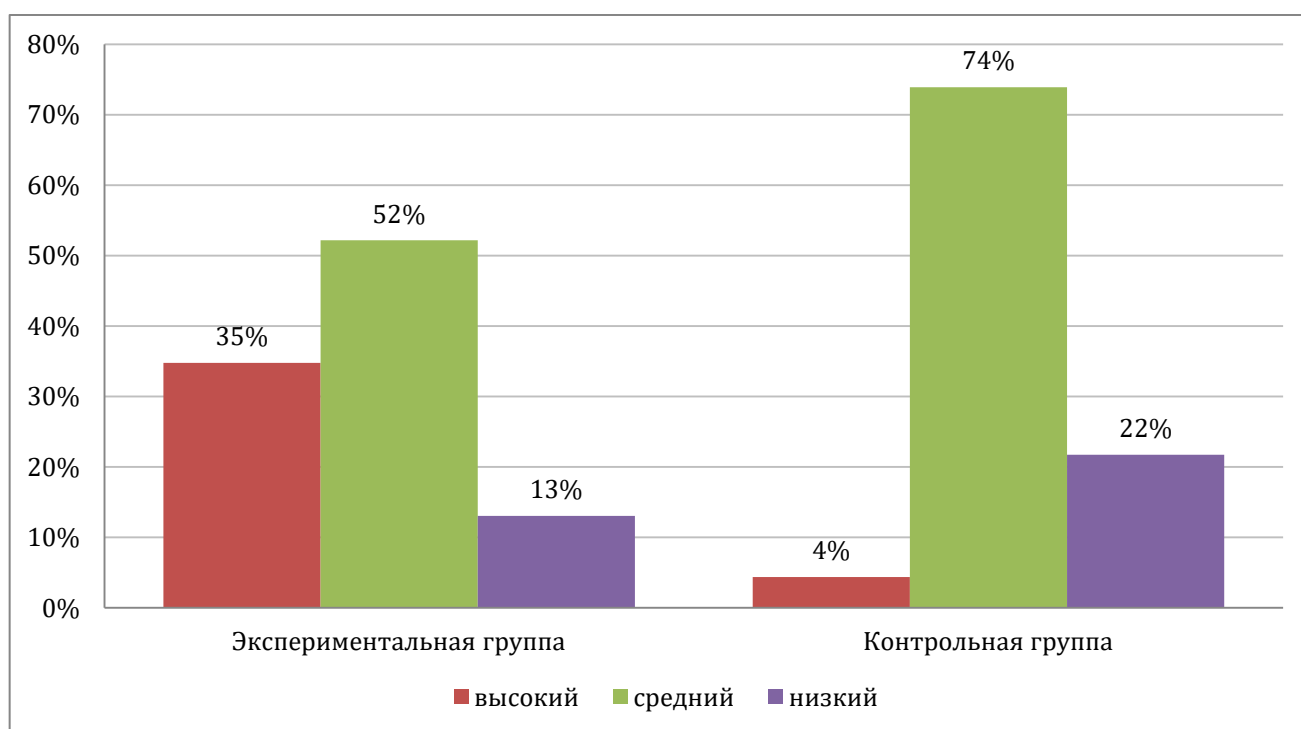


Рисунок 2.6 - Распределение младших школьников по уровням гностического компонента (понимание эмоциональных состояний) на контрольном этапе, %

Если по контрольной группе по-прежнему преобладает средний уровень (74%) понимания эмоциональных состояний, а низкий уровень показали 22% школьников, то в экспериментальной группе доля высокого и среднего уровней существенно изменилась. Количество респондентов с высоким уровнем понимания эмоциональных состояний составило 35%. Средний уровень показали 52%.

У респондентов экспериментальной группы отмечена более значимая динамика роста уровня понимания эмоциональных состояний после формирующего эксперимента.

Доля высокого уровня у респондентов в экспериментальной группе составило 35% а доля низкого уровня гностического компонента уменьшилась в результате эксперимента в два раза до 13% (рис. 2.7),

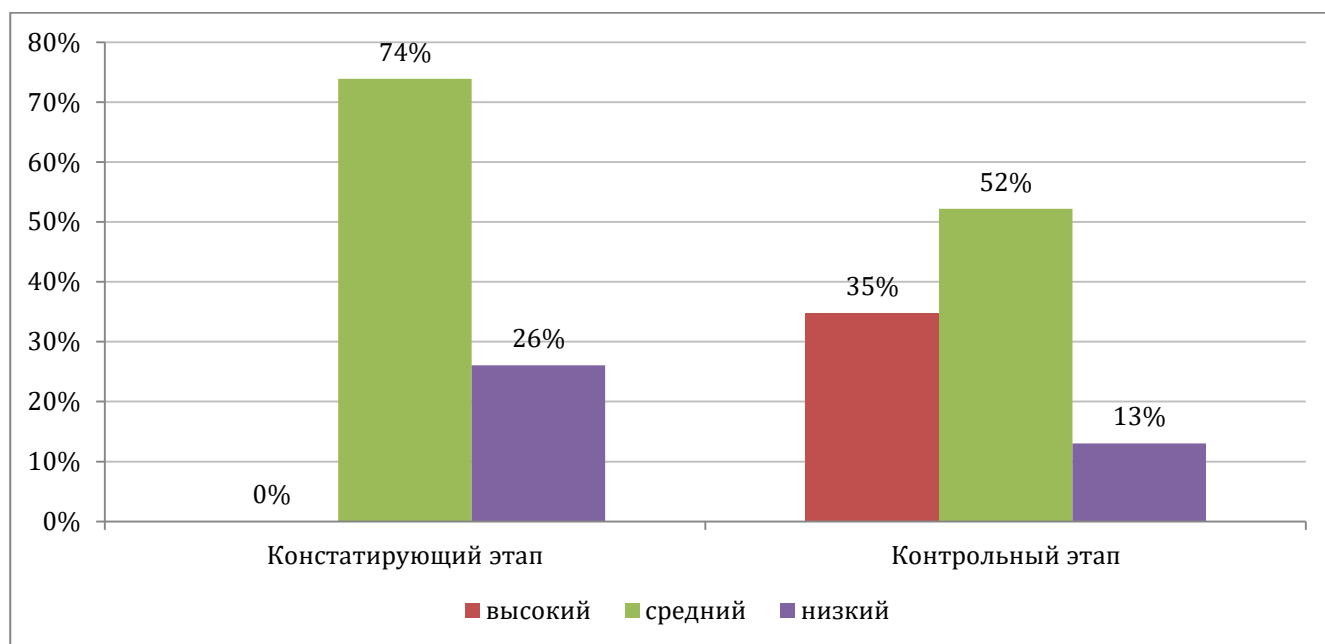


Рисунок 2.7 – Динамика распределения по уровню понимания эмоциональных состояний младших школьников в экспериментальной группе, %

При этом в контрольной группе, в которой формирующий эксперимент не проводился, отсутствует явно выраженная динамика изменения гностического компонента эмоционального интеллекта.

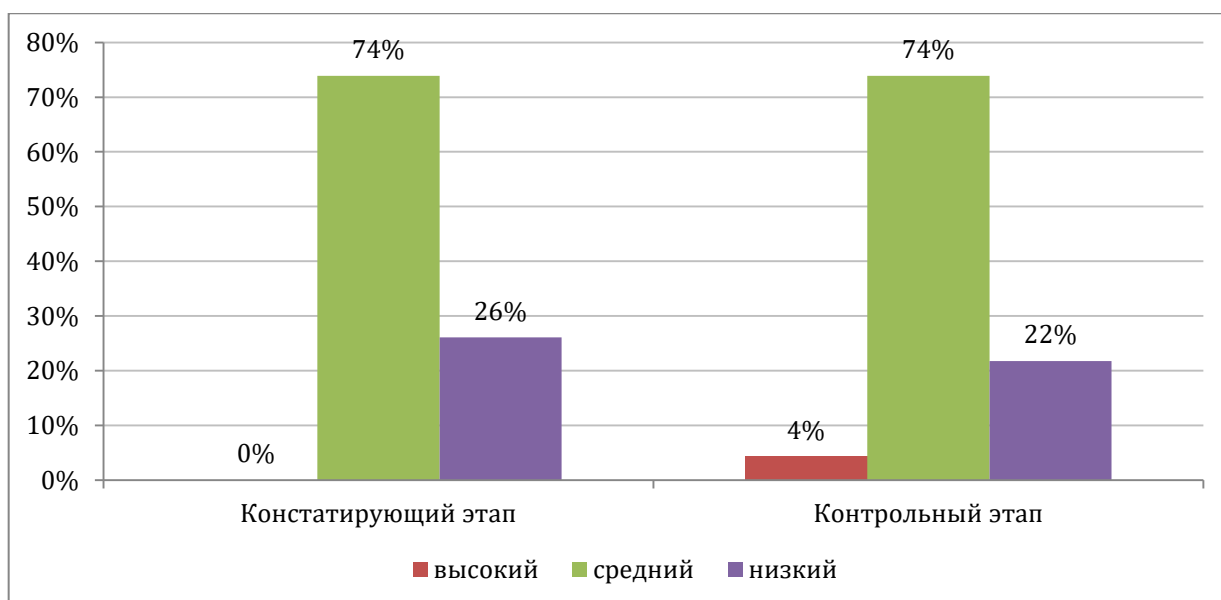


Рисунок 2.8 – Динамика распределения по уровню понимания эмоциональных состояний младших школьников в контрольной группе, %

Так, средний уровень показали 74% респондентов, незначительно, на 2% уменьшилось количество детей с низким уровнем (26% и 22% соответственно). Небольшое количество детей (4%) на контрольном этапе показали высокий уровень гностического компонента, что может быть связано с погрешностями тестирования и индивидуальными особенностями развития детей (рис. 2.8).

Результаты оценки уровня развития экспрессивного компонента в обеих группах на контрольном этапе представлены на диаграмме (рис. 2.9).

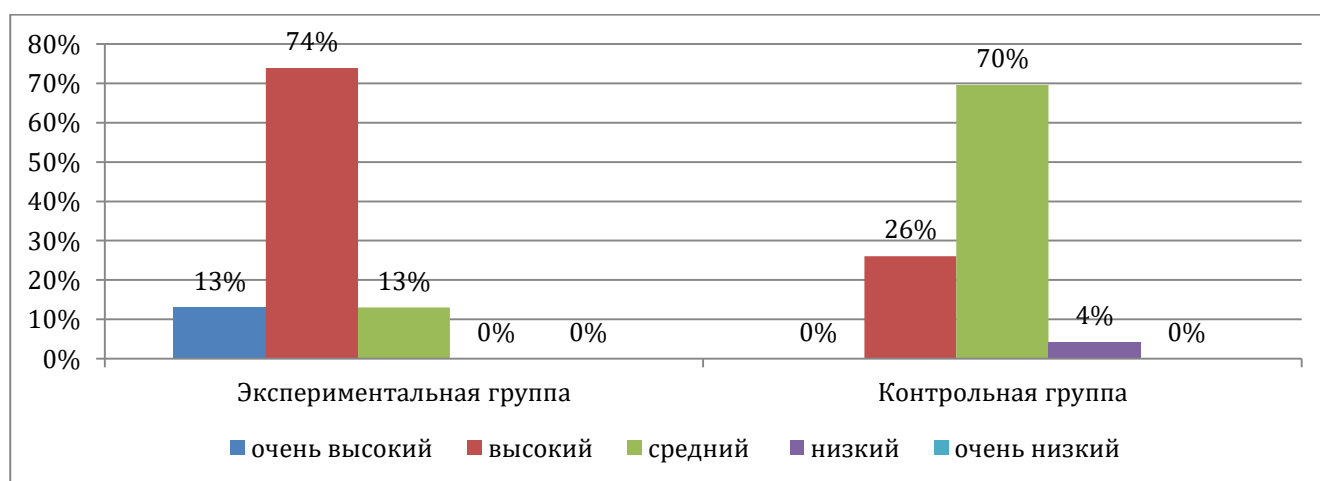


Рисунок 2.9 – Сравнение распределения младших школьников по уровням экспрессивного компонента (эмоциональной самооценки) на контрольном этапе, %

Преобладающим уровнем самооценки в контрольной группе на контрольном этапе является по-прежнему средний – 70%. Высокий уровень определен у 26%. Количество респондентов с очень высоким уровнем в контрольной группе отсутствует.

В экспериментальной группе преобладает (причем значительно) уже высокий уровень – 74%. При этом очень высокий уровень определен у 13%. Средний уровень выявлен у незначительного количества респондентов (13%). Низкий и очень низкий уровень не представлены в экспериментальной группе.

Анализ динамики изменения уровня экспрессивного компонента до и после эксперимента в экспериментальной группе представлен на диаграмме (рис. 2.10).

