

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт
(наименование института полностью)

Кафедра «Педагогика и психология»
(наименование)

37.03.01 Психология
(код и наименование направления подготовки)

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)

на тему Психологическая работа по формированию эмоционального интеллекта младших школьников

Обучающийся Л.Г. Ягутян (Инициалы Фамилия) _____ (личная подпись)

Руководитель канд. психол. наук, И.В. Кулагина (ученая степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилия)

Тольятти 2023

Аннотация

Бакалаврская работа посвящена актуальной, на сегодняшний день – «Психологическая работа по формированию эмоционального интеллекта младших школьников».

Целью работы является изучение эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста и возможности его формирования при условии реализации психологической работы.

В ходе работы решаются задачи: изучить теоретические аспекты психологической работы по формированию эмоционального интеллекта младших школьников; провести диагностику уровня сформированности эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста; разработать и реализовать психологическую работу по формированию эмоционального интеллекта младших школьников; провести анализ эффективности разработанной психологической работы по формированию эмоционального интеллекта младших школьников.

В работе представлен теоретический обзор исследований по проблеме эмоционального интеллекта и его развития в младшем школьном возрасте; с помощью подобранных диагностических методик выявлен уровень развития эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста.

Составлена психологическая работа по формированию эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста с помощью использования в данном процессе игротерапии и изотерапии.

В бакалаврской работе представлена актуальность исследования, научный аппарат, теоретические положения работы, экспериментальная часть, заключение, список используемой литературы в количестве 47 источников. Объем работы составил 62 страницы.

Оглавление

Введение.....	4
Глава 1 Теоретические аспекты психологической работы по формированию эмоционального интеллекта младших школьников	9
1.1 Понятие эмоционального интеллекта в психологической литературе	9
1.2 Психологические особенности младшего школьного возраста.....	15
1.3 Условия организации психологической работы по формированию эмоционального интеллекта младших школьников.....	20
Глава 2 Экспериментальная работа по формированию эмоционального интеллекта младших школьников	27
2.1 Диагностика уровня сформированности эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста	27
2.2 Реализация психологической работы по формированию эмоционального интеллекта младших школьников.....	37
2.3 Анализ эффективности психологической работы по формированию эмоционального интеллекта младших школьников	46
Заключение.....	55
Список используемой литературы и используемых источников.....	57
Приложение А Тематический план психологической работы	63

Введение

Актуальность темы исследования. Современный мир диктует свои правила и заставляет всех ежедневно ускорять темп жизни. Именно поэтому эмоциональный интеллект занимает центральное место в жизни детей и взрослых. И одной из важнейших задач начального образования является создание и поддержание комфортной психологической среды, обеспечивающей полноценное личностное и психическое развитие ребенка. Психическое здоровье, то есть состояние психического, физического и социального благополучия, играет важную роль в правильном формировании личности. Когда человек находится в зоне дискомфорта, в первую очередь расстраивается эмоциональный круг.

Согласно Федеральному государственному образовательному стандарту (ФГОС), формирование эмоционального интеллекта у младших школьников является важным направлением воспитательной и образовательной деятельности. Это связано с тем, что эмоциональный интеллект включает в себя набор качеств, которые позволяют ребенку успешно адаптироваться в обществе и научиться регулировать свои эмоции [29].

В младшем школьном возрасте дети еще не полностью сформировались как личности и находятся на стадии развития. Они испытывают множество эмоций, но не всегда умеют их контролировать, что может привести к негативным последствиям. Важно помочь детям понять свои эмоции и управлять ими, научить их эффективно взаимодействовать с другими людьми и развить навыки разрешения конфликтов [14].

Кроме того, развитие эмоционального интеллекта у школьников способствует развитию их социальной компетентности, которая является основой для успешной жизни и будущей карьеры. В целом, формирование эмоционального интеллекта у младших школьников является важной составляющей полноценного личностного развития и будущего успеха.

Начинать развивать эмоциональный интеллект в младшем школьном возрасте необходимо, поскольку это позволяет детям научиться понимать свои чувства и эмоции и управлять ими, развить социальные навыки и умения, улучшить общение с окружающими людьми. Кроме того, такое развитие поможет детям сохранить позитивный настрой и уверенность в себе. Это позволит им быть более успешными и удовлетворенными в жизни.

Важно начать развивать эмоциональный интеллект в раннем школьном возрасте, потому что современные дети, как правило, менее чувствительны и эмоциональны, что, в свою очередь, ослабляет эмпатию.

Психологи отмечают, что «в настоящее время необходимо более детальное изучение эмоционального интеллекта детей младшего школьного возраста» [20, с. 51]. Эмоциональный интеллект детей младшего школьного возраста играет важную роль в их развитии и адаптации в обществе. Ребенок, который умеет управлять своими эмоциями и понимать эмоции других, лучше справляется с проблемами, строит отношения и достигает успеха в жизни. Поэтому психологи считают, что необходимо провести дополнительные исследования эмоционального интеллекта детей младшего школьного возраста, чтобы изучить его связь с их развитием, поведением и социальной адаптацией. Это поможет разработать более эффективные программы и методы помощи детям в развитии и управлении своими эмоциями, а также повысить эффективность работы учителей и психологов.

Относительно недавнее появление такого научного явления, как «эмоциональный интеллект», предполагает более детальное изучение этого аспекта психологии и использование полученных знаний по этому вопросу в воспитании и обучении детей младшего школьного возраста.

Наблюдения психологов-педагогов за детьми дошкольного и младшего школьного возраста показали, что у некоторых детей с рождения заложены основы эмоционального интеллекта как одной из одаренных способностей. У других же эмоциональный интеллект выражен в ограниченной степени.

Поэтому изучение структуры, процесса и форм его формирования откроет реальную возможность оптимизировать личностное развитие ребенка и его отношения с другими детьми и взрослыми в процессе межличностного взаимодействия.

Проблемой формирования эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста занимались многие ученые, такие как: А.В. Алешина, Е.П. Ильин, П. Саловей, Д.В. Ушаков, Д.Б. Эльконин и другие. Особый интерес представляют работы И.С. Степанова и И.Н. Мещеряковой, в которых рассматриваются педагогические проблемы развития эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте.

На основании вышеизложенного, нами было выявлено противоречие между необходимостью формирования эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста и недостаточной разработанностью системы применения различных психологических методов по развитию данного процесса.

Исходя из актуальности данной проблемы, сформулирована тема исследования: «Психологическая работа по формированию эмоционального интеллекта младших школьников».

Выявленное противоречие и необходимость его разрешения позволили нам обозначить проблему исследования: каково содержание психологической работы по формированию эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста?

Цель исследования: изучение эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста и возможности его формирования при условии реализации психологической работы.

Объект исследования: эмоциональный интеллект у детей младшего школьного возраста.

Предмет исследования: психологическая работа по формированию эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста.

Гипотеза исследования: формирование эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте будет более эффективным, если в процессе психологической работы будут учтены следующие условия:

- психолог использует разнообразные методы по формированию эмоционального интеллекта;
- психолог реализует личностно-ориентированный подход при проведении психолого-педагогической работы по формированию эмоционального интеллекта младших школьников;
- психолог учитывает индивидуальные особенности развития детей младшего школьного возраста.

Для достижения поставленной цели в работе решаются следующие задачи исследования:

- изучить теоретические аспекты психологической работы по формированию эмоционального интеллекта младших школьников;
- провести диагностику уровня сформированности эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста;
- разработать и реализовать психологическую работу по формированию эмоционального интеллекта младших школьников;
- провести анализ эффективности разработанной психологической работы по формированию эмоционального интеллекта младших школьников.

Теоретико-методологической основой исследования являются труды Л.И. Божович, Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейна, Д.Б. Эльконина, А.В. Алешинной, Е.П. Ильина, П. Саловой, Д.В. Ушакова, Дж. Майера, Д. Гоулменн и других.

В работе были использованы следующие методы:

- теоретические методы: анализ, сравнение, систематизация психологических сведений по теме исследования;

- эмпирические методы: программа развития эмоционального интеллекта, методики: «Словарь эмоций» и «Тест лицевой экспрессии», методика «Что-почему-как?»;
- математические методы (Т-критерий Вилкоксона).

Экспериментальная база исследования: Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Школа № 94» городского округа Тольятти. В исследовании принимали участие 40 детей младшего школьного возраста, из них 20 учеников вошли в экспериментальную группу и 20 учеников вошли в контрольную группу. Средний возраст испытуемых: 9-10 лет.

Новизна исследования заключается в том, что рассмотрено и разработано содержание психологической работы по формированию эмоционального интеллекта детей младшего школьного возраста.

Теоретическая значимость данной работы заключается в классификации имеющихся представлений о понятии «эмоциональный интеллект» во взгляде младшего школьного возраста.

Практическая значимость данного исследования заключается в том, что, представленная во второй главе психологическая работа может быть использована психологами и учителями для формирования эмоционального интеллекта младших школьников.

Структура работы: введение, теоретическую главу, практическую главу, заключение, список используемой литературы и приложения. Работа изложена на 62 страницах. В работе представлено: 10 рисунков, проведён анализ 47 источников.

Глава 1 Теоретические аспекты психологической работы по формированию эмоционального интеллекта младших школьников

1.1 Понятие эмоционального интеллекта в психологической литературе

Изучением проблемы развития эмоционального интеллекта детей младшего школьного возраста занимались многие исследователи современности и прошлого такие как Л.С. Выготский, Т.И. Солодкова, И.С. Степанов, И.Н. Мещерякова, Р. Баск, П. Сэловей, Дж. Майер, Д. Гоулман, Р. Торндайк.

Прежде, чем рассмотрим понятие эмоционального интеллекта в психолого-педагогической литературе, остановимся кратко на таких понятиях, как «эмоции» и «интеллект».

В психолого-педагогической литературе эмоции рассматриваются как важный фактор, влияющий на поведение и психологическое состояние человека. Они рассматриваются как явление, включающее в себя физиологические, психические и поведенческие аспекты.

Эмоции описываются как внутреннее переживание, которое проявляется в форме чувств, настроения или реакции на внешние события. В психолого-педагогической литературе выделяются основные эмоции, такие как радость, грусть, страх, гнев, удивление и отвращение, которые оказывают большое влияние на поведение человека [13].

Эмоции играют важную роль в развитии и воспитании личности. Они могут оказывать как положительное, так и отрицательное влияние на формирование морально-нравственных качеств, социальных навыков и интеллектуальных способностей. Поэтому в педагогическом процессе важно учитывать эмоциональное состояние учащихся и использовать различные методы и приемы, направленные на развитие эмоциональной сферы [25].

В психологии эмоции являются предметом многих теорий и подходов. Например, теория Джеймса-Ланге предполагает, что эмоции возникают в результате физиологических изменений, а теория Шахтера-Зингера считает, что эмоции формируются в результате оценки внешней ситуации. В целом, эмоции играют важную роль в жизни человека, и понимание их механизмов и закономерностей важно для психологии и педагогики.

Интеллект – сложное понятие, которое имеет различные определения в психологии и педагогике. Однако во всех случаях интеллект рассматривается как набор когнитивных способностей, которые позволяют человеку адаптироваться к окружающей среде, учиться, решать проблемы и принимать решения [19].

В психологии интеллект часто рассматривается как набор психологических характеристик человека, таких как способность к абстрактному мышлению, решению проблем, запоминанию и анализу информации. Для оценки интеллектуальных способностей человека и определения уровня интеллекта и его составляющих используются тесты.

В педагогике интеллект рассматривается как один из ключевых компонентов общей культуры и развития личности. Целью педагогического процесса является развитие интеллекта ученика. Для этого в школе используются различные методы и технологии обучения, которые позволяют формировать логическое мышление, аналитические способности, критическое мышление, креативность и творческие способности учащихся [8].

Также в психолого-педагогической литературе распространено понятие «эмоциональный интеллект», которое описывает способность человека управлять своими эмоциями и эмоциональными реакциями, понимать и переживать эмоции других людей и эффективно взаимодействовать с окружающей средой. Это понятие важно как для психологии, так и для педагогики, поскольку позволяет развивать у учащихся социально-эмоциональные компетенции.

«Эмоциональный интеллект – это набор навыков и способностей человека, направленных на распознавание эмоций и понимание намерений, мотивов и желаний других людей, а также своих собственных» [14, с. 19].

«Эмоциональный интеллект – это способность управлять своими и чужими эмоциями. Он необходим в менеджменте и других областях для решения практических задач и описывается экспертами как гибкий навык» [43, с. 78].

«Эмоциональный интеллект – это способность человека распознавать, понимать и управлять своими эмоциями и эмоциями других людей. Суть эмоционального интеллекта заключается в способности эффективно взаимодействовать с окружающими людьми, управляя собственными эмоциями и чувствами, а также в умении понимать и видеть жизнь с разных точек зрения» [18, с. 38]. Таким образом, эмоциональный интеллект охватывает различные аспекты личности: управление собой, управление отношениями с другими людьми, самосознание, понимание эмоций других людей и социальную компетентность [18]. Таким образом, эмоциональный интеллект помогает человеку выполнять сложные задачи, разрешать конфликты и успешно справляться со многими повседневными задачами в личной и профессиональной жизни.

Категория «эмоциональный интеллект» впервые была упомянута в исследованиях Питера Саловея и Джона Мейера. Эти авторы и ученые определили «эмоциональный интеллект как способность управлять своими и чужими чувствами и эмоциями. По их мнению, эмоциональный интеллект – это способность различать чувства (эмоции) и применять эту информацию для управления своими мыслями и действиями» [47, с. 73].

