



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НАУЧНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ИНСТИТУТ СТРАТЕГИИ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ ОБРАЗОВАНИЯ»

**НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ  
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ФОРМИРОВАНИЮ  
ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА  
ОБУЧАЮЩИХСЯ  
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ  
(НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА)**

*Методические рекомендации*

Москва

2022

УДК 373.1  
ББК 74.2  
М54

**Рецензенты:**

*Демакова Ирина Дмитриевна*, доктор педагогических наук, профессор  
*Степанов Павел Валентинович*, доктор педагогических наук, профессор РАО

**Под общей и научной редакцией**

*С. В. Ивановой*

**Авторы:**

И. Ю. Шустова, И. В. Ускова

с учетом материалов О. В. Гукаленко,  
И. М. Елкиной, И. Ш. Мухаметзянова

М54

**Научно-методические рекомендации по формированию эмоционального интеллекта обучающихся в образовательной среде (начальная школа):** методические рекомендации/ под общей и научной редакцией С.В. Ивановой. М.: ФГБНУ «Институт стратегии развития образования РАО», 2022. 43 с.

ISBN 978-5-6049068-6-6

Методические рекомендации предназначены для организации процесса обучения в общеобразовательных организациях Российской Федерации с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования к формированию эмоционального интеллекта обучающихся. Методические рекомендации содержат необходимые теоретические сведения и практико-ориентированные материалы, рекомендованную для изучения литературу по теме и интернет-ресурсы, список книг для чтения и обсуждения со школьниками.

Методические рекомендации адресованы педагогическим работникам системы образования.

Работа подготовлена в рамках выполнения государственного задания «Разработка теоретико-методологических подходов и научно-методического обеспечения формирования эмоционального интеллекта обучающихся на уровнях начального общего и основного общего образования» № 073-00058-22-04 от 08.04.2022 г.

УДК 373.1  
ББК 74.2

ISBN 978-5-6049068-6-6

© ФГБНУ «Институт стратегии развития образования РАО», 2022  
Все права защищены

## Оглавление

Введение.....	4
Личность учителя .....	6
Специфика формирования эмоционального интеллекта обучающихся начальной школы .....	10
Роль детско-взрослой общности в формировании эмоционального интеллекта .....	14
Система организации общения с учениками начальной школы, развитие навыков коммуникации .....	16
Система организации деятельности с обучающимися начальной школы .....	24
Роль уроков литературного чтения в формировании эмоционального интеллекта .....	29
Работа с родителями младших школьников.....	31
Заключение .....	36
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 .....	37
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 .....	39

## Введение

В настоящее время одной из целей обучения и воспитания в начальной школе является достижение обучающимися метапредметных результатов, среди которых выделяется формирование эмоционального интеллекта, эмоциональной восприимчивости как составных компонентов универсальных учебных регулятивных действий.

Под *эмоциональным интеллектом* понимается «способность распознавать и понимать свои эмоции и эмоции других людей, управлять ими и использовать эмоции для решения задач и достижения результатов» (Д. Майер, П. Сэловей), т.е. это способность быть компетентным в человеческих контактах и понимать себя.

Эмоциональный интеллект является ключевым навыком человека XXI века. Научные исследования показали, что развитие эмоционального интеллекта у детей с раннего возраста повышает их успешность во взрослой жизни. Дети с высокоразвитым эмоциональным интеллектом в будущем более успешны в профессиональной деятельности, легче адаптируются в социуме, более востребованы, готовы к новациям, инициативны, имеют значительно больший круг общения, более гармоничны и удовлетворены своей жизнью.

Во ФГОС начального общего образования большое значение придается социализации школьника. В модели выпускника начальной школы особую роль занимают такие личностные качества, как уважительное отношение к ценностям общества, нормам морали и чувствам окружающих людей, способность к эмпатийному переживанию. Эти качества присущи эмоциональному интеллекту, который предполагает эмоциональный отклик не только на свои чувства, но и на состояние другого человека, стремление оказать ему поддержку.

Методические рекомендации адресованы учителям, классным руководителям, педагогам дополнительного образования, представителям администрации общеобразовательных организаций, содержат список рекомендованной литературы и интернет-ресурсов (см. Приложение 1).

### *Актуальность.*

В настоящее время в социальном мире все чаще на первую позицию выходят материальные блага и ресурсы. Прагматизм подталкивает искать во всем выгоду, все меньше люди во время взаимодействия обращаются к

духовным ценностям и смыслам. Дети, конечно, усваивают данную модель поведения. Поэтому наиболее значимой и актуальной в современных условиях становится проблема развития эмоциональной сферы жизни, эмоциональной восприимчивости и отзывчивости. Этими вопросами особенно следует заниматься в начальной школе, когда дети осознают свою новую взрослую роль и готовы активно социализироваться и усваивать социальные нормы. Данный возраст является сензитивным для развития способности понимать и принимать эмоциональное состояние другого, для развития эмоционального интеллекта у школьников.

Работа педагогов по формированию эмоционального интеллекта у младших школьников будет способствовать не только их личностному развитию, но повлияет и на повышение качества общего образования, так как эмоциональный интеллект создает фундамент для обеспечения психологического благополучия школьников, препятствует распространению таких негативных явлений, как буллинг, склонность к девиантному, агрессивному и аутоагрессивному поведению, конфликтность, детское насилие и т.п. Высокий уровень сформированности эмоционального интеллекта позволит наладить продуктивную коммуникацию между обучающимися и педагогами, обучающихся друг с другом, поможет овладеть навыками командной работы, научит не бояться высказывать собственные идеи, не боясь быть непонятым. Развитие эмоционального интеллекта будет способствовать формированию ключевых навыков человека XXI века, без которых профессиональная реализация в современном обществе будет затруднительна.

Формирование личности ребенка происходит в ходе межличностной коммуникации, первоначально — на уровне семьи. И эти коммуникации, как правило, ориентированы на поддержку взросления ребенка. Позднее это происходит в социуме, в общении с другими детьми и взрослыми. Сама возможность межличностных коммуникаций и их эффективность во многом зависят от способности конкретного ребенка понимать других людей, их позицию и аргументацию. Любое общение имеет определенную эмоциональную окраску.

«Опыт обучения по программам эмоционального интеллекта и социальной компетентности показывает, что по мере развития эмоционального интеллекта дети начинают чувствовать себя в школе все более уверенно и уютно, испытывают больше эмоцию интереса, поскольку учатся выстраивать более устойчивые и глубокие отношения со сверстниками и взрослыми».

*Е. Сергиенко, Е. Хлевная, Т. Киселева «Эмоциональный интеллект ребенка и здравый смысл его родителей»*

## **Личность учителя**

Личность учителя имеет особое значение в начальной школе. Отношения учителя и школьников часто бывают очень близкими и эмоциональными, дети любят обнимать учителя, держать его за руку, часто обращаются к нему с вопросами, рассказывают о своей жизни. По сути, у детей сохраняется отношение к официальному взрослому как к воспитателю в детском саду, второй маме, которая о них заботится, которая им помогает и поддерживает.

Педагог начальной школы должен это понимать и стараться удерживать благоприятные эмоциональные связи и отношения с учениками своего класса. Категорически он не должен проявлять отрицательные эмоции и раздражение (даже если конфликт на работе, непонимание с администрацией, чрезмерная усталость, проблемы в семье и пр.). Он сам должен владеть эмоциональным интеллектом, профессионально управлять своим эмоциональным состоянием и эмоциями других.

Н.Ф. Виноградова отмечает следующие характеристики личностной готовности учителя к реализации современного стандарта:

во-первых, учитель как дискурсивная личность, то есть способная к выбору стратегий учебной коммуникативной деятельности во всех ее проявлениях;

во-вторых, это учитель как личность с развитым эмоциональным интеллектом, то есть способная управлять своими эмоциями и эмоциональным состоянием своих учеников без нанесения им вреда.

Обладание эмоциональным интеллектом:

1. Способность понимать эмоции других людей, адекватно реагировать на них.
2. Готовность управлять эмоциональным состоянием своих обучающихся с целью устранения рисков учебного взаимодействия.

3. Умение использовать эмоции для решения учебных задач и побуждения к креативной деятельности всех участников взаимодействия.

В этом возрасте ребенок придает особое значение взрослому, учителю, он восприимчив к его воздействию, словам, эмоциям, доброму отношению к себе. Учитель должен сам обладать эмоциональным интеллектом, сам был эмоционально отзывчив к переживаниям ребенка, уметь вовремя прийти на помощь, поддержать, успокоить, сдержать, увлечь и пр.

Все эти процессы напрямую связаны с владением навыками эмоционального интеллекта, умением выражать и проявлять свои эмоции, сдерживать и поддерживать эмоции других.

*В методическую копилку учителя*

Тот, к кому ребенок привязан, утешает и придает ему сил просто фактом своего присутствия.

Хотите, чтобы ребенок справился с жизнью? Значит, все детство утешайте, обнимайте, принимайте его чувства. Не говорите: «Не плачь!», не стремитесь сразу отвлечь и развлечь. Помогайте ему проживать стресс, оставаясь живым, и выходить из него, а не глотать неприятные чувства и отмораживаться.

*Л. Петрановская*

Важно чтобы педагог был активно включен в жизнь класса, во все общие дела, мог открыто проявить свою человеческую личностную позицию, свои интересы. Благодаря этому, дети удивляются своему педагогу, видят его совсем другим человеком, способным смеяться и веселиться вместе с ними, быть другом в общем деле.

Однако педагогу необходимо удерживать рефлексивную планку, наблюдая за ребятами, характером их взаимодействия, возникающими трудностями в общении, конфликтными ситуациями. Отслеживать проблемные моменты в поведении отдельных школьников: проявление грубости, чрезмерная активность и не умение сдерживать себя, заикленность на себе или, наоборот, неуверенность и робость. Педагогу важно понять мотив, причину агрессивного или замкнутого поведения ребенка, и по возможности (очень осторожно) корректировать данное поведение, поддерживая робких, которым сложно слышать и понимать других, уметь сотрудничать с другими.

Следовательно, важнейшая роль в формировании эмоционального интеллекта младших школьников принадлежит учителю. То, как он встречает

ребят, с каким настроением начинает урок, как обращается к ученикам, как взаимодействует и общается с ними на уроке и во внеурочное время – все это задает эмоциональный тон процессу обучения и воспитания.

В настоящее время одной из задач каждого учителя становится – помимо формирования предметных знаний и умений – развитие эмоционального интеллекта обучающихся.

*В методическую копилку учителя*

1. Личность учителя, его педагогическая деятельность являются источником и одним из главных факторов формирования и развития эмоционального интеллекта школьников.

2. В процессе обучения происходит передача обучающимся не только знаний и умений, но и стиля поведения, эмоциональных особенностей, эмоционального интеллекта учителя, в этом состоит его решающее значение для обучающихся.