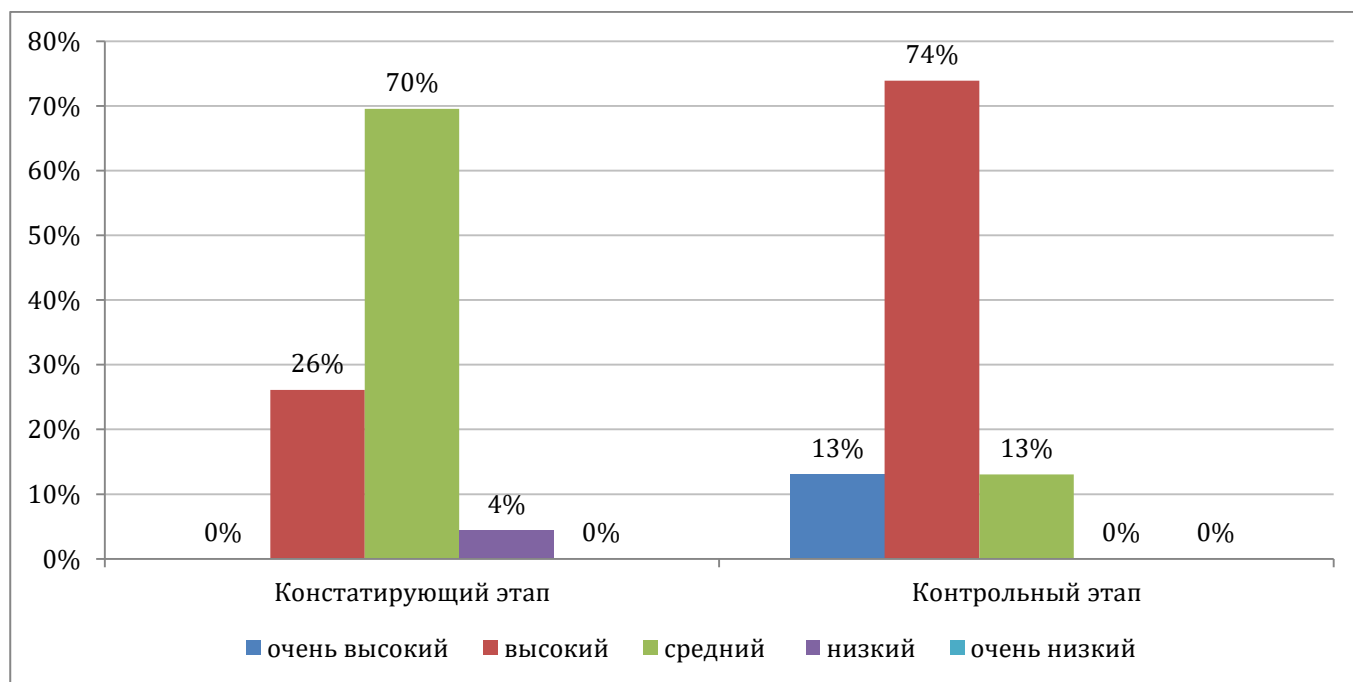


Рисунок 2.10 – Динамика распределения по уровню экспрессивного компонента (эмоциональной самооценки) младших школьников в экспериментальной группе, %

Можно видеть существенное изменение по этому показателю. Так, количество детей, показавших очень высокий уровень, выросло до 13%. Количество детей, показавших высокий уровень увеличилось на 48%. Это

произошло за счёт снижения количества школьников, показавших средний уровень (снижение на 56% до 13%) и низкий уровень (снижение с 4% до 0%).

В контрольной группе таких результатов не наблюдалось. Динамика изменений уровня экспрессивного компонента на констатирующем и контрольном этапах приведена на диаграмме (рис. 2.11).

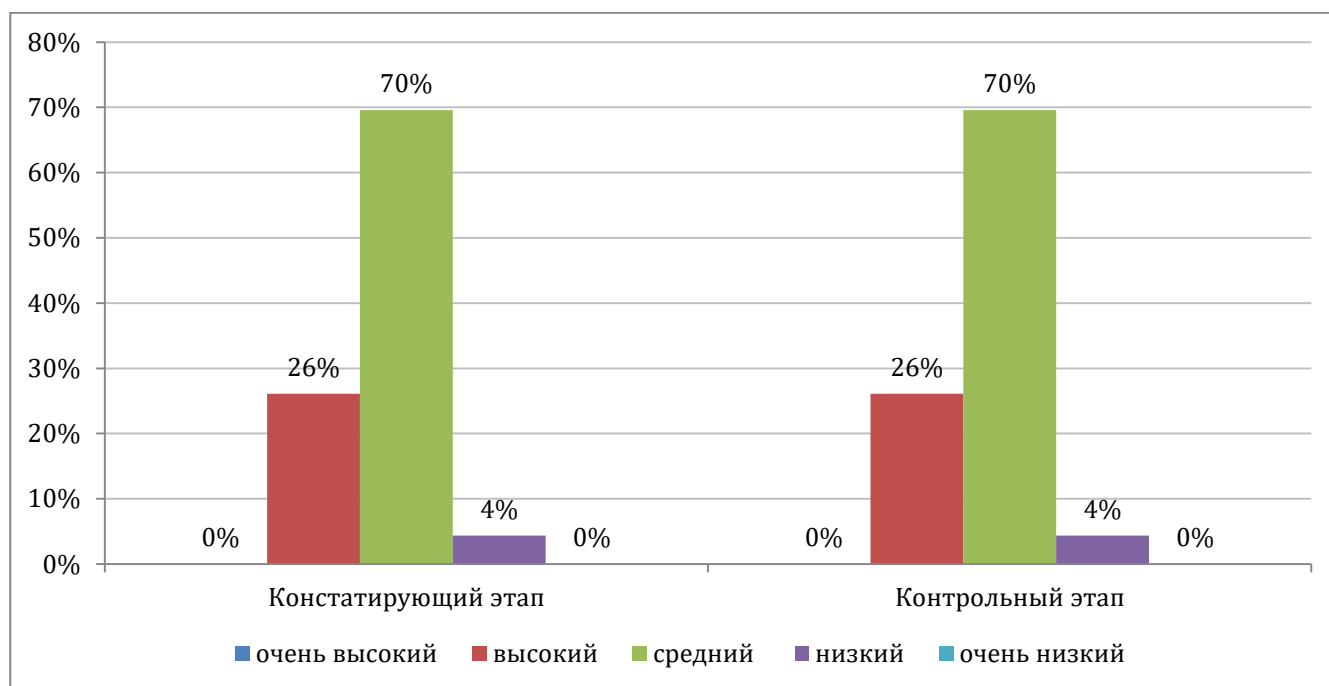


Рисунок 2.11 – Динамика распределения по уровню экспрессивного компонента (эмоциональной самооценки) младших школьников в контрольной группе, %

Практически, все показатели остались неизменными.

Результаты оценки *интеракционного компонента* - готовности ребёнка учитывать эмоциональное состояние другого человека в общении, сопереживать ему и заботиться о нём, на контрольном этапе представлены на диаграмме (рис.2.12).

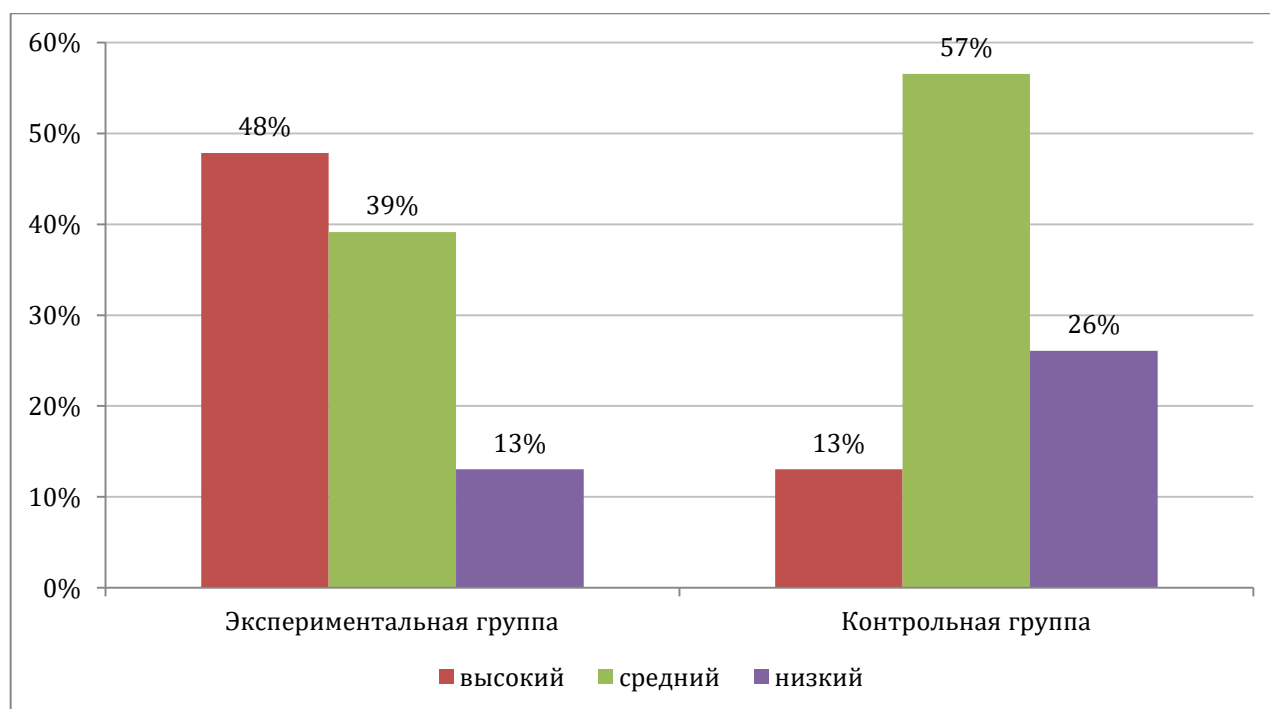


Рисунок 2.12 - Распределение по уровням степени готовности младших школьников учитывать эмоциональное состояние другого человека, сопереживать ему и заботиться о нём на контрольном этапе, %

В экспериментальной группе наблюдается существенный рост высокого и среднего уровня (48% и 39% соответственно). В то же время в контрольной группе преобладающим остаётся средний уровень интеракционного компонента (57%).

Динамика изменений степени готовности респондентов учитывать эмоциональное состояние другого человека между констатирующим и контрольным этапами приведена на диаграммах для экспериментальной группы (рис. 2.13) и контрольной группы (рис.2.14).

Было установлено, что в сравнении с констатирующим этапом большинство младших школьников в контрольной группе по-прежнему осталось на среднем уровне развития (57%), в то время как в экспериментальной группе средний уровень установлен лишь у 39% респондентов. Уровень респондентов на высоком уровне развития в экспериментальной группе увеличился с 0% до 48%, в то время как в контрольной группе данное увеличение составило лишь 13%. Снизилось число респондентов на низком уровне на 13% в экспериментальной группе. В



контрольной группе изменения количества респондентов с низким уровнем не зафиксировано.

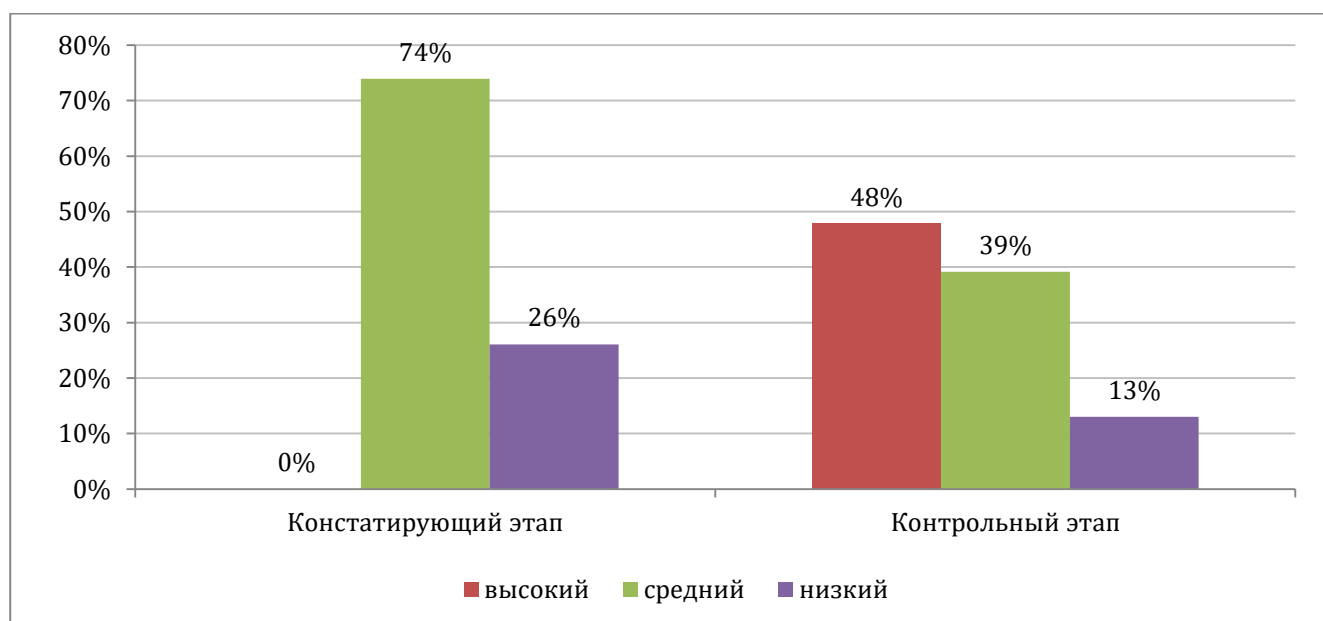


Рисунок 2.13 - Динамика изменений степени готовности младших школьников учитывать эмоциональное состояние другого человека, сопереживать ему и заботиться о нём в экспериментальной группе, %

