



# ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

Кафедра общей педагогики

ДИСЦИПЛИНА  
«ПСИХОЛОГИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК»

## Тема № 2

**Психологические основы содержания воспитательных  
практик**

## Лекция № 5

**Психологические основы воспитания  
эмоционального интеллекта у детей  
дошкольного и школьного возраста**

# Учебные вопросы

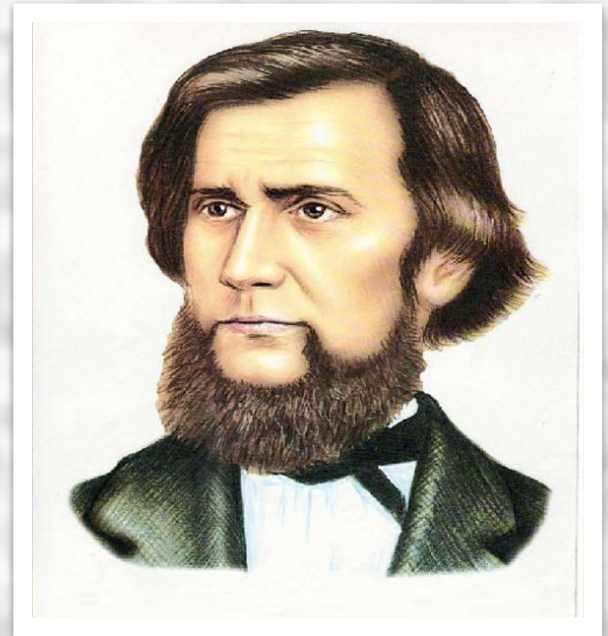
- 1. Понятие «эмоциональный интеллект», его структура и функции**
- 2. Возрастные особенности развития эмоциональной сферы у детей раннего, дошкольного и школьного возраста**
- 3. Практика формирования эмоционального интеллекта у детей дошкольного и школьного возраста**

# Учебная литература

1. Пастернак Н.А. Психология воспитания: учеб. пособие. – М: ФЛИНТА, 2018. – с. 4 - 32
2. Иващенко Ф. И. Психология воспитания школьников. – Минск: Вышэйшая школа, 2006. – 189 с.
3. Цаплина О. В. Психология воспитания. – Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2018. – 182 с.
4. Лихачев Б.Т. Философия воспитания. – М.: ВЛАДОС, 2010. – 335 с. (Педагогическое наследие);
5. Божович Л.И. Проблемы формирования личности. – М.: «Институт практической психологии», 1995. – 352 с.
6. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. – СПб.: Питер, 2019. – 783 с.

**«...человек более человек в том,  
как он чувствует, чем в том, как  
он думает»**

**К.Д. Ушинский**



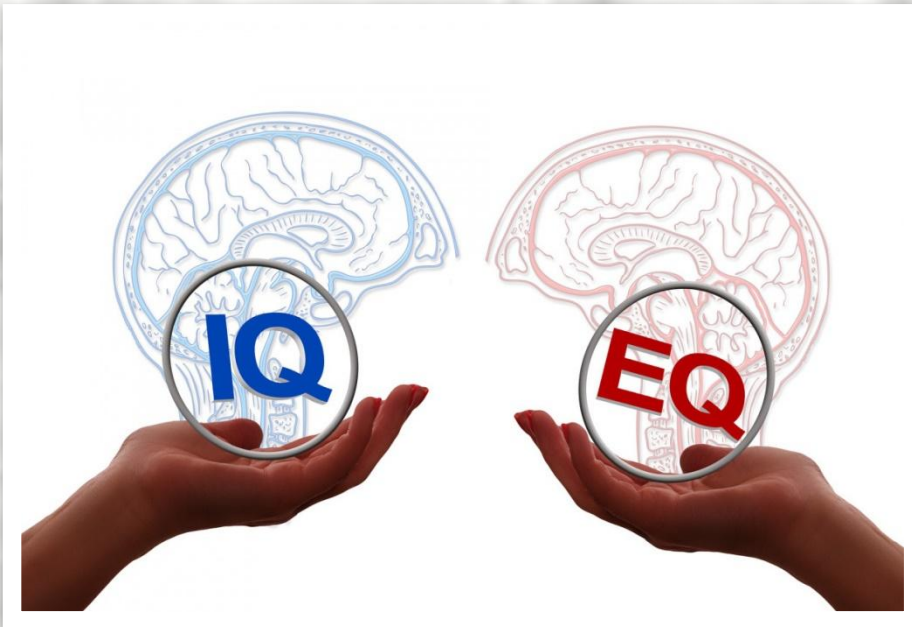
**«В основе каждой сильной эмоции  
лежит побуждение к действию.  
Умение управлять этим  
побуждением составляет сущность  
эмоционального интеллекта»**