3. Чем выше эмоциональный интеллект преподавателя, тем успешнее может осуществляться образовательный процесс, а также процессы развития эмоционального интеллекта школьников.

Формирование эмоционального интеллекта — это задача каждого педагога школы. Развитие эмоционального интеллекта учеников начальной школы предполагает решение совокупности взаимосвязанных задач:

— стараться понимать истинные интересы и стремления детей, их жизненные установки и ценности, которые во многом и вызывают эмоции;

— перестать думать за ребенка, заранее прогнозировать, что он сделает и чего захочет, какие проблемы у него возникнут и пр.;

— отказаться от постоянного контроля, учиться доверять детям, ориентироваться на их самостоятельность;

— отказаться от постоянного оценивания, указаний, от позиции все знающего и понимающего. Нет правильных и неправильных высказываний ребенка, важно понять, о чем он хочет сказать, что донести;

— создавать в классе эмоциональную атмосферу открытости и доверия друг к другу, общей радости, дружбы и взаимопонимания, когда дети ощущают свою безопасность, свою значимость для других;

— поддерживать общие интересы детей, которые их удерживают рядом с друг другом, делают интересными друг для друга, создают эмоционально-психологические связи между ними, формируют общность, чувство причастности к общей жизни в классе;

— организовывать общие дела, интересную для всех деятельность, где возникает общее эмоциональное переживание, объединяющее всех, где

каждый может открыто и безбоязненно проявить себя, свои таланты и способности. К таким делам хорошо привлекать родителей, чтобы они становились активными участниками школьной жизни. В общих делах нужно актуализировать важные для всех вопросы: «Что я чувствую сегодня? Что для меня самое главное?»

— учить детей общаться, выражать свою позицию, говорить о своих эмоциях и переживаниях, о значимых людях и ситуациях, о личных смыслах, учить слышать и слушать другого, понимать слова и эмоции другого, учить давать обратную связь, находить причинно-следственные связи, учить взаимодействовать и сотрудничать с другими, коллективно решать общие задачи и достигать целей;

— стимулировать у школьников рефлексивные процессы, осмысление себя, своих эмоций и переживаний, своих действий, своей позиции, своих проблем и достижений;

— формировать у детей гуманистические ценности, превращать их в нормы и правила классного коллектива.

Ожидания учеников от учителя в начальной школе – он судья и защитник. С одной стороны, он показывает, кто из ребят успешен и в чем (а успешными в том или ином ключе будут все, что и должен показать учитель). Ребята ждут оценок учителя, признания их хорошими и успешными школьниками.

С другой стороны, учитель является их главным защитником в школе, именно к нему идут за помощью и поддержкой, именно он регулирует отношения, разрешает конфликты, создает атмосферу общего благополучия.

В заключении еще один взгляд на личность педагога начальных классов.

*В методическую копилку учителя*

Чтобы эффективно воспитывать детей, педагог начальной школы должен сам обладать некоторыми качествами, в их числе:

*профессионализм* — знания в сфере педагогики и психологии, навыки общения с детьми, сформированный стиль педагога и пр.;

*эмпатия* — способность понимать чувства других людей и сопереживать им, отзывчивость, доброжелательность, чуткость;

*педагогический такт* — умение сочетать доброту и строгость, доверие и контроль.

## **Специфика формирования эмоционального интеллекта обучающихся начальной школы**

В начальной школе активно формируется образ Я ребенка, который отражает осуществленность или неосуществленность ожиданий взрослых, отталкивается от того, каким видит ребенка взрослый. Эмоциональный интеллект это одна из составляющих Я человека. Очень важно, чтобы отношение взрослых (учителя, родителей, близких) к ребенку, проявление их чувств было позитивно окрашенным, теплым, принимающим, чтобы ребенок чувствовал, что его любят, ценят и уважают, воспринимают как самостоятельную полноценную личность. Именно такое отношение и служит основой формирования эмоциональной сферы личности ребенка, его уважения к себе и к другим, его умения проявлять и понимать свои эмоции и чувства. В обратном случае, при пренебрежительном и агрессивном отношении взрослых к ребенку, при усиленном контроле и доминировании взрослого у ребенка формируется чувство вины, неуверенность в себе, боязнь проявлять себя, выражать свои чувства, несамостоятельность и сверхзависимость от взрослого, агрессивность к другим и пр.

Типичные доминанты восприятия себя: я уже взрослый, успешный или неуспешный, умеющий или неумеющий в учении и в общении. Я первоклассник, второклассник.

Мощная сила, дополняющая мир реалий Я ребенка, это мир воображения, мир образов фантастического Я (фея, герои Гарри Поттера, Леди Баг и пр.). Воображение очень значимо для ребенка, наполняет его позитивными эмоциями и чувствами, в своем воображении он ощущает себя успешным, сильным, умеющим, практически всевластным. Важно, чтобы мир реальный и мир фантазийный были в гармонии, взаимно насыщали друг друга. Нельзя, чтобы ребенок уходил в мир фантазий, оставаясь неуспешным и неуверенным в реальном мире. Мир фантазий дает большой ресурс для работы с детьми, опираясь на способности детей фантазировать и придумывать, педагог может создавать значимые ситуации общения во внеурочной деятельности, давать творческие проекты и задания, выводить ребят на понимание, какие эмоции они испытывают в реальном и воображаемом мире, как они пересекаются.

Ведущая деятельность возраста — учебная. Важно, чтобы в учебной деятельности у ребенка появилось чувство — я сам! Я могу учиться, я справляюсь с заданиями, я могу ставить себе учебные цели и решать их, я успешный ученик. Не случайно В.И. Слободчиков говорит, что задача начальной школы — научить ребенка учиться, освоить данный вид

деятельности, стать его субъектом. Происходит интенсивное формирование познавательной деятельности (для большинства) как переход от феномена «почемучек» к знающим, знанию как ценности. Освоение данного вида деятельности напрямую влияет на формирование эмоционального интеллекта, чем более ребенок уверен в себе, своих способностях, тем более эмоционально благополучно он себя ощущает и, как следствие, полноценно и радостно выстраивает взаимодействие с другими.

*В методическую копилку учителя*

*Как эмоциональный интеллект помогает быть успешным?*

Чтобы заняться чем-то новым, в мозгу должна сформироваться цепочка положительных подкреплений на новую деятельность:

*«Я старался → у меня получилось → я рад → я стараюсь дальше».*

Чем чаще мы испытываем эмоции, тем легче нам дается наша деятельность, тем больше мы получаем от нее удовольствия, тем охотнее движемся вперед.

*(Л. Кроль «Эмоциональный интеллект лидера»)*

Версия для учителя: «Мы старались 30 минут → мы поняли новую тему → все высказались и показали высокие результаты → мы молодцы → на следующем уроке продолжим».

В начальной школе происходит развитие коммуникативной деятельности как желаемой, по правилам взаимодействия с учителем, учебно-делового общения с одноклассниками. Важно учить детей общаться, осознавая и управляя своими эмоциями, учить взаимодействовать друг с другом, чувствовать и понимать другого. Тем более что для учеников начальной школы очень привлекательны совместная игровая и познавательная деятельность.

Содержание межличностного общения — инструментальное, событийно-ситуативное. Разговоры, как правило, о том, что делают на уроке, что происходит сейчас, сегодня, гораздо реже о «вчера и завтра». Вот как раз разговоры о том, что происходит сейчас, и помогут педагогу выйти на вопросы: «Что вы чувствуете сегодня? О чем переживаете? Что волнует вас сегодня?» Для ребят начальной школы очень актуально настоящее, вот о нем и может вести разговор учитель, анализируя ситуацию в классе или значимое для всех событие или даже интересную тему урока, опираясь на эмоциональный пласт. Помогая школьникам осознавать свои эмоции и переживания, устанавливать причинно-следственные связи между эмоциями

и деятельностью, находить пути контроля и управления своими эмоциями. Более того в коллективных обсуждениях, слыша мнения и позиции других, они начинают понимать, что все чувствуют по-разному, по-разному относятся к той или иной ситуации, это дает повод задуматься о других, о чужих эмоциях и переживаниях. Сопоставляя себя с другими, ребенок более отчетливо проявляет свое Я, лучше понимает себя. Ребенок в младшем школьном периоде активно взаимодействует со сверстниками и испытывает насыщенные эмоции.

Отношения в классе начальной школы очень дифференцированы относительно оценок учителя. Типичные группы общения 2–3 человека.

Эмоции детей начальной школы ярко выражены, обычно они жизнерадостны, всегда бодры духом, находятся в постоянной динамике, как на уроках, так и на переменах. Это и является возрастными особенностями их эмоциональной жизни.

*В методическую копилку учителя*

Исследователь Л.С. Славина делает упор на острое аффективное состояние младшего школьника, которое подразумевается в различиях их претензий, жалоб детей, а также возможностях их удовлетворить. Например, когда ученик не может добиться высокой оценки своих достижений, позитивного мнения и впечатления среди сверстников, это становится причинами аффективных переживаний и проявляется в грубости, неадекватности, тревожности. В этом случае необходима помощь учителя, который может выяснить и даже предотвратить причину.

В период с семи до одиннадцати лет младший школьник под влиянием социума начинает чувствовать свою индивидуальность и значимость. Ребенок очень остро начинает реагировать на собственное имя, которое часто отличается от того, как называют его домашние. Если ребенок чувствует насмешку, тут же начинает остро реагировать в адрес сверстников, в адрес своей семьи, которую просит называть его иначе. В то же время, в случае отсутствия иронии в произношении его имени, он начинает чувствовать себя удовлетворенным.

С поступлением в школу младший школьник сталкивается с большими трудностями, которые связаны с процессом обучения, требующим от него больших усилий, в том числе связанным с телесными особенностями. Телесная конституция становится важной проблемой, которая отражается в динамике и стиле его движений.

Кроме того, у ребенка появляется чувство совести, к которой можно взывать при неудовлетворительном поведении, у него имеются чувства долга, гордости или стыда. Он способен гордиться своими хорошими качествами, которые в себе находит или стыдиться трусливости, жадности, которые, по его мнению, являются отрицательными качествами. Безусловно, перечисленные качества непосредственно влияют на развитие его как личности, на формирование его эмоционального интеллекта.