П. Саловей и Дж. Мейр смогли определить «четыре основных компонента эмоционального интеллекта на основе практических исследований. Эти компоненты могут меняться в процессе развития личности» [47, с. 76]. Ниже рассмотрим эти компоненты [47]:

- восприятие эмоций: способность распознавать эмоциональные сигналы в окружающей среде и понимать, как они влияют на других. Этот компонент включает в себя способность читать невербальные выражения лица, голос и жесты, а также понимать, какие эмоции может вызывать то или иное поведение;
- использование эмоций: способность использовать эмоции для решения проблем и принятия решений. Этот компонент включает в себя способность контролировать свои эмоции и разрабатывать стратегии управления ими и их использования для достижения целей;
- понимание эмоций: способность понимать свои и чужие эмоции. Этот компонент включает в себя понимание того, где возникают эмоции, что они означают и как влияют на поведение и взаимодействие;
- управление эмоциями: способность контролировать свои и чужие эмоции для улучшения качества взаимодействия и достижения целей. Этот компонент включает в себя способность регулировать эмоции в различных ситуациях, эмпатию и способность управлять конфликтами посредством межличностного общения [45].

Д. Гоулман в своей работе об эмоциональном интеллекте указал, что «эмоциональные навыки не всегда являются врожденными талантами. Они могут быть приобретенными навыками» [11, с. 89]. Другими словами, эмоциональные навыки считаются тем, что менеджер инновационной организации способен целенаправленно развивать через практику [11].

Д. Гоулман рассматривал эмоциональный интеллект как «структуру, включающую 5 доменов:

- самосознание, которое представляет собой знание собственных ожиданий, внутренних состояний, предпочтений и возможностей;
- саморегуляция, которая представляет собой управление своими внутренними состояниями, возможностями и импульсами;

- мотивация, которая представляет собой эмоциональную предрасположенность, ведущую к достижению целей и способствующую им;
- эмпатия, которая представляет собой осознание чувств, потребностей и проблем других людей;
- социальные навыки, такие как способность вызывать желаемые реакции у других» [11, с. 91].

Э.С. Гарднер предложил идею о «множественном интеллекте», считая, что человек может обладать различными формами интеллекта, которые не могут быть измерены стандартными тестами. Он выделил семь типов интеллекта, позже расширив их до восьми. Гарднер отметил, что внутриличностный и межличностный интеллект связаны с эмоциональным интеллектом, который он назвал личностным интеллектом. Пяти сферам эмоционального интеллекта, определенным Д. Гоулманом, можно соотнести с личностным интеллектом Э.С. Гарднера [45].

В России нет четкого определения понятия «эмоциональный интеллект», но Е.Н. Машкина определяет его как «способность понимать и контролировать проявления собственных эмоций и чувств, а также эмоций и чувств окружающих людей. Основой концепции являются такие качества, как эмпатия, толерантность и собственное отношение к своей личности» [24].

Большой вклад в развитие концепции «эмоционального интеллекта» внесли Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев и С.Л. Рубинштейн.

Л.С. Выготский считал, что эмоции лежат в основе человеческого поведения и что эмоциональный интеллект играет важную роль в социальных взаимодействиях [9].

А.Н. Леонтьев указывал на важность эмоциональной сферы для формирования личности и развития самосознания [22].

С.Л. Рубинштейн считал, что эмоциональный интеллект определяет способность человека к пониманию и управлению своими эмоциями, а также к пониманию и уважению чужих эмоций [31].

В целом, данные ученые придавали большое значение эмоциональному интеллекту и его влиянию на человеческое поведение и развитие личности.

Д.Б. Эльконин не разделял взгляды Л.С. Выготского и утверждал, что «существенным недостатком является разрыв между психическими и личностными процессами, при учете развития ребенка» [38, с. 56].

А.Ч. Яхьяева в своих трудах отмечала, что «принятие собственной личности представляет собой принятие своих эмоций, указывающих на личностный подход к происходящим событиям» [40, с. 73].

А.А. Панкратова отмечает, что «эмоциональный интеллект – это динамическое интегральное психологическое образование, которое определяет успех межличностного взаимодействия, соответствующую самооценку, позитивное мышление и лидерские качества, признавая важность эмоций и способность управлять ими» [30, с. 49].

По определению И.Н. Андреевой, «эмоциональный интеллект трактуется, как возможность индивида идентифицировать и контролировать свои эмоции и эмоции окружающих людей» [2, с. 57].

Автор подчеркивала двааспектность эмоционального интеллекта. Автором И.Н. Андреевой дается характеристика аспектов структуры эмоционального интеллекта: «Первый аспект – внутриличностный. Он включает:

- осознание человеком собственных чувств;
- уверенность в собственных силах;
- адекватность самооценки;
- самоконтроль;
- качества толерантности;
- деятельностный аспект» [2, с. 57].

«Второй аспект – межличностный, он включает:

- проявление уважительного отношения к другим людям;
- умение сопереживать;
- умение работать в команде;

– оценка и прогнозирование отношений в коллективе» [2, с. 58].

Таким образом, подводя итог данному параграфу, можно сделать вывод о том, что эмоциональный интеллект определяется как способность управлять своими эмоциями, правильно воспринимать и понимать эмоции других людей, эффективно взаимодействовать с ними и устанавливать гармоничные отношения, основанные на сочувствии и понимании [42]. Он включает в себя способность распознавать эмоции, анализировать их, правильно реагировать на них, управлять ими и использовать их в своих интересах. Показатели высокого уровня эмоционального интеллекта включают способность конструктивно выражать мысли и чувства, слушать других и понимать их точку зрения, адаптироваться к различным ситуациям, управлять конфликтами и принимать решения на основе эмоциональной информации.

1.2 Психологические особенности младшего школьного возраста

Психологические характеристики – это определенные особенности психики человека, такие как темперамент, психологический и телесный характер, мотивы, влечения и воля, личностная устойчивость и идентичность [44].

Младший школьный возраст – самый ответственный этап школьного детства. Он характеризуется высоким уровнем чувствительности, что определяет огромный потенциал разностороннего развития ребенка [6].

Младший школьный возраст – это период развития ребенка от 7 до 10 лет. На этом этапе дети начинают учиться быть самостоятельными и взаимодействовать в социальной среде. В то же время ребенок младшего школьного возраста проявляет ряд характеристик, которые определяют его психологический портрет [21]:

- жизненный оптимизм. В этом возрасте у детей еще нет привычки воспринимать мир и других людей в негативном ключе. Они еще верят в свои силы и часто берутся за новые задачи без стыда и колебаний;
- их интеллектуальное развитие динамично. Младшие школьники способны осваивать новые знания и навыки с большой скоростью и интенсивностью. Они любопытны, легко запоминают информацию и всегда готовы к новому опыту;
- желание быть независимыми. В этом возрасте дети начинают чувствовать себя независимыми от родителей и ищут возможности продемонстрировать свою независимость в учебе, играх и отношениях с друзьями;
- потребность в социальной интеграции. Младшие школьники испытывают потребность общаться с друзьями и быть частью группы. Они стремятся общаться, играть и сотрудничать с другими детьми;
- чувствительность к суждениям других. Ребенок в этом возрасте уже способен понимать свое поведение в соответствии с ожиданиями и мнениями других людей. Они начинают оценивать себя и своих друзей в соответствии с социальными критериями, например, успехи в школе, внешность, спортивные способности или творческие работы [4].

Одной из главных особенностей младшего школьного возраста является развитие мышления [46]. Дети начинают мыслить более логично, устанавливать причинно-следственные связи, делать выводы на основе рассуждений. Однако, у них все еще есть трудности с абстрактными понятиями и поверхностным пониманием [27].

Другой важной особенностью является развитие эмоциональной сферы. Дети становятся более самостоятельными и уверенными, но одновременно с этим у них могут появляться переживания и сильные эмоции. Например, ребенок может испытывать стресс во время перехода из дома в школу, а также стремиться к признанию своей независимости и сформированности личности [11].

Физические изменения также влияют на психологию ребенка в этом возрасте. Дети нередко могут ощущать некоторое недовольство своим телом при быстром росте или изменении формы. В свою очередь, тревога по этому поводу может вызвать ряд эмоциональных проблем [37].

В целом, младший школьный возраст – это время значительных психологических изменений и особенностей, которые могут сказаться на поведении и эмоциональном состоянии ребенка [28]. Важно помнить о том, что все дети индивидуальны, и может потребоваться индивидуальный подход к каждому из них.

Знание и учет психологических особенностей детей этой возрастной группы помогает учителям, родителям и другим людям соответствующим образом строить свою воспитательную работу. Поэтому необходимо знать об этих особенностях и учитывать их при работе с детьми младшего школьного возраста.

К особенностям младшего школьного возраста относятся следующие:

- психофизиологическое и физическое развитие, которое делает возможным систематическое обучение в школе;
- развитие мозга и нервной системы;
- высокий уровень утомляемости и неустойчивая умственная работоспособность;
- наличие нервно-психологической уязвимости;
- отсутствие способности к длительной концентрации внимания, возбудимость, эмоциональность;
- улучшение познавательных потребностей, рассуждений, вербально-логического мышления;
- изменение способности к произвольной регуляции поведения [18].

Основной характеристикой этого периода является радикальное изменение социального статуса развития. Ребенок становится «социальным» субъектом, у которого теперь есть социально значимые обязанности, за которые его оценивает общество [32].

Младший школьный возраст – это время относительно равномерного и неспешного физического развития. Рост и вес ребенка, выносливость и жизненная емкость легких увеличиваются достаточно пропорционально и равномерно [34].

У ребенка младшего школьного возраста наблюдается функциональное истончение мозга, развитие аналитико-систематической функции коры головного мозга и постепенное изменение соотношения между процессами возбуждения и торможения. Последний процесс становится все более сильным, но процесс возбуждения преобладает, как и прежде. По этой причине дети младшего школьного возраста очень возбудимы и импульсивны [6].

В младшем школьном возрасте (6-10 лет) дети начинают сильнее проявлять свои эмоции и становятся более социально ориентированными. Это связано с развитием у них навыков социального и эмоционального общения. Дети этого возраста могут проявлять все виды эмоций: радость, грусть, страх, гнев, удивление и так далее. При этом они могут выражать свои эмоции как вербально, так и невербально (мимика, жесты, плач и так далее).

Одна из самых сложных эмоций – это гнев. Ребенок может не понимать, как правильно выражать гнев, и начать кричать, бить и так далее. Важно научить его управлять своими эмоциями и выражать их конструктивно. Ребенок также начинает понимать эмоции других людей и классифицировать их в контексте ситуации. Например, если взрослый выглядит расстроенным, ребенок может понять, что он/она сделал/а что-то не так и чувствует себя виноватым [26].

В целом, эмоциональное развитие в младшем школьном возрасте является важным компонентом социальной адаптации ребенка и развития его самооценки. Поэтому родители и учителя должны помочь детям научиться управлять своими эмоциями и научить их понимать и уважать чувства других людей.

В младшем школьном возрасте происходит важное развитие интеллекта у детей. В этом возрасте дети начинают осваивать такие важные навыки, как аналитическое мышление, логическое мышление, постановка вопросов и творческое мышление.

Важной областью, в которой происходит развитие интеллекта в начальной школе, является чтение. Ребенок начинает развивать навыки чтения и понимания прочитанного, формулируя собственные мысли на основе интерпретации текста. Это также способствует развитию словарного запаса и навыков письма [12].

Другой важной областью в развитии интеллекта в младшем школьном возрасте является математика. Ребенок начинает изучать основы математики, такие как сложение, вычитание, умножение, деление, геометрия и так далее. Развитие математических навыков помогает ребенку лучше понять окружающий мир и развить логическое мышление и навыки решения проблем. В начальной школе дети также развивают социальные навыки, такие как общение, сотрудничество, уважение к другим и так далее. Это помогает детям лучше понимать и взаимодействовать с другими людьми.

Эмоциональный интеллект в начальной школе – важный аспект развития ребенка. Он включает в себя способность ребенка распознавать свои эмоции и управлять ими, а также понимать, как они влияют на его поведение и отношения с другими людьми. В этом возрасте дети начинают становиться более эмоционально чувствительными и ярче выражать свои эмоции. Одна из важных задач воспитания в этом возрасте – помочь детям развить эмоциональную грамотность и способность управлять своими чувствами [31].

Подводя итоги этого параграфа, можно сделать вывод, что каждый ребенок имеет свой собственный темп развития и уникальный набор навыков и талантов. Поэтому важно поддерживать их интеллектуальное развитие, предоставляя им доступ к разнообразному образованию и помогая им развиваться в тех областях, которые их интересуют. Необходимо развивать

все психологические особенности младшего школьного возраста для формирования учебной деятельности и, как следствие, эмоционального интеллекта.

1.3 Условия организации психологической работы по формированию эмоционального интеллекта младших школьников

Эмоциональный интеллект имеет сложную структуру, поэтому важно уже в младшем школьном возрасте развивать эмоциональный интеллект.

«При поступлении в школу ребенок получает новые эмоции, иногда они бывают положительными, но иногда и нет. В любом случае данный жизненный этап является достаточно волнительным для ребенка, при это у ребенка формируется новое эмоциональное отношение к окружающей его действительности. Ребенку важно получать эмоциональный отклик и чувства сопереживания от людей, окружающих его – родителей, педагога, одноклассников» [12, с. 65].

Важным компонентом развития эмоционального интеллекта является умение детей распознавать свои эмоции и выражать их. Ребенок должен учиться называть свои чувства и рассказывать о том, что его беспокоит или радует. Также важно помочь ребенку найти простые, но эффективные способы управлять своими эмоциями, например, дышать глубоко, считать до десяти или выразить свою злость словами [3].

Помимо умения управлять своими эмоциями, важно, чтобы дети научились уважать чувства других людей. Дети должны научиться понимать, что другие люди могут испытывать разные эмоции и что они могут быть вызваны разными причинами. Разговоры о чувствах и эмоциях других людей должны стать естественной частью образовательного процесса [12].