**Д. Гоулман**



# Учебный вопрос № 1

## Понятие «эмоциональный интеллект», его структура и функции



## **ЭМОЦИИ**

*кратковременны*

Эмоциями человек реагирует на ситуацию

*человек осознает не всегда*

*проявляются вовне, их сложно контролировать и скрывать*

## **ЧУВСТВА**

*длительны и устойчивы*

Чувства – это долгосрочное отношение к кому-либо или чему-либо, они устанавливают тесную эмоциональную связь с предметом (объектом), который имеет мотивационную значимость для человека

*человек осознает практически всегда*

*как правило, «внутренни»*

чувства не исчезают долгое время, могут просто скрываться человеком от окружающих, не проявляться вовне

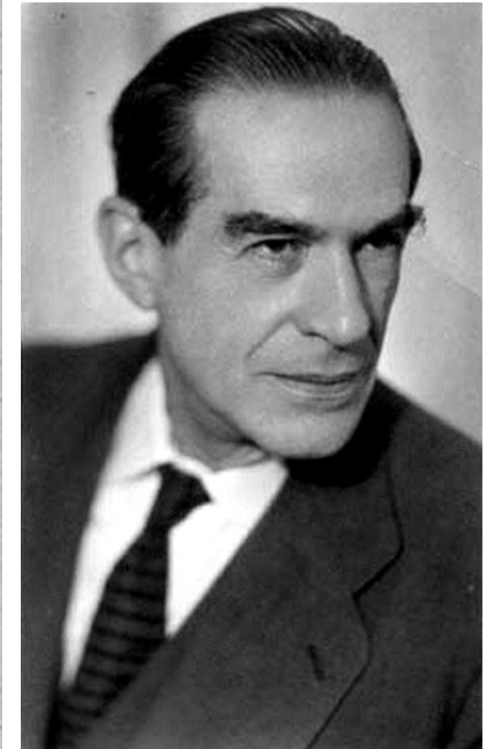
# ***ИДЕЯ ЕДИНСТВА АФФЕКТА И ИНТЕЛЛЕКТА***



***Выготский Л.С.  
(1896-1934)***



***Рубинштейн С. Л.  
(1889-1960)***



***Леонтьев А.Н.  
(1903-1979)***

*«Как известно, отрыв интеллектуальной стороны нашего сознания от его аффективной стороны представляет один из основных и коренных пороков всей традиционной психологии. Мышление при этом неизбежно превращается в автономное течение себя мыслящих мыслей, оно отрывается от всей полноты живой жизни...»*

*Л.С. Выготский*



В ряде современных зарубежных и отечественных психологических теорий **эмоция** рассматривается как **особый тип знания**

*Эмоции можно рассматривать как упорядоченную реакцию, которая с целью адаптации фокусирует когнитивную активность и последующие действия*