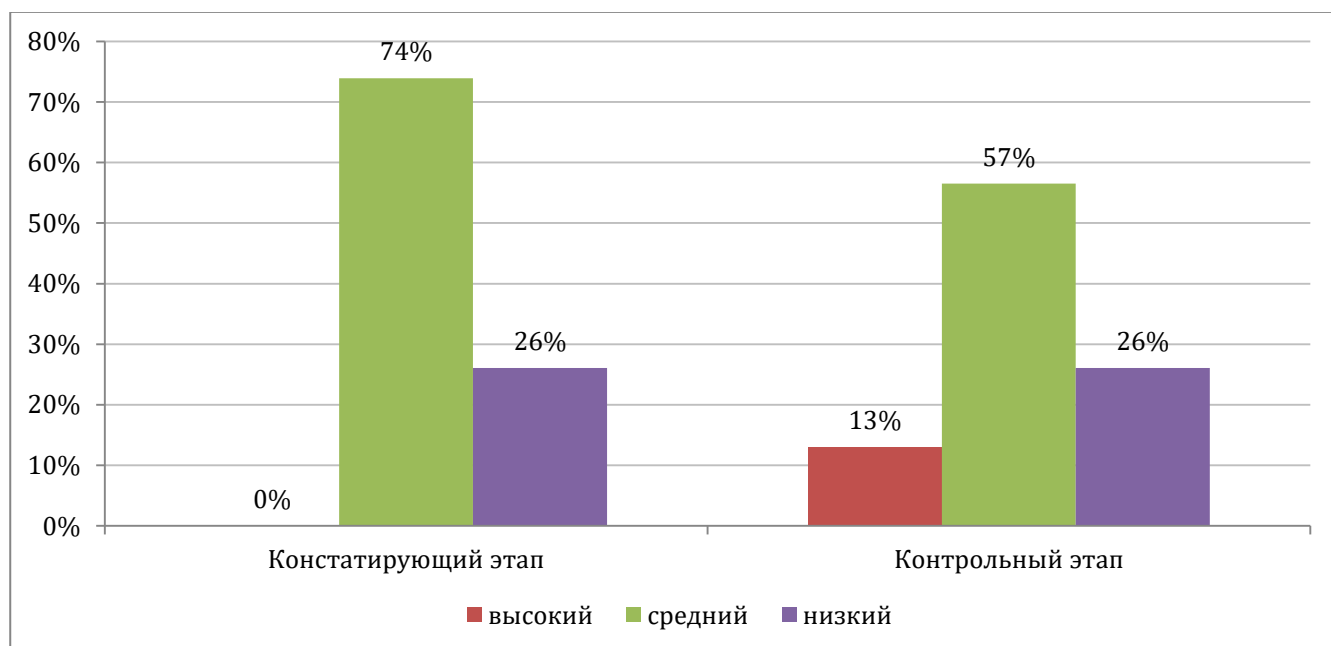


Рисунок 2.14 - Динамика изменений степени готовности младших школьников учитывать эмоциональное состояние другого человека, сопереживать ему и заботиться о нём в контрольной группе, %

Оценка субъективного благополучия на контрольном этапе представлена на диаграмме (рис.2.15)

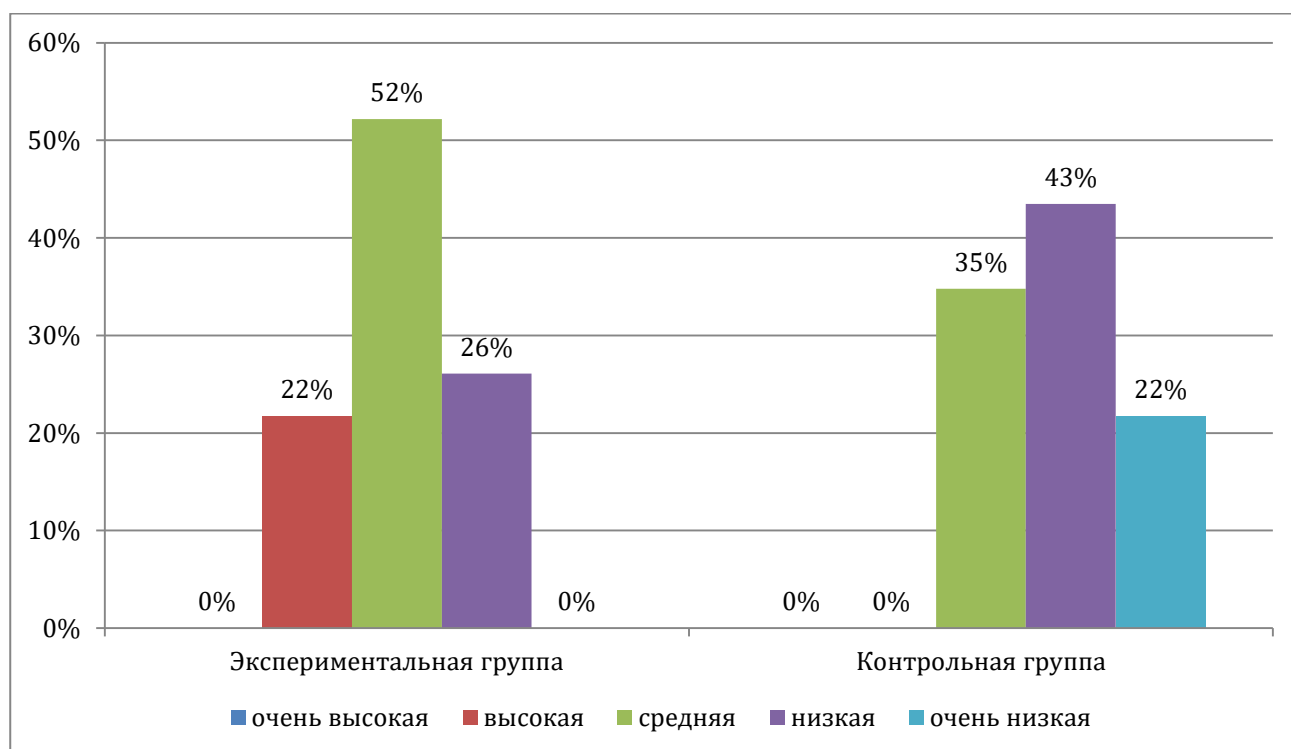


Рисунок 2.15 – Распределение по уровням субъективного благополучия младших школьников в группах на констатирующем этапе, %

Можно констатировать заметное различие между экспериментальной и контрольной группами по уровню субъективного благополучия, испытываемому респондентами.

Очень высокого уровня не наблюдалось ни в экспериментальной группе ни в контрольной группе. Высокий уровень субъективного благополучия продемонстрировали 22% респондентов экспериментальной группы. В контрольной группе этот уровень также не выявлен. Средний уровень продемонстрировало большинство опрошенных как в экспериментальной, так и в контрольной группах. Он составил 52% и 35% соответственно. При этом низкий и очень низкий уровень доминируют в контрольной группе (43% и 22%, соответственно). В экспериментальной же группе детей с низким уровнем субъективно благополучия 26%, а с очень низким не выявлено – 0%.

При этом в экспериментальной группе существует очень наглядная динамика увеличения уровня субъективного благополучия вследствие проведенного эксперимента. Результаты представлены на диаграмме (рис. 2.16).

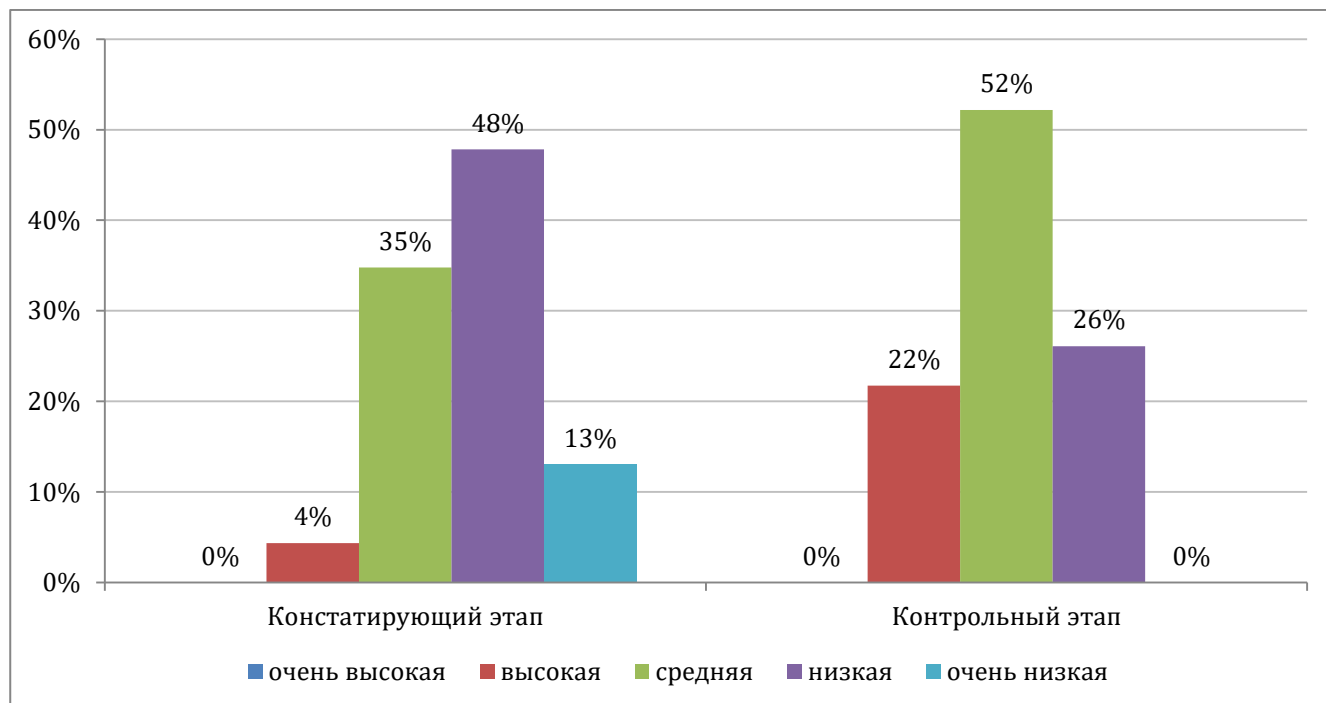


Рисунок 2.16 – Динамика изменения уровня субъективного благополучия в экспериментальной группе на констатирующем и контрольном этапах, %

Хотя на контрольном этапе не выявлены дети, показавшие очень высокий уровень субъективного благополучия, заметно увеличилось количество респондентов показавших высокий уровень субъективного благополучия. Он вырос на 18%. Наибольший прирост показала группа со средним уровнем субъективного благополучия. Она увеличилась на 27%. Рост количества детей, показавших очень высокий, высокий и средний уровень субъективного благополучия, закономерно, снизил количество детей с низким и очень низким уровнем. Так низкий уровень субъективного благополучия снизился на 22%, а очень низкий – на 13% - до нуля.

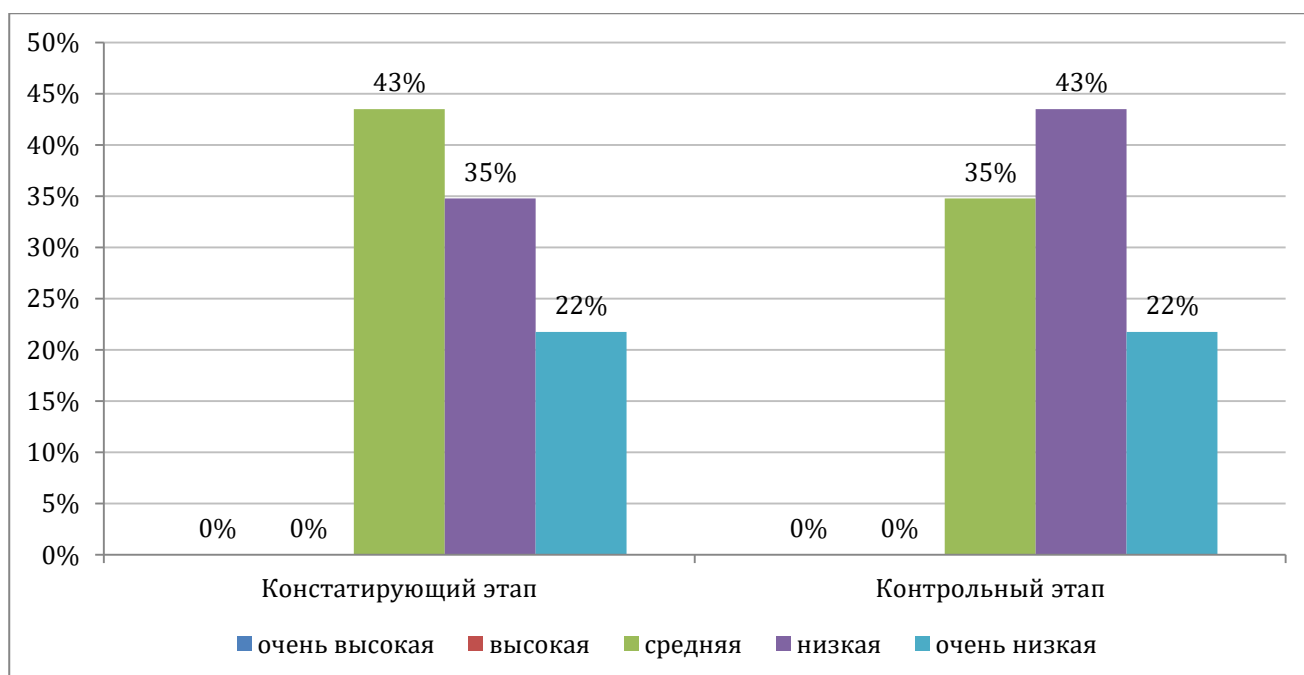


Рисунок 2.17 – Динамика изменения уровня субъективного благополучия в контрольной группе на констатирующем и контрольном этапах, %

В контрольной группе за время проведения эксперимента имела место обратная тенденция. При незначительном изменении количества респондентов в группах по уровню субъективного благополучия имела места устойчивая тенденция к снижению этого уровня. Так количество детей с очень высоким и высоким уровнем субъективного благополучия отсутствовало на констатирующем этапе и не появилось на контрольном. Имело место снижение количества детей со средним уровнем субъективного благополучия с 43% до 35%. Зато выросло количество детей с низкой (рост на 8%) оценкой уровня субъективного благополучия. Количество детей с очень низким уровнем не изменилось и составило 22%.