Формирование эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста играет важную роль в их личностном, социальном и

академическом развитии. Характеристики этого процесса рассматриваются ниже:

1. Развитие эмпатии. В этом возрасте дети начинают лучше понимать чувства других людей и сопереживать им. Важно научить детей выражать свои чувства и понимать, что они могут быть разными для разных людей.
2. Развитие чувства собственного достоинства. Важно поощрять детей к позитивному взгляду на себя. Это поможет им лучше справляться со своими эмоциями и не чувствовать себя обиженными на других.
3. Развитие социальных навыков. В этом возрасте дети начинают учиться адаптироваться к социальным правилам и нормам. Важно научить их эффективно общаться с другими детьми и взрослыми, разрешать конфликты и сотрудничать.
4. Развитие навыков решения проблем. Дети начинают учиться самостоятельно решать проблемы. Важно научить детей принимать правильные решения в сложных ситуациях и эффективно решать проблемы.
5. Обучение управлению эмоциями. Дети начинают учиться управлять своими эмоциями. Важно научить детей распознавать свои эмоции, их проявления и находить способы управления ими во время стресса и тревоги.
6. Поддерживать развитие социально-эмоциональных навыков. Важно создать для детей конструктивную среду для развития социально-эмоциональных навыков, уважать их индивидуальные потребности и поддерживать их развитие во всех сферах жизни [23].

Для развития эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста используется несколько методов. Наиболее эффективными являются игровая терапия и изотерапия [33].

Игровая терапия и изотерапия – это методы, в которых используются игры и игрушки, чтобы помочь детям развить эмоциональный интеллект. Давайте рассмотрим их подробнее.

Игровая терапия – это метод, в котором используются различные игры, помогающие детям понимать и управлять своими эмоциями и развивать навыки общения. Игровая терапия может проводиться в группе или индивидуально и направлена на то, чтобы помочь детям освоить такие социальные навыки, как уважение, сотрудничество и готовность к сотрудничеству. Во время игровой терапии дети могут участвовать в различных ролевых играх, играх на развитие сообразительности и логики, играх на поддержание внимания и других играх, которые помогают им стать более уверенными в своей способности контролировать свои эмоции [14].

Изотерапия – это техника, в которой используются специально разработанные игрушки, чтобы помочь детям выразить свои эмоции и справиться со стрессом. Изотерапевты используют игры и игрушки, чтобы создать атмосферу, которая принимает неприятные и сложные чувства детей и учит их управлять своими эмоциями. Изотерапия может проводиться в индивидуальном или групповом формате и направлена на то, чтобы помочь детям научиться выражать свои эмоции и найти краткосрочное облегчение от стресса [18].

И игровая терапия, и изотерапия могут быть эффективными методами развития эмоционального интеллекта у младших школьников. Использование игр и игрушек помогает детям глубже понять свои эмоции, развивать социальные навыки и найти способы управления своими чувствами [36].

Психолого-педагогическая работа играет важную роль в формировании эмоционального интеллекта у младших школьников. Рассмотрим основные методы, которые могут быть использованы в такой работе:

1. Изучение свойств и признаков эмоций. Для начала необходимо помочь детям понять, что такое эмоции, какие они бывают и из чего

состоят. Для этого можно использовать различные материалы и упражнения, например, эмоциональные образы, литературу и так далее.

2. Практика контроля эмоций. Важно научить детей контролировать свои чувства и эмоции. Для этого можно использовать дыхательные упражнения, упражнения на расслабление, технику медитации и другие специальные техники.

3. Обучать социальным навыкам. Социальные навыки могут помочь детям лучше понимать других людей и даже улучшить качество их взаимодействия с окружающими. Эти навыки могут включать в себя умение работать в команде, адаптироваться к новым ситуациям и сопереживать.

4. Развитие языковых навыков. Языковая культура и изучение эмоциональных формул - важный элемент психолого-педагогической работы с учащимся. Хороший уровень владения языком может помочь понять чувства собеседников, а также более точно выразить свои эмоции.

5. Развитие креативности. Искусство и творчество могут помочь детям более эффективно выражать свои эмоции и потребности. Можно использовать различные формы творчества, такие как рисование, пение или музыка [38].

Важно понимать, что формирование эмоционального интеллекта – это долгосрочный процесс, требующий постоянной работы. Поэтому педагогическая работа должна быть системной и перспективной [35].

«В процессе формирования эмоционального интеллекта у младших школьников учителю необходимо обращать свое внимание и поддерживать дружественные детские группы, которые образовались в классе, важно обеспечить такие задания, которые позволили бы ученикам учиться работать в группах и парах. При этом следует начинать с коротких и четко контролируемых заданий, а затем постепенно переходить к заданиям, предоставляющим детям больше автономии и ответственности. Наконец,

необходимо давать задания, которые эксплицитно повышали бы взаимодействие учеников, их активное слушание друг друга и постоянную смену ролей.

Это позволит учителю и психологу образовательного учреждения сосредоточиться на формировании у младших школьников умения устанавливать и поддерживать контакты, кооперироваться и сотрудничать, избегать конфликтных ситуаций. Основное условие, способствующее реализации целей – это создание у школьников позитивной установки на сотрудничество, обеспечение эмоционального комфорта, психологической защищенности ребенка, актуализация мотивации познавательной, поисковой, творческой активности, предоставление возможности апробировать приобретенные знания на уровне поведения в игровых и реальных ситуациях общения. В качестве второго условия выделено осуществление адресной педагогической помощи ученику, мера которой определяется в зависимости от уровня сформированности его эмоционального интеллекта» [17, с. 83].

Для организации психологической работы по формированию эмоционального интеллекта школьников можно использовать ряд условий:

1. Он способствует развитию межличностной чувствительности: ребенок должен научиться понимать чувства других людей, уважать их и проявлять эмпатию. В возрасте от 6 до 10 лет дети уже способны испытывать чувства других людей и проявлять эмпатию. Учителя и родители должны поощрять такое поведение через групповые игры, групповые занятия и другие виды совместной деятельности [25].
2. Развитие навыков независимости: Ребенку необходимо научиться определять свои собственные потребности, цели и возможности. Он должен уметь контролировать свои действия и оценивать их результаты. Этого можно достичь благодаря поддержке со стороны учителей и родителей, структурированным компонентам учебной программы, систематической обратной связи и поощрениям за правильные решения [39].

3. Стимулировать творческое мышление: Эмоциональный интеллект тесно связан с творческим мышлением. Учителя могут развивать творческие навыки учеников, используя различные виды самовыражения, такие как музыка, рисование, драма и так далее [31].

4. Обучение общению: Дети должны научиться эффективно общаться с другими людьми и проявлять уважение и ответственность в своих словах и действиях. Особое внимание следует уделять развитию способности ребенка выражать свои мысли и чувства в соответствующей возрасту форме.

5. Дети должны научиться оценивать свои силы и способности, находить конструктивные решения проблем и логически готовиться к успеху. Важно создать условия, в которых ребенок сможет противостоять трудностям, воспрянет духом, поверит в себя и начнет действовать [37].

Эти условия, созданные с полным учетом индивидуальных потребностей, помогут реализовать педагогический потенциал в формировании эмоционального интеллекта младших школьников и помогут им лучше адаптироваться к различным жизненным ситуациям в будущем.

Таким образом, подводя итог данному параграфу, можно сделать вывод о том, что формирование эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте является важным компонентом формирования личностной и социальной компетентности и поможет ребенку в будущем лучше адаптироваться к изменяющейся среде.

Подводя итоги первой главы данной диссертации, можно сделать вывод, что эмоциональный интеллект – это способность понимать свои эмоции и управлять ими, а также способность взаимодействовать с другими людьми на эмоциональном уровне. У детей младшего школьного возраста развитие эмоционального интеллекта предопределяет успешность адаптации в обществе и способность решать жизненные проблемы. Дети с высоким уровнем эмоционального интеллекта лучше адаптируются в группах, умеют находить компромиссы и рационально решать конфликты. Важно также отметить, что родители и учителя играют важную роль в развитии

эмоционального интеллекта детей. Они могут помочь детям распознать и понять свои эмоции, научить их управлять своими чувствами и дать им примеры эмоционально адекватного поведения.

Психологическая работа по формированию эмоционального интеллекта у младших школьников – важный и многогранный процесс, требующий системного и перспективного подхода [41]. В ходе работы могут быть использованы различные методы, такие как учебная деятельность, игры, упражнения по управлению эмоциями, развитие языковых навыков, творческих способностей и социальных компетенций. Важно учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка и создавать комфортную среду для его развития. Хорошо спланированные занятия позволят младшим школьникам лучше понять свои эмоции, научиться управлять ими, развить социально-психологические и языковые компетенции, обрести уверенность в себе. Это, в свою очередь, позволит им более эффективно адаптироваться к новым ситуациям и строить здоровые отношения с окружающими. Поэтому психолого-педагогическая работа по развитию эмоционального интеллекта у младших школьников имеет огромное значение для общего развития ребенка и его дальнейшей жизни в обществе.

Таким образом, формирование эмоционального интеллекта младших школьников является важной задачей для учителей и родителей, которая способствует формированию социальных и коммуникативных навыков и успеху в жизни.

Глава 2 Экспериментальная работа по формированию эмоционального интеллекта младших школьников

2.1 Диагностика уровня сформированности эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста

В практической части данной выпускной квалификационной работы была проведена экспериментальная работа.

Цель экспериментальной работы – формировать эмоциональный интеллект детей младшего школьного возраста.

Экспериментальная работа была проведена на базе муниципального бюджетного образовательного учреждения «Школа № 94» городского округа Тольятти. В исследовании принимали участие 40 детей младшего школьного возраста, из них 20 учеников вошли в экспериментальную группу и 20 учеников вошли в контрольную группу. Средний возраст испытуемых: 9-10 лет.

Экспериментальная работа включала в себя три этапа: констатирующий, формирующий и контрольный.

Констатирующий этап – первый этап работы, на котором проводилась диагностика эмоционального интеллекта младших школьников. На данном этапе была определена их способность к распознаванию и управлению эмоциями.

Формирующий этап – второй этап, на котором была разработана и реализована психологическая работа по формированию эмоционального интеллекта учеников младшего школьного возраста. На данном этапе использовались различные методики, например, игры-тренинги, ролевые игры, психологические упражнения и другое.

Контрольный этап – завершающий этап работы, на котором была проведена повторная диагностика уровня развития эмоционального интеллекта детей младшего школьного возраста, принявших участие в нашем

эксперименте. На данном этапе была проведена оценка эффективности программы, которая была проведена на формирующем этапе. Результаты контрольного этапа могут использоваться для коррекции и доработки программы.

Для диагностики уровня сформированности эмоционального интеллекта детей младшего школьного возраста, были использованы следующие методики:

1. Методика «Словарь эмоций» Е.С. Ивановой. Эта методика представляет собой инструмент для измерения уровня развития эмоционального интеллекта у учащихся младших классов. Она основана на исследованиях в области психологии эмоций и предлагает живой язык эмоций для их лучшего понимания. Эта методика включает в себя специальный словарь, в котором представлены наиболее типичные эмоции, которые могут присутствовать у учащихся младших классов. С помощью этого словаря дети могут понять, что происходит с ними, когда они испытывают ту или иную эмоцию, а также научиться выражать свои эмоции вербально. Анкета, включающая вопросы о частоте, с которой ребенок испытывает ту или иную эмоцию, позволяет оценить степень выраженности каждой эмоции. Анализ результатов позволяет определить уровень развития эмоционального интеллекта у младшего школьника. Методика «Словарь эмоций» может быть полезна не только для оценки развития эмоциональной сферы детей, но и для ее психологической коррекции. Она помогает учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка и работать над развитием его эмоциональной саморегуляции.

Критерии оценивания:

- «менее 4-х названных эмоций – низкий уровень сформированности эмоционального интеллекта у младших школьников;
- от 4 до 6 названных эмоций – средний уровень сформированности эмоционального интеллекта у младших школьников;

– от 7 и более названных эмоций – высокий уровень сформированности эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста» [1].

2. Методика «Тест лицевой экспрессии» Е.С. Ивановой. Данная методика представляет собой комплексный инструмент, предназначенный для выявления уровня сформированности эмоционального интеллекта у учащихся младших классов. В ней используется метод изучения выражения лица для определения уровня осознания и распознавания эмоций. Данная методика основана на современной теории диспозиции эмоций и эмпатии, психологических исследованиях и большом опыте практической работы с детьми.

Методика предназначена для диагностики уровня развития способности детей распознавать эмоции по выражению лиц других людей. Она оценивает уровень эмпатии ребенка, его социальную компетентность и общие навыки преодоления трудностей. Тест помогает выявить возможные проблемы в развитии эмоциональной сферы и определить направление педагогической работы.

Методика «Тест лицевой экспрессии» включает в себя стандартизированные инструменты в виде специальных карточек с изображениями лиц, выражающих эмоции, а также определенные задания для детей. Специальные критерии оценки и анализ данных помогают психологам и педагогам оценить уровень эмоционального интеллекта и психологического развития младших школьников.

Таким образом, методика «Тест лицевой экспрессии» является эффективным инструментом для определения уровня сформированности эмоционального интеллекта у младших школьников на основе анализа их способности распознавать эмоции по лицам. Она позволяет педагогам и психологам определить пути развития эмоциональной сферы детей с учетом их индивидуальных особенностей и потребностей.

Критерии оценивания:

- менее 2-х описанных фотографий – «низкий уровень сформированности эмоционального интеллекта у младших школьников;
- от 3 до 4 описанных фотографий – средний уровень сформированности эмоционального интеллекта у младших школьников;
- от 5 и более описанных фотографий – высокий уровень сформированности эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста» [5].

3. Методика «Что-почему-как?» М.А. Нгуен. Данная методика направлена на выявление уровня сформированности эмоционального интеллекта младших школьников. Она основывается на различных заданиях, которые помогают понять, насколько хорошо ребенок умеет управлять своими эмоциями, различать их и понимать чужие эмоции. Психолог предлагает детям за 15 минут добавить (дорисовать) к фигурам любые детали, чтобы получились рисунки со смыслом.

«Результаты, полученные на констатирующем этапе данной экспериментальной работы, были обработаны и представлены ниже.

Обработка результатов.

0 баллов – дорисовка отсутствует; изображён предмет или животное;

1 балл – изображено человеческое лицо;

2 балла – изображён человек (выражено его эмоциональное состояние или он дан в движении).