# МОДЕЛЬ ИНТЕЛЛЕКТА ГОВАРДА ГАРДНЕРА

**ВЕРБАЛЬНЫЙ**

**ЛОГИКО-  
МАТЕМАТИЧЕСКИЙ**

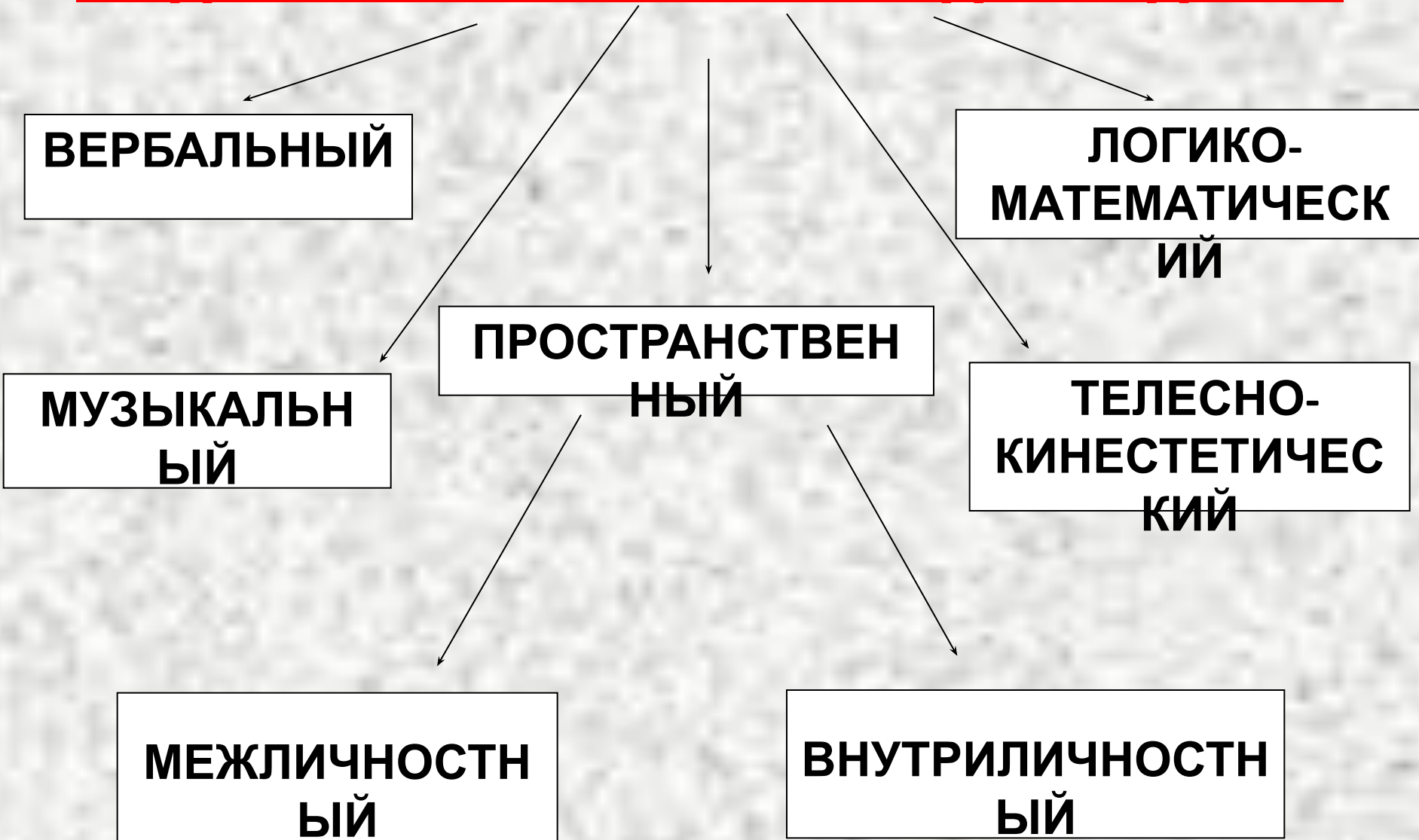
**МУЗЫКАЛЬНЫЙ**

**ПРОСТРАНСТВЕННЫЙ**

**ТЕЛЕСНО-  
КИНЕСТЕТИЧЕСКИЙ**

**МЕЖЛИЧНОСТНЫЙ**

**ВНУТРИЛИЧНОСТНЫЙ**





*Джон Майер  
(род. 1953)*



*Питер Саловей  
(род. 1958)*

***Эмоциональный интеллект*** – подструктура социального интеллекта, которая включает способность наблюдать собственные эмоции и эмоции других людей, различать их и использовать эту информацию для управления мышлением и действиями