Снижение уровня субъективного благополучия в среде младших школьников в условиях отсутствия корректирующих мероприятий отмечается во многих экспериментах. Проведённое исследование показывает, что в экспериментальной группе удалось не только остановить эту тенденцию, но и переломить её, повысив общий уровень субъективного благополучия в группе.

Таким образом, можно вести речь о более интенсивной динамике уровня субъективного благополучия в экспериментальной группе на фоне развития умения адекватно реагировать на проявление эмоций окружающими, учитывать эмоциональное состояние другого человека, сопереживать ему и заботиться о нём.

Также результаты исследования статистически значимых различий между группами респондентов подтверждены с помощью критерия Манна – Уитни (табл. 2.4).

Таблица 2.4 – Сравнительная характеристика значений методик с использованием критерия Манна – Уитни на контрольном этапе

|                                                                                                                                                                                                                                                          | Сумма рангов |       | Значения критерия Манна – Уитни |                    |                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|---------------------------------|--------------------|---------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                          | ЭГ           | КГ    | $U_{\text{эмп}}$                | Уровень значимости | Вывод о значимости        |
| Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке                                                                                                                                                                               | 678,5        | 402,5 | 126                             | 0,002**            | Значимы ( $p \leq 0,01$ ) |
| «Какой я?» (эмоциональная самооценка)                                                                                                                                                                                                                    | 728,5        | 352,5 | 76,5                            | 0,000***           | Значимы ( $p \leq 0,01$ ) |
| «Что – почему - как» (готовность ребёнка учитывать эмоциональное состояние другого человека в общении, сопереживать ему и заботиться о нём)                                                                                                              | 636          | 445   | 169                             | 0,032*             | Значимы ( $p \leq 0,05$ ) |
| Оценка уровня субъективного благополучия                                                                                                                                                                                                                 | 667          | 414   | 138                             | 0,005**            | Значимы ( $p \leq 0,01$ ) |
| Обозначения уровней значимости: *** - $p \leq 0,001$ ** - $p \leq 0,01$ * - $p \leq 0,05$<br>Критические значения: $U_{\text{кр}} (p \leq 0,01) = 158$ ; $U_{\text{кр}} (p \leq 0,05) = 189$<br>КГ - контрольная группа<br>ЭГ - экспериментальная группа |              |       |                                 |                    |                           |

В соответствии с таблицей 2.4 были установлены статистически значимые различия между результатами тестирования групп младших школьников по каждой из методик на уровне значимости  $p \leq 0,05$ .

Данные результаты свидетельствует о подтверждении гипотезы исследования после формирующего этапа эксперимента.

Также с целью выявления статистически достоверных различий между уровнями сформированности критериев эмоционального интеллекта и субъективного благополучия младших школьников внутри каждой из групп (контрольной и экспериментальной) на констатирующем и контрольном этапах (до и после формирующего этапа), использован Т-критерий Вилкоксона. Полученные значения критерия представлены в таблице 2.5.

Таблица 2.5 - Результаты Т-критерия Вилкоксона по оценке сформированности эмоционального интеллекта и уровня субъективного благополучия младших школьников в группах.

| Контрольная группа (до и после)       |                                                                            |                                       |                                                                                                        |                                                                                            |
|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| Показатель                            | Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке | «Какой я?» (эмоциональная самооценка) | «Что – почему - как» (готовность ребёнка учитывать эмоциональное состояние другого человека в общении) | Опросник субъективного благополучия (оценка субъективного благополучия младшего школьника) |
| Z                                     | -0,881                                                                     | -0,333                                | -2,121                                                                                                 | -0,02                                                                                      |
| p                                     | 0,378                                                                      | 0,739                                 | 0,034                                                                                                  | 0,984                                                                                      |
| Вывод                                 | Незначимые изменения<br>$p > 0,05$                                         | Незначимые изменения<br>$p > 0,05$    | Незначимые изменения<br>$p > 0,01$                                                                     | Незначимые изменения<br>$p > 0,05$                                                         |
| Экспериментальная группа (до и после) |                                                                            |                                       |                                                                                                        |                                                                                            |
| Z                                     | -3,352                                                                     | -3,843                                | -3,588                                                                                                 | -4,128                                                                                     |
| p                                     | 0,001                                                                      | 0,000                                 | 0,000                                                                                                  | 0,000                                                                                      |
| Вывод                                 | Значимые изменения при<br>$p < 0,01$                                       | Значимые изменения при<br>$p < 0,01$  | Значимые изменения при<br>$p < 0,01$                                                                   | Значимые изменения при<br>$p < 0,01$                                                       |

Проведенный анализ статистической обработки данных с применением критерия Вилкоксона между показателями экспериментальной группы до и после формирующего этапа показал, что различия по уровню субъективного благополучия, как и сформированности критериев эмоционального интеллекта младших школьников по факту апробации Программы являются статистически

*значимыми, в то время как между этими же показателями контрольной группы статистическая значимость отсутствует.*

Таким образом, по результатам контрольного эксперимента мы выявили значимые различия между уровнем субъективного благополучия на фоне развития эмоционального интеллекта в контрольной и экспериментальной группах на контрольном этапе исследования.

При этом в экспериментальной группе в результате формирующего эксперимента, направленного на развитие эмоционального интеллекта, произошло значительное повышение и уровня субъективного благополучия.

Также очень значимые различия между уровнем развития эмоционального интеллекта младших школьников экспериментальной группы до и после проведения формирующего этапа.

При этом наблюдались и качественные изменения в поведении контрольной и экспериментальной групп. Так, в экспериментальной группе увеличилось количество детей успешно и интенсивно коммуницирующих друг с другом, снизилось количество отказов от выполнения заданий, большинство детей вовлекались в занятия, выполняли их с видимым удовольствием, при этом активно взаимодействуя друг с другом и с психологом. К концу реализации Программы, дети стали проявлять большую активность и вовлечённость, демонстрировали желание и готовность участвовать в упражнениях, помогать отстающим. Дети чаще проявляли позитивные эмоции, доброжелательность по отношению друг к другу, помогали тем, у кого что-то не получалось. Наблюдался продолженный эффект, когда после окончания занятия дети дольше общались друг с другом, не торопились сразу покинуть школу. В целом в экспериментальной группе повысился общий эмоциональный тон, дети неоднократно признавались в том, что им нравятся занятия, и они получают больше удовольствия от посещения школы. Подобных проявлений не фиксировалось в контрольной группе.

Тем самым нами подтверждена гипотеза о том, что при целенаправленном развитии эмоционального интеллекта у младших школьников в условиях

общеобразовательного учреждения происходит и увеличение уровня субъективного благополучия.

### **Выводы**

1. Разработана и апробирована Программа, направленная на формирование эмоционального интеллекта у младших школьников (участников группы эксперимента) посредством игровых технологий, способствовавшая повышению позитивного настроения и субъективного благополучия среди участников.

При разработке Программы уделялось внимание следующим параметрам:

- выбор игр, ориентированных на формирование у школьников навыков коммуникации и развития эмоционального интеллекта.
- подборка методических материалов, направленных на закрепление навыков,
- особое внимание психолога на работу по повышению позитивного настроения ребят и росту чувства удовлетворённости от занятия.

2. Практическое применение Программы занятий показало положительный результат и стимулировало процесс развития эмоционального интеллекта у школьников экспериментальной группы, а так же повышение уровня субъективного благополучия у них.



## **Заключение**

На основании проведенного исследования можно сделать следующие выводы.

В условиях современного общеобразовательного учреждения возможна целенаправленная работа по повышению уровня эмоционального интеллекта учащихся младшей школы при помощи разработанной Программы.

Прохождение младшими школьниками Программы развития эмоционального интеллекта дало статистически значимые результаты в улучшения показателей развития эмоционального интеллекта в экспериментальной группе в сравнении с контрольной.

Важным выводом из исследования является подтверждение повышение уровня субъективного благополучия детей, проходивших Программу развития эмоционального интеллекта. При этом в контрольной группе показатели субъективного благополучия имели тенденцию к снижению.

Таким образом, Программа развития эмоционального интеллекта младших школьников в условиях общеобразовательного учреждения может быть реализована с положительным эффектом развития эмоционального интеллекта младших школьников и эта деятельность, так же приводит к повышению субъективного благополучия учащихся.

Требуются дополнительные исследования подтверждающие взаимосвязь повышения уровня субъективного благополучия с ростом успеваемости и повышением позитивного отношения учащихся к школе и учебному процессу. Если это предположение будет подтверждено, то удастся повысить лояльность учителей-предметников к работе педагогов-психологов, направленной на развитие эмоционального интеллекта учащихся и обеспечить их поддержку в развитии этих важных особенностей личности школьников.

## Список литературы

1. Акимова, М.К., Козлова В.Т. Психофизиологические особенности индивидуальности школьников: учебное пособие для ВУЗов / Акимова, М.К., Козлова В.Т., 2-е изд., Москва: Юрайт, 2024. 192 с.
2. Алёшина А.В., Шабанов С.Т. Эмоциональный интеллект. Российская практика / Алёшина А.В., Шабанов С.Т., М: Манн, Иванов и Фербер, 2014. 432 с.
3. Барух-Фельдман К., Комизио Р. Развитие стойкости у детей. Рабочая тетрадь. Увлекательные занятия КППТ, которые помогут пережить стресс и справиться с трудностями. / Барух-Фельдман К., Комизио Р., СПб: ИГ «Весь», 2022. 440 с.
4. Берк Л.Е. Развитие ребёнка. / Берк Л.Е., СПб: Питер, 2016. 1056 с.
5. Божович Л.И. Избранные психологические труды: проблемы формирования личности / Божович Л.И., М: Междунар. пед. академия, 2005. 209 с.
6. Бондарева П.Г. Особенности развития эмоциональной сферы младших школьников // Педагогика: история, перспективы. 2022. № 3 (5). С. 108–116.
7. Валитова, И.Ч. Психология развития ребенка младшего школьного возраста. / Валитова, И.Ч., М: Речь, 2005. 85 с.
8. Варданян Ю.В., Вдовина Н.А., Семенюк А.А. Исследование эмоционального интеллекта и коммуникативности младших школьников // Мир науки. Педагогика и психология. 2022. № 5 (10). С. 51.
9. Выготский Л.С. Психология развития человека. / Выготский Л.С., М: Смысл, 2005. 122 с.
10. Горячева Е.С. Методы развития эмоционального интеллекта // E-Scio. 2023. № 1 (76). С. 115–119.
11. Готтман Д., Деклер Д. Эмоциональный интеллект ребенка. Практическое руководство для родителей. / Д. Готтман, Д. Деклер, Манн, Иванов и Фербер, 2015.
12. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. / Гоулман Д., М: Манн, Иванов и Фербер, 2024. 544 с.
13. Данилина Т.А., Зедгенидзе В.Я., Степина Н.М. В мире детских эмоций. / Данилина Т.А., Зедгенидзе В.Я., Степина Н.М., М: АЙРИС-пресс, 2014. 160 с.
14. Додонов Б.И. Эмоция как ценность / Додонов Б.И., Москва: Сфера, 2010. 272 с.
15. Додонова Ю.А., Тихомирова Т.Н. Общий интеллект, социальный интеллект и креативность: структура и динамика в контексте образовательной среды // Теоретическая и экспериментальная психология. 2010. № 2 (3). С. 5–15.
16. Золотых К.В., Спирина Т.А. Особенности эмоциональной компетентности в младшем школьном возрасте // Научный журнал. 2023. № 1 (66). С. 63–66.
17. Изард К.Э. Психология эмоций / Изард К.Э., СПб: Питер, 2013. 752 с.
18. Илаева Р.А. Диагностика уровней сформированности гибких компетенций у младших школьников // Концепт. 2022. № 11. С. 56–72.