Дети в начальной школе очень эмоциональны. Это обусловлено целым рядом причин: новый этап в развитии самосознания, все пропускается через свое Я; новые условия в которых они теперь живут, школа; перегрузка ребенка (школа, кружки, домашние уроки); множество событий, которые с ним теперь происходят в школе и дома и пр. Очень важно уже в начальной школе научить детей выражать свои эмоции, чтобы они учились справляться с ними, как можно лучше. Например, учить, как контролировать гнев. Гнев — это эмоциональная реакция, которая может сопровождаться биологическими и психологическими изменениями, ее сложно контролировать даже взрослому. С детьми важно говорить об этом, сказать, что, проявляя агрессию, они, вредя другим, прежде всего вредят сами себе. Ребенку важно дать советы, как преодолеть негативную эмоцию: если злость переполняет, старайся глубоко дышать; досчитать до 10; посмотри на ситуацию с разных сторон; глазами других людей. Может быть, гнев вызывает другая причина, а данная ситуация просто спусковой крючок. Когда мы сердимся, мы думаем, что весь мир и все люди в нём настроены против нас, что очень далеко от реальности. Рядом должны быть люди, которые любят и понимают безоценочно.

Большим потенциалом против отрицательных эмоций, в том числе против раздражения и гнева обладает смех. Любая проблема выглядят иначе, если отнестись к ней с юмором, позитивно. Поэтому советуйте детям и сами смейтесь, как можно больше! Это дает возможность успокоиться, посмотреть на ситуацию с другой стороны, представить человека, на которого злитесь, в какой-то смешной или забавной ситуации. Смех очень полезен.

Важно учить адекватно реагировать на эмоции других, например, на агрессию или слезы, упрямство. Стараться понять и принять другого, но не позволять срываться на себя, в таком случае лучше уйти. Можно попробовать отвлечь, перевести все в шутку, сказать что-нибудь позитивное («Ничего, пройдет!»). Словом, продемонстрировать человеку сочувствие и поддержку.

Сильные эмоции часто приводят к слезам. Как реагировать на слезы? Не ругать и не наказывать, не оставлять плакать, а постараться успокоить,

отвлечь. В этом случае не возникает привычной реакции на все реагировать бурно. Если же мы будем заставлять ребенка сдерживать свои эмоции, ругать за них, то у него может возникнуть связь: им (маме) не нравится, когда я страдаю, меня не понимают. В результате связь закрепляется и вырастает человек, который привык скрывать эмоции.

Педагогам важно учитывать, что чем старше дети, тем лучше они контролируют свои эмоции. Но и у школьников, особенно начальной школы, груз навалившихся впечатлений может оказаться вызвать эмоциональный всплеск различного характера. Например, проявление агрессии может нанести вред и самому ребенку, и окружающим. Слезы (особенно постоянные) травмируют психику, нарушают общее эмоциональное состояние ребенка, ему все сложнее контролировать свои эмоции, вступать во взаимодействие с другими.

Какой может быть выход? Нужно найти условия для эмоциональных проявлений детей. Праздники и радостные события, интересные дела, экскурсии и поездки, где хочется проявить себя, значимое общение и пр. Родителям такого ребенка можно посоветовать отдать его в спортивную секцию или другие кружки по интересам. Там дети отвлекаются, постоянно заняты интересным для них делом, учатся дисциплине, контролю, учатся управлять эмоциями.

Большое значение для развития эмоциональной сферы обучающихся имеет общение. Именно в значимом открытом общении ребенок учится выражать свои эмоции, учится их контролировать, учится решать конфликты с помощью коммуникационных навыков, учится слушать и слышать, понимать других взаимодействовать с ними. Без общения эмоции обостряются, вызывают замкнутость, крики, агрессию и слезы.

### **Роль детско-взрослой общности в формировании эмоционального интеллекта**

Ребенок не может взрослеть и развиваться вне социума, без взаимодействия со сверстниками и с другими людьми. Взаимодействие должно помогать понять себя и мир других людей, открыть свои способности и таланты, найти способы самореализации. Детско-взрослая общность — группа детей и взрослых, которая характеризуется эмоционально-психологической включённостью каждого участника в совместную деятельность и общение, схожими интересами, возникновением общих

ценностей и смыслов, эмоционально-положительными деловыми и личными взаимоотношениями.

Детско-взрослая общность имеет особое значение для процесса воспитания младших школьников. Общность является для ребенка личным субъективным переживанием, в общности он становится сопричастен мыслям, чувствам, знаниям, ценностям значимого другого (взрослого и ребенка), они непроизвольно принимаются. Если между педагогом и воспитанником нет общности, или она по каким-либо причинам разрушается, процесс воспитания как передача ребенку культурных норм и ценностей невозможен.

Рассматривая вопросы воспитания в детско-взрослой общности, важно понимать взаимосвязь «личность — общность», их единство. Воспитание — это работа педагога в ситуации взаимодействия с воспитанниками, где он ориентирован на развитие каждого ребенка и всего сообщества, самой детско-взрослой общности. При этом развитие одного влечет за собой развитие другого. Чем более развита общность (эмоционально, нравственно, интеллектуально, деятельностно и т. д.), тем более широкие возможности для личностного развития получает каждый ее участник.

Детско-взрослая общность — это необходимое педагогическое условие для общего эмоционального переживания, порождающего эмоционально-психологические связи между участниками взаимодействия. В таких условиях возможно учить сопереживанию, способности к эмпатии, взаимопониманию и сотрудничеству.

*В методическую копилку учителя*

Эмпатия понимается как сопереживание эмоциям и чувствам другого человека, понимание контекста переживания (почему он переживает, что было причиной, как сильно он переживает и почему) в конкретной ситуации. Это способность ребенка чувствовать и осознавать эмоции другого, их соответствие своему жизненному опыту, личным эмоциям и переживаниям, умение мысленно встать на место другого, это эмоциональный и психологический отклик на другого.

Важно понимать, что детско-взрослая общность выводит участников в пространство со-бытия, это со-бытийная детско-взрослая общность.

Идеи со-бытия выводят напрямую на решение задачи создания условий для общего эмоционального переживания, порождающего эмоционально-психологические связи между участниками взаимодействия.

Объективной характеристикой коллективного эмоционального состояния будет являться некое общее эмоциональное образование, куда входит как совокупность индивидуальных эмоциональных состояний, так и совокупность индивидуальных ощущений общего коллективного состояния. Не только ощущение своего состояния, но и осознание общего эмоционального состояния общности, разведение Я и Мы.

Говоря об эмоциональной составляющей общности, нельзя не коснуться социально-психологического климата внутри детско-взрослой общности. Психологический климат определяет эмоциональное самочувствие субъекта в общности, выражается в эмоциональной удовлетворенности своим положением среди других членов коллектива, в желании принадлежать к данной общности и участвовать в коллективной деятельности, что ведет к эмоциональному благополучию.

Основой возникновения общности, как общего эмоционального единения, является переживание эмоциональной ситуации (радость, событие, проблема, огорчение и пр.), в результате возникают связи, хотя и спонтанные, непрочные, но дающие чувство взаимного переживания и выводящие общность в единое ценностно-смысловое пространство. Такая общность создает благоприятный социально-психологический климат, атмосферу эмоционального принятия и признания, чувство родства и принадлежности к ней, условия для открытой самореализации в позиции и поступках. Время существования такой общности невелико, но она надолго остается в памяти участников и существует в дальнейшем как общее и значимое для всех воспоминание.

*В методическую копилку учителя*

Важнейшим условием для развития эмоционального интеллекта является синтония, определяемая Я. Мазуркевичем как инстинктивное созвучие с окружением. Синтоническая личность умеет переживать эмоции, совпадающие с эмоциями людей, если она находится в непосредственном контакте с ними.

### **Система организации общения с учениками начальной школы, развитие навыков коммуникации**

Совместная деятельность и общение являются главными факторами, порождающими возникновение детско-взрослой общности в классе. Именно

здесь возникает включение детей эмоциональное и деятельностное, формируются связи и отношения между участниками взаимодействия.

В приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (пункт 42.2) указывается необходимость овладения обучающимися универсальными учебными коммуникативными действиями. В частности навыки общения предполагают умение: воспринимать и формулировать суждения, выразить эмоции в соответствии с целями и условиями общения в знакомой среде; проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалога и дискуссии; признавать возможность существования разных точек зрения; корректно и аргументированно высказывать свое мнение; строить речевое высказывание в соответствии с поставленной задачей; создавать устные и письменные тексты (описание, рассуждение, повествование); готовить небольшие публичные выступления; подбирать иллюстративный материал (рисунки, фото, плакаты) к тексту выступления. Отмечается умение школьника выражать свои эмоции.

Общение со своим классным коллективом играет особенно важную роль в этом периоде и отличается от взрослых чрезвычайной эмоциональной насыщенностью.

*В методическую копилку учителя*

В.С. Мухина в своих исследованиях считает, что в связи с тем, что одноклассники школьника приходятся ему ровесниками, в классе дети начальной школы сталкиваются с разной энергетикой, разной культурой общения, эмоциональным интеллектом, и т.д. данные столкновения носят экспрессивный характер, определяющие уровень самостоятельности и степень свободы ребенка по отношению к другим детям.

По Л.С. Выготскому, младший школьный возраст характеризуется перестройкой и трансформацией отношений ребенка с людьми. Он утверждает, что при культурном развитии ребенка можно прийти к соответствующему результату, который определяется «как социогенез высших форм поведения».

Общение должно быть основано на принципах гуманистического и аксиологического подхода. В настоящее время особенно важно усиливать психологические связи между детьми, развивать их способность устанавливать и поддерживать контакты, поскольку все больше и больше детей страдают от одиночества и изоляции.

Важно учить общению, создавать условия для ценностно-смыслового взаимодействия внутри детско-взрослой общности. Основным условием

формирования эмоционального интеллекта будет помощь детям реализовать себя, сотрудничать с другими не используя манипуляцию и агрессию, ориентируясь на сопереживание и понимание во взаимодействии с другими, объединяться и творить вместе для улучшения качества жизни. Важно учить детей общаться и взаимодействовать друг с другом.

Общение предполагает, что каждый осознает то, как выражает свои мысли, умеет слышать и слушать других. Важно чтобы слова из автоматической реакции на другого переходили в речь осознанную, образованную через понимание что я ощущаю, чувствую, хочу. Необходимо помогать воспитанникам учиться выражать свои мысли ясно, уметь отвечать окружающим уважением и сочувствием, вниманием и пониманием. В общении ребенку становятся понятны как свои собственные переживания и стремления, так и потребности и чувства другого. Педагог должен помогать проявлять и отчетливо формулировать именно то, что необходимо воспитаннику именно сейчас, в текущей ситуации.

*В методическую копилку учителя*

Чтобы общение выводило в пространство общих ценностей и смыслов, важно чтобы оно соответствовало ряду требований:

- участники взаимодействия выступают по отношению друг к другу как ценность, являясь значимыми, друг для друга;
- во взаимодействии проявлены интересы и смыслы участников;
- существует общий предмет взаимодействия, вокруг которого строится диалог, значимый и интересный для каждого субъекта;
- каждый из участников имеет свою позицию, осознает ее и пытается проявить;
- содержание предмета общения порождает в участниках индивидуальные смыслы, которые пересекаются, создают общее смысловое поле;
- общее ценностно-смысловое поле качественно иное по отношению к породившему его индивидуальным смыслам участников;
- у участников происходит самоопределение, общее смысловое поле является источником новых, ранее не существовавших смыслов, возникающих в процессе взаимодействия.