*Индивиды с высоким уровнем развития эмоционального интеллекта обладают выраженными способностями к пониманию собственных эмоций и эмоций других людей, а также к управлению эмоциональной сферой, что обуславливает более высокую адаптивность и эффективность в общении*

**Эмоциональный интеллект лежит в основе эмоциональной саморегуляции**



# Модель эмоционального интеллекта Дэниела Гоулмана

Самоконтроль — управление своими чувствами, приспособление к изменениям в обстоятельствах.

Самопознание — признание личной эмоциональности.

Социальность — понятие чувствительности других людей и комфортное общение.

Эмпатия — приятное влияние, заключающееся в направлении и вдохновении, поддержке хороших отношений.

Мотивация — знание цели, плана, четкое следование им на каждом этапе.

# Модель эмоционального интеллекта

## Рувена Бар-Она

<i>Внутриличностная сфера</i>	Ассертивность Эмоциональный анализ Независимость Самоуважение Самоактуализация
<i>Сфера межличностных отношений</i>	Эмпатия Социальная ответственность Межличностные отношения
<i>Сфера адаптивности</i>	Умение решать проблемы Оценка действительности Гибкость
<i>Сфера управления стрессом</i>	Толерантность к стрессу Контроль импульсивности
<i>Сфера общего настроения</i>	Удовлетворенность жизнью Оптимизм

# Модель эмоционального интеллекта Майера-Саловея-Карузо

	<i>«Я»</i>	<i>Социум</i>
<i>Различение</i>	Различение и осознание своих собственных эмоций – <i>самосознание</i>	Различение и осознание эмоций других – <i>социальная чуткость</i>
<i>Осознание</i>		
<i>Управление</i>	Управление своими эмоциями – <i>самоконтроль</i>	Управление эмоциями других – <i>управление отношениями</i>
<i>Использование</i>	Использование эмоций для повышения эффективности мыслительной деятельности	Использование эмоций для повышения эффективности коммуникации

# Эмоциональный интеллект

Восприятие и выражение эмоций

Способность идентифицировать эмоцию в физических состояниях, ощущениях и мыслях. Способность выражать эмоции и потребности, связанные с ними

Использование эмоций

Использование эмоций для направления внимания на приоритетные для мышления вещи, привлечения внимания к важной информации

Понимание и анализ эмоций

Способность интерпретировать значение смены эмоций, устанавливать причинно-следственные связи. Способность к маркировке эмоций

Управление эмоциями

Способность к сознательному контролю своих и чужих эмоций (снижение уровня отрицательных эмоций и актуализация положительных)



Согласно усовершенствованной модели, эмоциональный интеллект включает в себя следующие ментальные способности:

- осознанная регуляция эмоций
- понимание (осмысление) эмоций
- различение и выражение эмоций
- ассимиляция эмоций в мышлении

# 1. ОСОЗНАННАЯ РЕГУЛЯЦИЯ ЭМОЦИЙ

Начальный момент управления эмоцией — это **расщепление монолитного недифференцированного аффекта (Я-чувство) на субъект и его чувство**. Это вычленение чувства в качестве отдельного объекта, а не свойства внешнего мира (*«Я испытываю страх, удовольствие», а не «Мир страшен либо приятен»*)

Следующий этап управления эмоциями - **расширение или ограничение потока эмоциональной информации**, например, с помощью контролирующих мыслей

## 2. ПОНИМАНИЕ ЭМОЦИЙ

Переживание эмоции и ее называние (определение) являются различными феноменами. Называние (определение) эмоции – результат конструктивных процессов, которые трансформируют перцептивные переживания во внутренний опыт, модифицируя их. В связи с этим можно привести три основные функции называния эмоций: закрепление опыта, межличностная коммуникация, эмоциональная экспрессия

### **3. РАЗЛИЧЕНИЕ И ВЫРАЖЕНИЕ ЭМОЦИЙ**

Овладение языком эмоций требует усвоения общепринятых в данной культуре форм их выражения, а также понимания индивидуальных проявлений эмоций у людей, с которыми человек взаимодействует.