Уровень развития эмоционального интеллекта:

Низкий: 0 баллов;

Средний: 1 – 2 балла;

Высокий: 3 – 6 баллов» [13].

Результаты, полученные в ходе проведения первичной диагностики были обработаны и представлены в виде рисунков ниже.

Итак, первой методикой. Которая была проведена на констатирующем этапе экспериментальной работы была методика «Словарь эмоций» Е.С. Ивановой. Результаты, которые были получены в ходе проведения данной методики представлены в виде гистограммы на рисунке ниже (рисунок 1).

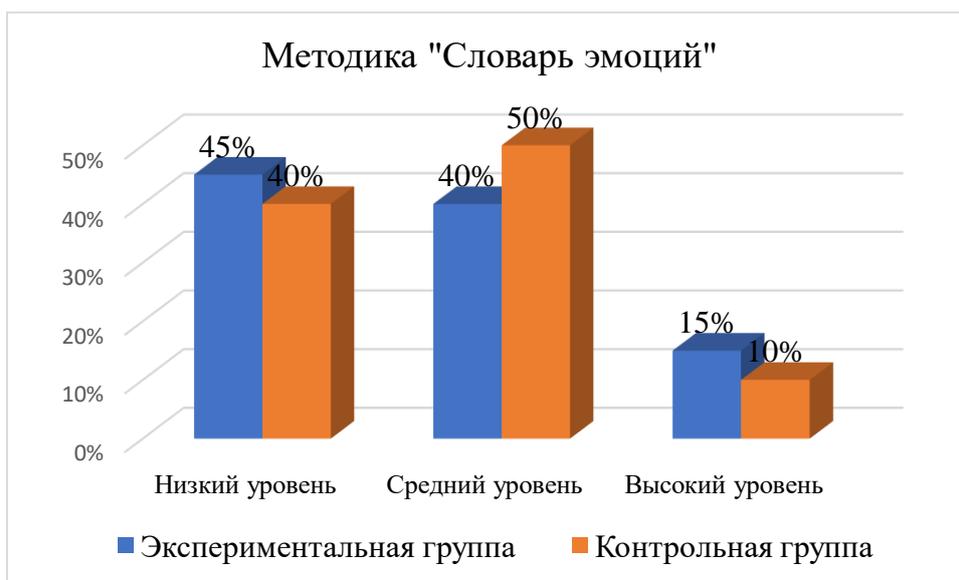


Рисунок 1 – Уровень сформированности эмоционального интеллекта по результатам проведения методики «Словарь эмоций» на констатирующем этапе

Таким образом, анализ результатов показал, что в экспериментальной группе детей низкий уровень эмоционального интеллекта имеют 45% детей, в то время как в контрольной группе данная категория составила 40%. Данные младшие школьники характеризуются недостаточной готовностью к распознаванию и управлению своими эмоциями, неумением выразить свои чувства словами и общаться с другими людьми на эмоциональном уровне. Средний уровень эмоционального интеллекта имеют 40% детей в экспериментальной группе и 50% детей в контрольной. Данные ученики младшего школьного возраста уже обладают определенными навыками распознавания и управления своими эмоциями, умеют выразить свои

чувства словами, но им еще нужно развивать навыки эмоциональной саморегуляции и способы коммуникации на эмоциональном уровне. Высокий уровень эмоционального интеллекта имеют 15% детей в экспериментальной группе и 10% детей в контрольной. Данные младшие школьники отличаются глубоким пониманием собственных эмоций и чувств других людей, умением эффективно реагировать на сложные эмоциональные ситуации и находить конструктивные решения, а также умением строить здоровые и эмоционально благоприятные отношения с окружающими людьми.

Далее на констатирующем этапе экспериментальной работы была проведена методика «Тест лицевой экспрессии» Е.С. Ивановой. Результаты представим ниже на рисунке 2.

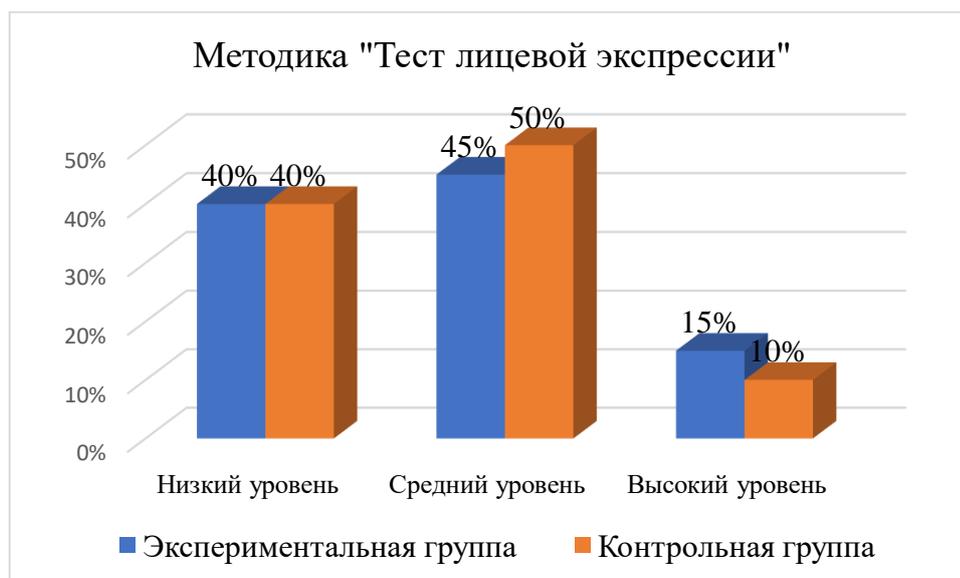


Рисунок 2 – Уровень сформированности эмоционального интеллекта по результатам проведения методики «Тест лицевой экспрессии» на констатирующем этапе

Анализ результатов методики «Тест лицевой экспрессии» показал, что у младших школьников из экспериментальной группы 40% имеют низкий уровень сформированности эмоционального интеллекта. Данные школьники, как правило, испытывают трудности в управлении своими эмоциями и

социальной адаптации, что может приводить к социальной изоляции и низкой уверенности в себе. 9 (45%) учеников из экспериментальной группы по результатам данной методики показали средний уровень сформированности эмоционального интеллекта. Данные ученики более скрытыми или более чувствительными к изменениям в окружающей среде. Только 3 (15%) детей младшего школьного возраста из экспериментальной группы показали высокий уровень сформированности эмоционального интеллекта. Младшие школьники с высоким уровнем сформированности эмоционального интеллекта обычно легко находят общий язык с другими детьми и учителями, имеют более развитые навыки решения конфликтов и управления своими эмоциями.

Что же касается учеников из контрольной группы, то, как видно из рисунка 2, у большинства из них по результатам проведения на констатирующем этапе экспериментальной работы наблюдается средний уровень сформированности эмоционального интеллекта. Таких учеников 10, что составляет 50% от общего числа испытуемых данной группы. Низкий уровень сформированности эмоционального интеллекта по результатам проведения теста лицевой экспрессии в контрольной группе был выявлен у 8 (40%) младших школьников из контрольной группы. Высокий уровень сформированности эмоционального интеллекта по результатам проведения методики «Тест лицевой экспрессии» Е.С. Ивановой был выявлен у 2-х (10%) младших школьников из контрольной группы. Данные школьники демонстрировали высокую чувствительность к эмоциональным выражениям лиц других людей, умение точно читать эмоции и понимать их значение, а также умение адекватно реагировать на эмоции других людей. Эти результаты свидетельствуют о том, что у данных школьников сформирован высокий уровень эмоционального интеллекта, что поможет им успешно функционировать в обществе, устанавливать полезные контакты с окружающими людьми, а также эффективно решать проблемные ситуации.

Третьей была методика «Что-почему-как?» М.А. Нгуен. Результаты представим ниже на рисунке 3.

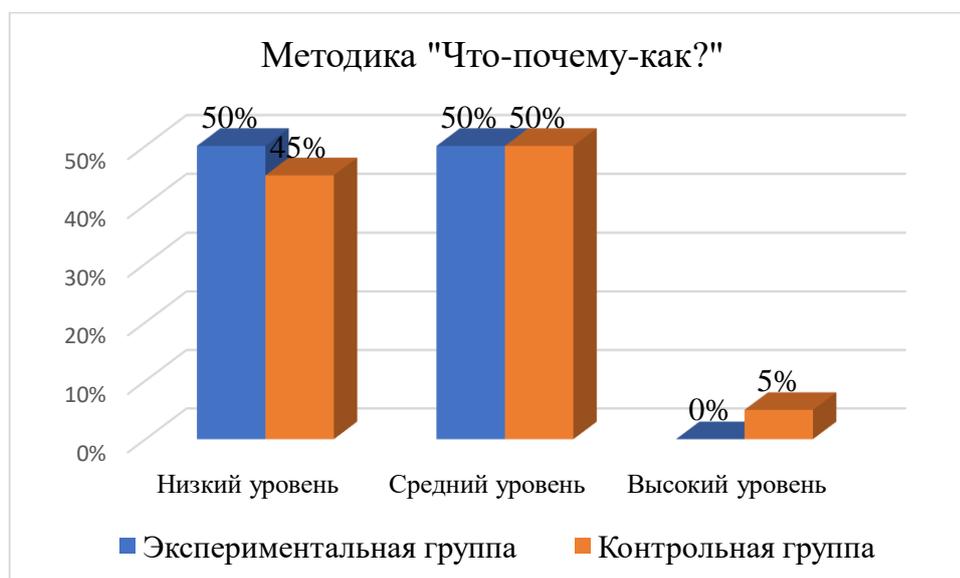


Рисунок 3 – Уровень сформированности эмоционального интеллекта по результатам проведения методики «Что-почему-как?» на констатирующем этапе

Таким образом, низкий уровень сформированности эмоционального интеллекта по результатам методики «Что-почему-как» был выявлен у 10 (50%) детей младшего школьного возраста из экспериментальной группы. Средний уровень – у 10 (50%) детей младшего школьного возраста из экспериментальной группы. Высокого уровня сформированности эмоционального интеллекта у младших школьников из экспериментальной группы на констатирующем этапе экспериментальной работы выявлено не было ни у одного ученика. Что же касается учеников из контрольной группы, то, как видно из рисунка 3, низкий уровень сформированности эмоционального интеллекта по результатам проведения на констатирующем этапе данной методики был выявлен у 9 (45%) младших школьников данной группы. Средний уровень был выявлен у 10 младших школьников из контрольной группы, что составляет 50% от общего числа испытуемых

данной группы. Высокий уровень – у 1-го (5%) младшего школьника из контрольной группы.

Ниже представим в виде гистограмм результаты, полученные в ходе проведения всех трёх методик на констатирующем этапе. Сперва представим гистограмму с результатами, которые были получены в экспериментальной группе (рисунок 4).

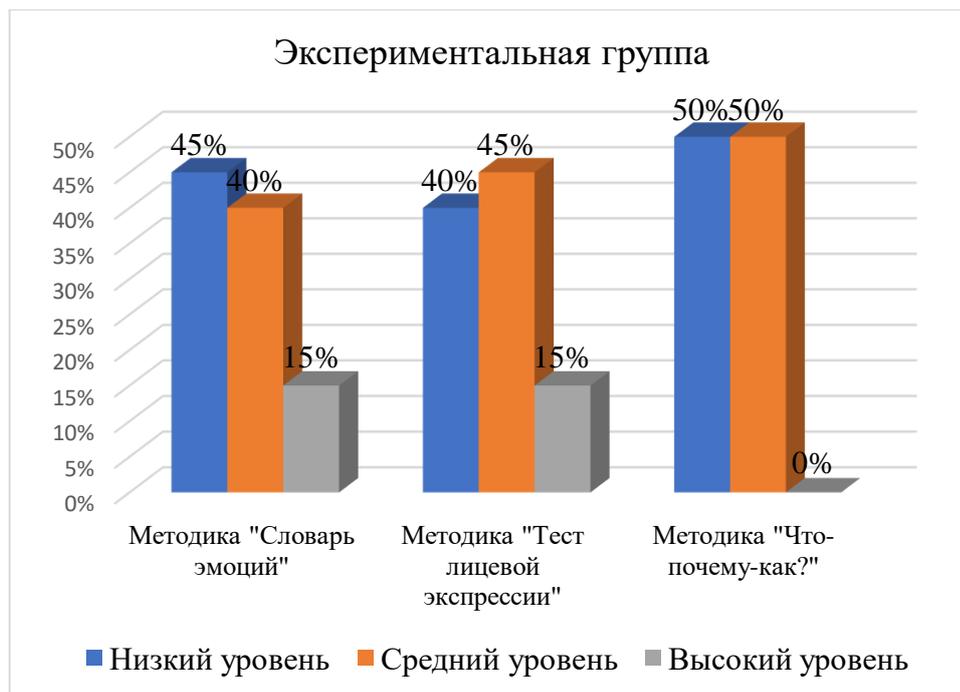


Рисунок 4 – Уровень сформированности эмоционального интеллекта младших школьников из экспериментальной группы на констатирующем этапе

Таким образом, из результатов исследования можно сделать следующие выводы:

1. У младших школьников из экспериментальной группы наблюдается низкий уровень сформированности эмоционального интеллекта по всем трем методикам: «Словарь эмоций», «Тест лицевой экспрессии», «Что-почему-как?».

2. Наибольшее количество респондентов из экспериментальной группы на констатирующем этапе экспериментальной работы находятся на среднем уровне развития эмоционального интеллекта.

3. По методике «Словарь эмоций» процент школьников с высоким уровнем эмоционального интеллекта меньше, чем по методике «Тест лицевой экспрессии» и «Что-почему-как?».

4. Наибольший процент школьников из экспериментальной группы с низким уровнем развития эмоционального интеллекта наблюдается по методикам «Что-почему-как?» и «Словарь эмоций».

Данные результаты говорят о том, что у многих младших школьников из экспериментальной группы существуют проблемы в управлении своими эмоциями и узнавании эмоций других людей. Далее представим результаты, которые были получены в результате проведения на констатирующем этапе экспериментального исследования трёх методик в контрольной группе представим ниже на рисунке (рисунок 5).