Важна в общении позиция педагога, он равноправный участник общения, который не подавляет активность детей, не диктует правила, ни в коем случае не контролирует и не оценивает. Есть замечательное правило «Взрослый третий», оно предполагает, что взрослый сдерживает себя, не старается первым высказать свое мнение и свою позицию, тем самым помогая школьникам высказать свою позицию, дает им возможность подумать и самим высказать свое мнение. Взрослый скорее

проблематизирует общение, через проблемные и уточняющие вопросы, тем самым поддерживая детей в думании и осознании того, что они говорят, какие инициативы и предложения выдвигают, что позиционируют, как общаются с другими. Еще взрослый должен учить детей слышать и слушать, точнее высказывать свои мысли, уметь договариваться и сотрудничать с другими. Понимание значения общения как условия развития эмоционального интеллекта, взрослый должен понимать какие эмоции и переживания руководят детьми в общении, отзеркалить и раскрывать им их эмоции, направляя осознание школьниками себя и своих переживаний.

Рассмотрим несколько самых известных и полезных коммуникативных приемов, которые помогут выстроить более эффективное общение со школьниками, формируют общее эмоциональное поле взаимопринятия и взаимоуважения, поддерживают самостоятельность и активность младших школьников:

*Активное слушание.* Умение терпеливо и внимательно слушать собеседника, это метод демонстрации внимания и отображения чувств собеседника в разговоре, поддержка его способности свободно выразить свои чувства и мысли. Важно применять его в общении с детьми, дать ребенку высказаться, не додумывать, не перебивать, а подбадривать внимательным взглядом и сосредоточенными побуждающими репликами: «Да?», «Понятно», «Ого», «Ух!», «Надо же» и так далее. Для младших школьников такое слушание имеет особое значение, дает им опыт формулировать свои мысли, высказывать свою позицию, думать и понимать, что они хотят сказать.

*Создавать ситуацию паузы.* Пауза даёт собеседнику возможность подумать, более четко выразить свои мысли, понять свои эмоции и переживания. После паузы собеседник может сказать что-то ещё, о чём промолчал бы без неё. Пауза также даёт самому слушателю возможность отстраниться от себя (своих мыслей, оценок, чувств) и сосредоточиться на собеседнике, его мыслях и чувствах, отстраниться от себя и переключаться на внутренний процесс собеседника. Важно учить младших школьников понимать паузы, использовать их для себя.

*Уточнение* — это просьба слушателя (педагога) уточнить или разъяснить что-либо из сказанного. Когда обсуждаются сложные, эмоционально значимые темы, собеседники часто непроизвольно избегают явно поднимать болезненные вопросы. Уточнение позволяет сохранять понимание чувств и мыслей собеседника в ситуации общения. Данный прием в работе с младшими школьниками помогает педагогу более четко понять мысли ребенка, помочь ему самому понять себя и то, что он хочет сказать,

более глубоко и содержательно понять свою мысль, формирует умение уточнять и аргументировать свою мысль, выражать свои эмоции в открытой и доверительной беседе.

*Повтор* (эхо) — это дословное повторение того, что произнес собеседник. Педагог повторяет с вопросительной интонацией слово в слово часть фразы ребенка, тем самым делая на ней акцент. Ребенок слышит ее по-новому, начинает ее переосмысливать и уточняет свою речь. Более того, такой прием (повторение слово в слово) показывает, что педагог очень внимателен к тому, о чем ему рассказывают. Данный прием учит младшего школьника говорить осознанно, четче формулировать свои мысли, формирует атмосферу доверия и взаимопонимания в общении.

*Пересказ* — попытка слушателя кратко и своими словами повторить изложенное собеседником, но только с новой интонацией, вопросительной или восклицательной. Он должен стараться выделять и подчеркивать главные на его взгляд идеи и акценты. Пересказ даёт рассказчику обратную связь, возможность понять, как его слова звучат со стороны, что слушатель выделяет как главное. Данный прием стимулирует переосмысление сказанного, развитие мысли, понимание своих эмоций в разговоре. В результате рассказчик либо получает подтверждение того, что он был понят, либо получает возможность скорректировать свои слова. Пересказ может использоваться как способ подведения итогов, в том числе промежуточных. Данный прием также учит младшего школьника говорить осознанно, четче формулировать свои мысли, создает атмосферу доверия и взаимопонимания в общении.

*Редакция* — повторение наиболее значимой, с позиции педагога, мысли, части высказывания. Данный прием позволяет направить обсуждение в нужное русло, держаться темы, проблематизирует обсуждение, делает его более содержательным. Важно, чтобы реакция была доброжелательной, с очевидным принятием и доверием к говорящему, поддержке его переживаний.

*Сообщение о восприятии.* Педагог (слушатель) высказывает школьнику своё впечатление от собеседника, сформировавшееся в ходе общения, от его размышлений, он может открыто сказать о своих эмоциональных переживаниях. Например, «Эта тема очень важна для вас ...», «Мне сложно ощутить ваши эмоции, мне кажется, вы ощущаете...», «Мне кажется, что вы чувствуете ...». Это создает атмосферу доверия, помогает перевести разговор на уровень чувств и переживаний, помогает ребенку осознавать свои чувства.

*Сообщение о восприятии себя.* Педагог (слушатель) сообщает собеседнику об изменениях в своём собственном эмоциональном состоянии в

результате слушания. Например, «Мне очень больно это слышать...», «Эта тема очень важна для вас, я чувствую, что ...», «я ощущаю тревогу...». Данный прием учит эмпатии, понимаю чувств другого. Одновременно помогает лучше понимать и выражать собственные чувства, и то, как они отражаются в чувствах других. Это очень ценный опыт для младших школьников.

*Я-сообщения.* Все, что вы хотите сказать ребенку, на чем сделать акцент произносите не в обвинительном ключе, начиная с «ты», «тебе», «твой», а через призму своих переживаний и чувств, говоря о себе и своих ощущениях: «я», «мне», «мои». Например, не «Ты невыносимо себя ведешь», а «Меня огорчает, когда дети не слушаются».

*Личный пример.* Педагог сам должен обладать сформированным эмоциональным интеллектом, обладать способностью к эмпатии, умением открыто говорить о своих эмоциях и переживаниях, создавать общее эмоциональное поле в общении со сверстниками. Важно не говорить, а показывать, как следует поступать в той или иной ситуации. Хорошо срабатывают истории из собственной жизни, примеры и рассказы о пережитом. Педагог может рассказывать об аналогичных ситуациях из своего детства, показывать на живых примерах, что хорошо, а что плохо.

*Положительное подкрепление.* Необходимо акцентировать внимание даже на самых малых успехах ребенка, а не на том, что у него не получается. Если ребенок, например, привык обманывать (чаще всего за этим лежит страх наказания) и после работы над этой проблемой вы видите, что он решился сказать правду, это огромное достижение! Вы сумели изменить вектор со страха на доверие. Он преодолел себя. Обязательно нужно это отметить, похвалить. И не важно, сколько ребенку лет — шесть или шестнадцать. Для школьников начальной школы это очень своевременно, это очень ценный опыт работы над своими трудностями и проблемами.

*Дифференциация.* Предполагает обсуждение своих эмоций с другими, что позволяет распознавать разные эмоции (гнев, любовь, стыд, радость, удивление, ненависть) и их интенсивность (страх — от опасения до ужаса; гнев — от раздражения до ненависти). Такая дифференциация особое значение имеет в работе с учениками начальной школы, где дети вместе с педагогом учатся говорить о своих эмоциях с другими. Тем самым преодолевается вербальный барьер (начинаем говорить), приходит понимание, что зачастую испытывается несколько чувств одновременно, что чувства у всех людей сходны. Некоторые из эмоций сильные и очевидные, а иные слабые и скрытые, одни удерживаются достаточно долго, другие

кратковременные. Такой разговор формирует представление школьников об эмоциях, причинах их возникновения, понимание себя и своих переживаний.

*Причинность.* Прием нацелен на определение и понимание истинной природы своих чувств, их причины. Почему мы чувствуем гордость или ненависть? Почему боимся? Как эмоции закрепляются в нашем жизненном опыте? Какие события впервые породили данное чувство и закрепили в нас определенные эмоции? Такой разговор формирует представление младших школьников об эмоциях, причинах их возникновения, понимание себя и своих переживаний, способов регуляции и трансформации своих эмоциональных переживаний.

*Показать эмоцию.* Можно изображать разные чувства жестами, мимикой и позами, можно рисовать эмоцию (рожицами и не только), можно демонстрировать крупные планы из фильмов, мультфильмов или роликов, можно ассоциировать эмоцию с определенным цветом. Попросите детей изобразить радость, удивление, грусть, злость, страх и др. Показывая эмоцию (можно через рисунок), погружаясь в нее, ребенок начинает осознавать, как проявляются его эмоции во вне, как их можно сдерживать и перестраивать.

*Назвать эмоцию.* Этот прием помогает фиксировать, какая у ребенка эмоция в данный момент и почему. Можно создать шкалу настроения, где может быть несколько осей, ребенку нужно отмечать свое настроение, свою эмоцию и называть ее, отмечая ее интенсивность на том или ином векторе. Очень важно замечать и фиксировать счастливые моменты: «Ты сегодня воодушевлен. Кажется, тебя посетило вдохновение», «Ты очень радостная, радость лучится из твоих глаз». Говоря с детьми об их радостных чувствах и переживаниях, мы помогаем закреплять в них позитивные эмоции, расширяем их картину мира. Озвучивать эмоции, переводить в слова переживания, чувства ребенка. Даже в 8 лет не просто разобраться, что с тобой происходит, пока родитель не скажет: «Вижу, ты места себе не находишь от досады». При этом важно поддерживать ребенка и утешать, учить ребенка самого называть свои чувства и переживания. Через наводящие вопросы: «Что ты чувствуешь сейчас?», «Как ты можешь описать свое состояние?», «Что тебе сейчас больше всего хочется и почему?», «Что чувствует Иван и почему?», «Тебе сейчас больно? Как это проявляется?»

*Обсуждение личного эмоционального опыта.* Определение ситуаций, в которых ребенок испытывал те или иные эмоции, как он их переживал? Что помогло ему справиться со своими отрицательными эмоциями: страх, обида, гнев, раздражение и пр. Можно попробовать расшифровывать телесные знаки: что я чувствую и как, в каком именно месте (стучит в висках, подкатывает ком к горлу, дрожь во всем теле, слезы, сжатые кулаки и пр.),

откуда берутся эти знаки, какую эмоцию сопровождают? Видеть и понимать язык тела другого человека, его реакцию на те или иные мои эмоции и переживания.