Различать эмоции труднее, чем их выражать.

Различение эмоций связано также с уровнем развития

**ЭМПАТИИ**

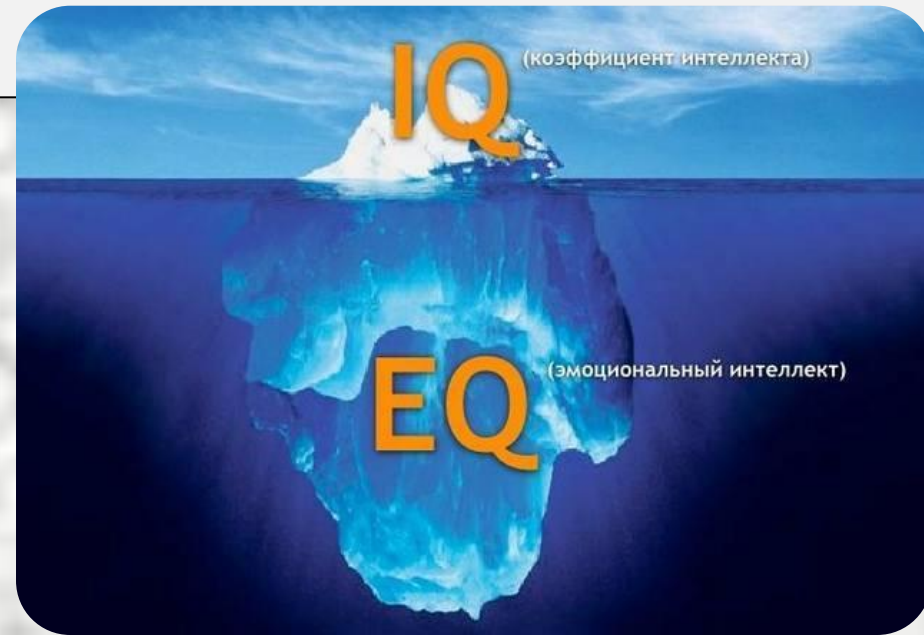


**Эмпатия** (от англ. чувствование) – способность чувствовать эмоциональное состояние другого человека, точно воспринимать смысловые оттенки его внутреннего мира, способность взглянуть на обстоятельства глазами собеседника. Эмпатия подразумевает безоценочное принятие чувств другого человека



## 4. АССИМИЛЯЦИЯ ЭМОЦИЙ В МЫШЛЕНИИ

Использование эмоций для повышения качества мыслительной активности. Осуществление эффективного процесса принятия решения невозможно, если мысль лишена эмоционального подкрепления. Предполагают наличие в структуре эмоционального интеллекта эмоций, мотивирующих когнитивную деятельность



# ФУНКЦИИ EQ

## *Регулятивная*

- осознание собственных эмоций, самоконтроль и самоуправление

- управление взаимоотношениями

## *Мотивационная*

- позитивный настрой, развитие эмоции интереса, чувство удовлетворения от деятельности



# Выводы

*Эмоциональный интеллект - устойчивая ментальная способность. Он может рассматриваться как подструктура социального интеллекта.*