19. Ичитовкина Е.Г., Жернов С.В., Завадский А.Н. Эмоциональный интеллект как ресурс в обеспечении субъективного благополучия человека // Гаудеамус. 2023. № 2 (22). С. 9–22.
20. Канонир Т. Н., Угланова И.Л., Федерякин Д.А. Адаптация и валидизация шкал удовлетворенности школой и друзьями Многокомпонентного опросника удовлетворенности жизнью для школьников // «Современная зарубежная психология». 2018. № 3 (7). С. 34–36.
21. Канонир Т.Н., Угланова И.Л., Куликова А.А. Мониторинг субъективного благополучия в школе: оценка в рамках современной теории тестирования // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2022. № 4 (170). С. 247–272.
22. Карпушкина Н.В. Арт-терапия. Практикум: учебное пособие для вузов / Карпушкина Н.В., 2-е изд., СПб: Лань, 2024. 140 с.
23. Керре Н. Особенные дети: Как подарить счастливую жизнь ребенку с отклонениями в развитии / Керре Н., М: Альпина Паблишер, 2023. 382 с.
24. Клещева Т.В. Особенности связи социального интеллекта с показателями эмоционально-личностной сферы детей младшего школьного возраста // Гуманизация образования. 2009. № 2. С. 91–95.
25. Клещева Т.В. Социальный интеллект школьников и его связь с личностными характеристиками // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2017. № 2 (19) (6). С. 252–254.
26. Колганова, В.С. [и др.]. Нейропсихологические занятия с детьми: В 2 ч. Ч. 2 / Колганова, В.С., Пивоварова Е., Колганов С., Фридрих И., М: АЙРИС-пресс, 2018. 144 с.
27. Копытин А.И., Корт Б. Техники телесно-ориентированной арт-терапии. / Копытин А.И., Корт Б., М: Психотерапия, 2016. 128 с.
28. Кошеварова О.А. Формирование социального интеллекта младших школьников в рамках деятельности социального педагога // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. 2014. № 35–1. С. 61–64.
29. Кузнецова К.С. Педагогическое сопровождение младших школьников в процессе формирования эмоционального интеллекта 2012.
30. Лебединский В.В. Нарушения психического развития у детей: Учебное пособие. / Лебединский В.В., М: Издательство Московского университета, 1985.
31. Магомедова З.З., Коркмазов А.В., Умалатова З.М. Теоретические основы управления эмоциональным развитием детей младшего школьного возраста // Проблемы современного педагогического образования. 2023. № 79–1. С. 207–210.
32. Маккарти Д. Нарисуй себя, как если бы ты превратился в монстра. Трансформация через игру: телесно-ориентированный подход в игровой психотерапии. / Маккарти Д., Касталия, 2024. 248 с.
33. Мали Наталья Александровна, Панова Татьяна Вячеславовна Исследование особенностей адаптации к школе на ступени начального общего и среднего общего образования. // Общество: социология, психология, педагогика. 2023. № 4 (108). С. 113–119.
34. Мамайчук И.И. Психологическая помощь детям с проблемами в развитии. / Мамайчук И.И., СПб: Речь, 2001.

35. Медведева А. В. О проблемах развития эмоционального интеллекта младших школьников в условиях образовательной организации // Актуальные проблемы психологии личности. Сборник научных трудов. УрГПУ. 2023. С. 119–124.
36. Миназова З. М., Алибекова З. Н., Алиева С. А. Анализ социально-психологической адаптации младших школьников в коллективе одноклассников // Мир науки, культуры, образования. 2023. № 2 (99). С. 292–294.
37. Наймушина Л. М. История становления понятия «эмоциональный интеллект» в психологической науке // Педагогика: история, перспективы. 2020. № 4 (3). С. 63–70.
38. Немов Р.С. Ребёнок с ограниченными возможностями здоровья в семье. / Немов Р.С., 2-е изд., М: Издательство Юрайт, 2015. 440 с.
39. Ньюмен, Сара Игры и занятия с особым ребёнком. / Ньюмен, Сара, перевод Холмлгорова Н.Л., М: Теревинф, 2024.
40. Осин Е. Н., Леонтьев Д. А. Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ // Мониторинг общественного мнения : Экономические и социальные перемены. 2020. № 1. С. 117—142.
41. Поповичева Е.С. Связь субъективного благополучия школьников с их социально-эмоциональным развитием // Педагогика и психология образования. 2023. № 1. С. 236–251.
42. Праведникова, И.И Нейропсихология. Игры и упражнения / Праведникова, И.И, М: АЙРИС-пресс, 2018. 112 с.
43. Развивающие задания: тесты, игры, упражнения: 4 класс ФГОС под ред. Е. В. Языканова, 15-е изд., М: Издательство «Экзамен», 2020. 126 с.
44. Робертс Р.Д. [и др.]. Эмоциональный интеллект: проблемы теории, измерения и применения на практике // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2004. № 4 (1). С. 3–26.
45. Руководство практического психолога. Психолог в школе: практ. пособие под ред. Дубровина И.В., 2-е изд., М: Издательство Юрайт, 2019. 206 с.
46. Рыжов Д.М. Исследование и анализ развития эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста // Вестник Сургутского государственного педагогического университета. 2012. № 3. С. 166–171.
47. Хохулаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4). / Хохулаева О.В., 10-е изд., М: Генезис, 2020. 312 с.
48. Хохулаева О.В., Хохулаев О.Е. Психологическое консультирование и психологическая коррекция: учебник и практикум для академического бакалавриата / Хохулаева О.В., Хохулаев О.Е., М: Издательство Юрайт, 2018. 423 с.
49. Шамухаметова Е.С. Особенности межличностного эмпатического взаимодействия младших школьников // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2015. № 1 (21). С. 75–78.
50. Эриксон Э. Детство и общество. / Эриксон Э., 2-е изд., СПб: Ленато, АСТ, Фонд «Университетская книга», 1996. 592 с.
51. Эсенова А.А. [и др.]. Теории интеллекта в психологии // Вестник науки. 2023. № 5 (62) (3). С. 537–541.

52. Agnoli S. [и др.]. The interaction between emotional intelligence and cognitive ability in predicting scholastic performance in school-aged children // *Personality and Individual Differences*. 2012. № 5 (53). С. 660–665.
53. Barlow A., Qualter P., Stylianos M. Relationships between Machiavellianism, emotional intelligence and theory of mind in children // *Personality and Individual Differences*. 2010. № 1 (48). С. 78–82.
54. Cherniss C. [и др.]. Emotional Intelligence: What Does the Research Really Indicate? // *Educational Psychologist*. 2006. № 4 (41). С. 239–245.
55. Delphine Nelis [и др.]. Increasing emotional intelligence: (How) is it possible? // *Personality and Individual Differences*. 2009. № 1 (47). С. 36–41.
56. Fiori M. A New Look at Emotional Intelligence: A Dual-Process Framework // *Personality and Social Psychology Review*. 2009. № 1 (13). С. 21–44.
57. Hansenne M., Legrand J. Creativity, emotional intelligence, and school performance in children // *International Journal of Educational Research*. 2012. (53). С. 264–268.
58. Herrera L. [и др.]. Socio-Emotional Intelligence in Colombian Children of Primary Education. An Analysis in Rural and Urban Settings // *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 2015. (203). С. 4–10.
59. Koopal W., Vlieghe J. Éducation sentimentale? Rethinking emotional intelligence with Michel Henry: from incarnation to education // *Ethics and Education*. 2019. № 3 (14). С. 367–382.
60. Locke E. A. Why emotional intelligence is an invalid concept // *Journal of Organizational Behavior*. 2005. № 4 (26). С. 425–431.
61. Nasti C. [и др.]. The relationship between personality and bullying among primary school children: the mediation role of trait emotion intelligence and empathy // *International Journal of Clinical and Health Psychology*. 2023. № 2 (23). С. 100359.
62. Nelis D. [и др.]. Increasing emotional intelligence: (How) is it possible? // *Personality and Individual Differences*. 2009. № 1 (47). С. 36–41.
63. Salavera C. [и др.]. Emotional Intelligence and Creativity in First- and Second-year Primary School Children // *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 2017. (237). С. 1179–1183.
64. Seal C. R. [и др.]. Integrating the emotional intelligence construct: the relationship between emotional ability and emotional competence // *Organization Management Journal*. 2009. № 4 (6). С. 204–214.
65. Waterhouse L. Inadequate Evidence for Multiple Intelligences, Mozart Effect, and Emotional Intelligence Theories // *Educational Psychologist*. 2006. № 4 (41). С. 247–255.

**Программа**  
**«Театрализованные игры»**  
**развития эмоционального интеллекта младших школьников**  
**экспериментальной группы во внеурочной деятельности в виде**  
**тренинга с элементами театрально-игровых практик**

Развитие индивида и его интеграция в общество происходит постепенно и проходит через несколько этапов, которые определяются как особенностями биологического развития, так и социальной средой, в которой он находится.

Одним из самых сложных этапов этого процесса является период младшего школьного возраста, в котором, в силу ряда обстоятельств накладываются и взаимно усиливаются сразу несколько факторов, влияющих на дальнейшее развитие и жизненную траекторию личности.

Биологические факторы играют важную роль в развитии ребенка в младшем школьном возрасте. К ним относятся факторы физического и психологического развития.

Психологические факторы играют важную роль в развитии ребенка в младшем школьном возрасте. Эмоциональное состояние ребёнка подвергается серьёзному и новому воздействию в связи с тем, что младший школьник переходит в новую социальную ситуацию развития: у него появляется новая социальная роль учащегося и большая степень ответственности за посещение школы, выполнение домашних заданий, подготовку к урокам, и т.д. Так же многие родители считают первоклассников уже большими, и перестают относиться к ним как к маленьким детям, увеличивая количество предъявляемых требований, что может негативно сказаться на психологическом состоянии младшего школьника.

**Актуальность развития эмоционального интеллекта у младших школьников обусловлена:**

- **Успешная адаптация к школьной жизни.** Эмоциональный интеллект помогает ребёнку лучше понимать свои чувства и чувства

окружающих, что способствует более эффективному общению и взаимодействию с другими людьми.

- **Формирование социальных навыков.** Дети с высокоразвитым эмоциональным интеллектом в будущем более успешны в профессиональной деятельности, легче адаптируются в социуме, более востребованы, готовы к новациям, инициативны, имеют значительно больший круг общения, более гармоничны и удовлетворены своей жизнью.

- **Помощь в выборе будущей профессии.** Понимая свои эмоции, ребёнок осознаёт реакцию своего организма на ту или иную ситуацию.

- **Усиление познавательной активности и учебной мотивации.** Работа с эмоциональным интеллектом помогает развить в ребёнке мотивацию — он не боится неудач, учится идти к своей цели и добиваться желаемого.

Для развития эмоционального интеллекта младших школьников можно использовать различные методы и подходы, включая игровые задания, ролевые игры, дискуссии, творческие проекты.

Программа «Театрализованные игры» учитывает особенности младшего школьного возраста и предполагает освоение различных типов игр, а также приобретение умения провести эти игры со своими сверстниками.

**Цель Программы** - повысить уровень эмоционального интеллекта в рамках межличностного взаимодействия у детей средствами игровых технологий.

**Задачи Программы:**

- развить способности распознавать собственные эмоции;
- развить умения управлять собственными эмоциями;
- развить способности распознавать эмоции других людей;
- развить эмоциональную отзывчивость у детей;
- повысить уровень удовлетворённости от совместной работы в группе и субъективного благополучия

**Срок реализации** Программы «Театрализованные игры» - 4 месяца (одно или два занятия в неделю).

**Форма проведения занятий:** малая группа (до 10 человек), рекомендуемая продолжительность занятия – 1 час.

### **Методы обучения**

- игровой метод;
- метод сюжетно-ролевой игры;
- метод перемены ролей в одной и той же сюжетно-ролевой игре;
- практико-ориентированный метод;
- проблемный метод;
- рефлексивный метод.

### **Описание материально-технических условий реализации учебного предмета**

Материально-техническая база образовательного учреждения соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Материально-технические условия реализации предмета:

- учебная аудитория, соответствующая требованиям санитарных норм и правил, желательно с ковровым покрытием;
- стол;
- стулья;
- аудио-система;
- компьютер;
- фонотека;
- использование сети Интернет;
- набор детских музыкальных инструментов: бубны, свистульки, трещотки, молоточки, колокольчики;
- спортивный инвентарь: скакалки, верёвочки, обручи.

Участники должны иметь спортивную форму; удобную, нескользкую обувь.

Основу практической части составили народные, познавательные, подвижные, сюжетно-ролевые и режиссёрские игры. Упражнения на внимание, воображение, общение, словесное действие направлены на создание реальных



ситуаций игровым методом для отработки копинг-стратегий поведения, включены в программу обучения и осваиваются путём игровой методики.

Основные типы игр:

-игры с фиксированными, открытыми правилами (дидактические, познавательные и подвижные, игры развивающие, интеллектуальные, музыкальные, игры-забавы, аттракционы);

-игры со скрытыми правилами (сюжетные игры: ролевые, режиссёрские, игры-драматизации).

Перечисленными типами игр, конечно, не исчерпывается, весь спектр возможных игровых методик. Однако на практике наиболее часто используются именно указанные игры, либо в "чистом" виде, либо в сочетании с другими видами игр: подвижными, сюжетно-ролевыми и др.