Можно использовать прием сочинения истории, который демонстрирует возможную стратегию поведения в сложной для ребенка ситуации. «Одна девочка тоже пришла в новый класс...», «Мне тоже однажды было очень обидно, и я ...», «Один мальчик, когда ему страшно...». Можно стимулировать обсуждение участниками группы личного опыта работы с той или иной эмоцией, взаимообмен.

Важно, когда педагог с младшими школьниками ведет речь об эмоциях, изучает различные эмоции, которые испытывают дети, их интенсивность, причины их появления. У детей появляется опыт понимания эмоций, они начинают их воспринимать и интуитивно понимать, сначала свои, а затем эмоции окружающих людей.

Учителю важно знать универсальные причины базовых эмоций, чтобы познакомить с ними обучающихся. Главное — научить понимать причину своей эмоции, тогда с ней можно будет работать в желаемом направлении.

*В методическую копилку учителя*

<b>ПРИЧИНЫ БАЗОВЫХ ЭМОЦИЙ<sup>1</sup></b>	
<b>Эмоция</b>	<b>Причина</b>
Злость	Недостижимость или утрата желаемого, препятствие, несправедливость
Радость	Получение желаемого, приобретение, обладание
Печаль	Утрата, потеря
Страх	Угроза
Интерес	Получение новой информации
Доверие	Принятие ситуации и другого
Отвращение	Отторжение вещей, людей
Удивление	Сильное впечатление от чего-либо, поражающего неожиданностью, необычностью, странностью.

В процессе общения педагогу нужно задавать вопросы, в чем причина злости (радости, удивления и т.д.)? Важно помочь ребенку пережить или разделить с ним переживаемую эмоцию. Важно понимать, что, испытывая эмоции, очень важно проговорить их вслух, причем особенно важно со значимым взрослым. В случае, когда ребенок открыт к такого рода общению

<sup>1</sup> Эмоциональный интеллект ребёнка и здравый смысл его родителей / Е. Сергиенко, Е. Хлевная, Т. Киселёва. - Москва: АСТ, Малыш, 2021. - 255 с.

важно поддержать его, не упрекать, поэтому подойдут фразы «хорошо, что ты понимаешь, что с тобой произошло», «каждый может испытывать гнев, это нормально», «как тебе помочь?», «посиди немного в классе, а я посижу недалеко и помолчу», «расскажи, если хочешь», «я тебя понимаю...», «давай подумаем вместе, как исправить ситуацию».

### *В методическую копилку учителя*

Техника работы с эмоцией:

- Опишите событие, которое заставило вас чувствовать себя так.
- Вспомните, что произошло непосредственно перед этим.
- Вспомните, как вы чувствовали себя до этого события.
- Вспомните, как вы до этого события говорили, выглядели.
- Поговорите, как эмоция менялась во время события.

## **Система организации деятельности с обучающимися начальной школы**

Педагогу необходимо создавать условия для осознанной самореализации школьников в деятельности, взаимодействии с другими. Самореализация предполагает, что ребенок активно выражает свое мнение, свою позицию в общении, умеет организовать свою деятельность для реализации задуманного, участвует в коллективной деятельности, осознавая личный интерес, умеет регулировать свои эмоции и поведение ориентируясь на поставленные цели.

В приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 286 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (пункт 42.2)<sup>2</sup> выделяются универсальные учебные коммуникативные действия, проявляемые в совместной деятельности, умения: формулировать краткосрочные и долгосрочные цели (индивидуальные с учетом участия в коллективных задачах) в стандартной (типовой) ситуации на основе предложенного формата планирования, распределения промежуточных шагов и сроков; принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы; проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться; ответственно выполнять

<sup>2</sup> В приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 286 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (пункт 42.2)  
С.24

свою часть работы; оценивать свой вклад в общий результат; выполнять совместные проектные задания с опорой на предложенные образцы.

Создание условий для самореализации также предполагает выход в детско-взрослую общность, которая выступает как естественная среда их жизнедеятельности, необходимая для личностного самоопределения и самореализации. Детско-взрослая общность — это условия, где с одной стороны возникает «общий круг», общее поле совместных переживаний и деятельности, общих смыслов и ценностей; с другой стороны, здесь каждый может открыто проявить себя в творчестве, в новом опыте деятельности, в новых ролях и позициях.

*В методическую копилку учителя*

*Возможные значимые направления организации деятельности с младшими школьниками:*

*Игры.* Игровая деятельность развивает восприятие, внимание, воображение, мышление, формирует личные интересы ребенка, способствует проявлению инициативы, активности, вызывает положительные эмоции. Игра дает школьникам отдохнуть от умственной работы.

*Досугово-развлекательная деятельность.* Посещение театров, музеев, концертов, выставок и других культурных мероприятий способствует активному воспитательному процессу, формирует эмоциональную восприимчивость, помогает школьникам приобрести социальные знания, сформировать первичное понимание повседневной жизни и социальной реальности.

*Спортивно-оздоровительная деятельность.* Занятия физкультурой, спортивные соревнования, физкультминутки и другие формы физического воспитания в начальной школе, а также классные часы, проекты, мероприятия на темы, формирующие у детей основы здорового образа жизни, понимание правил безопасности, способствуют полезному и разнообразному досугу, формируют общее эмоциональное пространство.

В совместной деятельности каждый школьник должен ощущать свою значимость для других, выражать свои индивидуальные интересы и способности. Для активного включения (эмоционального и деятельностного) детей в совместную деятельность важно сформировать интерес к ней. Интерес и эмоциональное включение во многом формируются через ситуацию успеха, когда ребенок чувствует, что у него получается, он значим для других.

Ситуация успеха важна в учебной деятельности (об этом уже говорилось ранее) и во внеурочной деятельности, в ней гораздо больше направлений, где ребенок может проявить себя и свои способности, а у преподавателей больше возможностей дать ребенку возможность почувствовать себя успешным, создать среду для его личностного роста,

вызвать положительные эмоции и желание действовать дальше. Ситуация успеха очень важна для формирования эмоционального интеллекта, она дает школьнику уверенность в себе; способствует развитию познавательных интересов; снижает уровень тревожности, неуверенность в себе; дает мощный эмоциональный подъем, ощущение радости и счастья, желание поделиться этой радостью с другими близкими, друзьями; повышает самооценку; развивает и поддерживает самостоятельность и активность; поддерживает в классе атмосферу комфорта, доброжелательности и сплоченности; настраивает позитивно взаимодействовать с другими.

*В методическую копилку учителя*

Существуют следующие приемы создания ситуации успеха:

*Оказание поддержки со стороны учителя:*

- создание положительного микроклимата в классе;
- снятие чувства страха через создание атмосферы доверия: улыбка, обращение по имени, поглаживание, сопереживание ребенку;
- использование приема положительного подкрепления: переключение внимание ребенка с себя на дело путем усиления его социальной значимости;
- приём «Всё получится» — сообщать о возможных хороших результатах в форме внушения;
- приём «Пример» – поделиться собственными проблемами в детстве или проблемами других значимых для ребят людей;
- интерпретирование недостатка как достоинства;
- убеждение ребёнка в том, что у него все получится.

*Оказание поддержки со стороны одноклассников:*

- приём сопереживания (все вместе будем «болеть» за одноклассника);
- приём «Кольцовка комплиментов» (каждый ученик выслушивает приятные слова от предыдущего, и сам говорит их последующему).

В рамках даже одного общешкольного или классного мероприятия можно создать огромное количество педагогических ситуаций успеха. При этом успех должен коснуться каждого ребенка.

Деятельность учеников начальной школы должна быть не только самостоятельной, но и творческой. Большим потенциалом обладает такая форма дел как коллективно-творческие дела. Педагог-новатор И.П. Иванов писал: «Коллективно-творческое дело — это совместная забота старших и младших об улучшении окружающей жизни, имеющая практический результат». Здесь важна коллективная подготовка, она помогает сплотить класс, выявить скрытые таланты обучающихся и дать возможность проявить эти таланты. После окончания коллективно-творческого дела ребята ощущают эмоциональный подъем от успешно выполненного дела, здесь

преподавателю необходимо похвалить и отметить каждого участника, иначе обучающиеся, которых не отметили, могут не побывать в ситуации успеха, которая приводит к уверенности в себе и дальнейшей мотивации в развитии.

Важно обсуждение в конце дела, когда школьники отмечают положительные моменты, говорят друг другу слова благодарности, говорят о своих эмоциях и переживаниях, о том, что следует изменить, на что обратить внимание. Полезное и интересно проведенное дело является основой для хорошего содержательного разговора, во время которого можно сделать акцент на эмоциональной составляющей, поговорить о чувствах детей в деле, их поведении, как они воспринимали друг друга, кому смогли помочь и почему. Такая работа, связанная с реальной ситуацией, с конкретными переживаниями актуализирует их эмоциональную сферу, дает важный опыт совместной деятельности и рефлексивного анализа своей деятельности, переживаний и способов взаимодействия с другими.

Для более интересной и эмоциональной атмосферы дела, для создания в классе атмосферы доброжелательности, взаимопонимания класс должен быть красиво оформлен, парты могут быть расставлены нетрадиционно, ребята могут сделать украшение, принести любимые игрушки, написать на плакатах важные слова и пр. Это настраивает детей на тематику дела и помогает погрузиться в ситуацию. Для лучшего эффекта можно подготовить музыкальное сопровождение. В подготовительной работе многие дети смогут проявлять себя как организаторы. Важно, чтобы присоединились к подготовке ребята, не уверенные в себе, с заниженной самооценкой.

*Внеурочные занятия.* Внеурочная деятельность является составной частью учебно-воспитательного процесса и одной из форм организации свободного времени обучающихся. Школа после уроков становится миром творчества, проявления и раскрытия каждым ребенком своих увлечений и интересов, своего «я». Ученик начинает проявлять свой осознанный выбор именно во внеурочной деятельности, решает, интересна ли ему та или иная деятельность или нет. Здесь огромную роль играют ситуации успеха, потому что именно во внеурочной деятельности такие ситуации в полной мере влияют на учеников. Они снижают уровень тревожности и позволяют развиваться в различных направлениях. Внеклассная работа обучающихся развивает творческие способности детей, их нравственные качества, активизирует познавательные интересы, побуждает самостоятельно заниматься изучением определенных тем, при целенаправленной работе педагога является ресурсом развития эмоционального интеллекта школьников.

Особое значение для развития детей начальной школы имеет разновозрастное взаимодействие как совместное практическое освоение культурных норм и правил, форм эмоционального проявления, способов продуктивного взаимодействия. Нормы и правила здесь усваиваются спонтанно и ненавязчиво, осуществляется пересечение и взаимообогащение культур (интересов, ценностей и смыслов, эмоциональных проявлений, способов действия и пр.) разного возраста.