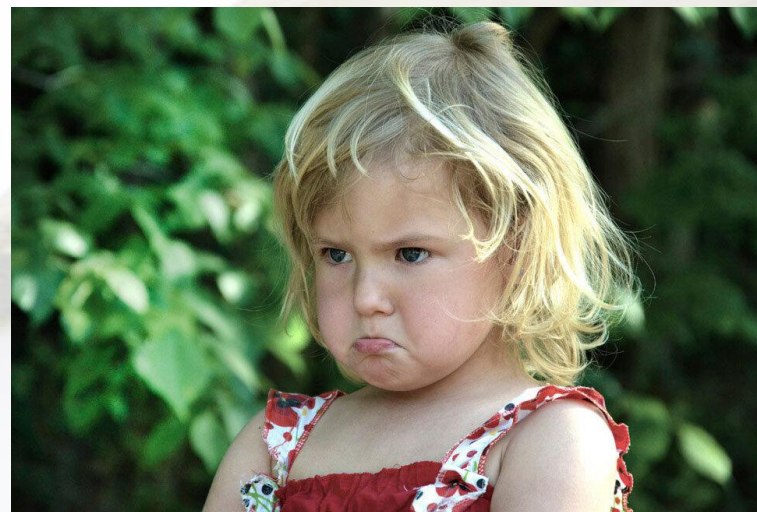
*В структуру эмоционального интеллекта входят способности к осознанной регуляции эмоций; пониманию (осмыслению) эмоций; ассимиляции эмоций в мышлении; различению и выражению эмоций.*

*Развитие эмоционального интеллекта может рассматриваться как значимый фактор повышения психологической культуры личности и общества в целом*



# Учебный вопрос № 2

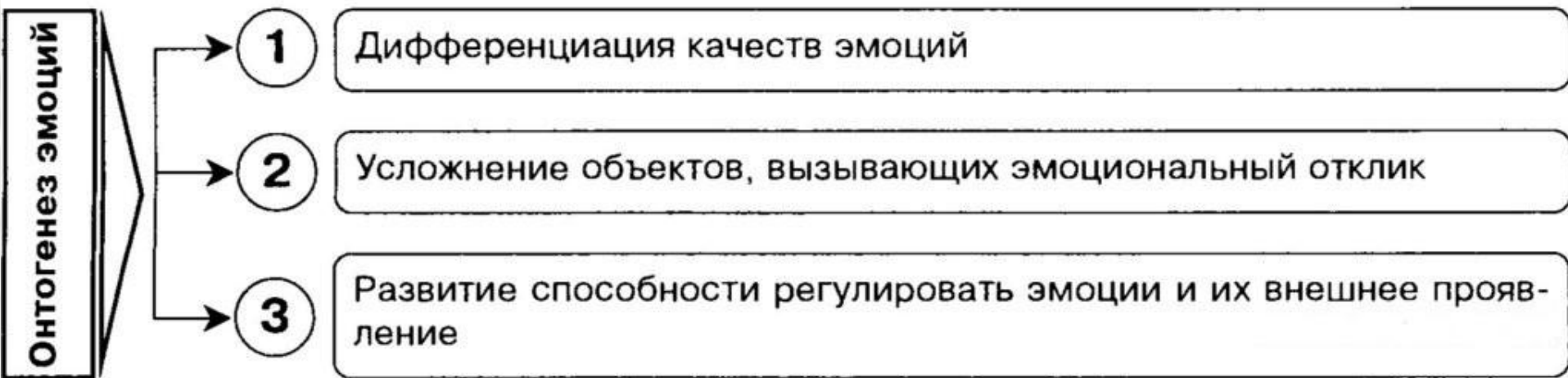
## Возрастные особенности развития эмоциональной сферы у детей раннего, дошкольного и школьного возраста





**Эмоциональный интеллект и эмоциональная сфера личности – два взаимосвязанных понятия. Они формируются и развиваются одновременно, взаимовлияя друг на друга**

## **Особенности развития эмоций в онтогенезе**



Примерно в 2,5 - 3 месяца у младенца появляется социальная улыбка. Дети с готовностью улыбаются и реагируют движениями всего тела на приближающегося к ним человека. С этого момента ребенок требует социальных контактов, в результате чего появляется новый вид эмоционального реагирования – *формирование аффективно-личностных связей*

Если *первые эмоции* связаны с биологическими потребностями младенца, то *дальнейшее обогащение* поводов к проявлению эмоциональных реакций связано с интеллектуальным развитием ребенка



В раннем возрасте эмоции продолжают оставаться *неустойчивыми и изменчивыми*, они выступают в качестве *мотивов поведения*. Развиваются *базовые эмоции* (радость, грусть и др.). Происходит дальнейшая *социализация эмоций*, т.к. переживания связаны с результатами человеческой деятельности, ребенок осваивает способы их выражения.