Таблица П.1

#### Тематический план занятий

| №      | Внеурочные занятия, темы                                          | Форма проведения | Общий объем времени (в часах) |
|--------|-------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------------|
| 1      | Основы театральной игры. Формы и виды игр                         | Занятие          | 2 академ. час                 |
| 2      | Игровые технологии различных типов для развития внимания и памяти | Занятие          | 2 академ. час                 |
| 3      | Игровые технологии для снятия излишнего мышечного напряжения      | Занятие          | 2 академ. час                 |
| 4      | Игровые технологии для развития фантазии и воображения            | Занятие          | 2 академ. час                 |
| 5      | Игровые технологии для развития общения                           | Занятие          | 2 академ. час                 |
| 6      | Игровые технологии с использованием народных игр                  | Занятие          | 2 академ. час                 |
| 7      | Сюжетно-ролевые игровые технологии                                | Занятие          | 2 академ. час                 |
| 8      | Сюжетно-ролевые игровые технологии (в том числе музыкальные)      |                  | 2 академ. час                 |
| 9      | Итоговое занятие                                                  | Занятие          | 2 академ. часа                |
| Итого: |                                                                   |                  | 18 академ. часов              |

## **Занятие 1. Основы театральной игры. Формы и виды игр**

**Цель занятия:** вводное, ознакомление с основами театральной игры, получение представлений о формах и видах игр.

### **Ход занятия:**

1. Беседа о практике игр в жизни каждого ребёнка группы, в ходе которой он делится своим опытом, и под руководством психолога все игры, о которых рассказали обучающиеся, объединяются в общие классификационные категории.

Например:

- по форме: индивидуальные, парные, малая группа, коллективные; настольные, аудиторные, игры на открытом воздухе, игры на воде и т.п.;
- по видам: подвижные, спортивные, игры развивающие;
- интеллектуальные, музыкальные, игры-забавы, аттракционы;
- сюжетные игры (игра на темы сказочных или бытовых сюжетов).

2. Практические игры по предложенным ребятами темам.

3. Новые игры, предложенные педагогом.

4. **Рефлексия:** что развивают игры, в которые мы играли сегодня, что нового вы узнали сегодня, что понравилось, что не понравилось?

## **Занятие 2. Игровые технологии различных типов для развития внимания и памяти**

**Виды используемой игровой технологии:** обучающая (дидактическая), развивающая, репродуктивная

**Цель занятия:** развитие внимания и памяти за счет речевых игр.

### **Ход занятия:**

1. Педагог-психолог по своему усмотрению подбирает упражнения по принципу от простого к сложному, в зависимости от особенностей группы обучающихся.

#### **2. Проведение игр:**

Игра «Знакомство». Каждый называет своё имя, друг за другом повторяя по кругу для всей группы 3-5 раз. Затем первый называет своё имя, второй - имя первого и своё, третий - имя первого, второго и своё и т.д.

Игра «Что изменилось?». Педагог подготавливает на столе под платком 5-6 предметов (например: ручку, кубик, линейку, игрушку, ластик, книгу, яблоко и т.п.). Поднимая платок - показывает их расположение играющему и медленно считает до пяти, чтобы ребёнок запомнил это расположение. Затем снова накрывает платком «натюрморт». Ребёнок отворачивается. Педагог меняет расположение предметов или забирает 1-2 из них. При повторном раскрытии композиции играющий ребёнок должен рассказать, что изменилось и вернуть всё в первоначальное положение, попросив у педагога недостающие предметы.

У этой игры множество вариантов. Например, та же композиция, но рядом стоит «Волшебный сундучок» - что-то достаётся или отправляется в волшебный сундучок. Вопрос: Что мы отправили в волшебный сундучок? Или, что мы прибавили из сундучка?

Игра тренирует зрительное внимание, память, наблюдательность; речевую культуру, умение разъяснить ситуацию и поставить задачу - что нужно сделать, чтобы восстановить композицию.

Телеграмма. Тренирует слуховое внимание. Ведущий - психолог «посылает телеграмму» каждому обучающемуся из 4-5 слов. Например, «Маша, с Днём рождения». «Петя, приезжай в субботу», «Наташа, встречай подругу на вокзале». Задача каждого - повторить точно текст «телеграммы».

Музыкальная игра «Повторяй за мной» - под весёлое музыкальное сопровождение дети повторяют движения за ведущим. В роли ведущего может выступить ребёнок.

Народные игры «Ручеек», «Цынцы-брынцы», «Колечко», «Маляр» или другие, по выбору педагога - психолога также тренируют внимание, а разучивание несложных поговорок и стихотворений при их исполнении - комбинирует речевые и подвижные игры с упражнениями на внимание и наблюдательность.

**Рефлексия:** что нового вы узнали сегодня, что понравилось, что не понравилось?

### **Занятие 3. Игровые технологии для снятия излишнего мышечного напряжения**

**Виды используемой игровой технологии:** тренировочная, развивающая, репродуктивная

**Цель занятия:** снятие излишнего мышечного напряжения

*Методические указания.*

Игры проводятся в музыкальном сопровождении.

Игры построены по принципу - расслабление-напряжение определённых групп мышц, чему способствуют музыкальные акценты, смена темпа и ритма музыкального сопровождения. Действуя в соответствии с методикой «от простого - к сложному» можно включать в игровые упражнения дыхательные упражнения и текст.

**Ход занятия:**

1. Пластическая подвижная игра «Море». Всем известная игра «Море волнуется раз...», по условиям которой все играющие двигаются, представляя себя морскими обитателями - рыбами, медузами, дельфинами, ужами и т.п. После слов «Море волнуется раз... море волнуется два, море волнуется три, морская фигура

на месте замри...», - все замирают. Тот обучающийся, до которого дотронулся ведущий, продолжает свои движения и все должны отгадать, кого он изображает.

2. Пластическая подвижная игра «Лес». Дыхательное упражнение - от звуков шелестящих на ветру листьев деревьев (звук «ттттттттттттт...») до звуков пения птиц («ку-ку, фьюить-фить...»), зверей («ррр, фррр и т.п.) до поговорок «В сильный ветер в лесу тихо, а в поле лихо», «Что в лесу родится, дома пригодится», «Тишь да и камыш, лесная глушь, слышь...».

3. Пластическая подвижная игра «Пушинки». Дети встают в круг. По сигналу сначала идут, потом бегут с изменением направления движения. После слов педагога: «пушинки устали кружиться, присели отдохнуть» — дети останавливаются и приседают. Игра возобновляется.

4. Пластическая подвижная игра «Кукольный магазин». В Кукольном магазине все куклы сделаны из разных материалов: тряпичные, пластмассовые, резиновые, фарфоровые и т.п., что обуславливает определённую пластику при выполнении игрового упражнения.

5. Пластическая подвижная игра «Змейка». направлена на развитие координации коллективных действий и умения ориентироваться в пространстве.

Правила игры:

Количество игроков — 6–7 детей. Один из них — водящий.

Участники игры, взявшись друг за друга, выстраиваются в колонну — «змейку».

Водящий становится перед «змейкой» и старается запятнать последнего игрока.

Стоящий в «змейке» первым — капитан — преграждает путь водящему: широко расставляет руки, ставит заслоны, выполняет различные движения туловищем.

«Змейка» следует за капитаном и помогает преградить путь водящему.

Если водящий запятнал игрока, замыкающего колонну, он становится капитаном, а запятнанный игрок — водящим.

Игру можно повторять несколько раз с небольшими перерывами для отдыха.

**Рефлексия:** что нового вы узнали сегодня, что понравилось, что не понравилось, что запомнилось больше всего?

#### **Занятие 4. Игровые технологии для развития фантазии и воображения**

**Виды используемой игровой технологии:** обучающая (дидактическая), развивающая, продуктивная

**Цель занятия:** развитие фантазии и воображения.

##### **Ход занятия:**

1. Проведение игрового упражнения «Оркестр». Каждый придумывает себе этюд с музыкальным инструментом - барабаном, трубой, гитарой, флейтой и т.п. Упражнение выполняется под музыкальное сопровождение. Обучающийся импровизирует. По сигналу педагога музыканты замирают. По следующей команде - «оживают», но с другим музыкальным инструментом. Один из обучающихся может быть «дирижёром».

2. Проведение игрового упражнения «Продолжи сказку». Педагог начинает «Жили-были...». Далее - по кругу каждый добавляет фразу, продолжая сказочный сюжет.

3. Проведение игрового упражнения «Все герои в гости к нам!». Каждый придумывает небольшой монолог сказочного героя, чтобы мы угадали - кто это, из какой сказки. Можно использовать элементы пластики, реквизит.

4. Проведение игрового упражнения «Юный скульптор». Скульптор «лепит» из одного или нескольких обучающихся композицию на заданную тему. Например, Спорт, Зимние игры, Пловцы, Хоровод и т.п. Это упражнение можно делать при помощи сочетания пластических команд с речевыми - для того, чтобы скульптор мог грамотно и понятно поставить задачу перед исполнителями - «глиной».

**Рефлексия:** что нового вы узнали сегодня, что понравилось, что не понравилось, что запомнилось больше всего?

## **Занятие 5. Игровые технологии для развития общения**

**Виды используемой игровой технологии:** обучающая (дидактическая), развивающая, репродуктивная

**Цель занятия:** развитие коммуникативных процессов общения; воспитание чувства партнёра, навыков работы в команде.

### *Методические указания.*

Это парные, и групповые игровые упражнения. Все игры содержат действие, реакцию на это действие и его оценку. Развивают способности эмоционального реагирования учащихся.

### **Ход занятия:**

1. Проведение игрового упражнения «Зеркало». Один из обучающихся - человек, другой - его «отражение». Задача «отражения» - точно и быстро повторять движения и действия человека. Например, умыться, расчесаться, поправить причёску и т.п.

2. Проведение игрового упражнения «Перемирие». Задача партнёров игры помириться после ссоры (из-за чего произошла ссора - придумывают сами обучающиеся).

3. Проведение игрового упражнения «Встреча с другом». Необходимо стараться передавать с помощью выразительных движений внутреннее состояние напарника.

Пример: «У Рената был друг. Летом они расстались. Ренат остался в городе, а друг уехал с родителями к бабушке. Скучно Ренату без друга. Прошел месяц. Однажды идет Ренат по улице и вдруг видит, как на остановке из автобуса выходит его товарищ. Как же обрадовались они друг другу!»

Дети с помощью объятий и улыбки показывают радость от встречи с другом.

4. Проведение игрового упражнения «Да и нет». Участники, разбившись на пары, «спорят» друг с другом. Можно организовать упражнение так, чтобы участники смогли «поспорить» не с одним партнером, а с двумя или тремя. Другой вариант – разбиться на две команды. Такая игра может служить разминкой для последующей работы. С помощью этого упражнения участники могут также трансформировать накопленные раздражение, агрессию и апатию в готовность к общению и взаимную внимательность.

«Разбейтесь на пары и встаньте друг напротив друга. Решите, кто в вашей паре хочет говорить „да“, а кто – „нет“. Один из вас начинает игру, произнеся слово „да“. Второй сразу же отвечает ему: „нет“. Тогда первый снова говорит „да“, может быть, чуть громче, а второй опять ему отвечает „нет“, и тоже слегка погромче. Каждый из вас может произносить только то слово, которое выбрал с самого начала: или „да“, или „нет“. Но вы можете произносить его по-разному, как вам захочется: тихо или громко, нежно или грубо, кратко или длинно. Если хотите, можете провести с помощью этих двух слов небольшой спор, но при этом важно, чтобы никто никого не обидел. Через некоторое время я подам вам сигнал о том, что пора закончить спор.

Как вы сейчас себя чувствуете? Как вам удобнее спорить – произнося слово «да» или произнося слово «нет?» Громко или тихо вы говорили?»

**Рефлексия:** что нового вы узнали сегодня, что понравилось, что не понравилось, что запомнилось больше всего?

## **Занятие 6. Игровые технологии с использованием народных игр**

**Виды используемой игровой технологии:** обучающая (дидактическая), развивающая, продуктивная



**Цель занятия:** развитие коммуникативных качеств, приобщение детей к играм традиционной народной культуры, расширение культурного кругозора и чувства причастности к общей разнообразной культурной традиции.

**Ход занятия:**

1. Игры в музыкальном сопровождении «Каравай», «Яблонька» «Галка», «Заинька».

2. Игры народного календаря. Весенние игры. Святочные игры. Колядки. Виды весенних хороводов «змейка», «улитка».

3. Игры народов мира.

3.1 Музыкальные французские игры-песни «У оленя дом большой», «Мы сажали капусту» и др.

3.2 Болгарская игра «Цыплята».

В эту игру играют дети в Южной Европе и даже в Африке, но в Болгарии она сопровождается вопросами и ответами.

Выбираются курица и петух. Остальные - цыплята. Они стоят строем за Курицей, Петух роет что-то. Курица вначале говорит: «Куд-кудах», цыплята: «Пиу», «пиу».

Курица водит цыплят взад и вперед, потом останавливается перед петухом и говорит: «Что ты делаешь?» - «Амбар строю». - «А зачем тебе амбар?» - «Кукурузу хранить». - «А зачем тебе кукуруза?» - «Цыплят кормить». - «А где цыплята?» - «За твоей спиной». - «Да ведь они мои!» - «Они и твои, они и мои!»

Петух пробует подобраться к цыплятам, обходя курицу справа и слева. Курица, распростерши руки, защищает цыплят и все время находится в движении с ними вместе, чтобы не дать петуху похитить цыпленка. Задача цыплят двигаться в ряд за Курицей, не отходя от неё, каждый на своём месте. Петух может добраться до цыплят, только обойдя курицу, и может поймать лишь последнего цыпленка. Когда он схватит цыпленка, повторяются вопросы-ответы, и игра начинается сначала. Она идет до тех пор, пока последнего цыпленка не схватит

петух. Тогда роли меняются, бывшая курица становится петухом, а петух курицей. Игра воспитывает умение работать в команде.