Грамотно организованное разновозрастное взаимодействие часто оказывается очень привлекательным для участников, связано с ярким переживанием эмоций, процесс общения становится максимально интересным, проявляет у участников новые способности и возможности, всегда обладает большим развивающим и воспитательным эффектом.

*В методическую копилку учителя*

Значимые позиции, которые раскрывают воспитательный потенциал разновозрастного взаимодействия школьников:

– позволяет младшим школьникам выходить в «зону своего ближайшего развития», через участие в деятельности, которая лично ими ещё не освоена, но есть ее предпосылки;

– дает ценный опыт совместной деятельности и общения всем, содействует проявлению инициативы и самостоятельности у участников, формированию опыта субъектности;

– создает условия для пересечения и взаимообогащения эмоциями старшеклассников и учеников начальной школы, дает последним опыт взаимодействия со старшими;

– способствует взаимопониманию и взаимоуважению друг друга, формированию ценностно-смысловой общности;

– увеличивает для участников спектр занимаемых социальных ролей и позиций, дает важный опыт социальной деятельности;

– позволяет вывести процесс воспитания в другую плоскость, так как происходит смена воспитывающего воздействия педагога на влияние старших сверстников, которое не отягощено педагогическими стереотипами и привычными схемами;

– создает условия для формирования целостной картины мира у младших школьников;

– развивается чувство ответственности у старших, умение понимать и поддерживать другого человека;

– позволяет педагогу быть в активной позиции наблюдателя и исследователя, увидеть своих ребят с новой стороны, их сильные и слабые стороны во взаимодействии с другими, в эмоциональном проявлении.

В школе должно появиться пространство, где участники взаимодействия смогут открыто высказать свои позиции, на равных

взаимодействовать друг с другом. Старшеклассники могут участвовать в классном часе учеников начальной школы, могут помогать в организации и проведении мероприятий в начальной школе, могут проводить веселые перемены в начальной школе (игры, обсуждения и споры, квесты и веселые соревнования), в школе можно организовать работу шефов.

### **Роль уроков литературного чтения в формировании эмоционального интеллекта**

В приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» в пункте 43.1.2. По учебному предмету «Литературное чтение»<sup>3</sup> выделяются предметные результаты освоения программы начального общего образования с учетом специфики содержания предметных областей, включающих конкретные учебные предметы (учебные модули), ориентированы на применение знаний, умений и навыков обучающимися в учебных ситуациях и реальных жизненных условиях, а также на успешное обучение на уровне начального общего образования, и включают, в частности, по предмету «Литературное чтение» «овладение техникой смыслового чтения вслух (правильным плавным чтением, позволяющим воспринимать, понимать и интерпретировать смысл текстов разных типов, жанров, назначений в целях решения различных учебных задач и удовлетворения эмоциональных потребностей общения с книгой, адекватно воспринимать чтение слушателями)».

Что понимается под удовлетворением эмоциональных потребностей общения с книгой? Речь идет о том, что книга обогащает эмоциональный мир школьника, позволяет ему понимать и проживать эмоции героя, переносить опыт переживаний героя в личный опыт, понимать причины эмоций и следствия их проявления, осознавать механизмы регуляции своих эмоций, условия передачи своих эмоций другим. По сути, это прямой выход на формирование эмоционального интеллекта учеников начальной школы.

Яркую эмоциональную ситуацию на уроке можно создать, используя прием художественного чтения. Педагог, читая текст, передает свои эмоции, расставляет акценты, эмоционально заражает ребят происходящим.

---

<sup>3</sup> В приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» Пункт 43.1.2. По учебному предмету "Литературное чтение" С.26-27

Очень важно, изучая с детьми то или иное произведение, обращаться к чувствам детей, как они реагируют и переживают за персонажей, сочувствуют ли попавшим в беду, понимают ли юмор, улавливают ли настроение героя (его страх, неуверенность в себе, желание помочь, веселье и грусть и пр.). Читая Б.С. Житкова, В.Ю. Драгунского, где авторы описывают жизненные истории, приключившиеся с детьми, школьники уверены, что писатель рассказывает реальные истории, которые могут произойти и с ними, переносят себя на место героев.

Анализируя героев книги, педагог должен делать особый упор на моральные качества героя, ценности и смыслы, которые руководят его действиями и поступками. Возникает вопрос, а какой это герой? Добрый или злой? Честный? Смелый? К чему он стремится? Именно разговор вокруг моральных качеств рождает особо сильные эмоции школьников, они начинают задумываться о себе. А какой я? К чему я стремлюсь? Я могу быть добрым? Необходимо включение в урок данные беседы, создавать письменные рефлексивные паузы, где ребята пишут про героя, про себя, могут поделиться своим мнением и переживанием.

На уроке литературного чтения для обсуждения некоторых произведений, где поведение героев можно увидеть по-разному (Л.Н. Толстой «Косточка», А.П. Чехов «Мальчики» и пр.). Можно разделить класс на группы, у каждой группы будет своя задача в характеристике героя. Часть детей в поступках героев находит плохие черты, а другие оправдывают их, находят положительные черты. Дети могут работать в группе по единой схеме анализа героя, его качеств, его эмоциональных переживаний, трудностей и успехов и пр. А потом в общем обсуждении каждая группа сообщает свое мнение. Подобная работа иллюстрирует непохожесть в восприятии произведения разными людьми, стимулирует школьников высказывать свою позицию, учит слышать и понимать позицию другого, переосмысливать и уточнять свою.

Важно вести организацию творческой деятельности, направленной на самовыражение и проживание эмоционального состояния персонажей: рисовать иллюстрации, придумывать свой вариант развития событий, рисовать образ героя, лепить и делать поделку вокруг темы произведения. Можно создавать книги своих эмоций: вклеивать фотографии с комментариями. «Тут я очень рад, хохочу». «Тут я зол и сжал кулаки». «Я удивлен и открыл рот». В группах можно сочинять сказки, басни, стихи, смешные или даже страшные ситуации.

На занятиях нужно обсуждать книги и фильмы об эмоциях человека, о нравственных дилеммах, о непросто моральном выборе, о поведении

человека в критических сложных ситуациях, о переживаемых конфликтах и пр. Это поможет детям взглянуть на мир глазами другого человека, более целостно представить человека и его психологию (см. работу с текстом выше).

Для более эмоционального восприятия художественного произведения можно подбирать фотографии, иллюстрации, картины. Учить детей смотреть картину, искать и понимать те чувства, которые она вызывает, учить говорить о них, называть и объяснять почему возникает то или иное чувство. У меня возникает грусть, потому что..., я радуюсь, видя эту картину, так как ... мне не нравится эта картина, потому что ... .

Важно вести работу по расширению словаря эмоций младших школьников, когда школьники, знакомясь с эмоциональными понятиями, открывают многообразие мира чувств, разнообразие возможностей выражения переживаний, понимают способы контроля и управления эмоциями.

На занятиях по литературному чтению можно проводить интерактивные игры с детьми. Игры по передаче эмоции или своего чувства друг другу. Одушевление эмоции, когда ей дается имя, она начинает говорить, вступать во взаимодействие с другими эмоциями и пр. Игры на общее выражение эмоции. Отгадывание эмоции друг друга. Игры на умирение эмоции, коллективный поиск путей управления и регулирования эмоциями. Игры на воображение. Имитационные и ролевые игры.

### **Работа с родителями младших школьников**

Для адаптации и спокойного вхождения ребенка на новый этап взросления очень важна семья. Доброжелательная теплая атмосфера в семье, стремление родителей поддержать ребенка, умение родителей разговаривать со своими детьми, обсуждать их трудности и победы.

#### *В методическую копилку учителя*

Выделим несколько возможных стилей семейного воспитания, которые встречаются в настоящее время.

*Эмоциональное отвержение.* Воспитание ребёнка сопровождается холодностью, иногда способной прерываться периодами утрированного сочувствия, внимания и заботы со стороны родителей. Своими эмоциями родители не следуют за эмоциями ребёнка, не следят внимательно за эмоциями и переживаниями ребенка. Как следствие, ребенок также перестает следовать своими эмоциями за родителями, у него развивается бедная эмоциональная сфера, низкая самооценка, чувство одиночества. Нередко такие дети находят выход в учёбе.

*Жестокое отношение.* Часто жестокое отношение сочетается с эмоциональным отвержением. В таких семьях часто используют наказания, даже телесные, с грубостью реагируют на просьбы и запросы детей, наказывают даже за мелкие проступки или непослушание. Жестокость может быть не только физической, но и психологической: подчёркнутое безразличие, психологический прессинг, вербальная агрессия. Жестокое отношение часто имеет результатом агрессивность ребёнка, разного рода нарушения личности.

*Повышенная моральная ответственность.* Повышенный уровень родительских ожиданий в отношении настоящего и будущего, успехов, способностей и талантов ребёнка. Часто сопровождается возложением непосильных и несоответствующих возрасту обязанностей, большой загруженностью ребенка. Родители (часто подсознательно) ожидают от ребёнка, что он реализует их нереализованные желания и стремления. Преобладает рациональный аспект в воспитании: морализаторство и требовательность, формальность и натаскивание, которые приводят часто к бесполому воспитанию и эмоциональной скудности ребёнка, его неумению вписаться в эмоционально окрашенную, амбивалентную ситуацию.

*Противоречивое воспитание.* Когда в семье происходит сочетание различных стилей, часто не совместимых между собой и не адекватных друг другу. Такое смешение проявляется в конфликтах, конкуренции и конфронтации членов семьи. Результатом такого воспитания может быть высокая тревожность, неуверенность, неустойчивая (часто заниженная) самооценка ребёнка. Противоречивость воспитания способствует развитию внутреннего конфликта у ребёнка. Непоследовательность, противоречивость порождают ситуативность поведения ребёнка, лживость, сложность проявить себя во взаимодействии с другими, страхи.

*Гипопротекция.* Недостаток опеки и контроля, истинного интереса и внимания к делам ребёнка. В крайней форме – безнадзорность. Часто при таком типе воспитания дети рано обретают самостоятельность. Очевидные минусы: большой риск попадания под негативное влияние посторонних людей, невоспитанность.

*Гиперопека.* Противоположная ситуация. Повышенная опека и контроль со стороны родителей, часто интерес к делам ребёнка принимает болезненный характер. Часто причиной гиперпротекции является статус матери в качестве домохозяйки, при этом желающей самоутвердиться в качестве “идеальной мамы”. Гиперпротекция негативно сказывается на развитии самостоятельности, инициативности и формировании чувства долга и ответственности ребёнка. Доминирующая гиперопека, мелочный контроль, сложная система непрерывных запретов и невозможности для ребёнка принять какое-либо собственное решение. Характерные черты: чрезмерное покровительство, стремление освободить ребёнка от малейших трудностей, удовлетворить все его потребности. Очевидное следствие такого воспитания – усиление эгоцентрических тенденций развития личности, затруднение формирования коллективизма, выборочное усвоение нравственных норм, низкая мотивация достижения, слабая развитость эмоциональной сферы.