В дошкольном возрасте ребенок осваивает *социальные формы выражения эмоций*, у него формируется *чувство долга*, развиваются *моральные, эстетические и интеллектуальные чувства*. Благодаря развитию речи дети начинают *осознавать эмоции*. Эмоции являются *показателем физического и психического самочувствия* ребенка



Эмоциональная сфера младших школьников характеризуется

- легкой отзывчивостью на происходящие события и окрашенностью восприятия, умственной и физической деятельности эмоциями
- непосредственностью и откровенностью выражения своих переживаний
- готовностью к аффекту страха
- большой эмоциональной неустойчивостью, частой сменой настроений (на общем фоне жизнерадостности)

- эмоциогенными факторами являются успехи в учебе и оценка этих успехов учителем и одноклассниками





Для эмоциональной сферы подростков характерны

- очень большая эмоциональная возбудимость
- устойчивость эмоциональных переживаний
- повышение тревожности
- противоречивость чувств
- возникновение переживания не только по поводу оценки другими, но и по поводу самооценки
- сильно развитое чувство принадлежности к группе, часто появляется страх быть ей отверженным

- предъявление высоких требований к дружбе
- проявление нравственно-патриотических чувств



# Эмоциональная сфера старшекласников характеризуется:

- многообразие переживаемых чувств
- большей, чем у подростков, эмоциональной устойчивостью
- способностью к сопереживанию
- развитием эстетических чувств



Эмоциональное развитие и социальное поведение детей зависит от общей социальной ситуации и, особенно, от эмоционального комфорта в отношениях со значимыми взрослыми и сверстниками (А.А. Бодалев, Л. И. Божович, Г.М. Бреслав, Л.С. Выготский и др.)

Учитель выступает по отношению к ребенку как значимый другой. Эта роль наделяет педагога большим влиянием на развитие личности ребенка, определяет эмоциональное благополучие или неблагополучие ученика в школе

Психологи выделяют пять стилей отношения педагога к детям: *активно-положительный*, *пассивно-положительный*, *ситуативный*, *пассивно-отрицательный* и *активно-отрицательный* и показывают, как по мере перехода от первого к последнему увеличивается психоэмоциональный дискомфорт школьника

**В процессе личностного развития у детей развивается умение определять и понимать свои эмоции и эмоциональное состояние другого человека**

**Выраженность типов восприятия эмоций у дошкольников, % случаев**

<b>Тип восприятия</b>	<b>Дети 4-5 лет</b>	<b>Дети 6-7 лет</b>
<i>Довербальный</i>	20	-
<i>Диффузно-аморфный</i>	50	-
<i>Диффузно-локальный</i>	27	-
<i>Аналитический</i>	3	27
<i>Синтетический</i>	-	33
<i>Аналитико-синтетический</i>	-	40



Детями **младшего школьного возраста** свои и чужие эмоции и чувства слабо осознаются и понимаются; лучше различаются положительные эмоции, чем отрицательные

**В подростковом и юношеском возрасте** особенно велика потребность в дружеских отношениях, которые предполагают стремление к полному пониманию и принятию другого. Способность к эмпатии считается почвой для дружбы. Впервые раскрываются гендерные различия в отношениях к разным объектам эмпатии

Возрастает интерес к своему внутреннему миру. Дети в этом возрасте склонны к интроспекции