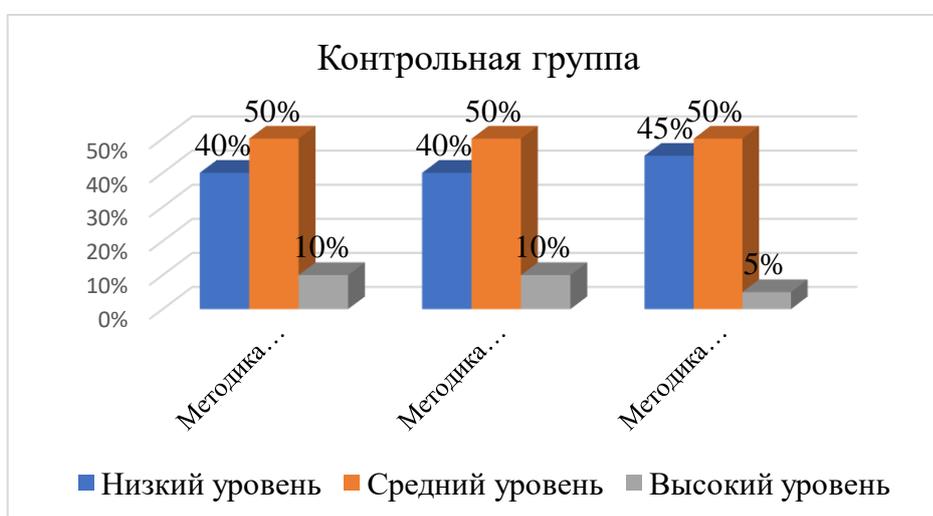


Рисунок 5 – Уровень сформированности эмоционального интеллекта младших школьников из контрольной группы на констатирующем этапе

Анализ результатов показал, что большинство младших школьников из контрольной группы имеют средний уровень сформированности эмоционального интеллекта по всем трем методикам: «Словарь эмоций»,

«Тест лицевой экспрессии» и «Что-почему-как?». Низкий уровень по методикам выявлен у 40-45% детей, что может говорить о том, что у них есть проблемы в распознавании и управлении своими эмоциями. Высокий уровень сформированности эмоционального интеллекта был у 5-10% детей, что указывает на их хорошее владение эмоциями и умение эффективно управлять ими. Общий результат говорит о необходимости проведения дополнительных тренингов и занятий для развития эмоционального интеллекта у младших школьников в контрольной группе.

Таким образом, подводя итог констатирующему этапу экспериментальной работы, можно сделать вывод о том, что у детей младшего школьного возраста из обеих групп наблюдается низкий и средний уровень сформированности эмоционального интеллекта. Это говорит о том, что необходимо проводить различные мероприятия, которые будут способствовать формированию эмоционального интеллекта младших школьников. В связи с этим, нами была разработана и реализована психологическая работа по формированию эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста.

2.2 Реализация психологической работы по формированию эмоционального интеллекта младших школьников

В результате проведения первичной диагностики уровня сформированности эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста, было выявлено, что младшие школьники нуждаются в формировании эмоционального интеллекта. В связи с этим нами была разработана и апробирована психологическая программа.

Цель психологической программы: создание условий для развития эмоционального интеллекта.

«Задачи психологической программы:

- формировать у детей способность распознавать свои эмоции и эмоции других людей.
- развивать адекватную оценочную деятельность, направленную на анализ своих действий и поведения других людей;
- формировать у детей умения и навыки владения мимикой, жестами, пантомимикой» [7].

«Методы, используемые при проведении занятий:

1. Ролевые, коммуникативные, психогимнастические игры.
2. Развивающие упражнения.
3. Рисуночные методы.
4. Пальчиковые игры» [10].

Психологическая работа по формированию эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста была проведена только с учениками, которые вошли в экспериментальную группу. Занятия проводились во внеурочное время. Всего было проведено 8 занятий. Каждое занятие длилось 60 минут.

Календарно – тематический план психологической работы по формированию эмоционального интеллекта младших школьников представлено в приложении А.

Таким образом, всего было проведено 8 занятий по формированию эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста, которые вошли в экспериментальную группу. Во время проведения занятий младшие школьники проявляли активность. Если на первом занятии большинство из них стеснялись, были не разговорчивы, скованны, то уже на втором занятии были более открыты, легко шли на контакт, принимали участие во всех заданиях с желанием и интересом.

Первое занятие было посвящено теме «Учимся доброжелательности». Началось занятие с приветствия детей младшего школьного возраста из экспериментальной группы, в ходе которого была поставлена задача, которая заключалась в том, чтобы понимать, какое значение имеет

доброжелательность и как она влияет на окружающих. На данном этапе была проведена мини-игра, в рамках которой школьники взяли за руки, стоя в кругу, смотрели друг на друга и улыбались. Этот момент помог детям почувствовать связь и понимать, что им предстоит работать в команде. Основная часть занятия была насыщена играми и рисованием. Во время первой игры «Определи эмоцию», целью было ознакомить детей с основными эмоциями и их формулировкой (называнием). С младшими школьниками была проведена беседа об эмоциях, им были показаны картинки с изображением различных эмоций и уточнялось когда появляется данная эмоция у человека. Дети старались определить эмоцию по картинкам и справлялись с этим заданием на отлично. Во второй игре «Фотография», целью было развитие понимания чувств и эмоций. Дети рассматривали фотографии и определяли, какое настроение у людей на фотографиях. Они замечательно справлялись с этим заданием, делая эмоциональные выводы о чувствах людей. Занятие было интересным и занимательным, и каждый ребенок был активно вовлечен в процесс. На заключительном этапе ребятам был задан вопрос «Что значит быть доброжелательным?». Ребята давали интересные ответы о том, что доброжелательность значит уметь помогать, быть внимательным, заботиться о других, не обижать других и распространять доброту вокруг. Были приведены примеры, как доброжелательность может помочь избежать конфликта и дружить с окружающими людьми. В целом, занятие было успешным, и у детей осталось положительное впечатление. Они понимают, что доброжелательность способствует созданию благоприятной атмосферы в обществе и делает жизнь более приятной для каждого из нас.

Далее в рамках психологической работы было проведено занятие по формированию эмоционального интеллекта с младшими школьниками на тему «Поговорим о доброте». Задачей данного занятия было научить детей узнавать, выражать свои эмоции, быть чувствительными к эмоциям других людей и воспитывать у них дух доброты. Первая часть занятия началась с

приветствия и ознакомления с основными задачами, которые необходимо было решить на занятии. Затем перешли к основной части занятия, где детям была предложена игра «Угадай настроение». Младшим школьникам были выданы сюжетные картинки с изображением эмоций, и они должны были определить настроение, которое изображено. Эта игра помогает детям развивать умение распознавать эмоции у других людей. Следующая игра называлась «Помоги волшебнику». Ее цель заключалась в том, чтобы развить у детей умение определять эмоцию, мимику лица человека. Каждой паре детей были выданы сюжетные картинки, и они должны были дорисовать эмоцию на лице изображенных людей. Эта игра помогает детям осознать, как мимика и жесты помогают нам понимать чужие эмоции. Заключительная игра называлась «Изобрази сказку». Ее цель заключалась в том, чтобы развить у детей младшего школьного возраста умение предварительно договориться о совместном показе сказки, а потом уже координировать свои действия друг с другом. Эта игра помогает детям научиться работать в команде и развивать у них эмпатию. В завершение занятия была проведена рефлексия. Детям был задан вопрос: «Как вы считаете, в человеке может сочетаться добро и зло? Можно ли научиться быть добрым?». Все дети высказали свои мнения на эту тему, и в заключении занятия был подведён вывод о том, что важно научиться быть добрым и эмпатичным к другим людям. В целом, занятие прошло очень успешно, и дети были очень заинтересованы в играх и заданиях, помогающих им развивать эмоциональный интеллект и умение быть добрыми к другим людям.

Третье занятие было посвящено теме «Фея радости». Занятие началось с общего приветствия и постановки задачи – поговорить о том, что такое радость и гнев и когда они возникают. Дети младшего школьного возраста были заинтересованы и задавали много вопросов. Общение происходило легко и непринужденно, что очень важно, чтобы дети могли чувствовать себя комфортно. После этого перешли к основной части занятия. Игра «Глаза в глаза» была первой, нацелена на развитие умения определить эмоции. Дети в

парах смотрели друг другу в глаза и старались понять, что другой чувствует. Это было очень интересно и полезно для развития эмпатии. Затем была проведена пальчиковая игра, в которой дети выстраивали из ниток кукол и придумывали им имена. Это было занятие на развитие творческого подхода к работе и удовлетворенности своим трудом, а также помогало проявлять эмоцию радости. Последней этапом был танец с куклами под веселую музыку. Дети оживленно двигались, перевоплощаясь в радостных кукольных персонажей. Это занятие также помогало развитию удовлетворенности своим трудом и проявлению эмоции радости. В конце занятия была проведена рефлексия, где с детьми была проведена беседа о том, что нужно делать, когда у человека радость или гнев. Младшие школьники пришли к выводу, что эмоции нужно выплескивать наружу, чтобы не накапливать их в себе. Однако, важно понимать, что когда эмоции выплескиваются наружу, это не должно воздействовать на других. Радость – да, гнев – нет. В целом, занятие «Фея радости» прошло очень удачно. Дети не только узнали много нового о своих эмоциях, но и научились более уверенно и осознанно проявлять радость и выпускать гнев наружу. Что особенно важно для их дальнейшего развития и уверенности в себе.

Четвёртое занятие по формированию эмоционального интеллекта с младшими школьниками на тему «Упрямство и обида» прошло очень интересно и познавательно. Началось занятие с приветствия и постановки задач. Школьникам было рассказано о том, что такое упрямство, обида и что может стать их причиной. Ведь, как оказалось, часто эти эмоции возникают из-за непонимания, страха, неуверенности. Для того чтобы помочь детям научиться выражать свои эмоции, была проведена игра «Упрямые козлы». В ходе игры младшие школьники должны были использовать свои умения показывать отрицательные эмоции и объяснять, почему они так себя ведут. Эта игра помогла детям осознать, что каждое их действие имеет свою причину и что важно научиться контролировать свои эмоции. Следующая игра «Обиженный гном» позволила младшим школьникам показать свое

умение выражать отрицательную эмоцию. Дети играли в роли гномов, которые находятся в школе и сталкиваются с разными ситуациями. Им нужно было показывать свою обиду и объяснять, почему они расстроены. В заключение была проведена игра «Тренируем эмоции». Целью этой игры было развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим. Школьники должны были описывать свой день от начала до конца и выражать свои эмоции. В конце занятия была проведена рефлексия. Дети младшего школьного возраста высказали свое мнение о том, что труднее перебороть – упрямство или обиду. Было очень интересно услышать их ответы, и каждый из них по-своему был прав. Таким образом, занятие по формированию эмоционального интеллекта с младшими школьниками на тему «Упрямство и обида» оказалось очень полезным и познавательным. Дети младшего школьного возраста научились выражать свои эмоции и понимать, что за ними стоит. Они научились контролировать свои действия и отношения к окружающим.

Темой пятого занятия была «Вина». Как известно, вина – это одно из чувств, которые человек может испытывать. Во время занятия детям была поставлена задача поговорить о том, когда человек испытывает чувство вины и было ли у них такое чувство. Далее началась основная часть занятия. Первой была игра «Строители». Цель игры – снятие мышечного напряжения. Младшим школьникам необходимо было выполнить задание сконструировать высокую башню из маленьких блоков. В ходе игры школьники показали не только свою физическую активность, но и готовность к командной работе. Затем была проведена игра «Сказочный персонаж». Цель игры – развитие умения определить и продемонстрировать характер, мимику, эмоции разных персонажей. Дети младшего школьного возраста выбрали маски, которые соответствуют определенным персонажам, и выполняли задания педагога. В ходе игры обучающиеся научились показывать свои эмоции и улучшили навыки коммуникации. Завершилось занятие вопросом рефлексии. Детям был задан вопрос: «Как считаете, вина –

это хорошее качество или плохое?». Дети выразили свое мнение на этот счет и потом ответили на вопрос о том, что нужно делать, если появилось чувство вины. Они сказали, что необходимо исправить свой поступок. В целом, занятие было очень успешным. Дети младшего школьного возраста из экспериментальной группы научились управлять своими эмоциями, научились определять характер сказочных персонажей и понимать их эмоции, а также научились справляться с чувством вины.

Шестое занятие по формированию эмоционального интеллекта с младшими школьниками было на тему «Стыд». Занятие прошло весело и интересно, но самое главное – младшие школьники узнали много нового о чувстве стыда и научились справляться с ним. В начале занятия школьники приветствовали друг друга, обсуждали тему дня и рассказывали о своих представлениях о стыде. Некоторые дети говорили, что чувствовали стыд, когда не смогли выполнить задание на уроке, другие – когда выступали на сцене или одновременно говорили с несколькими людьми. Младшие школьники в результате данной беседы пришли к выводу, что все люди испытывают чувство стыда, но каждый по-своему. Далее в основной части занятия была проведена игра «Нет! Да!». Цель этой игры заключалась в снятии эмоционального напряжения. «Дети младшего школьного возраста с ведущим свободно бегали по помещению и громко-громко кричали «Нет! Нет!». При встрече они заглядывали в глаза друг другу и еще громче кричали «Нет! Нет!». Когда ведущий дал сигнал, мы продолжили бегать, но уже кричали «Да! Да!», смотря друг другу в глаза» [15]. Было очень весело и интересно! Далее с младшими школьниками было проведено упражнение «Рисуем музыку». Цель этого упражнения заключалась в развитии восприятия музыки через цвета. Звучала спокойная лирическая музыка, а младшие школьники рисовали музыку цветами красок. Для этого с младшими школьниками предварительно было определено, какой цвет обозначает доброту, какой – злость, а какой – грусть. В результате данного упражнения у младших школьников получилось много красивых картинок,

которые отображали их эмоции и чувства. Занятие закончилось рефлексией. С младшими школьниками была проведена беседа, в ходе которой обсудили разницу между стыдом и виной и пришли к выводу, что стыд - это чувство, которое возникает в человеке, когда он чувствует себя плохо в глазах других людей, а вина предполагает сознательное нарушение какого-либо правила или стандарта.