### 3.3 Эстонская игра «В речку - на берег» (Йыкке - калдале).

Нужно проложить из верёвки или провести на полу две параллельные линии. Эти две линии образуют «реку». Расстояние между ними и их длина зависят от возраста и количества игроков. Все участники становятся на «берег» (за линию) или на оба «берега реки». Ведущий быстро приказывает: «В речку! На берег! В речку!» Игроки должны точно прыгать по приказу ведущего: на территорию, ограниченную линиями, и обратно. Кто ошибется, выходит из игры и должен будет после проскакать на одной ноге вдоль (кругом) «речки». Выигрывает последний, не выбывший из игры. Он может стать новым ведущим. Ведущий может, подавая команды, выполнять обманные движения. Например, отдав команду «На берег!», прыгнуть в «реку». Наступивший на черту выбывает из игры. Игра рассчитана на развитие функций внимания.

**Рефлексия:** что нового вы узнали сегодня, что понравилось, что не понравилось, что запомнилось больше всего?

## Занятие 7. Сюжетно-ролевые игровые технологии

**Виды используемой игровой технологии:** тренировочная, развивающая, творческая, коммуникативная.

**Цель занятия:** развитие навыков группового коммуникативного взаимодействия,

### Ход занятия:

1. Групповое упражнение «На острове сокровищ». Группа из 3-6 человек поставлена в условия «зоны оправданного молчания», т.к. рядом - пираты, они могут их услышать и поймать. А мы должны пробраться к кораблю и уплыть.

2. Коллективная игра «Джунгли». Объединение этюдов-наблюдений «Звери», «Растения», элементы выстраивания взаимоотношений. Пластическая игра без текста, со звукоподражанием животным.

**Рефлексия:** что нового вы узнали сегодня, что понравилось, что не понравилось? Что стало самым интересным и запомнилось больше всего?

## **Занятие 8. Сюжетно-ролевые игровые технологии (в том числе музыкальные)**

**Виды используемой игровой технологии:** тренировочная, развивающая, творческая, коммуникативная.

**Цель занятия:** приобщение детей к комплексному подходу в освоении актёрского мастерства, развитие умений самостоятельно развивать сюжет, развитие умения проявлять творческую инициативу.

### **Ход занятия:**

1. Сюжетно-ролевая музыкальная игра по игровой французской народной песенке «Братец Яков, спишь ли ты?».

Роли: группа детей, зовущих Якова, сам Яков и башенные часы (куклы, которые «выезжают» при бое часов - у каждой фигурки - свой образ - танцовщицы, кузнеца, воина и т.п.). Прodelав круг под музыкальное сопровождение, можно с колокольчиками, бубнами, флейтой, часы прекращают бить, а фигурки двигаться. Братец Яков всё спит... Игра развивает воображение, коммуникативные способности, улучшает понимание социальных ролей в обществе.

2. Коллективная игра «Цирк». Объединение этюдов-наблюдений «В цирке», стихотворений о цирке С. Михалкова, С. Маршака, А. Барто и др. в увлекательное представление с музыкальным сопровождением.

**Рефлексия:** что нового вы узнали сегодня, что понравилось, что не понравилось, что стало самым интересным и запомнилось больше всего?

## **Занятие 9. Итоговое занятие.**

**Виды используемой игровой технологии:** обучающая (дидактическая), развивающая, творческая

**Цель занятия:** итоговое занятие по пройденным темам, в которое могут войти лучшие игры.

### **Ход занятия:**

Данное занятие организовывается с множеством игр: включая игры в группе, индивидуальные упражнения, задания и т.п. При этом акцент психологической работы сводится к тому, чтобы участники были взаимно вежливы, позитивны, уважительны друг к другу и окружающим, выстраивали полноценное общение – и все это выступает значимым условием эффективной коммуникации между ребятами. На этом занятии каждый из участников побывает и в роли ведущего, и в роли игрока.

## **Методические рекомендации**

Занятие проходит в форме игровой деятельности, с постановкой игровых задач, игровых действий под руководством психолога.

Игровые комплексы и упражнения сгруппированы по различным признакам: по целям, по числу участников, по характеру отражения действительности. Но, в основном используются в сочетании.

**Рефлексия:** обсуждается, что дала участникам программа, чему они научились, какие навыки и умения будут использовать в дальнейшем. Обсуждение должно проходить в конструктивном и доброжелательном ключе, психолог выясняет, как изменилось у участников самоощущение и отношение к другим участникам после прохождения программы.

## Приложение 2

### Результаты тестирования на констатирующем этапе начальной выборки

| № респ. | Методика «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» |                                              | Методика «Какой я?» (О.С. Богданова) |                       | Методика «Что – почему - как» (методика М.А. Нгуен)                  |                                                                         | Методика определения уровня субъективного благополучия (Кононер и др) |                                                    |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
|         | Уровень понимания эмоциональных состояний                                             | Показатель понимания эмоциональных состояний | Уровень самооценки                   | Показатель самооценки | Уровень готовности ребёнка учитывать эмоциональное состояние другого | Показатель готовности ребёнка учитывать эмоциональное состояние другого | Уровень субъективного благополучия                                    | Показатель общего балла субъективного благополучия |
| 1       | В                                                                                     | 8                                            | ОВ                                   | 10                    | В                                                                    | 5                                                                       | В                                                                     | 74                                                 |
| 2       | В                                                                                     | 9                                            | В                                    | 7,5                   | В                                                                    | 6                                                                       | С                                                                     | 65                                                 |
| 3       | С                                                                                     | 7                                            | С                                    | 4                     | С                                                                    | 3                                                                       | Н                                                                     | 50                                                 |
| 4       | В                                                                                     | 10                                           | В                                    | 9                     | В                                                                    | 6                                                                       | В                                                                     | 75                                                 |
| 5       | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 5,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                     | 60                                                 |
| 6       | С                                                                                     | 5                                            | С                                    | 6                     | С                                                                    | 3                                                                       | Н                                                                     | 47                                                 |
| 7       | Н                                                                                     | 4                                            | С                                    | 5,5                   | Н                                                                    | 2                                                                       | ОН                                                                    | 30                                                 |
| 8       | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 7                     | С                                                                    | 4                                                                       | Н                                                                     | 49                                                 |
| 9       | Н                                                                                     | 3                                            | С                                    | 5                     | Н                                                                    | 2                                                                       | Н                                                                     | 44                                                 |
| 10      | С                                                                                     | 5                                            | С                                    | 4,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | Н                                                                     | 46                                                 |
| 11      | С                                                                                     | 7                                            | С                                    | 6                     | С                                                                    | 3                                                                       | Н                                                                     | 53                                                 |
| 12      | Н                                                                                     | 2                                            | С                                    | 6,5                   | Н                                                                    | 1                                                                       | Н                                                                     | 38                                                 |
| 13      | В                                                                                     | 10                                           | В                                    | 8,5                   | В                                                                    | 6                                                                       | В                                                                     | 70                                                 |
| 14      | С                                                                                     | 7                                            | В                                    | 8,5                   | С                                                                    | 3                                                                       | Н                                                                     | 49                                                 |
| 15      | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 7                     | С                                                                    | 3                                                                       | С                                                                     | 54                                                 |
| 16      | С                                                                                     | 5                                            | С                                    | 7                     | С                                                                    | 4                                                                       | В                                                                     | 69                                                 |
| 17      | С                                                                                     | 5                                            | С                                    | 6,5                   | С                                                                    | 3                                                                       | Н                                                                     | 43                                                 |
| 18      | Н                                                                                     | 2                                            | С                                    | 4,5                   | Н                                                                    | 1                                                                       | ОН                                                                    | 29                                                 |
| 19      | С                                                                                     | 6                                            | В                                    | 9                     | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                     | 55                                                 |
| 20      | С                                                                                     | 7                                            | В                                    | 8                     | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                     | 60                                                 |
| 21      | Н                                                                                     | 4                                            | С                                    | 5                     | Н                                                                    | 1                                                                       | Н                                                                     | 39                                                 |
| 22      | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 6                     | С                                                                    | 3                                                                       | С                                                                     | 54                                                 |
| 23      | В                                                                                     | 8                                            | В                                    | 8,5                   | В                                                                    | 5                                                                       | В                                                                     | 74                                                 |
| 24      | Н                                                                                     | 3                                            | Н                                    | 2                     | Н                                                                    | 2                                                                       | ОН                                                                    | 35                                                 |
| 25      | С                                                                                     | 6                                            | В                                    | 8                     | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                     | 66                                                 |
| 26      | С                                                                                     | 5                                            | С                                    | 6,5                   | С                                                                    | 3                                                                       | С                                                                     | 59                                                 |
| 27      | С                                                                                     | 7                                            | В                                    | 8,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | Н                                                                     | 49                                                 |
| 28      | Н                                                                                     | 1                                            | Н                                    | 3                     | Н                                                                    | 2                                                                       | ОН                                                                    | 29                                                 |
| 29      | В                                                                                     | 10                                           | В                                    | 8                     | В                                                                    | 5                                                                       | В                                                                     | 75                                                 |
| 30      | С                                                                                     | 6                                            | В                                    | 8,5                   | С                                                                    | 3                                                                       | С                                                                     | 59                                                 |
| 31      | В                                                                                     | 8                                            | В                                    | 8                     | В                                                                    | 5                                                                       | В                                                                     | 74                                                 |
| 32      | С                                                                                     | 6                                            | В                                    | 8                     | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                     | 67                                                 |
| 33      | Н                                                                                     | 2                                            | С                                    | 4,5                   | С                                                                    | 3                                                                       | ОН                                                                    | 38                                                 |
| 34      | Н                                                                                     | 3                                            | С                                    | 5                     | Н                                                                    | 2                                                                       | Н                                                                     | 42                                                 |
| 35      | С                                                                                     | 5                                            | В                                    | 7,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                     | 55                                                 |
| 36      | С                                                                                     | 5                                            | В                                    | 8,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                     | 64                                                 |
| 37      | С                                                                                     | 6                                            | В                                    | 9                     | С                                                                    | 3                                                                       | С                                                                     | 55                                                 |
| 38      | С                                                                                     | 7                                            | В                                    | 7,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | Н                                                                     | 48                                                 |
| 39      | С                                                                                     | 7                                            | В                                    | 9,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                     | 66                                                 |
| 40      | С                                                                                     | 5                                            | С                                    | 5                     | С                                                                    | 3                                                                       | Н                                                                     | 53                                                 |
| 41      | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 6,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                     | 55                                                 |
| 42      | С                                                                                     | 7                                            | С                                    | 4                     | С                                                                    | 3                                                                       | Н                                                                     | 48                                                 |
| 43      | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 6,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | Н                                                                     | 49                                                 |
| 44      | Н                                                                                     | 2                                            | С                                    | 7                     | Н                                                                    | 1                                                                       | ОН                                                                    | 30                                                 |
| 45      | В                                                                                     | 8                                            | ОВ                                   | 9,5                   | В                                                                    | 6                                                                       | В                                                                     | 80                                                 |
| 46      | С                                                                                     | 7                                            | С                                    | 5,5                   | С                                                                    | 3                                                                       | С                                                                     | 67                                                 |
| 47      | В                                                                                     | 9                                            | В                                    | 7,5                   | В                                                                    | 5                                                                       | В                                                                     | 75                                                 |
| 48      | В                                                                                     | 9                                            | В                                    | 7,5                   | В                                                                    | 5                                                                       | В                                                                     | 77                                                 |
| 49      | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 6,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                     | 54                                                 |
| 50      | С                                                                                     | 5                                            | С                                    | 4,5                   | С                                                                    | 3                                                                       | С                                                                     | 56                                                 |
| 51      | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 4,5                   | С                                                                    | 3                                                                       | Н                                                                     | 49                                                 |
| 52      | Н                                                                                     | 4                                            | С                                    | 6,5                   | Н                                                                    | 2                                                                       | Н                                                                     | 39                                                 |
| 53      | С                                                                                     | 7                                            | С                                    | 5,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | Н                                                                     | 50                                                 |
| 54      | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 7                     | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                     | 54                                                 |
| 55      | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 4,5                   | Н                                                                    | 1                                                                       | ОН                                                                    | 37                                                 |
| 56      | Н                                                                                     | 3                                            | С                                    | 5,5                   | Н                                                                    | 2                                                                       | ОН                                                                    | 33                                                 |

Из дальнейшего эксперимента исключены респонденты №№ 1, 2, 4, 13, 23, 29, 31, 45, 47, 48 (всего 10 человек)