*Ипохондричность.* При таком типе воспитания болезнь выступает смысловым центром жизни семьи. Обычно это происходит в семьях, где ребёнок длительное время болел или страдает хроническими заболеваниями. Результат – самооценка ребёнка становится неразрывно связана с болезнью. Всё, что происходит вокруг, ребёнок преломляет сквозь призму заболевания. Со временем он привыкает вызывать к себе

жалость окружающих людей, выпячивать симптомы своей болезни, у него развивается эгоцентризм и неадекватный уровень притязаний.

*Любовь.* Родители любят ребёнка, проникаются его интересами. Стараются относиться к нему ровно и справедливо. Заботятся о проявлении инициативы ребёнком, если ребёнок находится в сложной ситуации – помогают. Родители эмоционально устойчивы, спокойны, рассудительны. Стиль общения в семье – демократический. Голос ребёнка учитывается при решении семейных проблем, ребёнок эмоционально устойчив, не боится быть самостоятельным, браться за новое дело, доброжелателен к другим.

Роль семьи в становлении личности ребенка несравнима ни с одним социальным институтом, включая школу. Именно семейное воспитание формирует и развивает личность, помогает ребенку овладеть социальными ролями, адаптироваться в обществе. Родители и другие родственники закладывают основы нравственности, задают нормы поведения, раскрывают внутренний мир и индивидуальные качества личности ребенка, формируют эмоциональную сферу.

Перед семьей младшего школьника стоит целый ряд воспитательных задач, которые нельзя перекладывать на педагогов, а тем более на телевизор, интернет или улицу. Родители должны передать ребенку знания, умения, навыки поведения в обществе, сформировать у него высокие нравственные нормы и духовные ценности. Для этого необходимо разнообразно и полезно организовывать быт и досуг, создавать условия для самореализации ребенка в разных сферах деятельности и общения, проявлять свои чувства. Обязательно делать упор на семейные праздники, семейное общение. Важную роль в семейном воспитании играет приобщение ребенка к посильному труду. Ребенок должен уметь себя обслуживать, помогать домашним. Важно давать знания о многонациональном современном обществе, родители должны обеспечить поликультурное воспитание – объяснить особенности внешности, взглядов, поведения представителей разных народов, культур, религий, необходимость уважать чужое мировоззрение.

*В методическую копилку педагога*

В семье закладываются корни, из которых вырастают потом и ветви, и цветы, и плоды. На моральном здоровье семьи строится педагогическая мудрость школы.

*В. Сухомлинский*

В настоящее время нередко встречается незначительное участие родителей в жизни ребенка. Это можно объяснить несколькими факторами: загруженностью родителей на работе, нехваткой времени, неосведомленностью родителей о содержании, методах воспитания детей, тем, что иногда педагоги в первую очередь уделяют внимание обучающимся, забывая об их родителях.

Важно создать дружный (сплоченный) коллектив, в котором жизнь детей и родителей не проходит параллельно. Для реализации данной цели важно проводить классные собрания, на которых родители не просто пассивные слушатели, а принимают активное участие, высказывают свое мнение. Родительские собрания можно проводить в форме круглого стола. Во время собрания родители говорят о трудностях воспитания или делятся своими «находками», часто в ходе обсуждения можно выйти на важные мысли и размышления, прийти к какому-то важному решению.

Оптимальным типом взаимодействия классного руководителя и родителей можно считать диалог и сотрудничество, при которых нет поляризованных и разведенных позиций участников процесса, сформирована психологическая и практическая готовность к диалогу. Источником успешного взаимодействия классного руководителя, обучающихся и родителей являются уважение, взаимный интерес сторон, равный вклад и ответственность.

Нужно проводить общие праздники, экскурсии, поездки, где педагог, школьники и родители могут образовывать детско-взрослую общность, быть вместе, вместе играть и разговаривать, делиться воспоминаниями и мыслями. В это время родители могут посмотреть на своих детей и одноклассников своего ребенка со стороны. Для этого можно проводить «Игры нашего детства», когда родители рассказывают детям об играх в своем детстве. Может оказаться, что ребята мало знают подвижных игр на воздухе, лучше они знакомы с компьютерными. Возникают общие эмоции и переживания, общее эмоциональное поле, которое важно для формирования эмоциональной сферы школьника.

Конечно, могут быть игры, которые хорошо знакомы как родителям, так и детям, это убеждает в том, что между родителями и детьми много общего, появляется общий интерес. После праздника или поездки важно вести индивидуальные беседы с родителями, где некоторые родители могут рассказать, что поняли во время поездки, на что обратили внимание, обсудить способы урегулирования сложных ситуаций для каждой семьи, постараться понять причины поведения ребят, их эмоциональные

проявления, педагог и родители могут вместе сформировать стратегию развития ребенка.

Во взаимодействии с родителями важно поддержать их взаимодействие с детьми, найти общие интересы к ним, стимулировать их читать с детьми вместе книги и обсуждать их, смотреть вместе фильмы и спектакли с последующим обсуждением, устраивать семейные чаепития (где каждый говорит о своем сокровенном, о своих хобби, жизненных интересах, ситуациях на работе и в школе, близких друзьях и пр.), семейные праздники и вечеринки. Создавать ситуации, где возникают общие эмоции, рождаются общие значимые для детей и взрослых ценности и смыслы.

Важно так проводить родительские собрания, чтобы у родителей не возникало после них желания ругать и воспитывать своего ребенка, наоборот, был повод поговорить о жизни в школе, о том, как сделать жизнь в классе интереснее, что можно провести их семьей.

Родители должны ждать собраний, потому что на них они смогут узнать важную информацию или найти ответы на вопросы, которые их волнуют, пообщаться друг с другом и классным руководителем на важные темы о жизни детей. В ходе своей работы педагог формирует сплоченный коллектив не только обучающихся, но и родителей. Старается, чтобы родители и дети понимали и поддерживали друг друга, у ребят сформировалась правильная модель общения со взрослыми, с представителями противоположного пола, формировался эмоциональный отклик друг на друга, желание дружить и сотрудничать.

Важно помочь родителям понимать эмоции детей, формировать эмоциональный интеллект ребенка.

*В методическую копилку педагога*

**10 советов, что делать родителю прямо сейчас, если ребенок плачет или злится:**

1. Дайте выговориться.
2. Начните диалог тихо, чтобы и ему пришлось снизить уровень громкости.
3. Подсуньте газету, но не читать, а разорвать, это даст выход эмоциям.
4. Переключите внимание.
5. Не жалейте, но похвалите, вспомнив какой-то позитивный момент.
6. Обнимите его и скажите, что любите. Это самые волшебные слова в мире.
7. Пока ребенок плачет или злится, не начинайте разбор полетов, это запустит новый виток истерики.
8. Сделайте чай с ромашкой или мятой.
9. Проветрите помещение, свежий воздух реально помогает.
10. Одно «не» в нашем списке: ничего не обещайте взамен на прекращение истерики, это чревато воспитанием «шантажиста», склонности к манипулированию.

## **Заключение**

Эмоциональный интеллект школьников оказывает существенное влияние на ход образовательного процесса и его результаты. Уровень сформированности эмоционального интеллекта обусловлен множеством факторов, включая педагогические. Высокий уровень сформированности эмоционального интеллекта определяет общий позитивный психологический настрой обучающихся, их жизненное и психологическое благополучие, что подтверждается данными многоуровневой психологической диагностики эмоционального интеллекта у детей и подростков.

### *Список рекомендованной литературы*

- Айзенк Г.Ю., Эмин Л.К. Природа интеллекта – битва за разум. М.: Эксмо-Пресс, 2002. 352 с.
- Александрова Е.А., Кузнецова К.С. Как формировать эмоциональный интеллект школьника – Москва.: Сентябрь, 2018. 160 с.
- Алешина А. В., Шабанов С.Т. Эмоциональный интеллект для достижения успеха. Санкт-Петербург: Речь, 2012. 336 с.
- Андреева И. Н. Азбука эмоционального интеллекта / И. Н. Андреева. – СПб.: БХВ-Петербург, 2012. – 288 с.
- Богомолова И.А., Кошелева Е.В., Филиппова Л.В. Формирование эмоциональной отзывчивости младших школьников // Начальная школа 2022 №9 С. 25-30
- Бредберри Т. Эмоциональный интеллект 2.0 / Тревис Бредберри, Джин Гривз; перевод с английского Павла Миронова. 5-е изд. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2021. 197 с.
- Бхарвани Г. Важнее, чем IQ! EQ: эмоциональный интеллект. – М.: Прайм-Еврознак, 2008. 216 с.
- Вайсбах Х, Дакс У. Эмоциональный интеллект. М.: Лик Пресс, 2018.160 с.
- Вайсбах Х. Эмоциональный интеллект: Сознательно владейте своими чувствами: Повышайте свой эмоциональный интеллект / Д-р Х. Вайсбах, У. Дакс. – М.: Лик Пресс, 1998. 160 с.
- Готтман Д. Эмоциональный интеллект ребенка : практическое руководство для родителей / Джон Готтман, Джоан Деклер; перевод с английского Галины Федотовой. 4-е изд. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2018. 268 с.
- Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ? Пер. с англ. А.П. Исаевой - М.: МИФ, 2019. - 560 с.
- Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. М.: Манн, Иванов и Фербер (МИФ), 1995. 34 с.
- Кроль Л. Эмоциональные интеллект лидера. М.: Альпина Паблишер, 2019. 224 с.
- Крюкова С. В., Слободняк Н. П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программа эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста – М.: Генезис, 2003.
- Сазыкин А.А. Мир принадлежит тебе. Эмоциональный интеллект в действии. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2022. 220 с.
- Сергиенко Е.А. Тест Дж. Мэйера, П. Сэловея и Д. Карузо «Эмоциональный интеллект»: руководство / Е. А. Сергиенко, И. И. Ветрова; Российская акад. наук, Ин-т психологии. – М.: Ин-т психологии РАН, 2010. 174 с.

Социальный и эмоциональный интеллект: каталог художественной литературы по развитию социально-эмоционального интеллекта. – М.: Благотворительный фонд Сбербанка "Вклад в будущее", 2019. 111 с.

Социальный и эмоциональный интеллект: От процессов к измерениям / Под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2009. – 351 с.

Хэссон Д. Развитие эмоционального интеллекта: Подсказки, советы, техники. М.: Альпина Паблишер. 2021. 128 с.