Седьмое занятие по формированию эмоционального интеллекта с младшими школьниками было на тему «Ссора». Занятие началось с приветствия и постановки задач. Младшим школьникам было рассказано, что целью занятия будет научиться управлять своими эмоциями и находить выход из конфликтных ситуаций. Основная часть занятия началась с беседы о понятии «боль» и ее видах. Совместно с младшими школьниками была проведена беседа о том, что боль может быть физической и эмоциональной. После этого перешли к теме ссоры и попытались разобраться, когда возникают конфликты: из-за разных мнений, желаний, ограничений. Затем была проведена игра «Угадай настроение». Целью этой игры было развитие способности определять настроение и эмоций людей. По картинкам, предложенным учителем, дети определяли настроение и обсуждали, почему человек мог быть в таком состоянии. Далее была проведена игра «Зеркало», которая направлена на развитие мимики. Дети выполняли в парах мимические упражнения: поочередно показывали друг другу мимику и повторяли друг за другом. Завершающей частью седьмого занятия была игра «Ссора», целью которой было снять эмоциональное напряжение. Младшим школьникам предлагалось поругаться с напарником словами, обозначающими овощи и фрукты. Эта игра помогла детям расслабиться и выразить свой негатив без вреда для окружающих. В конце занятия была проведена рефлексия, в ходе которой обсудили, можно ли избежать ссоры? Дети младшего школьного возраста из экспериментальной группы поделились своими мыслями и предложили свои пути решения конфликтных ситуаций: уважение к мнению других, поиск компромиссов,

взаимопонимание и терпимость. В результате занятия было заметно, что дети стали более открытыми и готовыми общаться друг с другом. Они лучше узнали в себе и своих товарищах те качества, которые могут помочь им избежать конфликтов и сохранить хорошие отношения. Работа с эмоциональным интеллектом важна для жизни каждого человека, поскольку помогает нам быть уверенными в себе и управлять своими эмоциями в любых ситуациях.

Последнее восьмое занятие, которое было проведено с младшими школьниками, было занятие на тему «Красивое-безобразное». Это было очень интересное и увлекательное занятие, где школьникам было рассказано о том, как правильно выражать свои эмоции и понимать их у других. На занятии школьники узнали, что эмоции – это то, что мы чувствуем и как мы реагируем на то, что происходит в нашей жизни. Далее дети младшего школьного возраста обсудили совместно, что для каждого человека означает «красивое» и «безобразное». Затем была проведена игра «Встреча эмоций». Цель этой игры была научить школьников «помирить» две противоположные группы эмоций. Детям было роздано несколько карточек с изображениями разных эмоций и объяснила, что некоторые из этих эмоций могут быть противоположными друг другу. Например, радость и грусть. Каждый школьник получил две карточки с противоположными эмоциями и им было дано задание сделать так, чтобы эти эмоции «помирились». Затем перешли к использованию рисунков для выражения эмоций. Школьникам было предложено нарисовать что-то (портрет мамы, город, животное, человечков) из разных цветов, овощей или животных. Это был так называемый «Чудо-рисунок». Цель этого упражнения была развитие воображения и определение эмоций через предметы. После того, как ребята нарисовали свои рисунки, мы обсудили, какие чувства они хотели передать через свои работы. Школьникам были заданы вопросы о цветах, о предметах, о понимании эмоций при каждом из вышеупомянутых. В конце занятия с младшими школьниками была проведена беседа в ходе которой обсудили насколько

помогает знание эмоций в жизни человека. Им был задан вопрос «Как помогает человеку знание эмоций?». На это вопрос дети дали свои ответы «Мы лучше понимаем наших друзей и близких, мы можем лучше контролировать наши эмоции и реакции». Занятие было фундаментально важным для детей, стремящихся взять под контроль свои эмоции. Ребята отвечали заинтересованными и готовыми узнать больше о своих эмоциях, о том, как они могут контролировать их и как они могут помочь другим людям лучше понимать их.

После проведения психологической работы, была проведена повторная диагностика уровня сформированности эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста. Повторная диагностика позволила определить, насколько эффективной была разработанная психологическая работа по формированию эмоционального интеллекта младших школьников. Результаты повторной диагностики представим в следующем параграфе.

2.3 Анализ эффективности психологической работы по формированию эмоционального интеллекта младших школьников

«Для повторной диагностики уровня сформированности эмоционального интеллекта младших школьников были использованы те же методики, что и на констатирующем этапе.

Результаты, полученные в ходе проведения повторной диагностики, были обработаны и представлены в виде рисунков ниже» [16].

Итак, первой методикой, которая была проведена на контрольном этапе экспериментальной работы была методика «Словарь эмоций» Е.С. Ивановой. Результаты, которые были получены в ходе проведения данной методики представлены в виде гистограммы на рисунке ниже (рисунок 6).

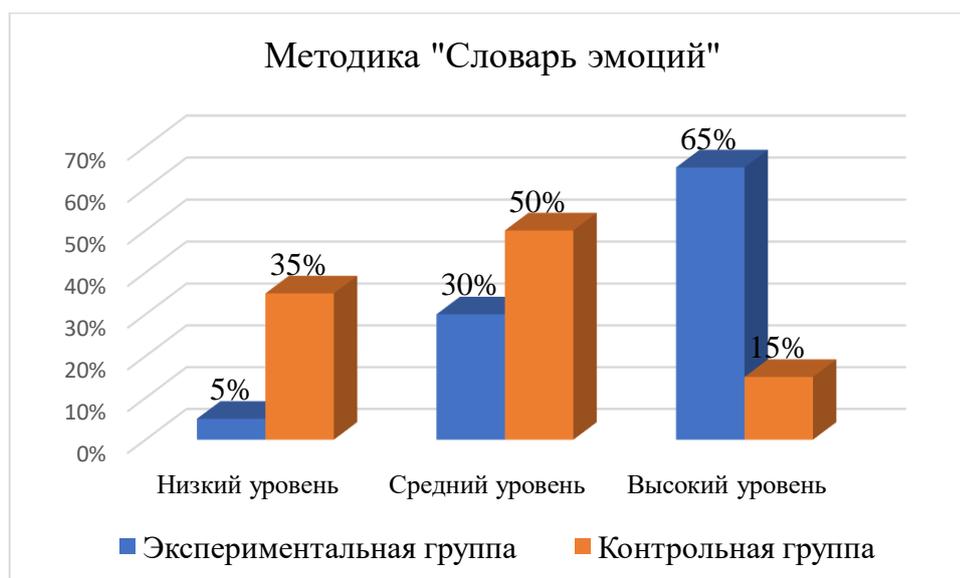


Рисунок 6 – Уровень сформированности эмоционального интеллекта по результатам проведения методики «Словарь эмоций» на контрольном этапе

Таким образом, анализ результатов, которые были получены в ходе проведения на контрольном этапе экспериментальной работы методики «Словарь эмоций» показал, что в экспериментальной группе низкий уровень эмоционального интеллекта имеет всего 1 младший школьник (5%), в то время как в контрольной группе данная категория составила 35% (7 учеников). Данные младшие школьники характеризуются недостаточной готовностью к распознаванию и управлению своими эмоциями, неумением выразить свои чувства словами и общаться с другими людьми на эмоциональном уровне. Средний уровень эмоционального интеллекта имеют 30% детей в экспериментальной группе и 50% детей в контрольной. Данные ученики младшего школьного возраста уже обладают определенными навыками распознавания и управления своими эмоциями, умеют выразить свои чувства словами, но им еще нужно развивать навыки эмоциональной саморегуляции и способы коммуникации на эмоциональном уровне. Высокий уровень эмоционального интеллекта имеют 13 (65%) детей в экспериментальной группе и 3 (15%) детей в контрольной. Данные младшие школьники отличаются глубоким пониманием собственных эмоций и чувств

других людей, умением эффективно реагировать на сложные эмоциональные ситуации и находить конструктивные решения, а также умением строить здоровые и эмоционально благоприятные отношения с окружающими людьми.

Далее на контрольном этапе экспериментальной работы была проведена методика «Тест лицевой экспрессии» Е.С. Ивановой. Результаты, полученные в ходе проведения данной методики представим ниже на рисунке (рисунок 7).

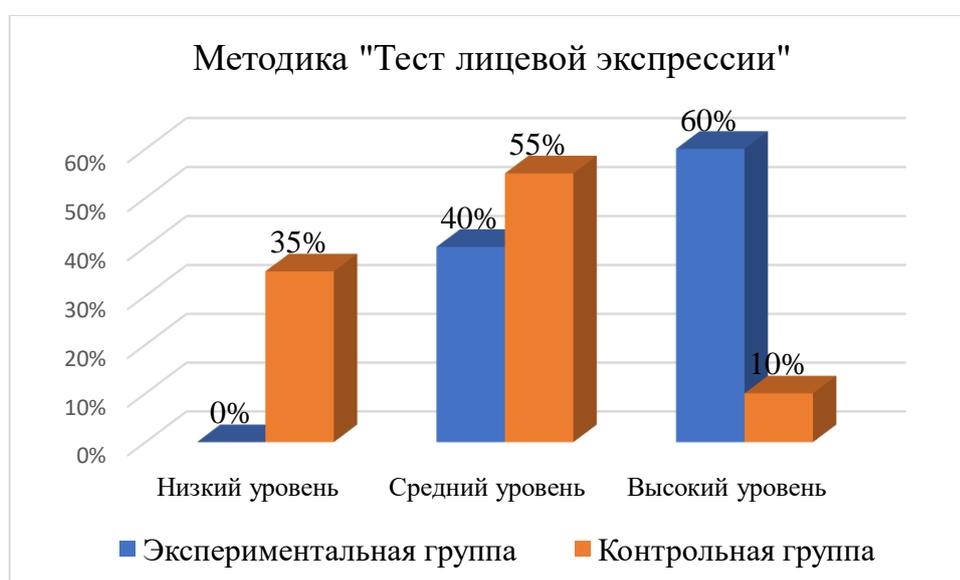


Рисунок 7 – Уровень сформированности эмоционального интеллекта по результатам проведения методики «Тест лицевой экспрессии» на контрольном этапе

Анализ результатов методики «Тест лицевой экспрессии» показал, что у младших школьников из экспериментальной группы на контрольном этапе никто не имеет низкий уровень сформированности эмоционального интеллекта. 8 (40%) учеников из экспериментальной группы по результатам проведения на контрольном этапе экспериментальной работы данной методики показали средний уровень сформированности эмоционального интеллекта. Данные ученики более скрытыми или более чувствительными к изменениям в окружающей среде. 12 (60%) детей младшего школьного

возраста из экспериментальной группы показали высокий уровень сформированности эмоционального интеллекта. Младшие школьники с высоким уровнем сформированности эмоционального интеллекта обычно легко находят общий язык с другими детьми и учителями, имеют более развитые навыки решения конфликтов и управления своими эмоциями.

Что же касается учеников из контрольной группы, то, как видно из рисунка 7, у большинства из них по результатам проведения на контрольном этапе экспериментальной работы наблюдается средний уровень сформированности эмоционального интеллекта. Таких учеников 11, что составляет 55% от общего числа испытуемых данной группы. Низкий уровень сформированности эмоционального интеллекта по результатам проведения теста лицевой экспрессии в контрольной группе был выявлен у 7 (35%) младших школьников из контрольной группы. Данные школьники, как правило, испытывают трудности в управлении своими эмоциями и социальной адаптации, что может приводить к социальной изоляции и низкой уверенности в себе. Высокий уровень сформированности эмоционального интеллекта по результатам проведения методики «Тест лицевой экспрессии» Е.С. Ивановой был выявлен у 2-х (10%) младших школьников из контрольной группы. Данные школьники демонстрировали высокую чувствительность к эмоциональным выражениям лиц других людей, умение точно читать эмоции и понимать их значение, а также умение адекватно реагировать на эмоции других людей. Эти результаты свидетельствуют о том, что у данных школьников сформирован высокий уровень эмоционального интеллекта, что поможет им успешно функционировать в обществе, устанавливать полезные контакты с окружающими людьми, а также эффективно решать проблемные ситуации.

Третьей методикой, которая была проведена на контрольном этапе экспериментальной работы, была методика «Что-почему-как?» М.А. Нгуен. Результаты, полученные в ходе проведения данной методики представим ниже на рисунке (рисунок 8).