## Приложение 3

### Результаты тестирования на констатирующем этапе

| Группа                        | № респ. | Методика «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» |                                              | Методика «Какой я?» (О.С. Богданова) |                       | Методика «Что – почему - как» (методика М.А. Нгуен)                  |                                                                         | Методика определения уровня субъективного благополучия (методика Кононер и др) |                                                    |
|-------------------------------|---------|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
|                               |         | Уровень понимания эмоциональных состояний                                             | Показатель понимания эмоциональных состояний | Уровень самооценки                   | Показатель самооценки | Уровень готовности ребёнка учитывать эмоциональное состояние другого | Показатель готовности ребёнка учитывать эмоциональное состояние другого | Уровень субъективного благополучия                                             | Показатель общего балла субъективного благополучия |
| Экспериментальная группа (ЭГ) | 1       | С                                                                                     | 7                                            | С                                    | 4                     | С                                                                    | 3                                                                       | Н                                                                              | 50                                                 |
|                               | 2       | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 5,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                              | 60                                                 |
|                               | 3       | С                                                                                     | 5                                            | С                                    | 6                     | С                                                                    | 3                                                                       | Н                                                                              | 47                                                 |
|                               | 4       | Н                                                                                     | 4                                            | С                                    | 5,5                   | Н                                                                    | 2                                                                       | ОН                                                                             | 30                                                 |
|                               | 5       | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 7                     | С                                                                    | 4                                                                       | Н                                                                              | 49                                                 |
|                               | 6       | Н                                                                                     | 3                                            | С                                    | 5                     | Н                                                                    | 2                                                                       | Н                                                                              | 44                                                 |
|                               | 7       | С                                                                                     | 5                                            | С                                    | 4,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | Н                                                                              | 46                                                 |
|                               | 8       | С                                                                                     | 7                                            | С                                    | 6                     | С                                                                    | 3                                                                       | Н                                                                              | 53                                                 |
|                               | 9       | Н                                                                                     | 2                                            | С                                    | 6,5                   | Н                                                                    | 1                                                                       | Н                                                                              | 38                                                 |
|                               | 10      | С                                                                                     | 7                                            | В                                    | 8,5                   | С                                                                    | 3                                                                       | Н                                                                              | 49                                                 |
|                               | 11      | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 7                     | С                                                                    | 3                                                                       | С                                                                              | 54                                                 |
|                               | 12      | С                                                                                     | 5                                            | С                                    | 7                     | С                                                                    | 4                                                                       | В                                                                              | 69                                                 |
|                               | 13      | С                                                                                     | 5                                            | С                                    | 6,5                   | С                                                                    | 3                                                                       | Н                                                                              | 43                                                 |
|                               | 14      | Н                                                                                     | 2                                            | С                                    | 4,5                   | Н                                                                    | 1                                                                       | ОН                                                                             | 29                                                 |
|                               | 15      | С                                                                                     | 6                                            | В                                    | 9                     | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                              | 55                                                 |
|                               | 16      | С                                                                                     | 7                                            | В                                    | 8                     | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                              | 60                                                 |
|                               | 17      | Н                                                                                     | 4                                            | С                                    | 5                     | Н                                                                    | 1                                                                       | Н                                                                              | 39                                                 |
|                               | 18      | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 6                     | С                                                                    | 3                                                                       | С                                                                              | 54                                                 |
|                               | 19      | С                                                                                     | 6                                            | В                                    | 8,5                   | С                                                                    | 3                                                                       | С                                                                              | 59                                                 |
|                               | 20      | С                                                                                     | 6                                            | В                                    | 8                     | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                              | 66                                                 |
|                               | 21      | С                                                                                     | 5                                            | С                                    | 6,5                   | С                                                                    | 3                                                                       | С                                                                              | 59                                                 |
|                               | 22      | С                                                                                     | 7                                            | В                                    | 8,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | Н                                                                              | 49                                                 |
|                               | 23      | Н                                                                                     | 1                                            | Н                                    | 3                     | Н                                                                    | 2                                                                       | ОН                                                                             | 29                                                 |
| Контрольная группа (КГ)       | 1       | Н                                                                                     | 3                                            | Н                                    | 2                     | Н                                                                    | 2                                                                       | ОН                                                                             | 35                                                 |
|                               | 2       | С                                                                                     | 6                                            | В                                    | 8                     | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                              | 67                                                 |
|                               | 3       | Н                                                                                     | 2                                            | С                                    | 4,5                   | С                                                                    | 3                                                                       | ОН                                                                             | 38                                                 |
|                               | 4       | Н                                                                                     | 3                                            | С                                    | 5                     | Н                                                                    | 2                                                                       | Н                                                                              | 42                                                 |
|                               | 5       | С                                                                                     | 5                                            | В                                    | 7,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                              | 55                                                 |
|                               | 6       | С                                                                                     | 5                                            | В                                    | 8,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                              | 64                                                 |
|                               | 7       | С                                                                                     | 6                                            | В                                    | 9                     | С                                                                    | 3                                                                       | С                                                                              | 55                                                 |
|                               | 8       | С                                                                                     | 7                                            | В                                    | 7,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | Н                                                                              | 48                                                 |
|                               | 9       | С                                                                                     | 7                                            | В                                    | 9,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                              | 66                                                 |
|                               | 10      | С                                                                                     | 5                                            | С                                    | 5                     | С                                                                    | 3                                                                       | Н                                                                              | 53                                                 |
|                               | 11      | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 6,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                              | 55                                                 |
|                               | 12      | С                                                                                     | 7                                            | С                                    | 4                     | С                                                                    | 3                                                                       | Н                                                                              | 48                                                 |
|                               | 13      | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 6,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | Н                                                                              | 49                                                 |
|                               | 14      | Н                                                                                     | 2                                            | С                                    | 7                     | Н                                                                    | 1                                                                       | ОН                                                                             | 30                                                 |
|                               | 15      | С                                                                                     | 7                                            | С                                    | 5,5                   | С                                                                    | 3                                                                       | С                                                                              | 67                                                 |
|                               | 16      | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 6,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                              | 54                                                 |
|                               | 17      | С                                                                                     | 5                                            | С                                    | 4,5                   | С                                                                    | 3                                                                       | С                                                                              | 56                                                 |
|                               | 18      | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 4,5                   | С                                                                    | 3                                                                       | Н                                                                              | 49                                                 |
|                               | 19      | Н                                                                                     | 4                                            | С                                    | 6,5                   | Н                                                                    | 2                                                                       | Н                                                                              | 39                                                 |
|                               | 20      | С                                                                                     | 7                                            | С                                    | 5,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | Н                                                                              | 50                                                 |
|                               | 21      | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 7                     | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                              | 54                                                 |
|                               | 22      | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 4,5                   | Н                                                                    | 1                                                                       | ОН                                                                             | 37                                                 |
|                               | 23      | Н                                                                                     | 3                                            | С                                    | 5,5                   | Н                                                                    | 2                                                                       | ОН                                                                             | 33                                                 |

## Приложение 4

### Результаты тестирования на контрольном этапе

| Группа                        | № респ. | Методика «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» |                                              | Методика «Какой я?» (О.С. Богданова) |                       | Методика «Что – почему - как» (методика М.А. Нгуен)                  |                                                                         | Методика определения уровня субъективного благополучия (Кононер и др) |                                                    |
|-------------------------------|---------|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
|                               |         | Уровень понимания эмоциональных состояний                                             | Показатель понимания эмоциональных состояний | Уровень самооценки                   | Показатель самооценки | Уровень готовности ребёнка учитывать эмоциональное состояние другого | Показатель готовности ребёнка учитывать эмоциональное состояние другого | Уровень субъективного благополучия                                    | Показатель общего балла субъективного благополучия |
| Экспериментальная группа (ЭГ) | 1       | С                                                                                     | 7                                            | В                                    | 8,5                   | В                                                                    | 5                                                                       | С                                                                     | 65                                                 |
|                               | 2       | В                                                                                     | 8                                            | В                                    | 8,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | В                                                                     | 70                                                 |
|                               | 3       | С                                                                                     | 7                                            | В                                    | 9                     | В                                                                    | 6                                                                       | С                                                                     | 56                                                 |
|                               | 4       | Н                                                                                     | 4                                            | В                                    | 8,5                   | Н                                                                    | 2                                                                       | Н                                                                     | 40                                                 |
|                               | 5       | В                                                                                     | 10                                           | В                                    | 8                     | В                                                                    | 5                                                                       | С                                                                     | 60                                                 |
|                               | 6       | С                                                                                     | 7                                            | В                                    | 7,5                   | С                                                                    | 3                                                                       | С                                                                     | 60                                                 |
|                               | 7       | С                                                                                     | 7                                            | В                                    | 8,5                   | В                                                                    | 6                                                                       | Н                                                                     | 53                                                 |
|                               | 8       | В                                                                                     | 9                                            | В                                    | 8,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                     | 65                                                 |
|                               | 9       | Н                                                                                     | 2                                            | В                                    | 9                     | Н                                                                    | 2                                                                       | Н                                                                     | 44                                                 |
|                               | 10      | В                                                                                     | 9                                            | ОВ                                   | 9,5                   | В                                                                    | 5                                                                       | С                                                                     | 58                                                 |
|                               | 11      | В                                                                                     | 9                                            | С                                    | 7                     | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                     | 63                                                 |
|                               | 12      | С                                                                                     | 7                                            | В                                    | 8,5                   | В                                                                    | 6                                                                       | В                                                                     | 82                                                 |
|                               | 13      | С                                                                                     | 5                                            | В                                    | 8                     | В                                                                    | 5                                                                       | С                                                                     | 54                                                 |
|                               | 14      | С                                                                                     | 6                                            | В                                    | 7,5                   | В                                                                    | 5                                                                       | Н                                                                     | 43                                                 |
|                               | 15      | С                                                                                     | 6                                            | В                                    | 9                     | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                     | 68                                                 |
|                               | 16      | В                                                                                     | 9                                            | ОВ                                   | 9,5                   | В                                                                    | 6                                                                       | В                                                                     | 76                                                 |
|                               | 17      | Н                                                                                     | 4                                            | В                                    | 8,5                   | С                                                                    | 3                                                                       | С                                                                     | 51                                                 |
|                               | 18      | В                                                                                     | 9                                            | В                                    | 9                     | В                                                                    | 5                                                                       | С                                                                     | 60                                                 |
|                               | 19      | В                                                                                     | 7                                            | В                                    | 8,5                   | С                                                                    | 3                                                                       | Н                                                                     | 53                                                 |
|                               | 20      | С                                                                                     | 6                                            | В                                    | 8                     | С                                                                    | 4                                                                       | В                                                                     | 72                                                 |
|                               | 21      | С                                                                                     | 5                                            | С                                    | 7                     | С                                                                    | 3                                                                       | В                                                                     | 69                                                 |
|                               | 22      | С                                                                                     | 7                                            | ОВ                                   | 10                    | В                                                                    | 5                                                                       | С                                                                     | 60                                                 |
|                               | 23      | С                                                                                     | 5                                            | С                                    | 6                     | Н                                                                    | 2                                                                       | Н                                                                     | 45                                                 |
| Контрольная группа (КГ)       | 1       | Н                                                                                     | 3                                            | Н                                    | 2                     | Н                                                                    | 2                                                                       | Н                                                                     | 48                                                 |
|                               | 2       | С                                                                                     | 5                                            | В                                    | 8,5                   | В                                                                    | 5                                                                       | С                                                                     | 63                                                 |
|                               | 3       | Н                                                                                     | 2                                            | С                                    | 4,5                   | С                                                                    | 3                                                                       | ОН                                                                    | 38                                                 |
|                               | 4       | Н                                                                                     | 3                                            | С                                    | 5,5                   | Н                                                                    | 2                                                                       | Н                                                                     | 45                                                 |
|                               | 5       | С                                                                                     | 5                                            | В                                    | 7,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                     | 57                                                 |
|                               | 6       | С                                                                                     | 6                                            | В                                    | 8,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                     | 60                                                 |
|                               | 7       | С                                                                                     | 5                                            | В                                    | 9                     | С                                                                    | 4                                                                       | Н                                                                     | 53                                                 |
|                               | 8       | С                                                                                     | 6                                            | В                                    | 7,5                   | С                                                                    | 3                                                                       | Н                                                                     | 50                                                 |
|                               | 9       | С                                                                                     | 7                                            | В                                    | 9                     | В                                                                    | 5                                                                       | С                                                                     | 68                                                 |
|                               | 10      | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 5                     | С                                                                    | 3                                                                       | Н                                                                     | 50                                                 |
|                               | 11      | С                                                                                     | 5                                            | С                                    | 6,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                     | 62                                                 |
|                               | 12      | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 4,5                   | С                                                                    | 3                                                                       | Н                                                                     | 50                                                 |
|                               | 13      | В                                                                                     | 8                                            | С                                    | 6,5                   | В                                                                    | 5                                                                       | Н                                                                     | 43                                                 |
|                               | 14      | Н                                                                                     | 3                                            | С                                    | 7                     | Н                                                                    | 1                                                                       | ОН                                                                    | 36                                                 |
|                               | 15      | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 5,5                   | С                                                                    | 3                                                                       | С                                                                     | 68                                                 |
|                               | 16      | С                                                                                     | 5                                            | С                                    | 7                     | В                                                                    | 5                                                                       | С                                                                     | 56                                                 |
|                               | 17      | С                                                                                     | 5                                            | С                                    | 5                     | С                                                                    | 4                                                                       | С                                                                     | 56                                                 |
|                               | 18      | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 4,5                   | С                                                                    | 4                                                                       | Н                                                                     | 40                                                 |
|                               | 19      | С                                                                                     | 5                                            | С                                    | 6                     | Н                                                                    | 2                                                                       | ОН                                                                    | 36                                                 |
|                               | 20      | С                                                                                     | 5                                            | С                                    | 5                     | С                                                                    | 4                                                                       | Н                                                                     | 50                                                 |
|                               | 21      | С                                                                                     | 6                                            | С                                    | 7                     | С                                                                    | 4                                                                       | Н                                                                     | 52                                                 |
|                               | 22      | С                                                                                     | 5                                            | С                                    | 4,5                   | Н                                                                    | 1                                                                       | ОН                                                                    | 38                                                 |
|                               | 23      | Н                                                                                     | 3                                            | С                                    | 5                     | Н                                                                    | 2                                                                       | ОН                                                                    | 33                                                 |