Шабанов С. Эмоциональный интеллект: российская практика / Сергей Шабанов, Алена Алешина. 7-е изд. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2020. 426 с.

### *Список рекомендованных интернет-ресурсов*

<https://psyttests.org/tags/eq.html> – Методики оценки эмоционального интеллекта.

<https://museumofemotions.ru/> – Музей эмоций в Москве.

<https://psyttests.org/search.html> – Психодиагностические методики, методики диагностики эмоционального интеллекта.

<https://5psy.ru/obrazovanie/risuem-chuvstva-diagnosticheskie-priemy.html> – Научно-популярный психологический портал с описанием проективных методик диагностики и развития эмоционального интеллекта.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

### *Примерный список литературы для чтения и обсуждения с учениками начальной школы*

- Аксаков С. Т. «Аленький цветочек»  
Александрова Т. «Домовёнок Кузя» и др.  
Алексин А. А. «Необычные похождения Севы Котлова», «Мой брат играет на кларнете», «Третий в пятом ряду» и др.  
Андерсен Г. Х. «Дюймовочка», «Русалочка», «Огниво», «Соловей», «Свинопас», «Принцесса на горошине» и др.  
Баум Ф. «Лоскутушка из страны Оз», «Путешествие в страну Оз», «Чудесная страна Оз»  
Бажов П. П. «Уральские сказы», «Хозяйка медной горы» и др.  
Баруздин С. А. «Алёшка из нашего дома», «Как снежок в Индию попал», «Рави и Шаши», «Светлана пионерка» и др.  
Барри Д. «Питер Пэн» и др.  
Бахревский В. А. «Дворец Золушки», «Дом с жабой» и др.  
Белоусов С. «Вдоль по радуге, или Приключения Печенюшкина», «Смертельная кастрюля, или Возвращение Печенюшкина», «Сердце дракона, или Путешествие Печенюшкина»  
Берестов В. Д. «Читалочка», «Первый листопад» и др.  
Бианки В. В. «Кто чем поёт», «Лесная газета» и др.  
Биссет Д. «Беседы с тигром», «Всё кувыркком»  
Бунин И. А. «Листопад»  
Былины. Былинные сказы  
Василевич Алёна «Бабушкины квартиранты», «Как я был доктором», «Друзья» и др.  
Вигдорова Ф. А. «Дорога в жизнь», «Мой класс»  
Волков А. А. «Волшебник Изумрудного города», «Урфин Джюс и его деревянные солдаты», «Жёлтый туман» и др.  
Гайдар А. П. «Голубая чашка», «Горячий камень», «Тимур и его команда», «Командант снежной крепости», «Военная тайна», «Судьба барабанщика»  
Гаршин В. В. «Лягушка-путешественница»  
Гауф В. «Карлик-нос», «Холодное сердце», «Сказание о гульдене с изображением оленя»  
Гоголь Н. В. «Ночь перед Рождеством», «Вечера на хуторе близ Диканьки»  
Голявкин В. В. «Наши с Вовкой разговоры», «Рисунки на асфальте», «Мой добрый папа»  
Гофман «Щелкунчик и мышинный король».  
Грин А. «Алые паруса».  
Губарев В. Г. «Королевство кривых зеркал»

Даррелл Д. «Моя семья и другие животные».  
Дашевская Н. «День числа Пи», «Я не тормоз».  
Даль Р. «Чарли и шоколадная фабрика»  
Диккенс Ч. «Истории для детей».  
Драгунский В. «Денискины рассказы» и др.  
Ершов П. П. «Конёк-горбунок» и др.  
Железников В. К. «Рыцарь Вася» и др.  
Заходер Б. В. «Кит и кот» и др.  
Зощенко З. «Леля и Минька» и др.  
Иванов Альберт «Записки звездочёта Сириуса», «Лилипут – сын великана», «Сказки о Хоме и Суслике»  
Игнатова А. «Верю не-верю»  
Карлов Борис «Приключения Мурзилки»  
Катаев В. П. «Цветик-семицветик», «Белеет парус одинокий»  
Кашур А. «Мастерица Мария».  
Киплинг Р. Д. «Маугли», «Рикки-Тики-Тави»  
Коваль Ю. И. «Дик и черника», «Чистый Дор», «Стеклянный пруд» и др.  
Козлов С. Г. «Ёжик в тумане», «Львёнок и черепаха», «Трям. Здравствуйте», «Правда, мы будем всегда?» и др.  
Короленко В. «Слепой музыкант».  
Корчак Я. «Король Матиуш Первый»  
Крапивин В. «Оруженосец Кашка».  
Крылов И. А. «Стрекоза и Муравей», «Волк на псарне», «Свинья под дубом», «Лисица и виноград», «Чиж и Голубь», «Слон и Моська», «Мартышка и Очки», «Зеркало и Обезьяна» и др.  
Крюс Джеймс «Тим Галер, или Проданный смех».  
Кэрролл Л. «Алиса в стране чудес».  
Куприн А. И. «Барбос и Жулька», «Белый пудель», «Слон», «Изумруд» и др.  
Лагерлёф С. «Подменыш», «Чудесное приключение Нильса с дикими гусями»  
Лагин Л. И. «Старик Хоттабыч»  
Ларри Ян «Необыкновенные приключения Карика и Вали».  
Легенды и мифы древней Греции.  
Лермонтов М. Ю. «Бородино», «Ашик-Кериб», «Мцыри» и др.  
Лесков Н. С. «Гора», «Левша», «Очарованный странник»  
Линдгрэн А. «Три повести о малыше и Карлсоне, который живёт на крыше», «Пеппи Длинныйчулок»  
Лондон Д. «Белый клык».  
Льюис К. «Хроники Нарнии».  
Маяковский В. В. «Что такое хорошо и что такое плохо», «Песня-молния», «что ни страница: то слон, то львица» и др.

Мальханова И. А. «Добрая сказка про Фею Мэю», «Три новых мушкетёра – Оля, Саня и Витёк»

Маршак С. Я. «Рассказ о неизвестном герое», «Двенадцать месяцев» и др.

Маркушин Ю. «Тайна волшебной книги», «Тайна волшебной раковины», «Приключения княжны Ваяны»

Медведев В. В. «Баранкин, будь человеком!», «До свадьбы заживёт», «Капитан Сорвиголова», «Незаряженное ружьё», «Прыжок в неизвестность» и др.

Милн А. «Винни Пух и Все-Все-Все»

Михалков С. В. «Праздник непослушания», «Сон с продолжением», «Зайка-Зазнайка»

Нанетти А. «Мой дедушка был вишней».

Некрасов Н. А. «Мужичок с ноготок», «Крестьянские дети» и др.

Носов Н. «Приключения Незнайки и его друзей», «Фантазеры», «Витя Малеев с школе и дома!», «Ступеньки», «Живая шляпа», «Федина задача», «Весёлая семейка» и др.

Одоевский В. Ф. «Городок в табакерке»

Олеша Ю. К. «Три толстяка»

Остер Г. Б. «Петька-микроб», «Котёнок по имени Гаф» и др.

Парр М. «Вафельное сердце».

Пастернак Е., Жвалевский А. «Я хочу в школу!», «Время всегда хорошее».

Петросян М. «Дом, в котором...»

Пермяк Е. А. «Самоходные лапотки», «Бабушкины кружева», «Маленькие лукавинки»

Погодин Р. П. «Откуда идут тучи», «Что у Сеньки было», «Книжка про Гришку», «Кирпичные острова», «зелёный попугай»

Погорельский А. «Чёрная курица, или Подземные жители»

Пройслер О. «Маленькая Баба-Яга» и пр.

Перро Ш. «Мальчик-с-пальчик», «Красная шапочка», «Спящая красавица» и др.

Пушкин А. С. Сказки, «Руслан и Людмила», «Маленькие трагедии».

Распэ Э. Р. «Приключения барона Мюнхаузена»

Рауда Э. «Муфта, Полботинка и Моховая Борода».

Ричарда Адамс «Обитатели холмов»

Родари Дж. «Приключения Чиполлино», «Путешествие голубой стрелы»

Роулинг Гарри Поттер

Русские народные сказки

Сапгир Г. В. «Лесная азбука» и др.

Сетон-Томпсон Э. «Рассказы о животных»

Светов А. А. «Веточкины путешествуют в будущее»

Сергеев М. Д. «Волшебная калоша», «Машина времени Кольки Спиридонова»

Стивенсон «Остров сокровищ».

Сутеев В. Г. «Мы ищем кляксу», «Палочка-выручалочка»

Сладков Н. Н. «Лесные сказки»

Твен М. «Том Сойер», «Принц и нищий» и пр.

Токмакова И. П. «Сказочные повести», «И настанет весёлое утро» и др.

Толстой А. Н. «Приключения Буратино, или Золотой ключик», «Детство Никиты», «Князь Серебряный», «Прожорливый башмак» и др.

Толстой Л. Н. «Филипок», «Акула», «Прыжок» и др.

Треверс П. «Мери Поппинс с Вишнёвой улицы», «Мери Поппинс, до свидания»

Тургенев И. С. «Воробей», «Лес и степь» и др.

Успенский Э. Н. «Следствие ведут колобки», «Вниз по Меховой реке», «Красная рука, чёрная простыня, зелёные пальцы», «Двадцать пять профессий Маши Филиппенко», «Гарантийные человечки» и др.

Харрис Д. «Сказки дядюшки Римуса»

Чарская Л. А. «Волшебные оби», «Герцог над зверями», «Три слезинки королевы», «Царевна Лядинка», «Фея в медвежьей берлоге» и др.

Чехов А. П. «Ванька», «Каштанка» и др.

Чёрный Саша «Дневник фокса Микки», «Детский остров» и др.

Чуковский К. И. «Бармалей», «Федорино горе», «Телефон», «От двух до пяти» и др.

Шварц Е. Л. «Голый король», «Сказка о потерянном времени», «Обыкновенное чудо», «Дракон» и др.

Шувалов Г. А. «Коля и червяк», «Немецкая сказка» и др.

Экзюпери А. «Маленький принц».

Янсон Т. «Сказки про муми-тролля»

Яхнин Л. «Площадь картонных часов».

*Научное издание*

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ФОРМИРОВАНИЮ  
ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ОБУЧАЮЩИХСЯ  
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ  
(НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА)

Методические рекомендации

Под общей и научной редакцией С.В. Ивановой

101000, г. Москва, ул. Жуковского, д.16  
Центр редакционно-издательской деятельности ФГБНУ ИСРО РАО  
Тел. +7(495)621-33-74  
[info@instrao.ru](mailto:info@instrao.ru)  
<https://instrao.ru>

Подготовлено к изданию 30.11.22.  
Формат 60x90 1/8.  
Усл. печ. л. 2,6.