Эмоции не всегда желательны, так как при своей избыточности они могут дезорганизовать деятельность или их внешнее проявление может поставить человека в неловкое положение

О необходимости регулировать эмоциональное состояние детей писал В.М. Бехтерев, считая, что переживание положительных эмоций способствует нормальному развитию ребенка, в том числе эмоциональному и интеллектуальному

**Важно научить детей школьного возраста приемам эмоциональной регуляции социально приемлемыми способами**

# Выводы

*Эмоциональная сфера проходит сложный путь становления в ходе онтогенетического развития. Изменения в эмоциональном фоне ребенка зависят от особенностей взаимодействия со значимыми взрослыми и сверстниками на каждом этапе взросления. Полученный в детстве психоэмоциональный опыт является весьма прочным и принимает характер установки*

*Развитие эмоциональной сферы детей – одна из важных задач образования. Без целенаправленной педагогической работы не может состояться полноценное психоэмоциональное развитие ребенка*

# Учебный вопрос № 3

## Практика формирования эмоционального интеллекта у детей дошкольного и школьного возраста



**Л.С. Выготский подчёркивал, что эмоциональное развитие ребёнка – одно из главных направлений профессиональной деятельности педагога**

**Развитие эмоциональной сферы ребёнка  
включает в себя:**

- развитие эмоционального реагирования**
- развитие эмоциональной экспрессии**
- развитие эмпатии**
- формирование представлений о многообразии человеческих эмоций**
- формирование словаря эмоциональной лексики**

**В становлении эмоционального интеллекта у детей  
выделяют 4 этапа:**

- 1. Выражение и распознавание эмоций.** Постепенно формируется умение находить различия между разными видами чувств и эмоций
- 2. Оценка эмоций.** Ребенок начинает соотносить, сравнивать эмоции, которые проявляют люди, с ранее усвоенными знаниями
- 3. Использование чувств в рассуждениях.** Человек научается анализировать эмоции, он понимает причины и условия их возникновения
- 4. Высший уровень развития эмоционального интеллекта - возможность контроля и управления чувствами и эмоциями**



**Важным условием эффективности процесса развития эмоционального интеллекта у учащихся выступает технология психологического сопровождения образовательного процесса, включающая последовательность взаимодополняющих шагов:**

- определение психодиагностического комплекса, измеряющего основные показатели эмоционального интеллекта
- выбор или разработка психолого-педагогической программы формирования и развития эмоционального интеллекта, внедрение программы в образовательный процесс, постоянный мониторинг хода ее реализации

- выбор или разработка перечня форм, средств, методов, обеспечивающих психолого-педагогическое сопровождение учащихся в ходе реализации программы по развитию эмоционального интеллекта

- разработка и внедрение программы совместных семинаров для родителей и детей; проведение цикла вебинаров, подготовка методических материалов для родителей; регулярное консультирование родителей

- постоянное повышение квалификации педагогов в области психолого-педагогического сопровождения обучающихся при формировании и развитии у них эмоционального интеллекта

# Выводы

*Процесс развития у обучающихся эмоционального интеллекта направлен на развитие у школьников способности управлять своими эмоциями, понимать эмоции других людей, использовать полученные умения и навыки в процессе межличностного взаимодействия*

*Грамотная деятельность педагога по психолого-педагогическому сопровождению детей в процессе развития у них эмоционального интеллекта ведет к повышению у учащихся уровня эмпатии, направленности на других. Повышается уровень понимания чувств других людей, улучшается понимание своих переживаний и последствий своего поведения; гармонизируется морально-психологическая атмосфера в классе. У учащихся совершенствуются коммуникативные навыки*

# Задание к п/з 5

## ТЕМА № 2. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СОДЕРЖАНИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК

### П/з 5. Эмоциональный интеллект и социальная компетентность

1. Эмоциональный интеллект в структуре социального интеллекта
2. Роль эмоционального интеллекта в воспитании лидерских качеств у школьников
3. Формирование осознанной саморегуляции в подростковом и юношеском возрасте