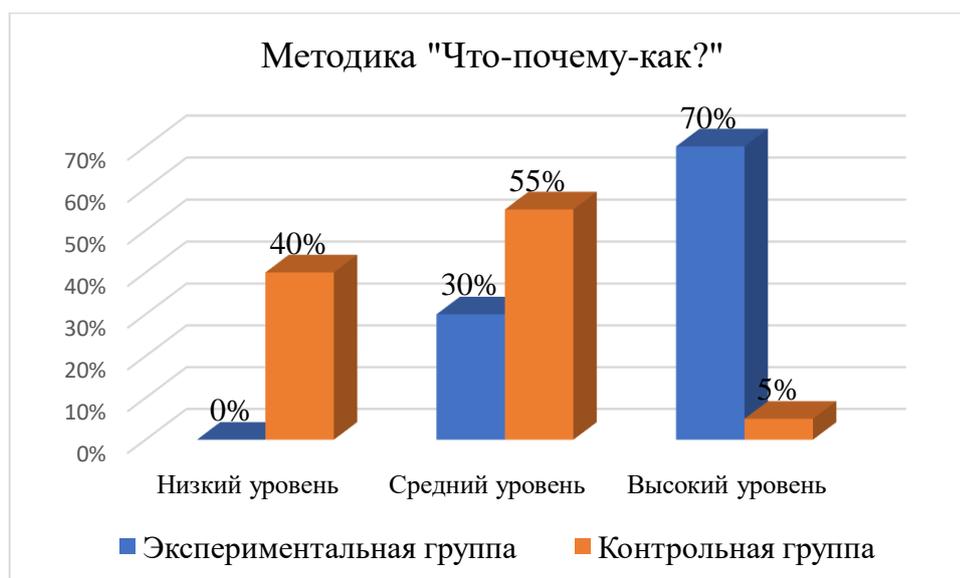


Рисунок 8 – Уровень сформированности эмоционального интеллекта по результатам проведения методики «Что-почему-как?» на контрольном этапе

Таким образом, как видно из рисунка 8, низкий уровень сформированности эмоционального интеллекта по результатам проведения на контрольном этапе экспериментальной работы методики «Что-почему-как» не был выявлен ни у одного ребёнка младшего школьного возраста из экспериментальной группы. Средний уровень сформированности эмоционального интеллекта по результатам повторной диагностики по данной методике был выявлен у 6 (30%) детей младшего школьного возраста из экспериментальной группы. Высокий уровень сформированности эмоционального интеллекта у младших школьников из экспериментальной группы на контрольном этапе экспериментальной работы выявлено был выявлен у 14 (70%) школьников. Что же касается учеников из контрольной группы, то, как видно из рисунка 8, низкий уровень сформированности эмоционального интеллекта по результатам проведения на контрольном этапе данной методики был выявлен у 8 (40%) младших школьников данной группы. Средний уровень был выявлен у 11 младших школьников из контрольной группы, что составляет 55% от общего числа испытуемых данной группы. Высокий уровень сформированности эмоционального

интеллекта был выявлен у 1-го (5%) младшего школьника из контрольной группы.

Ниже представим в виде гистограмм результаты, полученные в ходе проведения всех трёх методик на контрольном этапе. Сперва представим гистограмму с результатами, которые были получены в экспериментальной группе (рисунок 9).

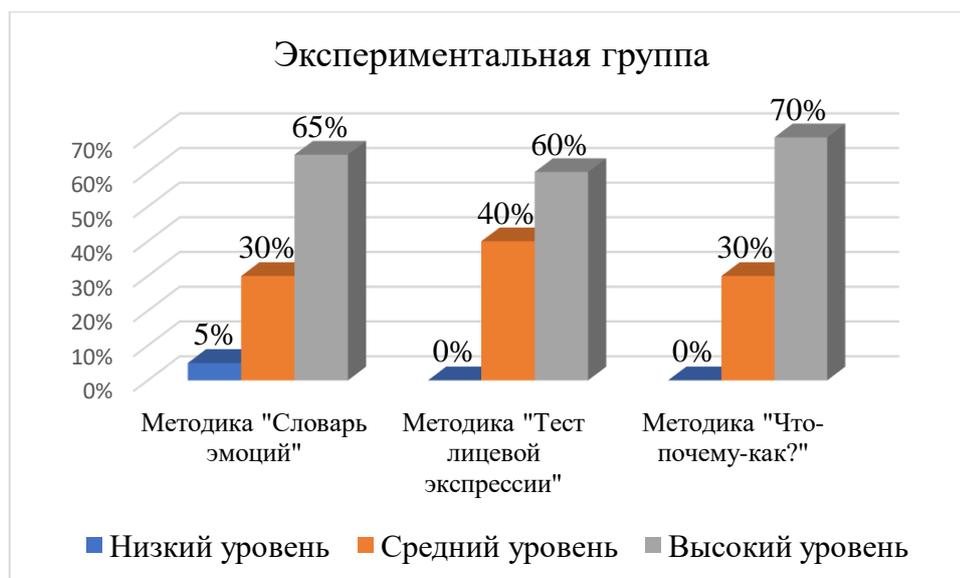


Рисунок 9 – Уровень сформированности эмоционального интеллекта младших школьников из экспериментальной группы на контрольном этапе

Таким образом, из результатов исследования можно сделать следующие выводы:

1. У младших школьников из экспериментальной группы наблюдается высокий уровень сформированности эмоционального интеллекта по всем трем методикам: «Словарь эмоций», «Тест лицевой экспрессии», «Что-почему-как?».
2. Наибольшее количество респондентов из экспериментальной группы на контрольном этапе экспериментальной работы находятся на высоком уровне развития эмоционального интеллекта.

3. По методике «Что-почему-как?» процент школьников с высоким уровнем эмоционального интеллекта больше, чем по методике «Тест лицевой экспрессии» и «Словарь эмоций».

4. Наибольший процент школьников из экспериментальной группы с высоким уровнем развития эмоционального интеллекта наблюдается по методикам «Что-почему-как?» и «Словарь эмоций».

Данные результаты говорят о том, что у многих младших школьников из экспериментальной группы существуют проблемы в управлении своими эмоциями и узнавании эмоций других людей.

Далее представим результаты, которые были получены в результате проведения на контрольном этапе экспериментального исследования трёх методик в контрольной группе представим ниже на рисунке (рисунок 10).

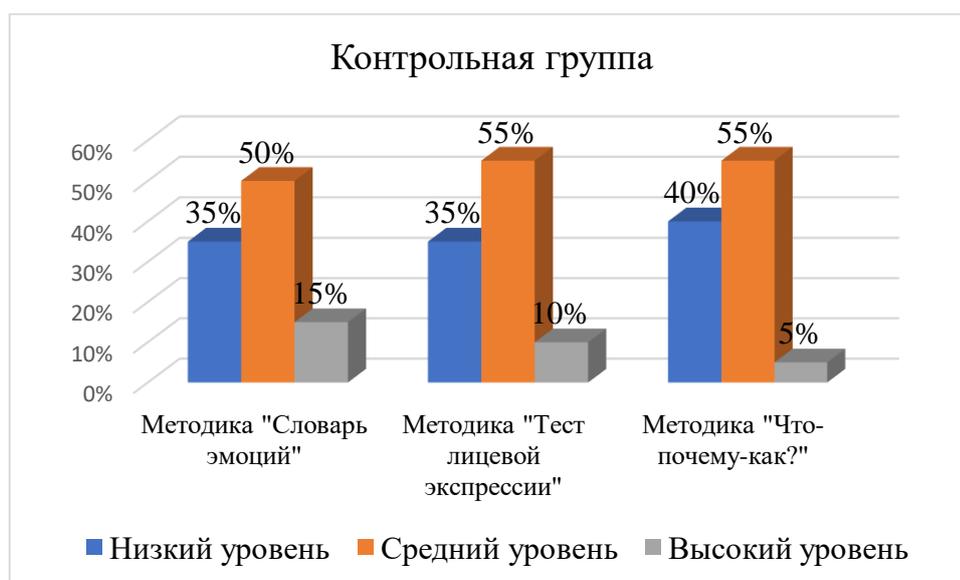


Рисунок 10 – Уровень сформированности эмоционального интеллекта младших школьников из контрольной группы на контрольном этапе

Анализ результатов показал, что большинство младших школьников из контрольной группы на контрольном этапе экспериментальной работы имеют средний уровень сформированности эмоционального интеллекта по всем трем методикам: «Словарь эмоций», «Тест лицевой экспрессии» и «Что-почему-как?». Низкий уровень по методикам выявлен у 35-40% детей, что

может говорить о том, что у них есть проблемы в распознавании и управлении своими эмоциями. Высокий уровень сформированности эмоционального интеллекта был у 5-15% детей, что указывает на их хорошее владение эмоциями и умение эффективно управлять ими. Общий результат говорит о необходимости проведения дополнительных тренингов и занятий для развития эмоционального интеллекта у младших школьников в контрольной группе.

Таким образом, подводя итог контрольному этапу экспериментальной работы, можно сделать вывод о том, что у детей младшего школьного возраста из экспериментальной группы уровень сформированности эмоционального интеллекта после психологической работы стал значительно выше. Это говорит о том, что психологическая работа по формированию эмоционального интеллекта у младших школьников оказалась весьма эффективной. У младших школьников из контрольной группы по-прежнему наблюдается низкий и средний уровень сформированности эмоционального интеллекта. Это говорит о том, что необходимо проводить различные мероприятия, которые будут способствовать формированию эмоционального интеллекта младших школьников.

С целью проверки достоверности полученных результатов, нами был произведён расчёт и помощью Т-критерия Вилкоксона.

Обнаружены различия $T=.43$ при $p<0,01$.

Подводя итог проделанной работе отметим, что уровень сформированности эмоционального интеллекта в экспериментальной группе стал выше. Это говорит о том, что проведённая психологическая работа является эффективной.

Таким образом, подводя итог второй главе данной выпускной квалификационной работы, можно сделать вывод о том, что с целью формирования эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста, была проведена экспериментальная работа. В экспериментальной работе приняли участие дети 9-10 лет в количестве 40 человек

предварительно поделившихся на две группы: экспериментальную и контрольную по 20 человек в каждой.

Экспериментальная работа состояла из трёх этапов: констатирующий, формирующий и контрольный.

Результаты констатирующего этапа показали, что среди испытуемых преобладает количество младших школьников с низким и средним уровнем сформированности эмоционального интеллекта. В связи с этим на формирующем этапе была разработана и реализована психологическая работа по формированию эмоционального интеллекта у младших школьников из экспериментальной группы.

Таким образом, результаты контрольного среза показали, что уровень сформированности эмоционального интеллекта у младших школьников экспериментальной группы после психологической работы стал значительно выше, а вот у детей младшего школьного возраста из контрольной группы уровень сформированности эмоционального интеллекта не изменился.

Заключение

Формирование эмоционального интеллекта у младших школьников является одним из самых важных аспектов психологической работы. Эмоциональный интеллект – это способность овладевать эмоциями и использовать их в конструктивных целях, управлять своими эмоциями и эмоциональными реакциями.

Чтобы формировать у младших школьников эмоциональный интеллект, можно использовать ряд практических методик и упражнений:

1. Обучение основам эмоционального регулирования. Детям необходимо научиться узнавать свои эмоции, понимать причины их возникновения, различать положительные и отрицательные эмоции.
2. Развитие эмпатии. Эмпатия – это способность понимать и воспринимать чужие эмоции. Детям можно давать упражнения, чтобы они могли лучше понимать чужие чувства, в том числе использование игр ролевой игры, диалогов.
3. Обучение социальным навыкам. Социальные навыки помогают детям строить отношения с другими людьми и быть успешными в обществе. При этом важно обучать детей коммуникативным навыкам, эмпатии, трансформировать культовые и религиозные диалоги между детьми, учить их решать конфликты конструктивным способом.
4. Использование книг и игр. Книги и игры могут быть отличным инструментом для формирования эмоционального интеллекта у детей.
5. Создание дополнительной образовательной ситуации в школе. Организация кружков, групп по изучению психологии, конференций и семинаров для детей помогает развивать интерес к теме, повышать их интеллектуальный уровень и самосознание.

В целом, формирование эмоционального интеллекта у младших школьников – это процесс, требующий длительного и упорного труда со стороны педагогов и психологов. Важно помнить, что у каждого ребенка

своя скорость развития, поэтому методы и подходы должны быть гибкими и адаптированными к конкретным потребностям каждого ребенка.

Во второй главе данного исследования с целью формирования эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста, была проведена экспериментальная работа. В экспериментальной работе приняли участие дети 9-10 лет в количестве 40 человек предварительно поделившихся на две группы: экспериментальную и контрольную по 20 человек в каждой.

Экспериментальная работа состояла из трёх этапов: констатирующий, формирующий и контрольный.

Результаты констатирующего этапа показали, что среди испытуемых преобладает количество младших школьников с низким и средним уровнем сформированности эмоционального интеллекта. В связи с этим на формирующем этапе была разработана и реализована психологическая работа по формированию эмоционального интеллекта у младших школьников из экспериментальной группы.

Психологическая работа по формированию эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста была проведена только с учениками, которые вошли в экспериментальную группу. Занятия проводились во внеурочное время. Всего было проведено 8 занятий. Каждое занятие длилось 60 минут.

После проведения психологической работы, была проведена повторная диагностика уровня сформированности эмоционального интеллекта у младших школьников обеих групп. Результаты контрольного этапа экспериментальной работы показали, что уровень сформированности эмоционального интеллекта у младших школьников экспериментальной группы после психологической работы стал значительно выше, а вот у детей младшего школьного возраста из контрольной группы уровень сформированности эмоционального интеллекта не изменился.

Список используемой литературы и используемых источников

1. Андерсон М. Н. Актуальность проблемы развития эмоционального интеллекта в рамках приоритетных задач ФГОС дошкольного образования // Вестник Ленинградского государственного университета им. А. С. Пушкина. 2020. №2. С. 204-210.
2. Андреева И. Н. Предпосылки развития эмоционального интеллекта // Вопросы психологии. 2017. № 5. С. 57-65.
3. Андреева И. Н. Современные представления об эмоциональном интеллекте и его месте в структуре личности // Журнал Белорусского государственного университета. Философия. Психология. 2018. № 2. С. 104-109.
4. Апетян М. К. Психологические и возрастные особенности младшего школьника // Молодой ученый. 2019. № 14 (73). С. 243-244.
5. Балаклеец В. В. Об особенностях компонентов эмоционального интеллекта у представителей разных народов. Молодой ученый. 2017. №4. С. 315-318.
6. Барышникова Е. В. Психология детей младшего школьного возраста: учеб. пособие. Челябинск : Изд-во Южно-Урал. Гос. Гуманитар.-пед. ун-та, 2018. 174 с.
7. Бегиева Б. М., Кабжихов А. А. Средства интеллектуального развития младших школьников // Вопросы науки и образования. 2020. № 25 (109). С. 19-22. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sredstva-intellektualnogo-razvitiya-mladshihshkolnikov> (дата обращения: 26.03.2023).
8. Брызгина В. А. Психолого-педагогические условия развития эмоционального интеллекта младших школьников // Цели и ценности современного образования : сб. науч. Тр. 2019. С. 212-216.
9. Выготский Л. С. Мышление и речь. Изд. 5, испр. М. : Лабиринт, 1999. 352 с.

10. Геращенко Т. А. Развитие эмоционального интеллекта у младших школьников // Педагогика и психология как основа развития современного общества: сб. науч. Тр. 2019. С. 39-42. Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=39219461> (дата обращения: 20.02.2023).

11. Гоулмэн Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. Москва : Изд-во Иванов и Фербер, 2017. 544 с.

12. Данилова Н. А. Формы психолого-педагогического сопровождения развития эмоционального интеллекта младших школьников. // Развитие образования, педагогики и психологии в современном мире : сб. науч. Тр. 2015. С. 229-232. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=25259239>. (дата обращения: 16.01.2023)

13. Дворак В. Н., Петелина А. А. Развитие представлений об эмоциональном интеллекте в XX – XXI веке // Известия Гомельского государственного университета имени Ф. Скорины. 2020. №2. С. 10-13.

14. Добрин А. В. Особенности управления эмоциями младших школьников как компонент эмоционального интеллекта // Развитие современной науки: теоретические и прикладные аспекты : сб. науч. Тр. / Под ред. Т. М. Сигитова. Пермь, 2017. С. 135-136. Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=32457032> (дата обращения: 10.02.2023).

15. Доброва Ю. С. Безгодова С. А. Проблема понимания эмоционального интеллекта в психологии // Психология в современном мире : сб. науч. Тр. / Под ред. О. В. Кашеева, И. В. Антоненко, И. Н. Карицкого. 2017. С. 61-63. Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=32785776> (дата обращения: 20.02.2023).

16. Карева С. В. Развитие эмоционального интеллекта у младших школьников // Славянские чтения-9 : сб. науч. Тр. 2015. С. 163-165. Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23443715> (дата обращения: 20.02.2023).

17. Кириченко К. В. Эмоциональный интеллект как психологическая категория // Международный студенческий научный вестник: электрон.

Науч. Журн. 2018. № 5. Режим доступа:
<https://eduherald.ru/pdf/2018/5/18926.pdf> (дата обращения: 11.02.2023).

18. Ковина М. В. Психологические особенности детей младшего школьного возраста и факторы их успешного обучения // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Наука и социум». 2020. №VI. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta-i-factory-ih-uspeshnogo-obucheniya> (дата обращения: 21.01.2023).

19. Корниенко П. А. Понятие и сущность эмоционального интеллекта в отечественной и зарубежной литературе / П. А. Корниенко, Л. Ю. Беленкова // Наука в современном мире: вопросы теории и практики : материалы междунар. (заоч.) науч.-практ. Конф. / под общ. Ред. А. И. Вострецова. Нефтекамск : Мир науки, 2020. С. 283-289.

20. Краснов М.В., Григорьева М.Н. Эмоциональный интеллект городских школьников // Вестник ЧГУ. 2014. №2. С.77-78. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnyy-intellekt-gorodskih-shkolnikov> (дата обращения: 17.02.2023).

21. Кряжева Н. Л. Развитие эмоционального мира детей. Ярославль : «Академия развития», 2016. 208 с.

22. Кулешова М. В. Развитие эмоционального интеллекта у младших школьников // Наука и практика: право, экономика, психология, дизайн: сб. науч. Тр. Ростов-на-Дону, 2017. С. 65-68. Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=30631898> (дата обращения: 20.02.2023).

23. Леонтьев А. Н. Потребности, мотивы и эмоции : Конспект лекций / Кафедра общ. психологии. Москва : Изд-во Моск. ун-та, 1971. 38 с. эмоции.

24. Машкина Е. Н., Ключева Н. Ю. Развитие эмоционального интеллекта у младших школьников // Развитие познавательных способностей младших школьников: сб. науч. Тр. Москва, 2020. С. 75-78. Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42398050> (дата обращения: 20.02.2023).

25. Никитина Е. Л. Особенности развития эмоционального интеллекта у младших школьников // Перспективы развития науки в области педагогики и психологии : сб. науч. Тр. 2017. С. 13–15. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=29776712> (дата обращения: 20.02.2023).
26. Николаева П. В. Эмоциональный интеллект как объект исследования современной психологии // Вестник современных исследований. 2018. № 10.7 (25). С. 92-95. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=36465878> (дата обращения: 20.02.2023).
27. Низамова О. Н. Развитие интеллектуальных способностей младших школьников // Образование и воспитание. 2020. №3 (29). С. 36-38. URL: <https://moluch.ru/th/4/archive/168/5311/> (дата обращения: 20.02.2023).
28. Ожегов С. И. Толковый словарь русского языка. Межиздат. 2015. 736 с.
29. Останина А. М. Актуальность исследования эмоционального интеллекта // Инновационные тенденции развития системы образования : сб. материалов VII междунар. Науч.-практ. Конф. / редкол. О. Н. Широков и др. Чебоксары : ЦНС Интерактив плюс, 2017. С. 106-107.
30. Официальный сайт ФГОС ДОО. Электронный ресурс. URL: <https://fgos.ru/fgos/fgos-do/> (дата обращения: 17.04.2023).
31. Панкратова А. А. Эмоциональный интеллект: смешанные модели способностей и методики диагностики // Вопросы психологии. 2020. № 1. С. 154-164.
32. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. Москва : Питер, 2012. 705 с.
33. Рыбак Е. В., Андреева И. А. Становление понятия «эмоциональный интеллект» в психологии // Донецкие чтения 2017: Русский мир как цивилизационная основа научно-образовательного и культурного развития Донбасса : сб. науч. Тр. / Под ред. С. В. Беспаловой. 2017. С. 98-99. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=32435386> (дата обращения: 20.01.2023).

34. Соловьенкова Н. К. Роль игры в развитии эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста // Мир педагогики и психологии. 2018. № 10 (27). С. 206-212.

35. Суровцева Н. Н. Изучение эмоционального интеллекта младших школьников // Актуальные вопросы педагогики : сб. науч. Тр. Пенза, 2020. С. 138-144. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42455466> (дата обращения: 20.01.2023).

36. Хабибулова Д. С. Развитие интеллектуальных операций мыслительных способностей младшего школьника в учебной деятельности // Молодой ученый. 2018. № 34 (220). С. 123-125.

37. Чернышов С. В., Хусяинова Ю. Н. К вопросу о разграничении понятий «эмоциональный интеллект» и «эмотивная компетентность» // Проблемы современного педагогического образования. 2016. №51-7. С. 236-238. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=25838954> (дата обращения: 02.02.2020).

38. Шурикова Т. И., Теняева О. В. Подходы к пониманию феномена эмоционального интеллекта в зарубежной и отечественной психологии // Педагогика и психология как ресурс развития современного общества : сб. науч. Тр. 2018. С. 311-314. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=37021422> (дата обращения: 20.01.2023).

39. Эльконин Д. Б. Избранные психологические труды: учебное пособие. М. : Педагогика, 2009. 517 с.

40. Юрьева О. В. Эмоциональный интеллект и особенности самоактуализации личности // Вестник Пермского национального исследовательского политехнического университета. Социально-экономические науки. 2019. №1. С. 55-65.

41. Яхьяева А. Х. Младший школьный возраст: психолого-педагогические условия развития интеллектуальных способностей // Вестник ЧГПУ им. И. Я. Яковлева. 2018. № 4 (100). С. 306-311.

42. Ashkanasy N. M., Dasborough M. T. Emotional awareness and emotional intelligence in leadership teaching // Journal of education for business. 2017. Vol. 79. No. 1. Pp. 18-22.
43. Averill, J.R. A tale of two Snarks: emotional intelligence and emotional creativity compared / J.R. Averill // Psychological Inquiry. 2019. 15. P. 228 – 233.
44. Barbuto J. E., Burbach M. E. The Emotional Intelligence of Transformational Leaders: A Field Study of Elected Officials // The Journal of Social Psychology. 2006. № 146 (1). Pp. 51-64.
45. Bar-On, R. The Impact of Emotional Intelligence on Health and Wellbeing / Emotional Intelligence -- New Perspectives and Applications // Ed. by Di Fabio A. Rijeka, Croatia: InTech, 2019. P. 29–50.
46. Goleman D. Emotional intelligence. New York : Bantam Books, 2017. 358 p.
47. Mayer, J.D. Emotional intelligence as zeitgeist, as personality and as a standard intelligence / J.D. Mayer, P. Salovey, D. Caruso // R. Bar-On & J. D.A. Parker (Eds.). Handbook of emotional intelligence. – New York: Jossey-Bass, 2000. P. 92 – 117.

Приложение А

Календарно – тематический план психологической работы

Таблица А.1 – Календарно – тематический план психологической работы по формированию эмоционального интеллекта младших школьников

Наименование тем	Кол-во часов	Цель занятия	Содержание занятия
1. Добро и зло	2		
1.1 Учимся доброжелательности	-	развитие стремления быть дружелюбным по отношению к другим, выражать свое эмоциональное состояние.	1. Приветствие, постановка задач. Дети берутся за руки, стоя в кругу, смотрят друг на друга и улыбаются. 2. Основная часть (игры, рисование). Игра «Определи эмоцию». Цель: знакомство с основными эмоциями и их формулировка (называние). Игра «Фотография». Цель: развитие понимания чувств и эмоций. Дети рассматривают фотографии и определяют, какое настроение у людей, что они чувствуют, где сделано фото. 3. Рефлексия. Что значит быть доброжелательным?
1.2 Поговорим о доброте	-	обобщение представления детей о доброте, развитие стремления совершать добрые поступки, передачи эмоционального состояния человека с помощью мимики, жестов и речи.	1. Приветствие, постановка задач. 2. Основная часть Игра «Угадай настроение». Дети работают по сюжетным картинкам с изображением эмоций. Игра «Помоги волшебнику». Цель: развитие умения определять эмоцию, мимику лица человека. Игра «Изобрази сказку». Цель: развитие умения предварительно договориться о совместном показе сказки, а потом уже координировать свои действия друг с другом. 3. Рефлексия. Как вы считаете, в человеке может сочетаться добро и зло? Можно ли научиться быть добрым?
2. Радость и гнев.	2		

Продолжение Приложения А

Продолжение таблицы А1

Наименование тем	Кол-во часов	Цель занятия	Содержание занятия
2.1 Фея радости	-	развитие умения детей определять по мимике и жестам настроение друг друга.	1. Приветствие, постановка задач. 2. Основная часть. Игра «Глаза в глаза». Цель: развитие умения определить эмоции. Пальчиковая игра. Танец с куклами 3. Рефлексия. Что нужно делать, если у человека радость? Гнев?
2.2 Упрямство и обида		развитие умения анализировать своё эмоциональное настроение	1. Приветствие, постановка задач. Беседа о том, что такое упрямство, обида и что служит причиной их развития. 2. Основная часть. Игра «Упрямые козлы». Цель: развитие умения показывать отрицательные эмоции. Игра «Обиженный гном». Цель: развитие умения показывать отрицательную эмоцию. Игра «Тренируем эмоции». Цель: развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим. 3. Рефлексия. Что труднее перебороть упрямство или обиду?
3. Вина. Стыд	2		
3.1 Вина		снятие эмоционального напряжения, симптомов тревожности.	1. Приветствие, постановка задач. Беседа о том, когда человек испытывает чувство вины и было ли у детей такое чувство. 2. Основная часть Игра «Строители». Цель: снятие мышечного напряжения. Игра «Сказочный персонаж». Цель: развитие умения определить и продемонстрировать характер, мимику, эмоции разных персонажей. Дети выбирают маску и выполняют задания педагога. 3. Рефлексия. Как считаете, вины - это хорошее качество или плохое? Что нужно делать, если появилось такое чувство? (Исправить поступок).

Продолжение Приложения А

Продолжение таблицы А1

3.2 Стыд		снятие эмоционального напряжения, симптомов тревожности	<p>1. Приветствие, постановка задач. Беседа о том, когда человек испытывает чувство стыда и было ли у детей такое чувство.</p> <p>2. Основная часть Игра «Нет! Да!». Цель: снятие эмоционального напряжения. Дети свободно бегают по помещению и громко-громко кричат «Нет! Нет!». Встречаясь, заглядывают в глаза друг другу и еще громче кричат «Нет!», «Нет!». По сигналу ведущего продолжают бегать, но кричат уже «Да! Да!», заглядывая друг другу в глаза. Упражнение «Рисуем музыку». Цель: развитие восприятия музыки через цвета. Звучит спокойная лирическая музыка. Дети рисуют музыку цветами красок. Предварительно договорились, какие цвета обозначают доброту, злость, грусть.</p> <p>3. Рефлексия. Чем отличаются вина и стыд?</p>
4. Физическая и эмоциональная боль	2		
4.1 Ссора		знакомство с понятиями «физическая и эмоциональная боль», различение ощущений, испытываемых при эмоциональной и физической боли, развитие умения управлять эмоциями, сопровождающим и боль, находить причину конфликтов.	<p>1. Приветствие, постановка задач.</p> <p>2. Основная часть. Беседа о понятии «боль», ее видах. Когда возникает ссора. Игра «Угадай настроение». Цель: развитие способности определять настроение и эмоций людей. Игра «Зеркало». Цель: развитие мимики. Игра «Ссора». Цель: снятие эмоционального напряжения.</p> <p>3. Рефлексия. Как считаете, ссору можно избежать? Какими путями?</p>

Продолжение Приложения А

Продолжение таблицы А1

<p>4.2 Красивое - безобразно е</p>		<p>развитие дифференциации противоположных эмоциональных переживаний – дружелюбия и враждебности.</p>	<p>1. Приветствие, постановка задач. Беседа «Мир красоты» 2. Основная часть. Игра «Встреча эмоций». Цель: развитие умения «помирить» две противоположные группы эмоций. Рисуночный метод «Чудо-рисунок». Цель: развитие воображения, определение эмоций через предметы. Учитель предлагает нарисовать что-то (портрет мамы, город, животное, человечков) из разных цветов (ромашки, колокольчики, розы и т. д.), из ... овощей (огурцы, морковки, арбузы и т. д.), из... зайчиков, белочек, птичек. 3. Рефлексия. Как помогает человеку знание эмоций?</p>
<p>Итого</p>	<p>8</p>		